

<<内心强大的心灵咒语>>

图书基本信息

书名：<<内心强大的心灵咒语>>

13位ISBN编号：9787506490351

10位ISBN编号：7506490358

出版时间：2012-10

出版时间：中国纺织出版社

作者：李志敏

页数：210

字数：118000

版权说明：本站所提供下载的PDF图书仅提供预览和简介，请支持正版图书。

更多资源请访问：<http://www.tushu007.com>

## <<内心强大的心灵咒语>>

### 前言

穿越百年，经典仍然是感动的真言于“名家大师经典”，相信很多读者对此并不陌生。记得小时候写作文，我们经常找一本《名家名言大全》，从中摘录几句话，使自己的作文增色不少，这是很多人曾经屡试不爽的好办法，而无意间也与这些名家大师结下了一份不解之缘。

那些名著经典，始终围绕着我们、伴随着我们。

从亨利·梭罗的《瓦尔登湖》到塞缪尔·斯迈尔斯的《自己拯救自己》，从培根的《论人生》到爱默生的《善待命运》，一直陪伴着我们的学习和生活，教会我们如何更好地看待人生，从容跨越命运设置的一道道关卡。

当代作家余秋雨先生曾在一篇序言中写道：“中外很多杰出的长者根据自己的切身体会一致公认，在年轻的时候多读一些世界文学名著，是构建健全人格基础的一条捷径。

这是因为，世界文学名著是岁月和空间的凝练，集中了智者对于人性和自然的最高感悟。

阅读它们，能够使年轻人摆脱平庸和狭隘，发现自己的精神依托和人生可能。

”同样，当代学者周国平先生在他的著作中也提到：“从前的时代，由于印刷的困难，一个人毕生只能读到不多的几本书，于是反复阅读，终身受用不尽。

现在不同了，出版物如汪洋大海，席卷而来。

每月都有许多新书上架，即使浅尝辄止，仍是目不暇接。

印刷业的发达必然导致阅读的浮躁。

哪怕明知名著的价值非一般书所可比拟，也沉不下心来读它们，很容易把它们看做众多书中的一种罢了。

回想起来，真是舍本求末，损失莫大矣。

”周国平先生还曾写下“读那些永恒的书，做一个纯粹的人”的名言。

在物欲横流、浮躁不安、各种社会“怪现象”层出不穷之时，每个人都在寻找并渴望心灵的归宿及身心的愉悦。

阅读经典作品显得尤为重要。

《内心强大的心灵咒语》和《活在当下的心灵咒语》是我们从西方哲学大师的作品中，选取最为精妙的语句编排而成。

前者着眼于“坚强”，后者着眼于“选择”。

我们拟定这两个题目来做的原因有：其一，现在的社会压力越来越大，人的神经也随之变得越来越脆弱，即使一些轻微的困难和打击都承受不住。

因此，人们的内心需要加固，变得更坚强；其二，在物质和金钱的诱惑下，人们容易迷失自我，在人生的岔路口不知道如何选择，甚至有些年轻人失去了道德的判断力，中年人面对日益加重的中年危机而郁郁寡欢。

然而，人生是经过一次次的选择铸就的，只有作出对得起自己内心的选择才会拥有想要的生活。

基于以上两点，我们由衷希望通过出版这套书能为读者朋友消除心灵上的困惑和烦恼，同时能为社会尽一份微薄之力，使人们少一份浮躁与不安，多一份对自己生命的热爱，以及对他人和对社会的责任感。

经典可以再现，真理永不过时。

我们衷心地希望这些智慧的火花能给你带来一些启发，为你的生活、工作带来快乐和帮助。

“书香伴君眠”编辑组2012年7月

## <<内心强大的心灵咒语>>

### 内容概要

面对困境，挺过去了它就是铺路石，没挺过去就是绊脚石。  
世上只有想不通的人，没有走不通的路。  
本书从世界上最有影响力的西方哲学著作中以不同的主题选取了奥里森·马登、巴尔塔沙·葛拉西安、爱默生、塞缪尔·斯迈尔斯、尼采五位先哲的名著，经过重新选摘编排而成。  
穿越百年，汲取原汁原味的人生精华。  
聆听哲人心灵咒语，直抵人生终极秘密。

## <<内心强大的心灵咒语>>

### 书籍目录

#### 第一章

世界如此无常，你要内心强大

- 001 身处逆境也要含笑面对
- 002 运用自我暗示，增强自信
- 003 在看不到希望的情况下也要不懈奋斗
- 004 真正的男人不惧于任何困难
- 005 要取得成功，不能缺少坚毅
- 006 人生好比一所磨炼的大学
- 007 成功从困境中取
- 008 不要等待机会降临，要去创造机会
- 009 无能的人才去埋怨环境
- 010 藏好你受伤的手指
- 011 走入能促进自我奋发的环境里
- 012 自立自助是打开成功之门的钥匙
- 013 发掘自己的潜能，享受愉快的生活
- 014 从烦恼、痛苦、困难中走出
- 015 没有永远的爱，也没有永远的恨
- 016 在适当的时间说适当的话和做适当的事
- 017 留些新奇的东西，让人眼前一亮
- 018 不要让烦恼削弱你的力量
- 019 内心强大，走出烦恼只需几分钟
- 020 经受住各种诱惑和艰难困苦的考验
- 021 以微笑面对人生逆境

#### 第二章

没什么了不起，凭什么伤不起

- 001 之所以难有作为，是因为你甘于目前懒惰的生活
- 002 面对阻碍全力拼搏才能成功
- 003 不要贪图享乐
- 004 伟人也不能脱离锲而不舍的劳动之苦
- 005 今天是昨天的呈现
- 006 不要传播丑闻
- 007 工作中懂得时刻自我检讨
- 008 意识到自己的力量有多大
- 009 成败最大区别在于做了多少有意义的工作
- 010 人生的巨大财富包括对人的体谅
- 011 不要忽视对自己品格的培养和发展
- 012 做一个有深度的人
- 013 言行应有威信
- 014 成功的关键是找到适合自己的位置
- 015 职业选择要扬长避短
- 016 选择最能发挥你能力和完善人格的职业
- 017 正确认识并运用自己的天赋
- 018 获得自己合适的位置，凭德行而非逾越
- 019 把有害的思想拒于心灵大门外

#### 第三章

## <<内心强大的心灵咒语>>

即使忍无可忍，也要重新再忍

- 001 痛苦是一只强有力的手
- 002 一件事未开始之前，不要给自己预留退路
- 003 意志力使生命芳香弥漫
- 004 发现并利用你的内在力量
- 005 驾驭你的冲动，控制你的脾气
- 006 最好的期望，最坏的打算
- 007 控制你的憎恶感
- 008 切莫使自己陷入混乱和苦恼中
- 009 坏情绪迟早会损害自己的名声
- 010 用快乐赶走忧郁
- 011 坏情绪会损耗你的活力
- 012 不要为了赢得他人好感而使自己郁闷终生
- 013 说话简洁不招人讨厌
- 014 把自己编织进习惯的链条之中
- 015 不可动摇的意志，永不回头的决心
- 016 任何事情都不能掉以轻心
- 017 对职业充满热爱，才能直达成功
- 018 以真正的热情，积极投身于正在发生的事情中
- 019 奋勇前进的步伐任何东西都无法阻挡
- 020 随时保持乐观开朗的心境
- 021 不思进取就只能贫困作伴

### 第四章

自己选择的路，跪着也要走完

- 001 无论处境多么糟糕，也绝不放弃
- 002 一旦确定目标，就要矢志不移
- 003 自立是一种美德
- 004 经历是人们积累财富、通达智慧的过程
- 005 及时支持和强化自己的抱负
- 006 成功的秘诀是别人放弃时，自己仍然坚持
- 007 最甜的果子往往在最后成熟
- 008 锤子要不停地敲打同一个地方
- 009 有能力选择和能够做出最佳选择
- 010 让你的精神直立行走
- 011 梦里路千条，醒后只一条
- 012 有决心之人，到处得到帮助
- 013 上帝对自己那些半途而废的不成功作品耿耿于怀
- 014 职业比其他任何事情更强烈地影响到一个人的生活
- 015 不要含含糊糊地给自己确定目标
- 016 怀疑是通往成功路上的最大障碍
- 017 对工作敷衍了事是可耻的表白
- 018 做任何事情都要有头有尾
- 019 不要失信于人
- 020 使结局完美
- 021 充分发挥自己的才能

### 第五章

如果你不勇敢，没人替你坚强

## <<内心强大的心灵咒语>>

- 001 懂得展示你的勇气
- 002 不要高估别人而低看自己
- 003 靠自己的奋斗才能体会生活的乐趣
- 004 相信你自己
- 005 挫折面前不要轻易退缩
- 006 凡事多依靠自己
- 007 未雨绸缪，居安思危
- 008 不必过于依靠他人
- 009 既然一无所有，就得努力拼搏
- 010 不了解自己的人无法掌控自己
- 011 让人们保持对你的期望
- 012 对自己的人生尽职
- 013 使烦恼无处藏身
- 014 让心中充满爱
- 015 成功者总是害怕自己退步
- 016 对于流言飞语，预防比纠正容易得多
- 017 不要忽视内心精神境界的提高
- 018 用有生命力的语言表达出自我的思想
- 019 坚持不懈，才能功成名就
- 020 世上的一半人嘲笑另一半人，其实他们都是蠢人
- 021 天赋就是你特别的聪明才智

### 第六章

不求与人相比，但求超越自己

- 001 撒下一颗种子，总会开花结果
- 002 觉得工作烦闷，就无法做好工作
- 003 一个人的终生职业，是他亲手树立的雕像
- 004 你的心灵深处酣睡着生命潜能之神
- 005 尊敬一事无成的自己
- 006 战胜追求物质生活和享乐的自我
- 007 依靠自己，你会变得日益坚强
- 008 没有谁命中注定要过穷苦的生活
- 009 身体上的懒惰是对一切放任自流的倾向
- 010 一步一个脚印、踏踏实实工作
- 011 工作是你生活中的脊柱
- 012 扮演一个不可替代的角色
- 013 停止学习无异于心灵的自杀
- 014 无论做什么，都要精益求精
- 015 满足于“尚佳”，成功万万不可能
- 016 要乐于听听对你工作的批评
- 017 不要被委靡的思想摧毁了意志
- 018 充满奋发、进取的思想
- 019 充分相信自己，不要有失败的念头

### 第七章

拆掉思维的墙，打开梦想的窗

- 001 迂回飞翔的小鸟不易被抓到
- 002 不要像失败者一样寻找借口
- 003 通过榜样形成良好的习惯

## <<内心强大的心灵咒语>>

- 004 拟定计划时要当机立断
- 005 拖延是一种可怕的负面思维
- 006 一旦确定目标，就要迅速地付诸实施
- 007 幻想能带给我们欢乐，也会成为我们的负担
- 008 不轻易相信，也不轻易喜欢
- 009 对做某事审慎与否则有疑虑，就别着手去做
- 010 习惯于看到事物好的方面
- 011 完善的智慧造就美妙灵魂
- 012 个性比任何职业本身都更有价值
- 013 不要抓住别人的缺点不放
- 014 无论做什么工作，都要充满热情
- 015 立刻行动让工作变得不再乏味
- 016 做一个有成就的梦想家
- 017 理想和抱负需要我们精心呵护
- 018 有了梦想就要不懈努力地实现它
- 019 为梦想排除一切约束和障碍
- 020 希望比理想更有价值
- 021 梦想者是前进的引路人

### 第八章

- 天无绝人之路，上帝出手相助
- 001 我们再好，也要听听别人的看法
- 002 持之以恒的人，最能取得成功
- 003 机会在于自己创造
- 004 懂得胜利收场
- 005 心灵存在的地方存在光明
- 006 做事的前提是行动起来
- 007 懒惰之人总是抱怨没有机会，没有时间
- 008 将平凡的机会转变为千载难逢的机遇
- 009 让机会在你的手里变得非同寻常
- 010 美德与见识是真正的评判官
- 011 使自己成为大写的人
- 012 做重大决断时，一定要保持乐观开朗的情绪
- 013 强者创造机会，弱者等待机会
- 014 过好人生旅途的三天
- 015 让人感到轻松愉快，别人就喜欢和你交往
- 016 与人交往是吸取力量的通道
- 017 善于倾听，善于观察
- 018 让工作需要你，而非你需要那份工作
- 019 心怀善意
- 020 慷慨大方与宽宏大量
- 021 有识亦应有胆

### 第九章

- 低头要有勇气，抬头要有底气
- 001 人生激流中我们享有同样的生存特权——奋斗进取
- 002 明智地适可而止
- 003 懂得如何拒绝，与懂得如何承诺同样重要
- 004 明白自己何时该舍弃某张牌

## <<内心强大的心灵咒语>>

- 005 自信心最可贵
- 006 大胆说出自己的目标
- 007 放低身段，会看到更多
- 008 宁可与高尚之人争高下，也别与卑鄙之人争输赢
- 009 与比我们优秀的人结交
- 010 了解自身秉性甚至有意识反其道而行
- 011 及时纠正，重新开始
- 012 果断决策的能力，与一个人的才能密切相关
- 013 粗陋地工作摧残理想
- 014 好的做事方式可让“拒绝”冠冕堂皇
- 015 要迅速果断地处理事务
- 016 内心平衡是幸福的秘密所在
- 017 获得优雅的举止必须注意提高自我修养
- 018 最富有的人是拥有健康人格的人
- 019 青年拥有欢乐，老年拥有回忆

### 第十章

- 内心足够强大，走到哪都不怕
- 001 集中精力追求一项值得追求的事业
- 002 每天都结交一些希望你好的人
- 003 人生最大的挑战之一是如何保持对生活的激情
- 004 懂得舍弃，才能身轻如燕地前行
- 005 依靠自己的思想力量创造奇迹
- 006 坚定信念，持之以恒
- 007 努力追寻灵魂的期盼
- 008 踏实挣钱，节俭用钱
- 009 人生最无可奈何的体验是停止前行
- 010 志存高远，人生是靠希望来支撑的
- 011 随心所欲，做个快乐人
- 012 心存美好
- 013 储存能促进自己心灵健康的思想
- 014 真诚待人会赢得尊重，获得快乐
- 015 拥有智慧还不够，还要有好品性
- 016 不要让忧郁占据你的心灵
- 017 向着混沌与黑暗勇往直前

## <<内心强大的心灵咒语>>

### 章节摘录

版权页： 第一章世界如此无常，你要内心强大 001身处逆境也要含笑面对 身处逆境时，有人会含笑面对，有人就溃不成军。

前者会是成功者，因为他们乐观面对逆境，具有成功的潜质，而更多人像后者，一遇逆境便沮丧、失望，这种人很难走向成功。

——奥里森·马登《怎样快速增长你的财富》 002运用自我暗示，增强自信 无论别人如何评价你的能力，你绝不能怀疑自己是否拥有成就一番事业的能力，你绝不能对自己能否成为杰出人物心存疑虑，要尽可能地增强你的信心，在很大程度上，运用自我暗示能使你成功地做到这一点。

——奥里森·马登《自我暗示的神奇魔力》 003在看不到希望的情况下也要不懈奋斗 尽管成功对那些不辞辛劳为理想而奋斗的人们来说，是一种酬劳，但他们的与众不同之处，就在于经常在看不到任何成功希望的情况下，仍然能够不懈奋斗。

——塞缪尔·斯迈尔斯《勇者无惧》 004真正的男人不怯于任何困难 一个真正的男人，面对生活毫不胆怯，昂首阔步，意志坚定，敢于向任何困难挑战。

他们即使身处逆境，也会奋勇向前。

——奥里森·马登《你能借鉴的成功致富经》 005要取得成功，不能缺少坚毅 有坚毅品质的人，才能够终日奔波而不知疲倦，生活困顿而不悲观沮丧。

一个想成就大事的人，坚毅的秉性是他的首要特质，若想获得事业的成功，或许可以缺少其他品质，但绝对不能少了坚毅。

——奥里森·马登《增长财富需要的个性特征》 006人生好比一所磨炼的大学 人的整个一生，就好比一所磨炼的大学，男人和女人就是这所学校的学生。

正如在学校学生信任的教育一样，在人生这所磨炼的大学校园里，人们也要充分地信任它给我们的“教训”。

我们也许并不理解这些“教训”，可能还会认为，学好它们很艰难，尤其是当这些经验教训的“老师”是磨难、悲伤、诱惑和困难时。

即使如此，我们不仅要接受这些“教训”，而且必须把它们视做上帝赐予我们的神圣指令。

——塞缪尔·斯迈尔斯《宝剑锋从磨砺出》 007成功从困境中取 那些努力奋斗的人，往往是在困境中取得成功的。

——奥里森·马登《你能借鉴的成功致富经》 008不要等待机会降临，要去创造机会 这个世界有数不清的工作等待着人去完成。

人类的本性非常特别，往往只是一句让人高兴的话或者一点微不足道的帮助，就能够使他人走出困境，或者为他们的成功铺平道路。

我们每个人都拥有诚实、热忱与坚韧的品质，这些品质都是最有价值的。

无数伟人已经为我们树立了良好的榜样，鼓励我们大胆前行。

而每一个崭新的时刻，都会给我们带来很多新的机遇。

不要等待机会的降临，而要去创造机会。

——奥里森·马登《抓住你的机遇》。

<<内心强大的心灵咒语>>

编辑推荐

## <<内心强大的心灵咒语>>

### 名人推荐

从前的时代，由于印刷的困难，一个人毕生只能读到不多的几本书，于是反复阅读，终身受用不尽。现在不同了，出版物如汪洋大海，席卷而来。

每月都有许多新书上架，即使浅尝辄止，仍是目不暇接。

印刷业的发达必然导致阅读的浮躁。

哪怕明知名著的价值非一般书所可比拟，也沉不下心来读它们，很容易把它们看做众多书中的一种罢了。

回想起来，真是舍本求末，损失莫大矣。

——著名学者 周国平

<<内心强大的心灵咒语>>

版权说明

本站所提供下载的PDF图书仅提供预览和简介，请支持正版图书。

更多资源请访问:<http://www.tushu007.com>