

<<人生是一场修行>>

图书基本信息

书名：<<人生是一场修行>>

13位ISBN编号：9787507534726

10位ISBN编号：7507534723

出版时间：2011-5

出版时间：华文

作者：王丽丽

页数：199

字数：100000

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>

## <<人生是一场修行>>

### 内容概要

人生在世本身就是一件不容易的事情，每一个生命都有属于自己的、与众不同的意义和痕迹，而这种意义和痕迹是其他人无法取代的。

于是，《人生是一场修行》的作者王丽丽精心写了这样一本凝聚人生智慧的书，提炼并且汇聚了把握人生的哲学道理，充分利用人生的智慧箴言，并且将之与故事有机结合，通过浅显易懂的语言向读者展示出来，使读者在轻松阅读之余获得更多、更有益的启迪。

作者希望，读者能够通过对《人生是一场修行》的阅读，学会从容地应对人生中的种种问题，更深刻地理解和把握人生。

同时，更希望在读者未来的人生中，多一些成功，少一些懊悔；多一些精彩，少一些落寞；多一些积极，少一些懈怠。

## <<人生是一场修行>>

### 书籍目录

第一篇修炼自我，做自己人生的掌舵者  
把命运掌握在自己手中  
境由心生，相信自己  
拯救自我  
做命运的主人  
作茧自缚与破茧成蝶  
欣赏自己：我独一无二  
遇见未知的上帝  
自信的力量  
天行健，君子当自强不息  
擦亮心里的镜子  
第二篇修炼韧性，每次成功都是一次长途赛跑  
锲而不舍之美  
心理的较量  
坚持到最后一分钟  
一旦选择决不动摇  
失败，意味着仍在征途  
承担压力，赢得成长的机会  
优柔寡断，只会消磨人的意志  
坚守自己的一颗心  
第三篇修炼知行，行动是最好的力量  
有目标的种子好结果  
宏伟目标，需要小行动支撑  
做好小事，成就大事  
认清目标，认识你自己  
不同方向，别样人生  
谨言慎行，成功者的行为准则  
第四篇修炼心态，取舍之间成就境界  
人生减法，一场取与舍的权衡  
完美树叶，取舍于心  
塞翁失马，焉知非福  
遗憾的人生，才是完整的人生  
梦想，成就于取舍之间  
智者抉择，深谋远虑  
第五篇修炼身心，把健康当作生命的责任  
健康是“1”，财富是“0”  
健康是财富达不到的境界  
简约，成就最健康的生活  
少一分焦虑，多一分惬意  
修身养性，善待心态  
只要活着就有希望  
用运动规划生命  
心灵宁静，生命更远  
第六篇修炼爱，我们活着的最终意义  
谁是你一生中最重要的

## <<人生是一场修行>>

每一朵花都会因等待而枯萎  
来世不爱，今生不离  
真情付出，大爱无疆  
爱，是放下的成全  
给亲情估价  
家，是漂泊的归宿  
第七篇修炼智慧，命运随时可以改写  
学习是一辈子的事  
想成为什么样的人，就结交什么样的人  
学无常师，多方请教  
吾生有涯，而知也无涯  
每一分钟都无法重来  
尽快成为你那一行的专家  
第八篇修炼幸福，享受人生的苦与乐  
幸福不需要证明  
爱情如水，幸福如沙  
知足常乐，最简单的幸福方法  
活在当下，珍惜今生  
没有人施舍给你快乐  
财富，不是幸福的源泉  
享受过程，幸福的最终答案  
少一点抱怨，就多一点快乐  
幸福没有想象那样遥远

## &lt;&lt;人生是一场修行&gt;&gt;

## 章节摘录

版权页：每个人都有困惑迷茫的时候，由此会产生自卑、沮丧等负面情绪，这是人之常情。

如果人们不及时地脱离这些负面情绪，就会沦为情绪的俘虏，甚至不战而败，而有些人则能巧妙地化解这些负面情绪，不仅丰富了自己的人生阅历，也增加了自己冲击成功的资本。

当人们身陷困境时，如何处理负面因素，是决定成败的关键因素，而这其中的主动权则掌控在你自己的手中。

剑桥大学的教授们经常这样告诫自己的学生：“自卑是成功的劲敌。

”一个人若想在某个领域中获得成功，自信心是必备的条件之一。

如果过于看重别人的评价，仅因为自己的一小点缺陷就自责不已甚至深深自卑，必然会影响正常的生活节奏。

有的人在情绪低落时，总是期望得到别人的肯定和赞美，却忽视了最好的肯定者是自己，最好的赞美者也是自己。

正如一位成功人士所言：“不要在意别人对你的看法，因为这些看法会成为你的包袱。

我从来不为自己得不到别人的喝彩而忧虑，因为我会随时将赞美的掌声献给自己。

”不应将改变自己的希望寄托到别人身上，而应随时告诫自己，只有自己才能拯救自己。

任何一个人都会在自己的学习和工作中遇到艰难坎坷、曲折磨难，也会失意迷茫、痛苦彷徨，其实这一切都没有人们想象中的可怕，正是因为人们对自己失去了信心，才使这些困难被无限放大。

因此，最可怕的是自己否定自己。

如果面对困难失去信心，会使自己在困难面前变得懦弱可欺，困难成为强势者，会最终将自己打到。

如此看来，打败自己的不是困难，而是懦弱的自己。

一次，剑桥大学的两位学生在教授的带领下，深入一个溶洞进行考察。

在当地人们的传说中，这个溶洞有着可怕的“魔力”。

以前曾有人壮着胆子走进溶洞，但是都一去不返，从此杳无音讯。

当地人都把溶洞看作是“魔洞”，而剑桥大学的师生却丝毫不畏惧，义无反顾地走进了溶洞。

师生们开始了漫长的溶洞之旅，随身携带的计时器告诉他们，他们已经在那个暗无天日的溶洞中行走了14个小时。

就在此时，他们被眼前的一幕惊呆了：这是一座水晶岩洞，足足有半个足球场大，到处晶莹剔透、璀璨夺目。

师生三人兴奋异常，他们飞奔过去，欣赏、抚摸、研究着这座迷人的水晶岩洞。

然而，当他们激动的心情逐渐平静下来时，其中那个负责刻画路标的学生突然惊叫到：“我刚刚忘记了刻画箭头！”

”此时，师生们环顾四周，发现水晶岩洞周围布满了形态各异、大小不一的洞口。

这些洞口交错在一起，洞洞相连，宛如迷宫。

师生三人在水晶岩洞内彷徨了很久，都没有找到任何可以回去的道路。

## <<人生是一场修行>>

### 编辑推荐

《人生是一场修行》：像朝圣者一样努力向前行走，每个人都有自己的香格里拉，在今生今世，努力而认真地活着不欺骗生活，不放纵自己，仔细倾听自己内心的声音。

困难、挫折、失败……发生在我们身上的每个人生课题。

都是生命修行的必由路。

虔诚地奋斗，坚韧地拼搏，智慧地取舍，成功不是某个终点。

而是一条修行路途。

<<人生是一场修行>>

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>