

## <<寂寞的人生不平淡>>

### 图书基本信息

书名：<<寂寞的人生不平淡>>

13位ISBN编号：9787511234506

10位ISBN编号：751123450X

出版时间：2013-1

出版时间：光明日报出版社

作者：于春红，李世强 编著

页数：244

字数：165000

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>

## <<寂寞的人生不平淡>>

### 前言

这是一个寂寞的时代、一个孤独的时代，曾几何时，“寂寞”成了一个曝光率极高的词汇，每天有成千上万的人在寂寞中迷失自己，然而，以淡然的心境处之，寂寞真的令人孤寂痛苦吗？

寂寞并非流落街头的颓废，也非借酒消愁的沉沦，更不是真正的孤独和寂灭。

寂寞是一种不跟风、不逐流、不拷贝他人生活的淡定的心境，是一种惬意的生活方式。

每一个寂寞的时刻都演绎着不平淡的故事，每一段寂寞的时光都体现着生命的别样精彩。

如果我们不能学会享受寂寞，不能体会寂寞中不平淡的生活，那么，我们的精神家园将会长满杂草，我们的心灵净土将会被恶念玷污，我们的生命底线也会被欲望侵占。

相反，如果我们能在寂寞中体会出不平淡的人生，我们就会对生活中的痛苦和快乐有更深层的感悟，我们的精神和灵魂将再次得到升华，我们的人生将会生发熠熠光采。

寂寞是一种思绪，一种情致，一种意韵。

寂寞无须是情人离去后的孤独，为了坚守爱情，使自己忧伤；无须是官场失意时的痛苦，为了争名夺利，使自己对世界产生种种无奈。

寂寞，只是流过的光阴岁月中一个深深的剪影，只须是马路边华灯初上的一个背影，街角旁昏暗烛火中的一杯青涩浊酒，月夜下灯火阑珊处的一段真实的路程……寂寞，不必用过多华丽的篇章加以修饰，它只是一个灵魂为找回自我的一段漫长的等待。

宠辱不惊，看庭前花开花落；去留无意，望天空云卷云舒。

花儿开了又谢了，云朵飘来又飘走，春雨降了又停了。

曾经在幽幽暗暗反反复复中追问，才知道平平淡淡从从容容才是真。

寂寞并非一件坏事，平淡是幸福的源泉。

品味寂寞，享受淡定。

这何尝不是一种人生的境界，一种浮华人世间的别样完美……希望读者在直面寂寞，品味寂寞的同时，能在寂寞中审视自己、发掘自己，在寂寞中找到一种人生的超越与救赎。

## <<寂寞的人生不平凡>>

### 内容概要

人生要耐得住寂寞，偶尔的寂寞会是一剂清醒剂，让你更好地面对喧嚣的尘世。当一个人把寂寞当作人生预约的美丽，怀着淡定从容的心态去面对，也就没有真正意义上的寂寞了。若能够学会走出寂寞，把生活调节得有滋有味，那你一定会是个幸福的人。因为耐得住寂寞，所以成功；因为耐得住寂寞，所以幸福。读懂寂寞的人，一定是最坚强、最有魅力的人。

寂寞是成功前的蓄积，只有耐得住寂寞，才有时间和精力去刻苦钻研，认真陶冶。少了物质的羁绊，少了心灵的纷扰，做事情就会更加投入和专注。寂寞不一定都能通向成功，但所有的成功必有一段在寂寞中奋争的过程。

《寂寞的人生不平凡》是一本撼动亿万读者心灵的励志读本。

## <<寂寞的人生不平淡>>

### 作者简介

于春红，心灵励志导师、心理咨询师，长期从事心理咨询与辅导，出版过多部心灵励志作品。

李世强，长期从事图书策划出版工作，曾策划出版《感谢折磨你的人》、《与心灵对话——改变你一生的60个心理实验》、《每天学点宽心的活法》等众多图书。

## <<寂寞的人生不平淡>>

### 书籍目录

前言

第一章 珍惜现在最美好的时光

父亲，我好想陪你醉一回

难以割舍的情感

两颗真心的结合没有障碍

我们的那些不期而遇

没有遗憾怎会懂得珍惜

我的瓶子在哪里

把爱一天天的延续下去

第二章 繁华总在寂寞之后

有一种寂寞叫青春

佛罗伦萨他是谁

千年的等候

是谁扼杀了他的爱情

我的爱已不在服务区

今天的饭菜可口吗

春天来临时的第一片绿叶

第三章 喜欢并不一定非要得到

我的爱至死不渝

不属于你的，就笑着遗忘

我想和你跳一支舞

庆幸没有在青春美貌时相见

珍惜野百合的春天

相爱的人心永远在一起

第四章 唯有放下才可开出心灵之花

那些爱已一去不返

让谎言的花，结下美丽的果

你的青春我路过

把爱装进幸运星里

一张餐桌的距离

莫为错过太阳而哭泣

第五章 让清静与寂寞相伴

中国的吉普赛人

你又迟到了

我愿为你早起89年

让我再陪你走一回

你明白爱的意义吗

做好爱情这道填空题

绿茶的味道

第六章 莫让你的灵魂疲惫不堪

故乡大地的恩惠

我的村庄我的家

我离向往有多远

远方的青春是否一路走好

用花香舒缓心灵的疲惫

## <<寂寞的人生不平淡>>

### 第七章 用爱填满寂寞的心

爱要怎么证明  
爱情就是一双鞋  
爱，是一个伟大的奇迹  
一生只为一句简单的话  
不要忽视她为你做的一切  
爱情是个什么滋味  
谁在唱响红豆情歌  
等着你，宝贝

### 第八章 莫让诱惑毁掉幸福

珍藏着的那些白发  
花生米的爱情有多重  
我的眼泪是否因为那盘葱  
用脚感受婚姻这双鞋  
一颗金子一般的心  
窗外传来的桂花香味

### 第九章 有一种爱经不起伤害

有一种无私的爱叫亲情  
继母的账本为了谁  
我，真的那么忙吗？

来的太迟的剃须刀  
红烧肉的诱惑  
躺在峡谷里的那条船

### 第十章 为心灵寻找一分宁静

心中无色，才能坦然  
弘一法师的慈悲之爱  
再好的橘子，也有人不喜欢  
快乐就是这么简单  
菊花折后的满村花香  
万事看开，才会心灵宁静  
他背后的那个女人  
做一颗淡定从容的安心草  
调适心弦，坦然面对

### 后记

## <<寂寞的人生不平淡>>

### 章节摘录

第二章 繁华总在寂寞之后青春其实就像一件华丽的外衣，伴着我们的青葱岁月而过，当我们敛去曾经的稚嫩后，迎来的便是成熟。

在往后这份平淡岁月的磨砺中，我们能够默守一生，如溪水般沉寂到老。

其实，寂寞之后就是繁华。

千年的等候爱情不是索取，也不是占有，穿梭时空，历经千年的轮回，方才明白爱情的真谛，那是一种忍耐，是一种无私的奉献。

有一个每天向佛祖祈祷的女孩，她希望有一天能再次看到她的心上人。

她的诚心打动了佛祖，佛祖显灵了，佛祖说：“你想再见到踏青时那个惊鸿一瞥的俊美男人吗？”

女孩说：“是的！”

我只想再看到他一眼！

佛祖提醒说：“你要放弃现在的一切，包括爱你的家人、亲友和幸福的生活！”

女孩说：“我能放弃！”

佛祖说：“你还必须修炼500年道行，才可以见他一面，你不后悔？”

女孩说：“我不后悔！”

于是，女孩变成了一块石头，静静地躺在荒野外。

多年的风吹日晒，苦不堪言，但是女孩都觉得没有什么。

难受的是这500年没有见到一个人，看不见一点希望，这让她快崩溃了。

最后一年有个采石队来了，看中了她的巨大坚实，把她变成了一块巨大的条石，运进了城里。

他们正在建一座桥，于是，女孩变成了桥的护栏。

就在石桥建成的第一天，女孩看见了那个等了500年的俊美男人。

他行色匆匆，像有什么急事，很快地从石桥中间走过了。

当然，他不会发觉有一块护栏上的石头正目不转睛地望着他，男人又一次消失了。

再次出现的是佛祖，佛祖说：“你满意了吗？”

女孩说：“我还是不满意！”

为什么我只是桥的护栏，如果我被铺在桥的正中间，我就能亲自用身体碰到他了，我就能爱抚他一下！

佛祖说：“你想爱抚一下他吗？”

那你还得再修炼500年！

女孩说：“我情愿！”

佛祖说：“你吃了这么多的苦，你不后悔？”

女孩说：“从来都不后悔！”

于是，女孩又化为一棵大树，站在一条人来车往的官道上，每天经过女孩身边的人有很多。

她每天都在仔细观望，但这更难受，因为无数次满怀希望地看着每个人，但又无数次地失望。

要不是有前500年的修炼，相信女孩早已崩溃了！

日子一天天地过去了，女孩的心逐渐平静了下来，她知道不到最后一天，他是不会出现的。

又是一个500年！

最后一天女孩知道他会来的，但她心中竟然波澜不惊，不再激动了。

他依旧穿着白色长衫，俊美的脸庞，女孩痴痴地望着他。

这一次，他没有急匆匆地走过，因为天气太热了，他注意到路边有一棵大树，那浓密的树荫很诱人，休息一下吧，他这样想。

他走到大树跟前，望着树根，微微地闭上了双眼，他躺下睡着了。

女孩抚摸到了他，他就偎依在女孩的身边！

但是她无法告诉他这千年的相思，她只有尽力用树荫为他挡住更多的阳光和燥热。

人间必有真情在！

千年等待是柔情！

## <<寂寞的人生不平淡>>

男人只是休息一小会儿，他还有事办。

他站起身来，拍拍白色长衫上的灰尘，又稍微抚摸了一下大树的树干。

大概是为了感谢大树给他带来的清凉吧，然后他头也不回地走了！

就在他消失于女孩视线外那一刻，佛祖又出现了。

佛祖说：“你是不是还想成为他的妻子？

那你还得修炼！

”女孩平静地打断了佛祖的话：“我想，但现在不必了。

这已经很好了，爱他，但并不一定要做他的妻子！

”女孩接着说：“他的妻子是否也有我这样受苦的经历？

”佛祖微微地点头。

女孩也微微地点头：“我也能做得到，但现在不必了。

”就在这时，女孩发现佛祖微微地叹了一口气，女孩有几分诧异：“佛祖也有未了的心事？

”佛祖露出了笑容：“很好，有个男孩可以少等1000年了。

他为了能够见你一眼，已经修炼了2000年了。

”爱不是索取和占有。

爱是一种肚量，是一种忍耐。

独守一份清静，在匆忙时间的流逝中品味一份落寞，或许你就能在这漫不经心的闲暇中，真正地悟出人生的真谛。

## <<寂寞的人生不平凡>>

### 后记

后记 人生在世，忙忙碌碌，也许会有光辉与荣耀，也许会有艰难与坎坷。浮华人世间，蓦然回首，心中总有一种莫名的空虚，一种莫名的寂寞，仿佛灵魂超出躯体，无法找到合适的归宿。

人生是寂寞的，生活是平淡的，我们要学会在平淡中寻找快乐，享受幸福。生活犹如一杯透明的淡淡的水，无须太多华丽篇章的修饰。但在生活的背后，我们要学会寂寞，学会选择寂寞，学会了解寂寞的意韵，学会寻找自我，发现自我，展现生命应有的精彩。

淡定的人能随时代的脚步不断调整自己的生活节奏，能尽快适应节奏轻快的社会变迁。不管外面如何风卷云涌，不管沧海桑田如何变幻，他们的内心深处总是一派处变不惊、安详宁静的意境。

耐得住寂寞的人，更能体现人生的深沉和静美。在寂寞中学会思考，使自己变得更加成熟；在寂寞中学会感悟，让自己的人生更加辉煌。幸福得轻狂，不如寂寞得深沉，享受简简单单的寂寞和平淡，等待着幸福来敲门。

本书为读者呈现了无数憾人肺腑的人生小故事。本书编撰过程中，得到了许多朋友的大力参与和支持。我们要衷心感谢将激励人心的故事记录下来的人，让我们从字里行际会久违的感动。由于时间所限，如有未联络到的有关内容原创者，可与我们取得联系，以便我们及时奉送相关酬劳。在此，我们也向正在阅读此书的读者，一并表示由衷的感谢，希望读者能从书中获得心灵的启迪与升华。

编者

## <<寂寞的人生不平淡>>

### 编辑推荐

《寂寞的人生不平淡》编辑推荐：撼动亿成读者的心灵成长抚慰书，温暖滋润迷茫寂寞的心灵，唤醒强大生命的正向能量，都市人的心灵拯救书，喧嚣浮华中的修行书，让寂寞的灵魂找到回归的路。

<<寂寞的人生不平淡>>

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>