

<<没有浮躁的世界>>

图书基本信息

书名：<<没有浮躁的世界>>

13位ISBN编号：9787511303875

10位ISBN编号：7511303870

出版时间：2010-7

出版时间：中国华侨出版社

作者：倪先平

页数：245

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>

<<没有浮躁的世界>>

前言

一位年轻人事业屡屡失败，于是千里迢迢来到普济寺，慕名寻到老僧释圆。

他沮丧地对老僧释圆说：“像我这样屡屡失意的人，活着也是苟且，有什么用呢？”

老僧释圆静静地听这位年轻人叹息和絮叨，并没有回答他的问题，而是吩咐小和尚：“施主远道而来，烧一壶温水送过来。”

不一会儿，小和尚送来一壶温水，释圆抓了一把茶叶放进杯子里，然后用温水沏开，放在年轻人面前的茶几上，微微一笑说：“施主，请用茶！”

年轻人俯身看看杯子，只见杯子里微微地袅出几缕水汽，那些茶叶静静地浮着。

年轻人不解地询问释圆：“贵寺怎么用温水冲茶？”

释圆微笑不语，只是示意年轻人说：“施主，请用茶吧。”

年轻人只好端着杯子，轻轻呷了两口。

释圆说：“请问施主，这茶可香？”

年轻人摇摇头说：“这是什么茶？”

一点茶香也没有。

释圆微微一笑，吩咐门外的小和尚：“再烧一壶沸水送过来。”

于是，小和尚又提来一壶沸水，释圆起身，又沏了一杯茶，年轻人俯身去看杯子里的茶，只见那些茶叶在杯子里上上下下地沉浮，随着茶叶的沉浮，一丝清香便从杯里袅袅地溢出来，沁得满屋津津生香。

嗅着那清清的茶香，年轻人禁不住端起杯子呷了起来。

释圆看罢微微一笑，问道：“施主可知前后两次，茶均为一种，却为何茶味迥异吗？”

年轻人思忖说：“一杯用温水冲沏，一杯用沸水冲沏，用水不同吧。”

释圆笑笑说：“用水不同，则茶叶的沉浮就不同。”

用温水沏的茶，茶叶就轻轻地浮在水面之上，茶叶怎么会散溢它的清香呢？

而用沸水冲沏的茶，沉浮几次，最终沉入杯底，香气融入水中，茶叶自然就释出了它的清香。

茶叶如此，世间芸芸众生亦是如此。

那些心态浮躁的人就像温水沏的淡茶在水面悬浮着，无法弥漫出他们生命和智慧的清香；而那些能够耐得住寂寞，栉风沐雨，却仍能持有一颗良好心态的人，就像被沸水沏了一次又一次的酽茶，在风风雨雨的岁月中沉沉浮浮，终会溢出生命的脉脉清香。

现在很多人都在说：这是个浮躁的年代。

的确，眼下世人的心态普遍呈浮躁状。

或许是受潮流的影响，或许是受各种媒体鼓动与导向的作用，或许是受利益的驱动以及人们之间的相互影响……总之，浮躁气盛，前所未有的。

浮躁，说得直白一些，就是心浮气躁，在字典里的解释是：“急躁，不沉稳。”

它是人们前进的绊脚石。

顺境时，它使人心高气傲，忘乎所以；逆境时，它让人心灰意冷，随波逐流。

它是一种腐蚀剂。

能使人们的思想、作风偏离正道，昂扬向上变得消极攀比，团结奋进变得松懈懒散。

它更是人们加快发展的大敌。

能使人失掉最宝贵的求实精神和严谨的态度，失掉最需要的实干精神和创新精神，使得人们谋划工作时不能从实际出发，不能按照客观规律办事，也会使难得的机遇白白丧失。

浮躁是一种不良情绪，是一种不可取的生活态度。

想要获得事业成功和生活幸福，就一定要驱除心灵的浮躁！

<<没有浮躁的世界>>

内容概要

浮躁就是一种冲动性、情绪性、盲目性相交织的病态社会心理，是一种不良的处事态度。

浮躁的人通常轻浮，急躁，不沉稳，不冷静，不踏实，对待生活和事业缺乏“执着”的精神和持久的耐力。

浮躁容易使优秀的人变得平庸、使聪明的人变得愚蠢、使胜利者跌入失败的深渊。

如果我们不加制止，任由浮躁滋生，那么我们的价值取向和行为规范便会发生倾斜，甚至最后发展到人格的严重扭曲。

所以，我们一定要认识到“浮躁”的危害，反省自己，战胜“浮躁”！

<<没有浮躁的世界>>

作者简介

倪先平：江西吉安人，在部队任职多年，锻炼出了坚韧果断、勤于思考的优秀品格。从商数十年，眼光独到、待人以诚，曾在多个行业多有斩获。现为北京慧教峰文化公司总经理，笔耕不辍，著有《员工成长的14种能力》、《影响一生的财商法则》、《修炼卓越自我》、《人生智慧全集》、《选择之道》等畅销书。

<<没有浮躁的世界>>

书籍目录

前言上篇 别让浮躁害了你 第一章 我们为什么浮躁 1. 急于求成 2. 贪婪的物欲 3. 攀比心理在作祟 4. 不能坦然地面对得失 5. 总想不劳而获 6. 过分追求完美 7. 盲目地坚持 第二章 浮躁的表现 1. 频繁跳槽 2. 浅尝辄止 3. 逃避责任 4. 好高骛远 5. 骄傲自满 6. 一味盲从 7. 轻易放弃 第三章 浮躁是人生的大敌 1. 浮躁是成功的绊脚石 2. 浮躁是思想的腐蚀剂 3. 过分焦虑会危害身心健康 4. 浮躁让人们变得冷漠 5. 爱情观的浮躁导致婚外情 6. 浮躁的极至是自杀中篇 试去心灵的浮躁下篇 脚踏实地, 让我们告别浮躁

<<没有浮躁的世界>>

章节摘录

1.急于求成浮躁是人类普遍的状态。

它像梦魇一样，时时缠绕着、影响着我们，成为我们走向成功、幸福和快乐人生的最大敌人。

浮躁产生的原因之一就是由于做事太急于求成。

有这样一个故事：从前有个农夫，在地里种下了两粒种子，很快它们变成了两棵同样大小的树苗。

第一棵树开始就决心长成一棵参天大树，所以它拼命地从地下吸收养料，储备起来，用以滋润每一个细胞，盘算着怎样向上生长，完善自身。

由于这个原因，在最初的几年，它并没有结出果实，这让农夫很恼火。

而另一棵树同样也拼命地从地下吸取养料，打算早点开花结果，它做到了这一点，这使农夫很欣赏它，并经常浇灌它。

时光飞转，那棵久不开花的大树由于身强体壮，养分充足，终于结出了又大又甜的果实。

而那棵过早开花的树，却由于还未成熟便承担起了开花结果的任务，所以结出的果实苦涩难吃，并不讨人喜欢，而且自己也因此累弯了腰。

农夫诧异地一叹了口气，终于用斧头将它砍倒，当柴烧了。

这里，由于另一棵树太过于追求结果，衍生出浮躁情绪，没能够等待身体积蓄足够的养分，就过早地承担起开花结果的任务，其结果必然导致失败。

同样生活中，如果我们不能静下心来，脚踏实地地工作，而是一味地追求结果，也会使我们多走弯路，甚至会事倍功半。

高尔夫球初学者叶京就是犯了这样的错误，所以他在学球的过程中，总共打了3个月，但受伤的时间却足有4个月。

他的教练对此幽默地说：“他太想给我惊喜了！”

叶京是个很聪明的人，教练通过对他的初级教学，发现他人门很快，于是就给了叶京“你能打这球”的评价，谁知这句话就像是一注兴奋剂，让叶京信心大增，也开始了自我“摸索”的过程。

叶京爱琢磨，没事的时候就在想：这样打行不行呀？

那样打行不行呀？

总追求远，看别人打得远就着急，总想按照职业选手的目标来要求自己，太急于求成了，每天都逼自己打500个球，而且都是在没有教练的情况下偷着练，所以就进入了误区，结果球技没有长进多少，反而弄得自己后背都是伤。

面对伤痕累累的自己，叶京颇有些无奈，而教练对这个“举一反三”的学生也是哭笑不得：“叶京很聪明，总想自己发挥，给教练长长面子，有时到了球场也不做准备活动就下场，更严重的是，他一受伤非但不在家好好养着，居然还想用以毒攻毒的方法把伤治好，结果只能是越来越重。”

中国有句俗话，叫“心急吃不了热豆腐”，说的就是这个道理。

一个总是急于求成的人，就不可能踏实下来做事，不尊重事物发展规律，往往也就不能达到自己的预期效果，而这种“理想”与“现实”的差距势必会带来浮躁。

所以，消灭浮躁情绪，首先要克服这种急于求成的心理。

如果想要达到你的预期目标，不妨静下心来，放远眼光，注重自身知识的积累，厚积薄发，事情自然就会水到渠成。

2.贪婪的物欲乞丐：能不能给我一百块钱？

路人：我只有八十块。

乞丐：那你就欠我二十块钱吧。

路人：……这是一个关于贪婪的非常经典的小故事。

故事中的“乞丐”正代表了现实生活中相当一部分人。

这些人总以为是上苍欠他们的，总觉得老天爷给的不够多、不够好，贪婪的物欲早已取代了感恩之心。

诚然，随着我国经济的快速发展，人们生活水平不断提高，于是，一些人的欲望也开始膨胀，不满足于自己的现状，有房的，想换更大的房；有车的，想换更好的车；有钱的，想赚更多的钱……常言道

<<没有浮躁的世界>>

，我不甘平庸，我应该拥有更多的物质和精神财富，于是贪欲带来了更多的浮躁……法国杰出的启蒙哲学家卢梭认为现代人物欲太盛，他说：“十岁时被点心、二十岁被恋人、三十岁被快乐、四十岁被野心、五十岁被贪婪所俘虏。

人到什么时候才能只追求睿智呢？

”

<<没有浮躁的世界>>

后记

通过对本书的阅读，我们知道了浮躁是一种不良情绪，是一种不可取的生活态度。

它能使优秀的人变得平庸，使聪明的人变得愚蠢，使胜利者跌入失败的深渊。

如果一个企业浮躁，这个浮躁的企业终会没落；如果一个人浮躁，这个浮躁的人终会失去自我。

做学问也好，办企业也罢，以及自谋生路，都来不得半点浮躁。

在你经历了失败和多次的不如意之后，不妨想一想，“我的心是否浮躁”，“我为什么会浮躁”，“怎样才能驱除心灵的浮躁”……不要灰心，不要气馁，寻找到了原因，你的精神就会振作起来，你就会开始新的突破，当你终于发现，浮躁是可以战胜的，那么你就会感受到内心深处蕴藏着巨大的潜力

。拍去身上的尘沙，便可抛却心中的浮躁！

<<没有浮躁的世界>>

编辑推荐

《没有浮躁的世界》编辑推荐：浮躁是心灵的尘沙，是人生路上的绊脚石。

洗濯心灵的最新读本今天，你还在浮躁吗？

没有浮躁=提升自我+事业成功+生活幸福我们每个人的内心，都潜伏着一个思想大敌——浮躁！

<<没有浮躁的世界>>

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>