

<<人生的冷暖取决于心灵的温度>>

图书基本信息

书名：<<人生的冷暖取决于心灵的温度>>

13位ISBN编号：9787511314567

10位ISBN编号：7511314562

出版时间：2011-11

出版时间：中国华侨出版社

作者：韩彪

页数：257

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>

## <<人生的冷暖取决于心灵的温度>>

### 内容概要

我们不能改变人生的长度，但是可以改变它的宽度；我们不能改变人生的高度，但是可以改变它的温度。

人生像一只温度计，虽然我们不能改变它的本质，随意地调节温度，但是心灵的温度就是围绕在温度计周围的空气。

我们可以改变心灵的温度，从而温暖我们的人生，心灵的温度，能让你心若冰霜，也能够给你的人生足够的温暖。

无论挡在我们面前的是什么，无论我们的内心斗争多么激烈，我们是什么样的人，取决于我们选择做什么样的人。

## <<人生的冷暖取决于心灵的温度>>

### 书籍目录

#### 第一章 0 心灵：愤怒——愤怒和悲哀一样，也是一种软弱

1. 抛却愤怒，别忘却你本来的目的
2. 人生短暂，生气不如争气
3. 保持冷静，用清泉浇灭怒火
4. 交给时间，让时间帮你消气
5. 以柔克刚，理直但要气和
6. 切莫愤怒，冲动是魔鬼
7. 如水倾地，让生气落人尘埃
8. 调节心境，别让环境勾起你的愤怒
9. 你只需要多忍让一分钟
10. 避免和消除愤怒的方法

#### 第二章 5 心灵：贪婪——贪婪是最真实的贫穷，满足是最真实的财富

1. 贪欲是一种毒药，谁喝了都无药可救
2. 做金钱的主人而不要做它的奴隶
3. 合理控制自己的欲望，生活才能够幸福
4. 无止境的贪婪，最终会使入迷失回来的路
5. 懂得适可而止，去除欲望少烦恼
6. 万事有度，过分贪婪使你失去更多
7. 欲望是条锁链，不可忽略那些贪婪的小事
8. 懂得放弃，适可而止莫贪婪
9. 学会自我约束，去除贪婪心理

#### 第三章 10 心灵：嫉妒——嫉妒是心灵的杂草，即使是天使也能堕落

#### 第四章 15 心灵：自傲——人之所以犯错误，不是因为不懂，而是自以为什么都懂

#### 第五章 20 心灵：虚荣——“面子”是心灵的重负

#### 第六章 25 心灵：自私——一滴水只有放进大海里才永远不会干涸

#### 第七章 30 心灵：猜疑——大胆产生勇气，多疑却产生恐惧

#### 第八章 35 心灵：懦弱——懦弱的人只会裹足不前，只有真正勇敢的人才能所向披靡

#### 第九章 40 心灵：忧虑——杞人忧天，永远是种悲哀

#### 第十章 45 心灵：自卑——先相信自己，然后别人才会相信你

#### 第十一章 50 心灵：冷漠——冷漠是人与人交往的枷锁

.....

## <<人生的冷暖取决于心灵的温度>>

### 章节摘录

有的人恃才傲物，目空一切，不把别人放在眼里，在他的眼中，除了自己便再放不下别人，认为自己才是最好的那个。

殊不知，有真才实学的人往往虚怀若谷，谦虚谨慎；而不学无术、一知半解的人，却常常骄傲自大，自以为是，好为人师。

明朝万历年间，明州奉化县出了两个远近闻名的人物：一个是沿街化缘的布袋和尚，一个是闭关修炼的净瓶居士。

他们行为古怪，胡言乱语，但当地人却把他们当作得道高僧。

有一天，一个好事的年轻人出于好奇，决定去拜访他们。

他先在一个又脏又臭的巷子里遇到了布袋和尚。

那个布袋和尚又矮又胖，像个皮球，随便躺在地上呼呼大睡。

年轻人邀请布袋和尚去吃饭，却让店里的小二端上一堆鸡鸭鱼肉，看布袋和尚怎么办。

结果那个布袋和尚双手合十，虔诚地念道：“因缘因缘！”拜完之后大吃大喝，毫不避讳，不过他吃每一样食物都要分出...点扔在布袋里，并冲年轻人笑笑。

“这样子也算是得道高僧吗？”年轻人失所望，又去拜访另外那个净瓶居士，希望他能给自己一点有益的启示。

年轻人到的时候，净瓶居士正在家里参禅悟道，他看年轻人来了就一言不发，提起茶壶往供奉的净瓶里倒水，水溢出来还不停手。

“居士，你的净瓶满了，怎么可能倒进茶去呢？”年轻人忍不住提醒他说。

“是吗？”居士继续倒茶，反问道，“那么你呢？”年轻人恍然大悟，忍不住感叹道：“果然是有道高僧！是我愚昧了！”“说来听听？”居士淡淡地问。

“大师是教我做人谦虚、有容乃大，不要骄傲自满，为知识所累；我参悟之后，才发现布袋大师也在教我吸取每天的经验教训，用心琢磨。

有了你们教给我的教诲，我就再也不用烦恼了。

”做人要谦虚，不要骄傲自满，应该“拿得起，放得下”才行。

“有容乃大”，吸取每天的经验教训，用心琢磨，你才能日趋圆满。

有的时候，那种有强烈的自卑感和坐井观天的人，也会产生盲目自大的心态，他们不是不把别人放在眼里，而是除了孤芳自赏以外从不用眼睛去观察外面的世界和外面的人，这样的人，不仅可悲，而且可笑。

.....

<<人生的冷暖取决于心灵的温度>>

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>