

<<人生最美是淡然>>

图书基本信息

书名：<<人生最美是淡然>>

13位ISBN编号：9787511316974

10位ISBN编号：7511316972

出版时间：2011-10

出版时间：中国华侨出版社

作者：纸墨飞花

页数：256

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>

## &lt;&lt;人生最美是淡然&gt;&gt;

## 前言

有人说，人生如水，幸福的味道要靠自己来调，放点醋，它是酸的，加点糖，它就会变甜。

也有人说，人生是一张白纸，怎样挥毫泼墨就成就怎样的风景，胸怀天下则会拥有天下，眼光狭隘就只能看见眼前那一尺见方的土地。

还有人说，人生如棋，楚河汉界就是我们驰骋的疆场，不管路途多么凶险，不管自己是不是孤身奋战，即使只是一个小卒子，也要勇往直前，绝不后退，落子无悔。

其实，人生究竟是什么样的并不重要。

是水也好，是纸也罢，即使是棋也要看自己的走法。

所以，最为重要的还是我们选择什么样的生活态度，让我们的人生旅程变得轻松愉悦。

我们每个人的心都是一颗晶莹剔透的水晶球，折射出我们七彩的人生。

生命的颜色有很多种，不光有赤橙黄绿青蓝紫，还有黑白灰等颜色，当我们的生命不再流光溢彩的时候，我们是否还能笑靥如花地迎接每一个清晨？

其实，快乐是一种习惯，当我们把笑当成一种习惯的时候，即使生命只剩下黑色，我们也能看到缤纷的世界，“不以物喜，不以己悲”，这就是淡然的人生。

淡然，能安抚你的内心，让你燃烧的怒火适时平息，还你一份愉悦的心境。

淡然，给你发现美的眼睛，不因自己的苛刻而忽略了身边的风景。

淡然，让寂寞的土壤绽放出的美丽的生命之花芬芳而悠久。

淡然，拔除你心灵的杂草，不攀比、不羡慕、不嫉妒，让你的心灵澄澈明净。

淡然，让你不再无谓地执著于追求错误的东西，人生之路从此峰回路转。

淡然，让你拥有一颗宽容的心，用你的慈悲引进爱的阳光。

淡然，让你心无旁骛地前进，不让后悔吞噬掉你努力向上的心。

淡然，让你的心胸豁然开朗，虽然错过了朝霞的绮丽，但你决不会错过月光的清辉。

淡然，让你微笑地面对生命的挫折，在寒风中开成一朵不败的傲霜花。

淡然，让你宠辱不惊看庭前花开花谢，去留无意看天上云卷云舒。

淡然，让你拥有大海般的胸怀，让世界成为你的舞台。

淡然，看起来是一种最为简单的生活方式，它却是人生中的至高境界。

拥有淡然的心境，便会忘却工作的疲惫、生活的烦恼、人生的忧愁。

然而，生活在钢筋水泥丛林中的人们，他们要还房贷、要买车，要供孩子读书，生活的重压让淡然变成了一种奢侈，在随波逐流中渐渐忘记了生命本身的意义，丢失了自己那颗本真的心。

《人生最美是淡然：都市身心灵修炼经典》正是针对这些问题，对我们的心灵进行的一次洗涤。

本书语言隽永、情景细腻，通过对人内心的透彻分析，结合一些小故事，讲出人生的大道理，文字灵动而深刻。

像一滴甘露，滋润慰藉你干涸的精神家园；如秋日的雏菊，美丽充盈你凋敝的心灵花园；是黎明前的一盏明灯，指引照亮你的生命旅程。

相信你在慢慢品味之时，或酣畅淋漓、或掩卷而思，心灵便在无声的滋润中得到了一次轻舞飞扬的释放，性情也在潜移默化中上升到另一种至高的境界。

## <<人生最美是淡然>>

### 内容概要

在平常，平凡，平淡的人生中，让自己拥有一份温柔的情愫，过着恬淡的生活，淡出一份情真意切的真情，淡出一份淡雅清香的韵味，淡出一份坦然宁静的心境，淡出一份淡泊名利的境界，淡出一份绵延悠长的爱意，淡出一份悠然自得的人生。

## <<人生最美是淡然>>

### 书籍目录

- 第1章 与其愤怒，不如淡然处世
  - 淡然的人生不生气
  - 心平气和，无欲便安好
  - 既然于事无补，何必大动肝火
  - 生气只会让你更加消极
  - 不要让琐碎之事吞噬快乐
  - 没人会欣赏你生气的面孔
  - 生气会让你离成功更远
  - 不必争一时之气
  - 别让冲动蒙蔽了你的心
- 第2章 接受不完美，心灵才自由
  - 淡然的人生不遗憾
  - 缺陷的人生也有鲜花和掌声
  - 缙缙的人生，遗憾是份不错的答卷
  - 学会欣赏不完美中的美
  - 缺憾是最真实的完美
  - 完美是心灵的重负
  - 为自己的独一无二喝彩
  - 学会宽容自己
  - 懂得欣赏自己
  - 随性生活，淡然处世
- 第3章 能享受孤寂，才能拥抱人群
  - 淡然的人生不寂寞
  - 拒绝诱惑、耐住寂寞，才能恪守心中的净土
  - 独处，聆听自己的心灵深处
  - 学会在独处中自安
  - 寂寞，是最艳丽的花朵
  - 虽然孤独，仍有欢喜
  - 等候成功，寂寞是不弃的伴侣
  - 卓越的成就离不开孤独和寂寞的淬炼
  - 今天的寂寞是为了明天的盛放
  - 友谊，滋润孤独心田的甘泉
- 第4章 没有相同的人生，何苦非要对比
- 第5章 改变不了世界，就改变看法
- 第6章 善待你的仇人，敌人自会消失
- 第7章 人生如棋，落子不悔
- 第8章 错过就错过了，得不到未必是好的
- 第9章 人生很短，所以才要微笑着生活
- 第10章 平淡对待得失，冷眼看尽繁华
- 第11章 伸出双手，就能拥有全世界

## <<人生最美是淡然>>

### 章节摘录

版权页：人生的天空既有风和日丽，也有风雨交加，我们的人生旅程中会出现许多意外，当我们的人生轨迹出现偏差的时候，一味地埋怨现实只会让自己陷入无以复加的烦恼中。

面对上天给我们的考验，我们要微笑着去迎接它，才能轻松地打败它。

当真正面对苦难这种事情的时候，其实每个人都能接受，就像本以为自己决不能忍受失明的塔金顿一样，因为学会了接受，学会了去改变这个事实，所以，他的人生并没有因此而成为灰色。

许多残酷的现实是我们无法回避、无法选择和无法改变的，面对这些现实，我们要学会坦然接受。

接受不可改变的现实，不是逆来顺受，向上天屈服，也不是不思进取、安于天命，而是一种积极的、顺其自然的人生态度。

对于无奈或不可改变的事，完全可以换一种思路考虑：不同的人有不同的人生，不同的人生有着不同的苦辣酸甜、不同的喜悲得失，这个世界本就是多姿多彩的，每个人都有不一样的特长、不一样的身世、不一样的家庭、不一样的学习和成长环境，没有必要因为自己在某些方面比别人差而讨厌自己，因为自己身上一定还有许多别人所不具备的能力或特长，只是没有发现或没有找到合适的机会施展罢了。

如果懂得接受自己、懂得珍惜身边的一切、懂得理解和尊重客观现实，就能找到真正属于自己的成功之路，同时也可以在这条道路上体验到真正的快乐与幸福！

一位名人曾经说过：“有所作为是生活的最高境界，而抱怨则无所作为，是逃避责任、是放弃义务、是自甘沉沦。

”不论我们遭遇什么样的处境，如果只是喋喋不休地怨天尤人，那么注定于事无补，反而会把事情弄得更糟，相信这也决不是我们的初衷。

无论如何，我们都不应该怨天尤人，而是坦然地面对现实，用上天所赋予我们的力量去努力、去奋斗，从而改变自己的生活并获得幸福。

## <<人生最美是淡然>>

### 编辑推荐

《人生最美是淡然:都市身心灵修炼课》：生活需要拥有一份恬淡和平的心境，一颗自由的心，一份简单细致的人生态度，看风起云涌花开花落，蓦然回首地浅浅一笑；守一颗淡泊之心，拥一份淡然之美。有月白风清的淡定，就会有心淡如菊的从容，有天高云淡的潇洒，就会有流水潺潺的心情。

<<人生最美是淡然>>

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>