

<<爱的修行>>

图书基本信息

书名：<<爱的修行>>

13位ISBN编号：9787511334411

10位ISBN编号：7511334415

出版时间：2013-6

出版时间：中国华侨出版社

作者：徐嫚

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>

<<爱的修行>>

前言

爱是人生之源。

如果一个人的心中没有爱的泉水，那么就不会有人生的绿荫，再美丽的世界在他面前都会变得苍凉悲切，再美好的生活在他面前都会变得空虚乏味，恐惧、自卑、懦弱、愤恨的阴影也会随之而来。但是，如果爱在心怀，你就能感受到爱与被爱的力量，即使满眼阴云、遍地荆棘，你都会对这个世界爱恋无比、心驰神往。

爱不是单行线，爱是相互的。

你付出了爱，同时收获了快乐，当你心怀博爱去欣赏大千世界，去发掘那隐于平凡之间的无限美好，你就能摒除世俗的偏见、远离物欲的躁动、祛除追逐的劳累、抛却取舍的烦忧，你会发现，你拥有了一种超然物外的境界，生活原本是如此的轻松，如此的美好。

爱是一种责任，一种义务。

人不仅要对自己敢于承担责任，还要对亲人、朋友、伙伴有一种担当和勇气。

爱在，责任就在，要播撒阳光，就要心中有阳光；要想别人怎样对你，你就要怎样对别人。

爱是一种在患难之中永恒不变的承诺，要像爱自己一样去爱别人。

爱是一种包容，一种体贴。

包容是世界上最无私、最纯真的爱，它能容纳世间万物。

用一种无私的爱来包容身边的一切事物，包容自己，包容他人，你的心灵就会洒满幸福的阳光。

当岁月沧桑了容颜，永恒不变的是爱。

爱不因时间的变化而改变，也不因空间的转移而消逝。

当你开始抱怨生活的不如意，抱怨工作的不顺心，抱怨家庭的不和谐时，要扪心自问，对于生活、工作、家庭，你是否付出了足够多的爱？

如果答案是否定的，那么，你真的要重新审视自己了。

你若爱，你就会用乐观的心态面对生活，多一份自信，少一份失望；你若爱，你就会用积极的态度面对生命，多一份感激，少一份抱怨；你若爱，你就会用饱满的热情面对工作，多一份激情，少一份沉寂；你若爱，你就会用宽容的胸怀面对婚姻，多一份包容，少一份埋怨；你若爱，生活哪里都有爱；你若恨，生活哪里都可恨！

你若感恩，世上处处可感恩；你若成长，人生事事可成长。

既然无处可躲，不如傻乐；既然无处可逃，不如喜悦；既然五浊恶世，不如静心；既然没有如愿，不如释然。

路径窄处，留一步让人走；滋味浓时，减三分请人尝；无病第一利，知足第一乐，平和第一善。

本书上篇以“大爱”为主旨，从责任、信任、包容、尊重、感恩的角度，向读者详细地解读了大爱的精神和价值所在，旨在让读者明白，真正的爱不是推卸，而是承担；不是猜疑，而是相信；不是怨恨，而是包容；不是抱怨，而是感恩；大爱是对世界上每一种生命无言的敬畏与尊重。

本书下篇旨在告诉读者如何将“爱”渗透到自己的生活中，用爱去浇灌生命之花，让自己的爱之花永不凋谢。

以爱换爱，以情激情。

爱在温暖照亮别人的同时，也使自己充满了力量。

打开心胸，用爱温暖整个世界。

<<爱的修行>>

内容概要

《爱的修行:你若爱,生活哪里都有爱》上篇以“大爱”为主旨,从责任、信任、包容、尊重、感恩的角度,向读者详细地解读了大爱的精神和价值所在,旨在让读者明白,真正的爱不是推卸,而是承担;不是猜疑,而是相信;不是怨恨,而是包容;不是抱怨,而是感恩;大爱是对世界上每一种生命无言的敬畏与尊重。

《爱的修行:你若爱,生活哪里都有爱》下篇旨在告诉读者如何将“爱”渗透到自己的生活中,用爱去浇灌生命之花,让自己的爱之花永不凋谢。

以爱换爱,以情激情。

爱在温暖照亮别人的同时,也使自己充满了力量。

打开心胸,用爱温暖整个世界。

<<爱的修行>>

书籍目录

上篇 你若爱，爱在生命每一天 翁一辑爱是责任：你若承担，责任就在 1.对自己负责，才有能力爱他人 / 4 2.责任：对所为之事心怀一种爱 / 8 3.勇于承担，能赐予你一种巨大的力量 / 12 4.在承担责任中不断成长 / 16 5.责任到此为止，不要再推卸 / 20 第二辑爱是信任：你若相信，信任就在 1.不要盲目猜疑，给他人一份信任 / 26 2.相信自己：你是独一无二的 / 29 2.充满自信，才能取得他人的信任 / 34 4.心中有信念，才能掌控命运 / 38 5.用真心换取一份信任 / 42 第三辑爱是包容：你若博爱，包容就在 1.包容自己，你的天空将更加明澈 / 46 2.包容别人，亦如春风化雨 / 50 3.用宽容消解仇恨，化阴云为彩霞 / 55 4.少一分怨恨，快乐充满每一天 / 59 5.心胸有多宽，你的世界就有多宽 / 63 6.要接受和包容，不要对抗 / 66 第四辑爱是尊重：你若欣赏，尊重就在 1.每个生命都值得敬畏 / 72 2.尊严无价，它是发自内心的光华 / 75 3.尊重他人=尊重自己 / 78 4.自尊，才能赢得他人的尊重 / 82 5.尊重源自理解 / 84 第五辑爱是感恩：你若感动，感恩就在 1.感恩是一种心态，更是一种生活态度 / 90 2.不抱怨，用感恩的心看世界 / 93 3.感恩生命，珍惜你所拥有的一切 / 97 4.感谢折磨你的人，正是他们让你成长 / 101 5.感恩惜福，懂得“施”与“爱” / 104 6.用感恩的微笑去奉献 / 108 7.懂感恩乐付出的人，让世界更加美好 / 113 下篇 你若爱，生活哪里都有爱 第六辑心中有爱温暖如春：多一点阳光，多一点爱 1.谁都不是一座孤岛 / 120 2.让爱的阳光洒满世界 / 124 3.用爱付出，就会收获 / 129 4.即使一无所有，也要学会分享 / 133 5.因为懂爱，所以被爱 / 137 6.敞开心门之锁，悦纳他人 / 141 7.交心，才能交到知己朋友 / 144 8.力所能及地帮助身边朋友 / 149 第七辑心中有爱，激情澎湃：带着热情工作，激情永不退减 1.做你所爱的事，再苦都甘之如饴 / 156 2.激情是工作的灵魂 / 160 3.用爱与激情妆点工作 / 164 4.用100%的热情做1%的事 / 170 5.做好情感管理，让企业充满人隋味 / 174 6.用爱与信任点燃员工激情 / 179 7.用心微笑，感动客户 / 184 第八辑心中有爱便是晴天：静等一片花开，伫守一片月明 1.幸福，是平淡中的相依相守 / 190 2.平淡是真，简单是福 / 196 3.给爱一点空间，让爱自由呼吸 / 200 4.婚姻如水，宽容是杯 / 203 5.不抱怨婚姻中的不如意 / 208 6.用理智的爱来构建和谐幸福的家庭 / 211 第九辑心中有爱幸福满怀：合美家庭日日欢，谐趣生活天天享 1.爱是需要表达的 / 218 2.不要忘记修缮助你走过一生的桥 / 222 3.世上唯有孝顺不能等待 / 227 4.珍惜亲缘，对兄弟姐妹多一份关爱 / 233 5.鼓励赞扬，帮助孩子远离自卑 / 238 6.用宽容、豁达拓宽孩子狭隘的心胸 / 242

<<爱的修行>>

章节摘录

版权页：“什么问题？”

“费列姆有点好奇。”

“很简单的几个问题。”

“只要不是拿我寻开心就行。”

“好的，”胡里奥说，“我问你，假如现在我出20万金币，买走你的健康，你愿意吗？”

“不愿意。”

“费列姆摇摇头。”

“好，我再问你，假如现在我要出20万金币，买走你的青春，让你从现在起变成一个小老头，你愿意不愿意？”

“当然不愿意！”

“费列姆干脆地回答道。”

“好，我再问你，假如我现在出20万金币，买走你的美貌，让你从此变成一个丑八怪，你可愿意？”

“不愿意！”

当然不愿意！

“费列姆头摇得像个拨浪鼓。”

“假如我再出20万金币，买走你的智慧，让你从此浑浑噩噩，度此一生，你可愿意？”

“傻瓜才愿意！”

“费列姆一扭头，又想走开。”

“别慌，请回答完我最后一个问题——假如现在我再出20万金币，让你去杀人放火，让你从此失去良心，你可愿意？”“天啊，干这种缺德事，魔鬼才愿意！”

“费列姆大惊失色地回答道。”

“好了，刚才我已经开价100万金币了，却买不走你身上的任何东西，你说你不是百万富翁，又是什么呢？”

“胡里奥意味深长地微笑着说。”

费列姆忽然恍然大悟，他知道自己并非一无所有，他有他自己，他自己的生命就是他的资本，他只是暂时缺少钱，除此之外什么都不缺。

而有了自己身上的一切，钱是可以赚来的。

他相信这一切都是暂时的，都是可以改变的。

自此，他不再叹息，不再怨天尤人，他变得自信起来，开始了他的新生活。

不是每个人生来就是百万富翁，生来就才智过人，也不是每个人生来就有美满的家庭。

不论出身如何、资质如何，通过自身的奋斗去赢得成功，去赚取财富，这才是真正的智慧，才是真正的成功。

而我们自身就是一笔财富，我们自身的努力和智慧才是成功的支点。

所以必须把握好自己，充满自信，发挥自己的长处和优势，我们才能成就事业。

永远不要怀疑自己的能力，坚信你神圣的权利，昂起你的头。

勇敢地去面对世界。

无论遇到任何困难，都要坚定地向前走。

这样你就能走出自己的路，取得最后的成功。

如果连你自己都怀疑自己的能力，那么没有人会信任你。

我们思想的大小决定我们成就的大小。

这其中最重要的就是要相信自己，克服人类最大的弱点——自贬。

如果你能够成功地摆脱对自身能力的怀疑，如果你在做事时充满了自主性，你就能凭自己的勇敢和自信赢得别人的信任和喜爱，那么不管遇到任何困难，你都一定能克服，并最终获取成功。

不要抱怨自己一无所有，技不如人，生不逢时，哪怕是你孑然一身，你都可以从头再来，因为你的自身就是一笔宝贵的财富。

<<爱的修行>>

一个有自信心的人，可以克服“命运”。

等到能够操纵自己的事情，或者已经能够控制其范围以内的事情时，就可以克服“命运”，打消他人的疑虑，使他们信任自己。

<<爱的修行>>

编辑推荐

《爱的修行:你若爱,生活哪里都有爱》由徐嫚编著。
世间纯朴而简单的真谛，人生清澈而明净的观察，安顿身心的最好读物，献给都市人的生活禅。

<<爱的修行>>

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>