

<<放下即幸福>>

图书基本信息

书名：<<放下即幸福>>

13位ISBN编号：9787802496231

10位ISBN编号：7802496233

出版时间：2011-1

出版时间：工商联

作者：意林杂志社 编

页数：150

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>

## <<放下即幸福>>

### 内容概要

生活不是一场赛跑，而是享受一簇兰芷、一束晨光的生命“漫旅”。

假如我们总是焦虑而匆忙地度过每一天，这一天对我们而言就像一份没有打开的礼物。

实际上，一个富翁的富并不表现在他一本万利的经营上，而表现在他能买下广大空间来布置庭院和花园，给自己留下大量时间来休闲。

同样，我们的心灵拥有开阔的空间也是很重要的，假如我们的心灵完全被日常生活的忧虑和身体的疲累所占据，就不可能享受到真正的幸福和愉悦。

所以，我们应当学会放慢脚步，在生命之歌结束以前，用心来聆听生活的乐章，用富有生命力的精神生活来装点自己的心灵花园。

当然，这装点的主要方式包括了阅读。

温家宝总理在回答网友提问时曾说：“我非常希望提倡全民读书。

我愿意看到人们在坐地铁的时候能够手里拿上一本书，因为我一直认为，知识不仅给人力量，还给人安全，给人幸福。

”生活中总有很多人不断推脱能给他们带来真正幸福和愉悦的事，只因这些事从来不在他们的考虑范围内，也或许是他们根本跳不出自己既定的生活常规。

这正是为什么这套专为青年族群零碎时间贴心打造、倡导“轻松阅读智享受”的“地铁口袋书”以及由此延伸出来的“咖啡馆口袋书”、“草地口袋书”等值得深入阅读的原因。

它不仅为我们提供了一种放慢生活脚步的自在生活方式，更能让我们的心灵之舟漂流到另一片桃源，获得智慧的启迪。

所谓“有求皆苦”，只有我们放慢生活的脚步，不再执著于财富、权力、名誉等身外之物时，才能活出“采菊东篱下，悠然见南山”的怡然自得。

佛陀住世时，有位婆罗门拿两只花瓶前来献礼。

佛陀对婆罗门说：放下！婆罗门把左手的花瓶放下。

佛陀又说：放下！婆罗门又把右手的花瓶放下。

佛陀仍说：放下！婆罗门说：我已两手空空，没什么可放了。

佛陀说：我并没要你放下花瓶，我要你放下心中的执著，你的六根、六尘、六识；把这些统统放下，你将从生死桎梏中解脱出来。

但放下，绝不是放弃，它是一种超越、一种洒脱，是种积极的人生态度，是一种高深的人生哲学，是一种化腐朽为神奇的生活智慧。

放下即幸福。

<<放下即幸福>>

书籍目录

Chapter1 放下过去，拥抱新生 凿子 把身后的门关上 锯木屑 内心的缺陷 商标下的疤痕 向梦想冲刺 断爱近涅槃 命运不可选择 忘记 爱你的仇人 磨刀的人 战胜懊悔 识物与识人 逆境中心存喜乐 别让阴影堵死你的路Chapter2 放下执著，以退为进 到底谁是谁的希望 蚕是被自己的丝裹住的 闯祸 只留7只的香蕉 遇溺的拯溺员 咳嗽的鸚鵡 放弃 阳光照耀好人，也照耀坏人 万事随缘 “放任”错误 扣子 后退看，用心看 手中的坏河蚌 适可而止Chapter3 放下小我，追求大成Chapter4 放下贪念，知足常乐Chapter5 放下担负，澄净心灵

## &lt;&lt;放下即幸福&gt;&gt;

## 章节摘录

人也需要水的智慧 陈亦权 巴尔扎克是法国伟大的批判现实主义作家。1829年，巴尔扎克出版了一部描写旺岱地区共和国军队扑灭保王党叛乱的长篇小说《最后一个舒昂党人》，小说一出版就轰动了文化界，但是也有人对这部作品很不以为然，甚至有许多人对这本书发出了不认同的声音。

有一次，一位名叫萨乐毫姆的读者从里昂给巴尔扎克写了一封信，把他臭骂了一顿。巴尔扎克看完信后，不仅没有生气，还给萨乐毫姆写了一封信，他在信中说：“今后您如果来巴黎，欢迎驾临，相信我们会有更好的交流！”

过了两个月，那天巴尔扎克正在家里和朋友谈论文学，忽然有人敲门，巴尔扎克开门后，一位陌生人走了进来。

陌生人说：“请问巴尔扎克在吗？我是里昂市来的读者。”

巴尔扎克把他请进屋，一聊才知道，原来这位读者就是前不久寄信来骂他的萨乐毫姆。三人坐在一起谈人生谈文学谈价值观、世界观，非常融洽，直谈到天黑，萨乐毫姆才起身准备离去，他站起来由衷地对巴尔扎克说：“我非常敬佩您的胸怀，我当初那封信的措辞是那么激烈，假如我是您，收到那封信一定会大发雷霆，没想到您不但没有生气，反而还那么客气地邀请我来作客！”

巴尔扎克说：“这就是水的智慧：当它遇到攻击时，它不仅不会一味地反抗，反而还敞开心扉来容纳别人。而只有这样，外来的力量才会和水相容！否则，用一块石头去砸一砸外面的柏油马路试试看，一味的强硬抵抗不能化解任何矛盾，反而还会导致两败俱伤！”

水在遇到石头打击的时候，从来不做任何抵抗，但它的“软弱”却是一种无比深奥的智慧，因为这种“软弱”有时候正是化解矛盾的神奇力量！

人生，其实也需要这种智慧。

……

<<放下即幸福>>

媒体关注与评论

启迪智慧，丰富心灵。

《意林》中故事也许让人能在火车上，在等人时，在那些细碎的时间里。

送上一点感动。

那正是我们所需要的感动。

——著名编剧 石康 《意林》是一本温暖洁净的刊物，它能让你变得热情和智慧，还有仁慈和感恩。

——著名作家 毕淑敏 从生活的丛林中寻找意义之树，在意义的树枝上开出人类智慧之花！  
——著名作家 池莉 《意林》是我在内地看到的最棒的杂志之一，它文风洒脱，文笔隽永。

长文章——曲折中显出哲理；短文章——简洁里包涵深奥，是青年学生、城市白领和知识分子钟爱的一本好杂志。

——世界华人成功学第一人 陈安之 人生中如有心灵鸡汤，自然是最好不过了。在我看来，《意林》正有如人生的一碗心灵鸡汤。

——著名作家 方方 给心灵更多成长的力量，给生命更多感动的理由。

——北京师范大学教授 于丹 有意境、有意趣、有意味、有意蕴、有意思、有意义……谓之《意林》。

——著名作家 乔叶

<<放下即幸福>>

#### 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>