

<<给大忙人看的静心书>>

图书基本信息

书名：<<给大忙人看的静心书>>

13位ISBN编号：9787802503588

10位ISBN编号：7802503582

出版时间：2011-1

出版时间：双明 中国言实出版社 (2011-01出版)

作者：双明

页数：319

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>

## <<给大忙人看的静心书>>

### 内容概要

宁静美好的生活是什么样的？

或许它就像歌里面唱的，闲暇的时候，一个人去东京铁塔看夜景，去纽约看雪景，去巴黎喝咖啡……宁静祥和的惬意多么令人向往。

然而我们却在追求宁静美好生活的时候，让自己迷失在了繁忙和焦虑之中，长久地失去了宁静美好的生活。

为了理想和生活，为了不被社会淘汰，我们总让自己处在繁忙之中，强迫自己适应社会，容忍世间的繁杂百态，在夹缝中努力寻求生存的机会。

我们在为生活疲于?命的时候，承受太多太多的压力和痛苦，生活的美好似乎都被社会的纷纷扰扰所遮蔽了。

闲暇的时光好像在现代人的生活中已不复存在了，剩下的只昏忙碌和焦虑。

难道生活真的就只剩下忙碌和焦虑了吗？

还记得小学写作文的时候，老师经常给的命题作文“美好的一天”。

小孩子的想法总是简单而纯真，或是和小伙伴一起去捉虾，或是和妈妈去公园，这一天就变得无比的美好，幸福和快乐就洋溢在脸上。

生活的宁静和美好显现的是我们的一种心态。

非宁静无以致远。

宁静的心灵有很强大的力量?它可以缓解你紧绷的神经，调节你烦躁的情绪，以便你有更多的精力去应付接下来的复杂生活；也可以让你的思绪沉淀，消除心灵的迷惑，走出内心的困境。

在繁忙的生活中，让自己有一段清闲的时光，坐下来，只是喝喝茶、品品书，什么都不去想，你就会发现生活处处都充满美好的感悟。

让我们从每天的阅读中，寻找一份心灵的宁静吧。

本书将哲学、佛学、文学、美学融会贯通，通过丰富多彩的知识 and 流畅生动的文字，让你感受文字魅力的同时获得轻松愉悦的享受。

细细品读这本《给大忙人看的静心书》，或许你能从哲学中领?人生的真谛，从佛学中体悟生命的本相，从历史中学习做人的智慧，从文学中体会文化博大的内涵，从美学中品味艺术的美感。

让自己在阅读中享受一下宁静的时光，调节一下烦躁的心态，坚守住内心中那一份宁静与祥和。

《给大忙人看的静心书》由双明编著。

## &lt;&lt;给大忙人看的静心书&gt;&gt;

## 书籍目录

- 1 每天晚上读一点哲学 1 需要明天做的事, 最好现在就开始 4 在短暂的生命里寻找永恒 5 光有欲望会使你迷失道路 7 做一个有梦的人 9 习惯可以主宰人的一生 11 好的生活是由爱来激励的 14 人不能两次踏入同一条河流 16 性格决定命运!
- 18 无灵魂的生活就失去了人的生存价值 19 工作是得到快乐的最好方法 21 要命令自然, 就必须服从自然 24 先为他们着想 26 一个伟大的灵魂, 会强化思想和生命 28 志向和热爱是伟大行为的双翼 30 挫折是通向真理的桥梁 31 有下山的想法你就不能登上顶峰 34 苦难的人生哲学 36 唤醒自我意识的生命哲学 38 有用与无用 40 天道酬勤 41 意志坚强, 百折不挠 44 投我以桃, 报之以李 47 朋友, 以义合者 48 思诚为修身之本 51 2 每天晚上读一点佛学 人生最大的幸福是放得下 53 爱出者爱返, 福往者福来!
- 56 任运随缘 58 量大则福大 59 不过一念间 61 仁者心动 63 知足常乐 66 保持一颗清净的心 68 中道平常心才是悟道之本 71 我不入地狱, 谁入地狱 刀非身是名大身 75 留连众生 78 鲜花存在是缘, 杂草存在也是缘 81 心是快乐的根 83 快乐时说快乐, 痛苦时讲痛苦 85 苦瓜连根苦, 甜瓜彻蒂甜 87 悟出本色, 展现自我 90 命运掌握在自己手中 92 只有满足的心, 才有满意的结果 94 利益有价, 信任无价 96 秉持诚信, 不妄语 98 学会创新 101 河上无桥则往上游走 104 奈何一点云无碍, 舒卷纵横疾似风 106 相由心生, 相随心灭 108 母亲即是家中活佛 111 为子女者, 当孝顺父母 114 诸恶莫作, 众善奉行 116 幽默是生活送给乐观者的礼物 118 3 每天晚上读一点史学 仁厚君主得人心, 得人心者得天下——商汤以仁服人 121 宁得罪十君子, 勿得罪一小人——高力士脱靴 123 立大事者, 必为坚忍不拔之辈——苏秦悬梁刺股 126 向对手学习, 增强自己的本领——赵武灵王胡服骑射 128 牢记敌人的立场, 把握自己的态度——宋襄公之仁 130 出奇制胜, 低成本大收益——薛仁贵火烧岩州城 132 不要荒废精力, 学习没有尽头——江郎才尽 134 丰收源自于耕耘, 天才来自于勤奋——孔子刻苦学习 137 纸上得来终觉浅, 绝知此事要躬行——赵括纸上谈兵 140 谦谨奉身, 以德服人——崔玄伯之德 142 朋友贵在相知, 友谊需要珍惜——管鲍之交 144 与人交友须谨慎, 志趣相投最重要——管宁不与华歆为伍 147 语言外交感人心, 旁敲侧击见真章——淳于髡巧救薛 150 能屈能伸大丈夫, 忍辱负重成大业——韩信忍跨下之辱 152 锋芒毕显引杀机, 锐而不露延寿元——石奋之谨慎 155 韬光养晦待时机, 糊涂之人转精明——楚庄王三年“不飞不鸣” 157 常怀感恩之心, 助人亦助己——豫让知恩图报 159 怨恨害人亦害己, 宽容益人亦益己——李广怒斩霸陵尉 163 目光短浅者眼前风光, 远见卓识者后生辉煌——楚怀王绝齐亲秦 165 慧眼辨人才, 得贤添助力——冯谖千金市义 167 审时度势, 擅抓机遇——乐毅审时伐齐 169 创业难, 守业更难——萧规曹随 172 明知礼法, 立规成方圆——汉高祖立法 175 借助他人力量, 扫平前进障碍——伍子胥借力复仇 177 人不可有傲气, 但不可无傲骨——宁死不屈的伯夷和叔齐 179 害人之心不可有, 害人终会害己——妄想篡权的赵高 181 虚伪与痛苦相伴, 真诚与快乐相守——晏子与越石父相交之途 183 4 每天晚上读一点文学 《神曲》 187 《荷马史诗》 189 《浮士德》 191 《母亲》 193 《钢铁是怎样炼成的》 194 《飘》 198 《罗密欧与朱丽叶》 200 《茶花女》 202 《安徒生童话》 204 《堂吉珂德》 206 《红与黑》 210 《高老头》 213 《巴黎圣母院》 216 《百年孤独》 218 《大卫·科波菲尔》 221 《诗经》 225 《论语》 226 《楚辞》 229 《左传》 231 《战国策》 233 《史记》 236 《资治通鉴》 238 《三国演义》 240 《水浒传》 243 《金瓶梅》 245 《红楼梦》 249 《西游记》 253 《聊斋志异》 256 《家》 258 《雷雨》 260 《围城》 262 《鲁迅全集》 265 《四世同堂》 267 《小二黑结婚》 269 《创业史》 271 5 每天晚上读一点美学 《清明上河图》 275 《洛神赋图》 277 《步辇图》 278 《唐宫仕女图》 280 《五牛图》 283 《韩熙载夜宴图》 285 《千里江山图》 287 《富春山居图》 289 《汉宫春晓图》 291 《百骏图》 292 《蒙娜丽莎》 295 《最后的晚餐》 296 《拾穗者》 299 《维纳斯的诞生》 301 《泉》 302 《断臂的维纳斯》 305 《思想者》 307 《大卫》 309 《掷铁饼者》 311 《兰亭序》 314 《蜀素帖》 316 敦煌莫高窟 317

## &lt;&lt;给大忙人看的静心书&gt;&gt;

## 章节摘录

版权页：插图：好的生活是由爱来激励的我们会经常抱怨自己得不到重视，成不了名人、伟人，反省一下自己，原来是自己做得不够好，不够深入人心。

你的爱还未能得到所有人的认可，所以你还是平凡庸俗着。

当你把付出的爱当作一项有趣的事业去专心经营的时候，成就会比你想象的来得快得多，多得多，也有价值得多。

这里有个小故事，讲述了关爱的伟大力量，希望能滋润我们日渐干涸的心灵。

小男孩泰迪的毕业鉴定，是这样写的：泰迪是一个聪明可爱、很有前途的孩子。

可在泰迪上一年级的時候，发生了一件不幸的事情——他的妈妈生了重病，泰迪每日里神思恍惚，变得对什么事都心不在焉。

二年级时，残酷的死神终于带走了泰迪的妈妈。

而随着妈妈的去世，泰迪的心仿佛也被带走了。

那一年他留给老师的印象是：接受能力差，反应迟钝，浑身脏兮兮的。

望着他那乱发下挑衅的目光，没有人愿意理他。

三年级的时候，班里新来了一位史密斯小姐，和每位老师一样，史密斯小姐也没有将格外的关注放在泰迪身上，因为还有那么多孩子分散着她的精力。

但是一件小事却使泰迪发生了巨变。

那是三年级的圣诞节。

按照习惯，每个孩子都送给史密斯小姐一件礼物，并且兴高采烈地围在她周围，等着她一件件地打开。

在这堆包装精美的礼物中，有一个用旧包装纸笨拙地包着的小盒子——这是泰迪的礼物。

史密斯小姐打开一看：是一只旧的假宝石手镯，上面的装饰有的已经破裂。

和它在一起的，是一瓶快用完的香水。

让泰迪想不到的是，史密斯小姐高兴地戴上手镯，并且把那剩余的香水高兴地喷向空中，“多好啊！”

她笑着，孩子们也快乐地笑着：“多好啊！”

多好啊！

聚会结束了，学生们离开了校园，偌大的教室里只剩下泰迪还站在那里，迟迟不肯离去。

“还有什么事吗？”

“史密斯小姐问。”

“谢谢您收下了我的礼物。”

“泰迪小声说，“那手镯是我妈妈用过的，您戴上它非常漂亮；香水也是我妈妈用过的。”

现在，您闻起来就像妈妈一样。”

“乱发下，泰迪昔日桀骜不驯的眼睛里噙满了泪水。”

之后，泰迪完全变了。

几年以后，离任的史密斯小姐收到了泰迪寄来的第一封短信：“亲爱的史密斯小姐：我以全班第一名的成绩毕业了，如果您能参加我的毕业典礼，我将非常感谢。

爱您的泰迪。”

“史密斯小姐没有令泰迪失望。”

以后，每隔几年，史密斯小姐就会收到一封相似的短信：“亲爱的史密斯小姐：我以全班第二名的成绩考取了医学院，如您能参加我的入学典礼，我将不胜荣幸。

爱您的泰迪。”

“亲爱的史密斯小姐：我现在即将成为一名医生了，如您能参加我的毕业典礼，我将不胜感激……”

“亲爱的史密斯小姐：下周二将是我结婚的日子，如您能光临，我将“亲爱的史密斯小姐……”当年，当史密斯小姐真诚地向周围同学喷洒那半瓶香水时，她未必知道自己播下了怎样的爱与尊重的种子；今天，这一张张报喜的短信就像一枚枚爱的果实，散发着醉人的芳香。

人都有感情需要，如果我们看到有那么多人在关心着我们，我们一定会感觉到自己的重要性，感觉到

## <<给大忙人看的静心书>>

生活的温馨。

爱心也是可以传递的。

在我们收获很多爱的同时，我们绝不能再吝啬把自己的爱奉献给别人。

只要人人都献出一点爱，世界将变成美好的人间。

每当我们凝视静穆的天宇，生命就像一道流星遽然划过天际。

若不是为了爱，若不是有人需要我们，我们又何必来这人世间走一遭呢？

爱是摇篮中母亲无字的歌，爱是月光下情人轻柔的吻，爱是挫折中伸向你的手，爱是给乞丐的一份馈赠，爱是拯救生命的一颗真心……爱不是自发慈母可怜的泪水，爱不是朝三暮四背后低声的哭泣，爱不是自扫门前雪莫管他人瓦上霜，爱不是冷漠地轻视祈求的眼，爱不是放弃做人的义务…时的心血来潮不是爱，只有时间才能理解爱有多么伟大。

人的生命渺小如蜉蝣，只因有了爱才变得亮丽、富有质地。

## <<给大忙人看的静心书>>

### 编辑推荐

《给大忙人看的静心书》：静心能唤醒心灵深处的能量能消除心灵的迷惑能让你走出内心的困境静心是你在疲惫而紧张的生活中恢复精力面对纷争的最佳方法在这个忙碌的世上，保持内心宁静祥和成就人生的灿烂辉煌需要明天做的事，最好现在就开始在短暂的生命里寻找永恒光有欲望会使你迷失道路习惯可以主宰人的一生的生活是由爱来激励的人不能两次踏入同一条河流无灵魂的生活就失去了人的生存价值要命令自然，就必须服从自然一个伟大的灵魂，会强化思想和生命志向和热爱是伟大行为的双翼挫折是通向真理的桥梁有下山的想法你就不能登上顶峰唤醒自我意识的生命哲学人生最大的幸福是故得下爱出者爱返，福往者福来保持一颗清静的心中道平常心才是悟道之本鲜花存在是缘，杂草存在也是缘快乐时说快乐，痛苦时讲痛苦只有满足的心，才有满意的结果河上无桥则往上游走奈何一点云无碍，舒卷纵横疾似风幽默是生活送给乐观者的礼物

<<给大忙人看的静心书>>

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>