

《淡定的人生和积极的心态大全集》

图书基本信息

书名：《淡定的人生和积极的心态大全集》

13位ISBN编号：9787500854531

10位ISBN编号：7500854536

出版时间：2013-3

出版社：工人出版社

作者：虚云子

页数：389

版权说明：本站所提供下载的PDF图书仅提供预览和简介以及在线试读，请支持正版图书。

更多资源请访问：www.tushu000.com

《淡定的人生和积极的心态大全集》

前言

离开了父母的羽翼，离开家乡的热土，离开多彩温馨的校园，我们开始走上社会，与形形色色的人打交道，应对各种各样纷繁的事务。这时，我们会发现，我们所处的世界是一个多么复杂而残酷的世界呀！也许，这一点，你早就有所察觉。又或者，经历了种种磨难与坎坷的你，早就对此有深刻的体会。面对激烈的竞争，面对社会的不公，面对人性的丑恶，面对世态的炎凉，面对他人的倾轧，甚至面对我们自己心中的欲望，我们常常感到难过、失望、悲观、不知所措。我们不明白是自己错了，还是别人错了，或者是世界本来就错了。我们不能理解自己的朋友、同事以及身边的其他人，我们不能理解这个社会、这个世界。我们感到困惑、迷茫、愤怒……于是有的人开始不停地抱怨，有的人开始消沉，有的人开始动不动就怒火冲天，有的人开始斤斤计较，有的人开始不择手段，有的人开始醉生梦死…在这个物欲横流、竞争激烈的万丈红尘中，我们穿梭于利害得失之间，游走于浮华的迷惑之中，看到忌妒、争斗、计较、愤恨等等在到处蔓延，看到一幕幕悲剧和遗憾在上演。人与人之间变得越来越冷漠、越来越没有信任，越来越多的人急功近利，每个人心里阴暗的东西越来越多。最终，我们把自己变成这个复杂而残酷的世界的一分子，不知道何去何从，在得与失的痛苦中日渐沉沦。

看到这里，你也许要说了：“你是谁呀？站着说话不腰疼。行，你看得透，你看得深，那你说怎么办？”是呀，世界如此之大，我们在其中只是一粒尘埃，我们该以什么样的面目面对这个不公平的世界？我们该以什么样的方式面对竞争、忌恨、争斗？我们该以什么样的姿态面对我们自己的内心？我们该如何做才能从痛苦的沉浮里跳出来，拥有一个灿烂、美丽、丰富的人生？答案只有两个字：淡定！淡定是指对名利、情色、物欲的超然，是泰山崩于前而面不改色的镇定，是突遇事故的沉稳和积极果断，是胜不骄、败不馁的从容。拥有了以积极心态为内核的淡定，我们才能不为物欲所迷、情色所惑、名利所围；我们才能用微笑去面对困难；在失意时，我们才能鼓舞自己的斗志；我们才能冷静、审慎地分析局势，看清事态、人、物的本质；我们才能从容应对工作、生活与学习中发生的方方面面的事情；我们才能清楚地认识自己，客观地评价他人；我们才能做到不浮华躁动；我们才能对人生做出正确的判断和选择。

诸葛亮在《诫子书》中说：“非淡泊无以明志，非宁静无以致远。”写这两句话时，诸葛亮已五十四岁。这是他一生经历的总结，更是他对儿子的要求。“不把眼前的名利看得轻和淡，就不能有明确的志向；不能平静安详地全神贯注学习，就不能实现远大的目标。”而《孙子兵法》则说：“顺，不妄喜；逆，不惶馁；安，不奢逸；危，不惊惧；胸有惊雷而面如平湖者，可拜上将军。”可见淡定的人是生活的强者，他们不为纷扰所困、不为虚华所惑、不为琐事斤斤计较、不为窘境而沮丧、不被压力所逼迫，从容修炼一身过硬的武功。以至于成功总是青睐他们。淡定是一种境界，更是改变我们人生的力量。你看，庭前，花正在自开自落；你看，天外，云正在自卷自舒。

《淡定的人生和积极的心态大全集》

内容概要

《淡定的人生和积极的心态大全集》用真诚细腻的语言向您讲述如何修炼淡定的心态，享受从容的人生。只有拥有了以积极心态为内核的淡定，我们才能不为物欲所迷、情色所惑、名利所困；我们才能对人生做出正确的判断和选择。

上篇 淡定的人生 第一章 正视生命中的不公平，爱上不完美的世界 这个世界从来就没有绝对的公平 在你认为命运对你不公时，有的人牌更糟 无论是怎样的厄运，都阻止不了你实现自己的价值 在大叫不公平之前，想一想你付出了多少汗水 老板都有血泪史，没有人能够随随便便成功 正是因为有了狼，鹿才跑得快 不必处处苛求如意 空想主义不可取 如果因为没有鞋而哭泣，看看那些没有脚的人 没有怀才不遇，机遇在等着有准备的人 挣脱心灵的局限，就会海阔天空 第二章 接纳自己，一个人只能体验一种人生 有信念，每一个人都能创造奇迹 与其嫉妒别人，不如做最好的自己 其实，你也是别人羡慕的对象 过分完美得到一个好看的称呼，付出的却是沉重的代价 珍惜目前你拥有的一切 天生我材必有用，请经营自己的长处 你看得起自己，别人就会看得起你 美丽的人生不是面面俱到，凡事须量力而行 做独一无二的自己 第三章 愤怒只会让你付出昂贵的代价 气从心头起，伤害的是我们自己 冲动是造成恶果的罪魁祸首 生气就是拿别人的错惩罚自己 愤怒时，你的行为几乎都是错的 怒气无助于解决问题，反而会使事态进一步恶化 有理不在声高，理智面对突如其来的羞辱 多检讨自己，少怪罪别人 友好的暗示会让大家都满意 时刻保持沉着和冷静，做一个处变不惊的人 第四章 抱怨改变不了我们的处境 亚健康最喜欢抱怨的人 牢骚会让你成为孤家寡人 不要做无谓的埋怨和惋惜 你的今天，是你昨天的选择 你抱怨的事没有你想得那么糟 与其抱怨，不如立刻行动 以责人之心责己，你就会减少很多过失 博大的胸襟可以稀释一切痛苦、烦恼 第五章 浮躁让我们看不清事物的本质 非淡泊无以明志，非宁静无以致远 急功近利让我们最终迷失自己 水温到了茶自香，总想不劳而获，让我们的人生走向浅薄 放弃张扬，脚踏实地做事 生命如茶，需慢慢细品 沉淀生命，沉淀自己 此心平静如流水，放眼高空看流云 第六章 攀比让我们活在别人的生活里 攀比并不会让我们更开心 盲目攀比是因为你不知道自己想要的是什么 羡慕别人，会看不见自己的幸福 有一种人生哲学叫向下比 命运给谁的都是一样多 不必羡慕别人的后花园，你也有自己的沃土 第七章 斤斤计较让快乐永远与你无缘 计较是一块吸引烦恼的磁铁 心小难成大器 计较越多，失去越多 顺其自然，从容面对 不妨睁一只眼，闭一只眼 有理也要让三分 笑看世态炎凉，学会换位思考 幸福不是拥有的多，而是计较的少 第八章 患得患失是一把切割我们心灵的钝刀 正确看待得与失 舍非常之舍，得非常之得 人生就是要拿得起，放得下 弱水三千，只取一瓢 饮忧心于未发生的事是自寻烦恼 人生不易，别跟自己较劲 第九章 只有忍非常之忍，才能成非常之功 欲速则不达，只见小利则大事不成 韬光养晦，是为了待时而起 耐得住寂寞的人才能登上顶峰 以退为进，绕指柔可化百炼钢 流人大海的河流会弯曲 弯曲并不是低头，而是一种弹性的生存方式 此路不通，换一条路再走 能屈能伸，方为大丈夫 第十章 跳出欲望的陷阱，还心灵一方宁静的空间 纵观我们的一生，都为外物所累 将多余的欲望关在门外 团团转，皆因绳未断 贪欲过盛，等于给自己戴上了沉重的枷锁 你不贪，再高明的骗子也骗不到你 缺少金钱不是生活不幸的理由 一个人的价值不在于拥有什么，而在于能付出什么 境由心生，此情不关风与月 下篇 积极的心态 第十一章 心态决定一切，让弱者的字眼从你的生命里消失 有什么样的心态就有什么样的人生 拥有积极的心态，胜过拥有一座金矿 人生并非由上帝定局，你也能改写 不要让我们的生命归于平庸 依赖别人，不如期待自己 把生活中的磨难当成前进的动力 没有做不到，只有想不到 用积极的心态点燃成功的火焰 立刻行动起来，踏上我们的阳光旅程 第十二章 走出消极悲观，生命的颜色由你决定 忧郁让我们的人生布满阴霾 失去是为了更好地得到 塞翁失马，焉知非福 人类最大的烦恼就是自寻烦恼 学会从另一个角度看问题 办法总比问题多 第十三章 点亮自信的灯，照亮我们前进的路 自信是成功的敲门砖 抛弃自卑和恐惧，你就找到了自信 做事前就认为自己会失败，自然难以成功 自信是实现自我的前提 战胜自己，你能行 每天自信一点点 第十四章 海纳百川，彰显包容的力量 宽以待人，受益的是自己 不要对他人吹毛求疵 不因偶尔的意外就丧失对朋友的信任 仇恨是一把双刃剑，既伤人也伤己 争吵，只会把双方的缺点暴露在大庭广众之下 懂得谅解和容忍别人，你的人缘将好得超乎想象 第十五章 用阳光的热量，征服这个不公平的世界 拥有热情，最恶劣的环境也会变成财富 没有热情，做什么事对你都是一种折磨 热情是成就事业的强劲动力 怀着热情享受快乐的生活 充满热情，成功就会上门 让热情朝着你的梦想一直燃烧 第十六章 勇敢面对挫折和困难，它们是成就和智慧的磨刀石 历练太少，才会被挫折绊倒 每一次丢脸都是一次成长 失败不过是从头再来 奇迹，一个巴掌也能拍响 困境只能困住无志之人 有了迎难而上的勇气，才能干成一番事业 挑战自我，与“不可能”过招 抖掉你身上的泥沙 第十七章 水滴石穿，坚韧让我们破蛹成蝶 恒心搭起通天路 成大事者要有坚强不屈的意志 成功属于那些坚韧不拔的人 行百里者半九十 相信自己，我可以坚持 上帝安排的厄运，并非故事的结束 借口不是阻止你前进的理由 问问自己，你竭尽

《淡定的人生和积极的心态大全集》

全力了吗 第十八章 拒绝烦恼，让快乐成为一种习惯 不要拿昨天的错误折磨自己 不要把自己禁锢在眼前的痛苦里 风物长宜放眼量 遇事钻牛角尖的人会被困在死胡同里 好心情是健康的良药，“糊涂”是一种大智慧 为小事抓狂是在跟自己过不去 活在当下，不要透支生活的烦恼 将目光停留在生活的美好处 只有放下了，我们才能有新的开始 第十九章 用爱温暖心灵、融化冰雪和消弭战火 给予，让你的生命更有价值 爱是不熄的火，给每一个心灵带来春天 让自私无处停留 站在对方的立场上思考才能传递温暖 用刀剑去攻打，不如用微笑去征服 报复是对别人的打击，也是对自己的摧残 第二十章 不断进取，做最好的自己 青春经不起我们的一再蹉跎 天行健，君子以自强不息 不要总是把一切推到明天去做 制订计划，用目标来确定我们成功的方向 细化目标，我们的速度会更快 不良的习惯将使你的生活变得一团糟 经常讲行自我反省

章节摘录

版权页： 满清入关以后，旗人子弟过上了锦衣玉食的生活。和皇室血缘近、地位尊崇的当了王公大臣，如亲王、贝勒、贝子、镇国公、辅国公之类；地位低的，当了参领、佐领等。最低的也能当一名旗兵。皇帝按他们的等级为他们分配了相应财产，让他们世代代享有食禄，受到照顾。他们是要钱有钱，要势有势，不需要再做任何劳力费心的事。这种日子是多么让人羡慕呀，也许这就是许多人想过的生活。但也正是因为不需要再劳心费力做些什么，这些八旗子弟每天游手好闲，不是打茶围、蓄画眉、斗蟋蟀、放风筝、赌博，就是坐茶馆、玩乐器、玩票（指非职业演员从事戏曲表演）。俗话说“坐吃山空”，随着八旗子弟的世代递嬗，不少“旗下人”穷困下来。而且随着清室上层人物的贪污腐化，外部的战火连连，清朝国运日衰，也无力再供养人数不断增加的旗人子弟。他们中的某些有识之士，觉得这样下去不是办法，应该学些自力更生的本事，却没想到遭到其他旗籍人的冷眼，认为他们学那些下等人营生有辱旗人脸面。因此，这些人中的大部分迫于同族人的压力，只好放弃了自己的想法。到了最后入不敷出的时候，八旗子弟恃着特殊的身份和机灵的口舌，干上了巧取豪夺、坑蒙拐骗的事情。他们大抵爱赊买东西，明明口袋里有钱，也偏要赊：甚至已经寅吃卯粮了，还是要赊。当时，人们对他们都采取敬而远之的态度。此时，“八旗子弟”四个字也由之前的荣誉象征而变成了不恩进取、游手好闲、好逸恶劳、纨绔子弟、腐化沉沦、败家子、流氓等的代名词。八旗子弟最后的窘迫、凄凉，相信大家不少影视、文学作品中都看到过，他们的形象一定给你留下了深刻的印象。重温这段历史，我们可以看出，凭血统关系，躺在祖先的福荫之下享受特权，闲逸度日，最终是非衰颓和腐败下去不可的。而八旗子弟并非清朝独有，大到一个朝代，小到一个家族，都有这样的人。看了这段历史，你认为公平应该怎么说？不公平又怎么讲呢？这些八旗子弟都有多么好的条件呀！他们要风得风，要雨得雨。如果他们人人都能努力、进取，想在哪儿哪业里成名成角，那不是轻而易举的事吗？可问题是他们绝大多数没有取得骄人的成绩。不仅如此，其中的不少人在享有了一段时间的逍遥快活、无忧无虑的生活后，最终过的是最凄惨的日子。让我们再来看看下面的一些故事：李嘉诚是我们再熟悉不过的名字了。出生于1928年的他在1981年被选为“香港风云人物”，1981年被评为太平绅士，1989年获英国女皇颁发的cBE勋衔，1992年被聘为港事顾问，1993年，再度被选为“香港风云人物”，1995年至1997年期间，任特区筹备委员会委员，1999年被评为亚洲首富……对这样一个巅峰人物，你是不是认为，他一定是走了很多很多捷径才达到如此高的位置的呢？你是不是认为他一定有深厚的背景、有雄厚的实力支持？如果你看过他的成长历史就知道，他没有！李嘉诚出生在一个再普通不过的家庭。1939年时，为躲避日本侵华的战火，他们全家逃亡香港。路上，他父亲染上肺病。为了给父亲治病，一家人一天只能喝两顿稀饭。母亲为了让大家吃上菜，经常到菜市场去捡菜叶子。但李嘉诚的父亲还是没有挺过来，于到香港的那年冬天去世。作为长子，年仅十四岁的李嘉诚不得不离开学校，毅然挑起家庭的重担，赡养慈母、抚育弟妹。他最初在舅父的钟表公司里当学徒，后来又做推销员。1950年，他意识到塑胶花会受到家庭主妇的喜爱，勇敢地筹了一些钱投资制作塑胶花。从此，他的事业一步步起来，直至取得今天的成就。相信张茵这个名字对许多人来说也不陌生，2006年她以“废纸回收再生产”的事业被排在胡润百富豪榜的第一名。张茵也出生在一个清贫的普通家庭。1982年，她凭自己的刻苦努力考取大学；毕业之后，张茵来到工厂做会计工作；随后又到一家贸易公司做包装纸的业务。1985年，张茵来到香港，在一家中外合资贸易公司担任会计。但仅一年，这家公司就倒闭了。面临失业困境，张茵经过慎重的思考，决定留在香港创业。由于手里既缺资金又缺资源，她决定从最低端的生意——废纸回收生意做起。在做生意的过程中，张茵坚持品质第一，坚决不往纸浆里面掺水。这虽然得到了客户的好评，但触犯了同行业的利益，她成了众矢之的，甚至有人栽黑社会来恐吓她。张茵的生意陷入困境。然而张茵没有退缩，更没有抱怨，她坚持自己的做法，以公道和诚实终于在香港市场占据了一席之地。如今，张茵早已把当年生活带给她的种种困境和不公平甩在了身后，她的事业越做越大，道路越走越宽。

《淡定的人生和积极的心态大全集》

编辑推荐

《淡定的人生和积极的心态大全集》编辑推荐：淡定的人是生活的强者，他们不为纷扰所困、不为虚华所惑、不为琐事斤斤计较、不为窘境而沮丧、不被压力所逼迫，从容修炼一身过硬的武功。以至于成功总是青睐他们。淡定是一种境界，更是改变我们人生的力量。你看，庭前，花正在自开自落；你看，天外，云正在自卷自舒。《淡定的人生和积极的心态大全集》的作者是虚云子。

《淡定的人生和积极的心态大全集》

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:www.tushu000.com