

《老子原来这样说》

图书基本信息

书名：《老子原来这样说》

13位ISBN编号：9787511322586

10位ISBN编号：7511322581

出版时间：2012-6

出版社：中国华侨出版社

作者：姜正成

页数：257

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

《老子原来这样说》

内容概要

《老子原来这样说》内容简练，分别从人生、做人、智慧、修心、养生、处世、竞争、忍让等方面选择性地阐述了老子的智慧学说，以清晰明了的解说方式向人们讲解了人生的心态、感悟及真谛。

书籍目录

第一章 道法自然——老子这样说人生

人为乏趣，天机自然

人生画卷上的留白

境由心生，青春常驻

挣脱心灵的枷锁

老子无为的管理理念

顺其根本，豁达人生

心平气和，事事顺意

宁静致远，走好自己的路

第二章 清静无为——老子这样说修心

静心思考，一切皆有可能

人生贵在淡泊无争

微笑面对，世界就是美好的

远离世间的纷纷扰扰

宠辱不惊，笑眼看人生

学会控制自己的内心

功成名就，急流勇退

第三章 抱朴守拙——老子这样说养生

人应该珍惜自己的生命

养生的关键是心态要好

学会享受自己的生活

与自然规律相协调

道家的无为养生法

养生过度有损健康

精神的永垂不朽

第四章 自知者明——老子这样说做人

知人者智，自知者明

轻诺必寡信，多易必多难

以其无私成其私

战胜自己才是真正的强者

谦虚是成长的土壤

朋友相处应保持适当距离

做人要有同情心

人应该学会宽容

以德报怨，忘记仇恨

学会取舍，不要太过贪婪

拥有谦虚谨慎的做人态度

第五章 与人为善——老子这样说处世

真诚待人给自己留余地

己所不欲，勿施于人

桃李不言，下自成蹊

谦逊是终生受益的美德

低调的处世智慧

真诚地为他人鼓掌

低调自然做自己

不要站在风口浪尖处

厚积薄发的一击

第六章 大智若愚——老子这样说智慧

糊涂的心态可以有
吃亏是一种糊涂的智慧
大成若缺，大盈若冲
凡事都要把握一个度
做人要学会知足常乐
做人不要太斤斤计较
善待他人就是善待自己
做人不妨适当装装傻
难得糊涂的高境界
大巧若拙的处世智慧
大智若愚是智者的处世之道

第七章 以柔克刚——老子这样说竞争

鸡蛋碰石头的可能
藏头掖尾收起锋芒
示弱以待，至柔至坚
不可太露锋芒
要学会韬光养晦
避开与强者的正面相争

第八章 委曲求全——老子这样说忍让

坚持精神是成功的支柱
把困境转化为顺境
善始善终才能成大事
说话要学会委曲求全
学会选择和放弃
学会控制自己的情绪
忍耐是一种难能可贵的品质
忍辱负重亦是勇士之谋
委曲求全是另一种坚强

老子说，最方正的反而没有棱角。其含义是人应该突破种种限制，尤其是心灵的限制，让灵魂自由飞翔，像“道”一样无形无象，不被拘不被束。艾伦是一位非常成功经济学家，她在加拿大温哥华的一家重要金融机构担任很高的职位。她有两个孩子和一个温暖的家庭，但她总感觉自己好像失去了什么，生活并不是很完美。当她16岁时，第一次上舞蹈课，就满怀激情地想要成为一名舞蹈家，虽然她不时地学习舞蹈，做一些半专业化的表演，但却始终没有显示出在舞蹈方面成功所必备才能。而在商务方面她却显得轻车熟路。她获得了经济学硕士学位，建立了成功的事业。“我父母曾教导我说，要做就要做你能做得好的，如果你不能把某件事做得很好，就不要做。虽然我对跳舞有热情，但我没有成为伟大舞蹈家的天赋。我常常在心里进行着无法形容的斗争，无法决定是否要继续跳下去。”考虑到父母的教导，压制住自己的激情，艾伦全身心地投入到家庭和工作中去。可是她从没有放弃在一个完整的舞剧中创作和表演的梦想，尽管她总是说服自己是因为没有时间、能力、创造力和资金来使这件事成功。有一次，她无意中从卫生间的镜子里看到了令她吃惊的一幕，自己仅有32岁，但是看上去却像个老妇人，也许再也不能在舞台上跳舞了，心中回想着不能实现自己梦想的一生。就在那时，她下了决心去练习舞蹈，搞一次表演，即使人们笑话她，即使只有她一个人在空荡的剧场里跳舞，她也要将这个梦想变成现实。就在那天，她跳上了一辆计程车，怀着不可动摇的决心返回到了舞蹈课程的学习中。艾伦发现她不必为了追求自己的梦想而放弃生活的其他方面。“我一直以为，如果我做一些需要付出很大努力的事情，就很难顾及到其他事情了，比如孩子或工作。但事实并非如此，其他工作的参与，反而使我的工作效率更高了，在工作中取得了更大的成绩。我在工作中表现出了更强的信心和自我意识，和孩子们在一起也更有乐趣和更加自然。孩子们和我一起参加到演出中，卖票、调适灯光，他们也非常喜欢做这些事。我们作为一家人所共同度过的时光也更美好，确实更加美妙了。”在办公室和在台上，她继续着自己的两个职业。她现在已经是英国哥伦比亚保险公司——加拿大最大的机构的总裁和总经理。作为她自己公司的总裁，她是一位深受欢迎的企业顾问和发言人；同时，她仍然腾出时间，制作、编写、演出了四部舞剧，大量观众观看了演出，并且好评如潮。艾伦成功地挣脱了心灵的枷锁，使自己的生活更加丰富精彩，这就是对“大方无隅”最生动、最形象的诠释。最方正的反而没有棱角，其含义是人应该突破种种限制，尤其是心灵的限制，让灵魂自由飞翔，像“道”一样无形无象，不被拘不被束。追随自己的激情，追求自己最向往的事情，不怕失败，不在乎别人怎么说，你就可以摆脱心灵的枷锁，自由自在。有一种虫儿叫跳蚤，是跳高能手。如果把它放在桌子上，用手一拍，它可以跳很高，高度能达到自己身高的百倍以上，这在动物界是屈指可数的。科学家们在跳蚤的上方罩上一个玻璃罩，再迫使跳蚤跳动。每一次跳蚤都碰到了玻璃罩。这样连续多次以后，跳蚤改变了自己能够跳起的高度来适应新环境，每次跳起的高度总保持在罩顶以下。科学家们逐渐降低玻璃罩的高度，跳蚤经过数次碰壁之后又主动改变自己跳起的高度。最后，玻璃罩接近桌面，跳蚤无法再跳了，只好在桌子上爬行。经过一段时间，科学家们把玻璃罩拿走了，再拍桌子，跳蚤仍然不会跳，“跳蚤”变成“爬虫”了。“跳蚤”变成“爬虫”，并不是因为它已经失去跳跃的能力，而是由于一次次遭受挫折学乖了、习惯了，最后麻木了。最可悲的地方就是：虽然玻璃罩已经不存在，跳蚤却连“再试一次”的勇气都没有了。玻璃罩的限制已经深深地刻在它那十分有限的潜意识里，反映在它的心灵上。动物是这样，人也是这样，心理学家把这种现象叫做“自我设限”。一个人在成长的过程中，特别是幼年时代，遭受外界比如父母、老师等太多的批评、打击或遭受挫折，于是奋发向上的热情、欲望就被“自我设限”压制和封杀了。在这种情况下，如果没有得到及时的疏导与激励，他们就会对失败惶恐不安，对失败习以为常，逐渐丧失信心和勇气，渐渐养成懦弱、犹疑、狭隘、自卑、孤僻、害怕承担责任、不思进取、不敢拼搏的习惯。一个小孩在看完马戏团精彩的表演后，随着父亲到帐篷外拿干草喂养表演完的动物。小孩注意到一旁的大象群，问父亲：“爸，大象那么有力气，为什么它们的脚上只系着一条小小的铁链，难道它无法挣开那条铁链逃脱吗？”父亲笑了笑，耐心为孩子解释：“没错，大象挣不开那条细细的铁链。在大象还小的时候，驯兽师就是用同样的铁链来系住小象，那时候的小象，力气还不够大，小象起初也想挣开铁链的束缚，可是试过几次之后，知道自己的力气不足以挣开铁链，也就放弃了挣脱的念头，等小象长成大象后，它就甘心受那条铁链的限制，而不再想逃脱了。”在大象成长的过程中，人类聪明地利用一条铁链限制了它，虽然那样的铁链根本系不住有力的大象。在我们成长的环境中，是否也有许多肉眼看不见的链条在系住我们，而我们也自然地将这些链条当成习惯，视为理所当然？就这样，我们独特的创意被自

《老子原来这样说》

己扼杀，认为自己无法成功致富；认为自己难以成为配偶心目中理想的另一半，无法成为孩子心目中理想的父母、父母心目中理想的孩子。然后，开始向环境低头，甚至于开始认命、怨天尤人。这一切都是我们心中那条系住自我的铁链在作祟罢了。或许，你必须耐心静候生命中来一场大火，逼得你非得选择挣断链条或甘心遭大火席卷。但是，你还有一种不同的选择：你可以当机立断，运用我们内在的能力，当下立即挣开消极习惯的捆绑，改变自己所处的环境，投入到另一个崭新的领域中，使自己的潜能得以发挥。 P12-15

《老子原来这样说》

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