

<<淡定>>

图书基本信息

书名：<<淡定>>

13位ISBN编号：9787119069500

10位ISBN编号：7119069500

出版时间：2011-9

出版时间：外文出版社

作者：李峰

页数：299

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>

<<淡定>>

前言

电影《十全九美》播出后，“淡定”这句经典台词便流行了起来。与此同时，淡定，作为一种生活态度也越来越多地被认可和提倡。

淡定，从字面上来看，它是从容、镇定、冷静的意思，事实上，它的内涵十分丰满，而并非表面看起来那么骨感。

淡定是一种理性，一种坚忍，一种气度，一种风范，一种达观的生活态度，一种超然的人生境界。

相传寒山为文殊菩萨化身，拾得为普贤菩萨化身。

昔日寒山问拾得：“世间有人谤我、欺我、辱我、笑我、轻我、贱我、骗我，如何处置乎？”拾得回答说：“忍他、让他、避他、由他、耐他、敬他、不要理他，再过几年你且看他。”

这就是一种淡定的态度。

淡定不是虚无的，它是有形的，是看得见的，是感受得到的——不因成功而浮躁，这是淡定；不因失败而气馁，这是淡定；不因危险而慌乱，这是淡定；不因不公而愤怒，这是淡定；不因诱惑而犯错，这是淡定；不因误解而苦闷，这是淡定；淡定的人，知道进退，懂得取舍。是自己的就是自己的，不是自己的绝不强争硬夺。

淡定的人，不是看破红尘，不思进取。

物质、金钱、权力不会将他迷惑，他有能力去争取自己想要的一切，然而他却看淡这一切。

淡定的人，善待生命，沉稳而不缺少热情，淡然而不缺少善良。

淡定的人，有经过岁月磨砺后的沉稳含蓄，也有看淡世俗的潇洒丰实。

淡定的人，不会因生活的压力而焦虑，也不会因感情的失意而忧郁。

这是一个纷杂喧嚣、物欲横流的社会，要想遁世避俗几乎不太可能，每个人都别无选择地要面对生活。

如果你要幸福，那就让心灵拥有一份淡定吧！

唯有淡定，才能让你的内心安静下来，才能细细品味生活的万千滋味。

朋友们，生活中所有的状态都可以不期而至地降临，无论天上掉下来的是什么，都别忘了问自己——今天，你淡定了吗？

<<淡定>>

内容概要

淡定是一种理性，一种坚忍，一种气度，一种风范，一种达观的生活态度，一种超然的人生境界。

本书从以下几个方面阐述了淡定的内涵：淡对浮华才是福；有了理解的爱，所有的错都云淡风轻；把握分寸，一切淡定；等等。

<<淡定>>

作者简介

李峰，女，黑龙江人，东北农大园林专业毕业，现供职于央视旗下某著名广告公司。爱好读书写作，发表过许多文字作品，曾出版图书《你不可不知的情商》、《开放你的心态》、《放下就是快乐》等。

<<淡定>>

书籍目录

第一章 ■ 过欲是毒，淡对浮华才是福

对人类而言，没什么比失控的欲望更危险了，用满足欲望来提高生活的快感就像饮鸩止渴，瞬间的愉悦后，就是死亡。

禁不住诱惑、欲望无度的人无法获得淡定的人生，他们只会陷在欲求不得的痛苦里，陷在不择手段获得的恐惧中。

而幸福的人生并不在于你拥有多少财富，你有多高的地位，只在于心灵平静的那一瞬间。

别迷恋名利，它只是生命的过客

欲望止息的时候，才是幸福来临的时刻

求名心太盛，容易走歪门

看不淡名利，就少不了困扰

人生要耐得住平淡

荣辱不要太在意，以免伤身伤神伤生活

一时的快乐源于获得，长久的快乐在于知足

拼命用“加法”的结果就是胀痛

使人满足的东西可以很多，也可以很少

第二章 ■ “想得开”是通往幸福的路

第三章 ■ 有了理解 and 爱，所有的错都云淡风轻

第四章 ■ 抛却浮躁，我们要理性

第五章 ■ 输什么也不能输了心情

第六章 ■ 努力做个智勇双全的人

第七章 ■ 坚忍者，可以风雨无阻

第八章 ■ 把握分寸，一切淡定

第九章 ■ 人生因为有规划才不迷失

第十章 ■ 穷则变，变则通

章节摘录

版权页：于是他把自己的想法与桃乐丝商量，桃乐丝也觉得这是个好主意，因此二人联手，决心展开行动。

就这样一个创业策划形成了。

刚开始时，他们在自己只有三个房间的公寓中制造样品（为拿去给买主看的），由桃乐丝设计，罗杰负责制作，二人工作得不亦乐乎！

但他们都知道还有一个最大的问题尚未解决——那就是该如何获得订单，若无订单，创意再好也是枉然。

罗杰将样品夹在腋下，不辞劳苦地走遍纽约大商店，但由于他们年轻，名气又不大，所以不断遭到拒绝。

但罗杰并不气馁，他总是替自己打气，鼓励自己继续试别的机会。

终于，他遇见纽约著名商店“苏克斯”的供应商。

这位供应商一看到罗杰带来的样品便十分欣赏，他表示罗杰能做多少，他都愿意购买。

于是，罗杰他们小小的公寓房里每晚都大放光明。

他们夫妻俩为了应付订单，夜以继日地工作着，皮革与工具散得满地都是，两个孩子穿梭其间玩耍，此时，家庭已变成了工厂。

那段日子他们的确过得十分艰辛，夫妇俩不但要维持生计，还要照顾两个孩子，异常劳累。

直至今日，在他们当时居住的寓所的地板上，仍然留着他们辛勤工作的痕迹。

两三个月转眼就过去了，他们所收到的订单不断增多。

罗杰租下车库上的阁楼，然后和太太二人继续在那儿努力工作。

后来，桃乐丝又设计出一种小孩用的沙袋型手提袋，她的创意被送到“LOOK”这个全国性杂志的编辑部。

某位编辑对她的创意非常感兴趣，并且还以此为主题写了一篇专题报道，也附带介绍了一下罗杰与桃乐丝的奋斗史。

这篇刊登在全国杂志上的文章，使他们一夜之间声名大噪，产品在极短的时间内便卖出100万个。

此后，他们便踏上了平坦大道，纽约和洛杉矶都设有他们的工厂，所雇员工达140名，所制产品向全国主要商店交货。

<<淡定>>

媒体关注与评论

宠辱不惊，看庭前花开花落；去留无意，望天上云卷云舒。
——《菜根谭》

<<淡定>>

编辑推荐

《淡定:影响一生的心态》：不因成功而浮躁，这是淡定；不因失败而气馁，这是淡定；不因危险而慌乱，这是淡定；不因不公而愤怒，这是淡定；不因诱惑而犯错，这是淡定；不因误解而苦闷，这是淡定。

这是一个纷杂喧嚣、物欲横流的社会。

要想遁世避俗几乎不太可能，每个人都别无选择地要面对生活。

如果你要幸福，那就让心灵拥有一份淡定吧！

唯有淡定，才能让你的内心安静下来，才能细细品味生活的万千滋味。

淡定，意味着冷静的现实主义。

淡定，意味着有所抗争有所不争，有所为有所不为。

淡定，意味着“不与天较劲，不与人较劲。

不与事较劲”。

淡定，意味着在大多数时候应该保持好心情。“谦虚谨慎，戒骄戒躁”。

意味着自己还有更广阔的境界，更宏大的作为。

一本让你受益终生的畅销书！

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>