

<<经得起诱惑耐得住寂寞>>

图书基本信息

书名：<<经得起诱惑耐得住寂寞>>

13位ISBN编号：9787506040891

10位ISBN编号：7506040891

出版时间：2011-2

出版时间：东方

作者：东方觉慧

页数：258

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>

<<经得起诱惑耐得住寂寞>>

前言

不浮躁的生活 初秋，一个周末温暖的下午。

闲着没事，我拿着一本《读者》在院子里翻阅着。

旁边是几棵树，叶子深深浅浅的颜色，非常有层次。

这期《读者》卷首语是一篇叫《大器》的文章，作者是“琴台”。

在电视上看到小提琴的制作流程，心有所动。

制作一把精美的小提琴，木料的选择是关键。

匠人在选择木料时，非常在意年轮的多少。

在他们看来，每棵历经岁月洗礼的大树中都藏着一个精灵，而这个精灵，正是一把提琴的灵魂。

选准了木料之后，木料要在阳光下风干两年，使含水率低于10%。

风干的木料被切割成木板之后，放入一个黝黑的、终年不见阳光的房间，好像大师的闭关修炼，根除杂念，凝聚精魄。

这段静默岁月要持续四到五年。

经过这么长时间的韬光养晦，本来混沌的木板逐渐有了灵异之气，凝聚在木头中的精魄变得纯净而空灵。

万籁俱寂中，那些曾经在大自然中吐纳的自然之气和百鸟之声，沙漏一样滴滴答答地从木头中渗透出来。

老练的工匠，这时可以从一块普通的木板中，听出一把小提琴的音质。

这样的修炼，极易让人联想到世人眼中的“大器”。

舍得放弃纷繁红尘中的诱惑和热闹，舍得放下你依我依中的情深和意长，舍得让自己从一个八面玲珑、颇受欢迎的“人精”蜕变成呆若木鸡、锦衣夜行的隐者，除此，还要忍受漫长的寂寞和孤单，面对随时来袭的彷徨和绝望、讥讽和嘲笑……而这样的人，注定是不多的。

他的内心，时刻都有灵魂的清越之声在激荡，这是命运赐予追梦人的最崇高的现世享受。

而这样的清越之声，有的人一辈子都无从知晓。

文章写得真好！

说的道理更是经典。

“沉住气，成大器。

”说的也许就是这个道理吧！

的确，我们在这个社会上生存与发展，不仅要“舍得放弃纷繁红尘中的诱惑和热闹”，还要“忍受漫长的寂寞和孤单”。

这几年，我们口袋里的钞票越来越多了，但是我们离幸福却越来越远了。

“富二代”、“官二代”越来越多了，像李嘉诚那样艰苦创业的人越来越少了。

天天喊着要拿高年薪的人越来越多了，真正能在工作中务实的人越来越少了。

年轻人不再以学习为荣，职场人不再以感恩为荣，生意人不再以诚信为荣…… 现在我们的社会就是处在这样的一种浮躁中。

这个社会出现的问题，是“心”的问题。

因此，想要戒除浮躁，就必须从“心”出发，战胜我们内心里一个又一个“敌人”。

“诱惑”与“寂寞”就是我们心中最大的两个敌人。

一方面，现在的社会科技发达、物质丰富，我们心中的欲望常被挑逗得像是看见红色斗篷的斗牛。

他人暴富的经历，更让我们血脉膨胀、跃跃欲试；时尚名牌漫天飞；美女香车招摇过，心早已蠢蠢欲动；更不能忍受别墅洋房的诱惑……于是，我们心中就充满了矛盾、忧愁、不安，心灵也承受了很大的压力。

在这样的情况下，不少人由于对没接触过的事物产生强烈的好奇心，结果就发生了“好奇害死猫”的悲剧。

其实，轻易向诱惑投降，当了诱惑的俘虏。

<<经得起诱惑耐得住寂寞>>

面对着社会大潮中的各种诱惑，一旦染上，都是生命不能承受之重。

另一方面，如今的生活方式越来越多样，沟通方式也越来越先进，我们喜欢热闹，不喜欢一个人独处。

在已经去世的歌手阿桑的疗伤歌曲《叶子》里，有这样一句歌词：“孤单是一个人的狂欢，狂欢是一群人的孤单。

”很多人以“夜夜笙歌，只因寂寞”的借口，选择在灯红酒绿中买醉，在嘈杂的音响中寻求刺激，在网络的幻想世界中抒写快感。

我们把时间花在这些无意义的事上，然后让心灵一点点荒芜，长满野草，因为我们害怕寂寞。

诱惑是外扰，寂寞是内忧；诱惑考验定力，寂寞考察心境。

能在诱惑面前不动声色的人，是难得的高手；能在寂寞面前坚定前行的人，才是真正的英雄。

可见，要战胜这两个“敌人”的确不容易。

但是，抵挡不了诱惑和欲望，承受不住平淡和寂寞，就很难达到辉煌。

本书提供的对待浮躁社会的100条智慧“活法”，就是告诉你如何去战胜这两个“敌人”，可以作为企业赠送给员工的自我培训教材，也可以作为领导干部修身修德的自我提升读本，更适合所有在这个浮躁社会里想要修炼心灵的人阅读。

相信你读完本书，你的内心一定会更加强大，你的人生也会更加灿烂，有如我身后那一抹暖阳。

东方觉慧 2010年11月

<<经得起诱惑耐得住寂寞>>

内容概要

由东方觉慧编著《经得起诱惑，耐得住寂寞》提供的对待浮躁社会的100条智慧“活法”，就是告诉你如何去战胜诱惑和寂寞这两个“敌人”，可以作为企业赠送给员工的自我培训教材，也可以作为领导干部修身修德的自我提升读本，更适合所有在这个浮躁社会里想要修炼心灵的人阅读。

相信你读完《经得起诱惑，耐得住寂寞》，你的内心一定会更加强大，你的人生也会更加灿烂。

<<经得起诱惑耐得住寂寞>>

作者简介

东方觉慧，原名李殿璞，经济学博士，博士生导师。
拥有十分丰富的企业管理、职业策划与人生奋斗经验，专业研究著述颇丰，著有《你的未来可以预测》、《2012，离我们有多远》等作品。

<<经得起诱惑耐得住寂寞>>

书籍目录

第一章 诱惑向左，寂寞向右在诱惑与寂寞中历练过的人生最值得回味从来成事多诱惑，自古圣贤皆寂寞诱惑是欲望之树的毒果，寂寞是心灵深处的花朵诱惑不是堕落的借口，寂寞不是放纵的理由每一种诱惑都是一场博弈，每一次寂寞都是一种美丽诱惑是一种隐患，寂寞是一种幸福诱惑不等于机会，寂寞不等于孤独诱惑考验定力，寂寞考察心境在诱惑前止步，在寂寞中突破第二章 诱惑是一条蛇，寂寞是一首歌管好口和手，别让狂热燃烧了自己洁身自好，才能百毒不侵自律，经营自己内心的花园不要因为“就一次，无所谓”的想法而动摇轻易向诱惑投降，会发生“好奇害死猫”的悲剧犯没犯错，良心是最好的审判官提升你的修养，将寂寞变得优雅站在烦恼里仰望幸福与其纠缠于风雨，不如忘怀于风雨第三章 对诱惑说“可是”，对寂寞说“可以”人生旅程，只带必需的物品上路眺望窗外的风景，晒出身边的美丽营造一片彩色的天空人生要因势利导，顺从其美人生要的是坦然自在，放下就是快乐利用寂寞作一次短暂的小憩甩掉过去的痛，活在当下放下心中的怕，勇敢追求目标第四章 在诱惑面前不动声色，在寂寞面前坚定前行浮躁是人生的大敌金钱不是幸福的全部内容活着不是为了跟别人比较把日子过出纯净水的味道像超人一样永葆自信跳槽龙不如卧槽马，踏踏实实对待你的工作懂得满足，才能做幸福的守望者欣赏不完美的自己第五章 在诱惑中坚守，在寂寞中坚持慢生活，慢慢生活沉住气，成大器6以平常心对待世事浮沉以慈悲之心对待生活中的不公平以自己定义的方式享受人生理清人生不同阶段的需求排序，是人生最重要的功课懂得选择、学会放弃，才能经得起诱惑、耐得住寂寞经得起诱惑、耐得住寂寞，才能达到上善若水的人生佳境

<<经得起诱惑耐得住寂寞>>

章节摘录

020 意志坚定——在寂寞中不断突破自我 【锦言妙语】 人可以在社会中学习，然而，灵感却只有在孤独的时候，才会涌现出来。

——歌德 很多人都不喜欢寂寞，因为寂寞会使人压抑，感到生活平淡。但是，当纵观古今中外众多的科学家、哲学家、文学家和艺术家们，你就会发现，他们都是一些内向的人，他们特别欣赏寂寞，乐于孤独。

因为寂寞是一种意境，这种意境会使人产生灵感，激发人的潜能。

在埋头创立狭义相对论和广义相对论的几年中，爱因斯坦都是在孤寂中度过的。

他在工作中所表现的创造的韧性几乎是绝无仅有的。

寂寞是他创作的一个特点与个性。

他绕开了当时物理学家所研究的热点，背叛了物理学的传统观念，单枪匹马向人类思维的雷区进发。

对爱因斯坦而言，寂寞是一种企盼，一种求之不得。

寂寞可以独立思考，可以向自己发问，可以防止重蹈覆辙。

在自选的僻径上求索，向自定的目标奋进，寂寞使他避开纷扰。

寂寞，在这里，象征着扫除思想上的桎梏与精神上的烟雾，标新立异，独立超越，是其非凡人格的最重要的组成部分之一。

正如他自己所说：“我总是生活在寂寞之中，这种寂寞在青年时代使我感到痛苦，但在成年时却觉得其味无穷。

” 成功的人，当你调查他时，你会发现他的奋斗史，也是一部辛酸史。

很多成功的人，在人生的旅程中，并不是一帆风顺的，更多的是长期默默行进和苦苦奋斗的血泪史。

没有寂寞，没有痛苦，就不会有幸福、成功。

一个意志坚定的人，是不会畏惧艰难的，哪怕前面有阻止他前进的障碍物，他仍不会有丝毫的退却，他会想办法排除障碍物，然后继续前进。

贝多芬一生患有多种慢性顽症，对一个音乐家来说，其中，最致命的无疑是耳聋。

当他发现这个可怕的事实时年仅二十六岁，他那灿烂的音乐生涯刚刚起步。

这片可怕的乌云，几乎将他推入绝望的深渊。

但他及时地捂住了悲伤，冷笑着，要让命运在自己面前发抖。

毫无疑问，这给原本就拙于人际交往的贝多芬带来了更大的障碍。

他变得越发孤僻与狐疑，目睹别人被迫大声说话的吃力情形，自己也变得日益焦躁不安。

对于贝多芬的遭遇，歌德曾感叹道：“真替他难过。

看来他的耳朵似乎很糟，不过据我看，他心坎里的音乐似乎没有像社交方面受到那样大的创伤。

这位本来已相当沉默的人，因这种遭遇出现时似乎变得更为寡言了。

” 虽然贝多芬的世界充斥着悲寂，但这并没有撼动他对音乐艺术的向往与追求。

他在寂寞中与音乐为伴，在音乐中与寂寞为舞，昂首阔步踏平苦难向理想奋进，最终成为一位世界音乐史上久负盛名的音乐家。

中国有句古话：“十年窗下无人问，一举成名天下知。

” 很多人羡慕成功者，关注他头上的光环，但很少去了解他的过去，他的奋斗历程。

有的人苦苦追寻成功的真谛，但就是找不到。

其实，不是找不到，而是他做不到。

因为他害怕孤独、寂寞，他不愿付出。

一个人如果没有坚定的意志，没有在寂寞中突破自我的信心，势必功败垂成。

事实上，假如一个人能够意志坚定地行动起来，向着既定目标坚持不懈地努力，那么，他一定可以挫败种种的困难与坎坷，从而登上理想高峰。

020智慧活法 如果有坚强的自信，往往能使平凡的人干出惊人的事业来。

胆怯和意志不坚定的人即使有出众的才干、优良的天赋，也终难成就伟大的事业。

021 寂寞是人生不可缺少的调味品 【锦青妙语】 寂寞只是一种状态，一种自然而然的，

<<经得起诱惑耐得住寂寞>>

无法掺入任何人的主观成分的一种天然状态。

——孟德斯鸠 人的一生，都会遇上孤单冷清的寂寞日子，且常有“寂寞难耐”之感。其实，寂寞难耐并不是由寂寞本身决定的，而是由自己的心态和情绪决定的。

有人曾经说过，勤奋踏平坎坷路，寂寞造就凌云志。

寂寞孕育希望、寂寞孕育伟大、寂寞孕育成功！

有人为了摆脱寂寞，而甘愿放弃这一切。

但是殊不知，寂寞更是人生的另一种历练。

我们面对寂寞之时，需要勇气、意志和耐心。

那是因为，一旦你屈服，就将陷入寂寞的无底漩涡。

我们可以在寂寞中重拾往昔的自信，勇敢地直面寂寞，在思考中找到人生的目标，找到自我价值，同时也找到生命存在的意义。

中国文学艺术史上著名的翻译大师、一代巨匠傅雷先生的成功来源于他的寂寞。

他的儿子、世界著名钢琴家傅聪评价其父是“一个寂寞的先知”。

学贯中西、写出许多光辉灿烂、远迈前古著作的我国著名学者、被中国译协授予“翻译文化终身奖”的季羨林先生，“文革”中利用关在“牛棚”和在传达室看大门的寂寞日子，翻译了280万字的梵文作品。

所谓“居不幽者思不远，形不愁者思不广”。

“幽”者，“愁”者，即大智者的“寂寞”，其达致的“远”、“广”，也大多具有超越时空的力和意义。

所以说，世间的杰出人物，大多感受过难觅知音的“寂寞”，但他们仍然热情而执著地面对人生。

可见，寂寞比热闹更能丰富人的情感，更能发散人的思维，更能挖掘人的智慧，更能激发人的灵感。

在当今急功近利的浮躁社会环境中，要夯实基础，在事业上有所作为，乐于经营寂寞无疑是一种很好的选择。

寂寞是一种宁静，寂寞的星空有智慧的闪光。

你的思想在升华，你的灵魂在洗涤。

在寂寞中你充实自我、完善自我，使自己日臻成熟，等到尝过了最苦最甜的滋味时，心中便得到一种难得的超越。

所以说，寂寞是人生中不可缺少的调味品，如果缺少寂寞，那么人生就不是完美的人生。

021智慧活法 人生的快乐和幸福都在自己的心里装着，在自己的手里握着，让知识丰富你的心，你的寂寞生活就会亮丽起来、缤纷起来、快乐起来。

寂寞是人生不可缺少的调味品，善待它就是善待真实的人生。

.....

<<经得起诱惑耐得住寂寞>>

编辑推荐

“经得起诱惑，耐得住寂寞”是一种人生境界，是实现理想过程中必要的素质体现，更是一种坚定的信念与态度！

经得起身外的诱惑，方可成就自我；耐得住内心的寂寞，终能修成正果。

东方觉慧编著的《经得起诱惑，耐得住寂寞》教你战胜生命中最大的两个敌人——诱惑和寂寞，提供了浮躁社会的100条智慧活法。

<<经得起诱惑耐得住寂寞>>

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>