

<<人生随时要淡定>>

图书基本信息

书名：<<人生随时要淡定>>

13位ISBN编号：9787510704895

10位ISBN编号：7510704898

出版时间：2012-4

出版时间：中国长安出版社

作者：门马

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，请支持正版图书。

更多资源请访问：<http://www.tushu007.com>

<<人生随时要淡定>>

前言

人的一生总会有成功的时候，也难免有遭受挫折、失败的时候。今天成功地站在顶峰，但是明天说不定就会一个跟头栽人万丈深渊。职场、官场、商场，乃至情场，都是如此。

成功或失败，这些都不是问题，问题是我们站在成功的顶峰或跌入失败的深渊时，以什么样的态度去面对它？

成功时，我们一副趾高气昂的姿态，而遭遇失败时则是一蹶不振、萎靡颓废的表情。这两种精神状态，不管是哪一种，都不是应该倡导的，我们所倡导的人生是一种淡定而祥和的人生。也就是不管在成功还是失败时都要保持淡定，过一种淡定的生活，这才是大智者所信奉的准则。

柏拉图说过：“生活从不简单容易，即使生活在顺境中，你也会遇到需要克服的困难。

”人生不会总是那么圆满，谁都不可能四季里一直享受春天的温暖与明媚。

浮华与名利终将会散去，我们能做的就是及早地舍弃虚幻与浮躁，时刻保持一颗淡泊宁静的心。

不论成功或失败，我们生活的每一处都需要淡定的心态维持，情感、名利、进退取舍，烦恼等，都需要淡定的指引。

对于感情，我们需要淡定，因为不是我们的就不必再强求，因为“强扭的瓜不甜”，也因为爱的最高境界就是“他(她)幸福，就是你幸福！

”对于婚姻，更需要淡定，婚姻不是一纸文书，而是一辈子的承诺。

婚姻是和谐的相处，是包容的胸怀，是真诚的理解。

淡定地牵手前行，淡定地走过风雨，淡定地“和你一起慢慢变老”。

对于名利，它如过眼云烟，生不带来，死不带去，它就像一张网，网住你所有的快乐和幸福，只留下无尽的烦恼和忧愁。

如果太重视名利，则会忽略人生的真谛，到头来终会后悔莫及。

学会以淡泊之心看待权力和地位，乃是免遭心灵痛苦的良方，也是得到人生幸福和快乐的智慧所在。

对于得失，更没必要计较，因为人的一生都是在得与失中度过的，得与失是相互转化的，只不过是瞬间的事，又何必费尽心思计较呢？

淡然面对，坦然生活，岂不是更好？

总之，不管什么时候什么事情，我们都要保持一种淡定的姿态。

淡定不是平庸，它是一种生活态度，一种人生境界，是智慧的不争，是宠辱不惊，是对简单生活的一种追求。

淡定的人是智慧的，是聪明的，是优雅的；又是一杯茶，恬适地生活，没有爱慕虚荣的飞扬跋扈与名利官场的尔虞我诈；还是一本厚厚的经书，深知得与失、取与舍之间利弊的权衡；更是一片绿叶，会在终日的忙碌中，抽出片刻的闲暇滋养一下自己的心田。

我们这个时代很需要“淡定”。

我们每个人都需要这种心态，这样在生活中才会处之泰然，不会太过兴奋而忘乎所以，也不会太过悲伤而痛不欲生。

总之，人生随时要淡定！

<<人生随时要淡定>>

内容概要

淡定是一种为人的心态、一种处事的境界，是“宠辱不惊，看庭前花开花落；去留无意，望空中云卷云舒”的追求，是“不以物喜，不以己悲”的胸怀。

拥有淡定，才能不被困难与挫折所击倒！

保持淡定，才能从容面对、泰然处之！

淡定让我们活得更自在、更快乐、更幸福、更成功。

淡定是一种好心境，只有那些心态平和、成熟沉稳的人才能做到；淡定是一种大智慧，只有那些理性从容、不骄不躁的人才能做到。

淡定是我们获得幸福、快乐、成功的关键。

我们这个时代很需要“淡定”，只有淡定才会使你泰然处之，不会太过兴奋而忘乎所以，也不会太过悲伤而痛不欲生……总之，人生随时要淡定！

<<人生随时要淡定>>

作者简介

门马。
笔名，男，汉族，1968年清明节出生，江西奉新人。
著有《抚河上空的鸟儿》等作品。

<<人生随时要淡定>>

书籍目录

第一章 名昨是若果，需慎得来摘

名利是苦果，需慎重采摘
事业重要，我的名不算什么
这杯毒酒，可别喝
一片冰心在玉壶
别为名而累了自己
不做趾高气昂的人
放开名利的羁绊
在心中种一株淡泊之花
在金钱里寻求一个平衡点
金钱不等于幸福

第二章 平淡对待得失，冷眼看尽人生繁华

收紧尖刺过暖冬
失之东隅，收之桑榆
不做得意的寒号鸟
人生得与失，都付笑谈中
成功之道 喧亏就是占便宜
用积极的心态对待得失
过一种淡定的人生
看淡得失，保持平常心
智者的表现，成功者的手段
人生之事，事事是好事

.....

第三章 张开手，世界就在手中

第四章 戒骄戒躁看世间百态

第五章 删除昨天的烦恼，成全明天的美好

第六章 有一种感悟云淡风轻

第七章 婚姻是条绳，这头牵着你，那头拴着我

第八章 退一步海阔天空

第九章 积蓄力量，等待下一刻爆发

<<人生随时要淡定>>

章节摘录

“人人都说神仙好、惟有功名忘不了。

”这是《红楼梦》里的开篇偈语，似乎在诉说繁华锦绣里的一段公案，又像是在告诫人们名利世界中的冷冷暖暖，人生是什么暂且不论，名利乃身外之物却最能累人。

淡泊名利，心无尘事，去实现远大的志向，笑看人生，海纳百川。

多几分旷达，少一些妒忌，多几分潇洒，少一些烦恼，对名利保持几分淡泊，对生活多出几张笑脸，你轻松，我愉快。

人生一世，草木一秋，归心自然，何乐而不为？

不为名利牵伴，不为金钱诱惑，这就是优秀院士马祖光的人生写照。

1999年，马祖光得知学校把为自己申报院士的材料寄出后，十万火-急地给中科院发出一封信，内容是：“我是一个普通教师，教学f--f-，Z-作一般，不够推荐院士条件，我要求把申报材料退回来。

”只因为很多比他优秀的学者都还没有成为院士。

2001年。

新的院士评审规则要求申报材料必须由申请者本人签字，马祖光却拒绝签字。

申报期限最后一天，原校党委书记李生只好以校党委名义到他家做工作。

“我年纪大了，评院士已经没有什么意义了，机会应该给优秀的年轻同志。

我一生只求无愧于党就行了。

”马祖光还是不同意签字。

“你评院士不是你个人的事，这关系到学校，是校党委做出的决定。

你是一名党员，应该服从校党委安排。

”李生接着他的话题聊起了学校的党建工作，这激起了马祖先对入党以来的美好回忆：“我这一辈子都服从‘党组织的安排……”李生赶紧接过话头，“那你再听从一次吧！”

”“迂回战术”奏效了。

马祖光勉强签了字，半天不吭气。

申报后，马祖光当选为中科院院士，他说：“第一是党的教育和培养，第二是依靠优秀的集体，第三是国内同行的厚爱。

”这里有一个小插曲。

中科院审阅马祖光的院士推荐材料时，产生了疑问：作为光学领域知名专家，马祖光的贡献有目共睹，可许多论文中他的署名却在最后，为什么？

哈工大光电子技术研究所博士生导师胡孝勇说：“他为别人做了大量准备工作，花了大量心血。

他依据每个人的特点，把争取来的很多课题分出去，让别人当课题组长。

马老师没有半点儿私心。

”哈工大光电子技术研究所博士生导师王月珠说：“马老师从德国回来后，把自己在国外做的许多实验数据交给我测试。

测试后完成的论文他改了三四遍，我便把他的名字署在前面，他一口回绝，最终他的名字还是排在最后。

”几乎每一篇论文的署名都有这么一个过程：别人把马祖光排在第一位，他立即把自己的名字勾到最后，改过来勾过去，总要反复多次。

2001年马祖光评上院士后，学院给他配了一间办公室，并要装修。

马祖光急了：“要是装修，我就不进这个办公室。

”最后不但没进去，他还把办公室改成了实验室。

马祖光和六名同事们挤在一个办公室里，大伙说太挤，他却说：“挤，董儿好，热闹！”

”克己奉公，淡泊名利。

正如马祖光所说：“事业重要，我的名不算什么！”

”正确对待名利，一个人无论取得了怎样的成绩，都应该清醒地看到：个人的力量作用是有限的。

<<人生随时要淡定>>

不计名利得失，不计荣辱进退，吃苦在前，享受在后，把自己的一切献给国家和人民。

从古至今，有多少人挣扎在名利场上，正所谓，“天下熙熙，皆为利来，天下攘攘，皆为利往。”有多少人能像马祖光这样，真正做到淡泊名利、笑看人生呢？

淡泊是一种处世的态度，是一种人生的情怀，是一种生命的境界。

懂得淡泊，并能做到淡泊的人是快乐的、幸福的。

人贵有淡泊心，淡泊如天上的白云，地上的泉水，空中的明月，山涧的清风。

有了淡泊心，我们才能用一种超然的心态对待眼前的一切，不做世间功利的奴隶，也不为凡尘中各种牵累所左右，使自己的人生不断升华。

人生箴言：人生在世，有很多种活法，追名逐利是其中一种，而且这已经成为现代社会的一种普遍现象。

除此之外，还有一种就是和它相对的活法。那就是甘愿做个淡泊名利之人，粗茶淡饭，布衣短褐，以冷眼洞察社会，静观人生百态。

这样才能活出自己美好的风采，活出自己幸福的人生。

P3-5

<<人生随时要淡定>>

编辑推荐

门马编著的《人生随时要淡定》简介：淡定是一种好心境，只有那些心态平和、成熟沉稳的人才能做到；淡定是一种大智慧，只有那些理性从容、不骄不躁的人才能做到。

淡定是我们获得幸福、快乐、成功的关键。

我们这个时代很需要“淡定”，只有淡定才会使你泰然处之，不会太过兴奋而忘乎所以，也不会太过悲伤而痛不欲生……总之，人生随时要淡定！

<<人生随时要淡定>>

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>