

<<淡定的活法>>

图书基本信息

书名：<<淡定的活法>>

13位ISBN编号：9787511319111

10位ISBN编号：7511319114

出版时间：2012-3

出版时间：中国华侨出版社

作者：释颢

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>

## <<淡定的活法>>

### 内容概要

淡定就是一种境界，是生活的一种状态，是内在心态修炼到一定程度，所呈现出来的那种从容、优雅的感觉。

若能通过自身的感悟、修炼，不断趋于淡定，也不失为一种境界！

## <<淡定的活法>>

### 书籍目录

#### 第一辑 人生再多苦难，只需淡定从容

人总是在苦难中蜕变  
生活没有你想象的那么糟糕  
感谢伤口  
着眼于“好处”  
不是所有失去都意味着缺憾  
错过了，就别再放心上  
抬起失败的头  
跌倒了，就再爬起来  
顶天立地做人  
“顺应天命”也是一种不错的选择  
荣辱面前，你淡定了吗

#### 第二辑 昨日已成昨日，还需活在今朝

倒掉昨日那杯陈茶  
别用记忆惩罚自己  
放下是一种智慧  
人因烦恼乱，无非绳未断  
那些包袱，放不下也要放  
活在现在  
多说几个“幸亏”  
归零  
与其内疚于心，不如尽力补救  
走出人生的冬季  
太阳每天都是新的

#### 第三辑 冲突在所难免，权且容下几分

#### 第四辑 欲望沟\*难填，何苦为它癫狂

#### 第五辑 不是每支恋曲，都有美好回忆

#### 第六辑 家事清官难断，柔断常怀心中

#### 第七辑 闹看花开花落，漫随云卷云舒

#### 第八辑 身居红尘闹市，任心一片清净

## <<淡定的活法>>

### 章节摘录

版权页:第一辑 人生再多苦难，只需淡定从容人总是在苦难中蜕变世事本无常，我们随时都会遇到困厄和挫折。

遭遇生命中突如其来的困难时，你都是怎么看待的呢？

不要把自己禁锢在眼前的困苦中，眼光放远一点，当你看得见成功的未来远景时，便能走出困境，达到你理想的目标。

我们的人生需要选择，我们的生命需要蜕变，每每苦难来袭，面临选择和放弃，我们都要有足够的勇气，改变自己，只有这样才能获得新生，才能铸就另一个辉煌！

老鹰是世界上寿命最长的鸟类，它的寿命可达70岁。

但是如果想要活那么久，它就必须要在40岁时做出困难却重要的抉择。

当老鹰活到40岁时，它的爪子开始老化，不能够牢牢地抓住猎物；它的喙变得又长又弯，几乎能碰到它的胸膛；它的翅膀也会变得十分沉重，因为它的羽毛长得又浓又厚，使它在飞翔的时候十分吃力。在这个时候，它是不会选择等死的，而是选择经过一个十分痛苦的过程来蜕变和更新，以便继续活下去。

这是一个漫长的过程：它需要经过150天的漫长锤炼，而且必须努力地飞到山顶，在悬崖的顶端筑巢，然后停留在那里不再飞翔。

## <<淡定的活法>>

### 编辑推荐

《淡定的活法》编辑推荐：人生于世苦恼本多，常令我们变得焦躁不安。欲孽、诱惑，以及无法满足的奢望总令我们患得患失，此时，何不平心静气，涤去杂念，珍惜现在的拥有，也许另一种幸福感便会油然而生。

<<淡定的活法>>

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>