

图书基本信息

书名：<<你若盛开清风自来-浮躁世界里的安心之道>>

13位ISBN编号：9787511331267

10位ISBN编号：7511331262

出版时间：2013-2

出版时间：中国华侨出版社

作者：亦舒

页数：272

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>

内容概要

熙熙攘攘的现代生活里，来自外界的主客观因素，无时无刻不在影响着人们的生活。此岸与彼岸，短暂与永恒，有限与无限，都是永恒的矛盾。于是，孤独与迷惘、矛盾与痛苦、失落与压抑、焦虑与恐惧等心灵问题，日益成为现代都市人面临的心灵问题。

安心，其实一点也不难理解，它很平凡，很实在，就是让我们把内心安定下来。

《你若盛开，清风自来：浮躁世界里的安心之道》通过丰富多彩的知识 and 流畅生动的文字，深入浅出地带你探索安心之道，如止散乱心、收贪恋欲，减去一分痛苦和煎熬，拥有一份从容和淡定；如以慈悲为怀，以宽容为本，点亮心灯的善缘，呼唤起内心最柔美、最博大的情怀；如克制情绪，调整心态，境随心转得安然，走出一个崭新的自我.....

书籍目录

辑一 智慧的人，选择行云流水的人生行走在繁华都市中，人是需要一些智慧的。

有智慧的人，心态平和、内心宁静，能以一颗包容之心看待万事万物，并善于用“第三只眼睛”去发现平凡生活中的幸福。

这就像美丽的太阳照耀于生命，为自己选择了一种行云流水、快意自适的生活。

第1章 平静的心灵是智慧的珍宝漫漫红尘中，我们需要保持一颗平静的心灵，心平气和，安然淡定。

将这种感觉常驻于心，那么无论我们走到哪里，做什么事情，心中总会有一片碧海青天。

静心是清明，静心是觉悟！

从心出发的静修之旅，成就了我们包容万物的智慧，也使内心得以真正的安宁。

一念心清净，处处莲花开云在青天水在瓶花开花落，顺其自然得失从缘，随遇而安静心聆听生命的花开心不争，自清宁拨开生命中的“迷雾”第2章 接受残缺，在宽恕中忘掉遗憾缺憾，代表不完美，谁愿意拥有缺憾？

但我们无法逃避，因为真正意义上的完美并不存在。

我们所能做的就是平静地接受不完美的现实，不计较，不懊恼，怀着一颗包容的心看待一切。

拥有这种轻松、满足的心态，我们才能生活得更好。

爱上不完美的自己被上帝咬过的苹果玉，有瑕疵才是真的月缺花落情更美错过：岔路口上的抉择给生命一些“留白”不妨悠然下山去第3章 把平凡的生活笑成一朵花平平淡淡，悠悠闲闲，随意笑，随意嗔，无须别人深沉的仰视，静静地迎送每一天的朝霞与夕阳。

谁说这是平凡？

这是韵律悠长的生活，这是生生不息的生命。

这所需要的仅是一点点耐心与坚持，只要亲自实践，你我都能让平凡的生命绽放出美丽的花朵，领略到常人难以体会的人生妙处。

柴米油盐中的安详棉花糖，慢慢品，甜到心里百合花开香心底瓦尔登湖，梭罗的湖诗意栖居：在精致中得道一箪食，一瓢饮，足矣愿以一切所有，换取一刻时间种下一颗梦想的种子辑二 做幸福的人，一池落花两样情辑三 做慈悲的人，点亮心灯的善缘辑四 做快活的人，境随心转得安然

章节摘录

“难道你从不在清晨五六点起床？”

你想想，六月的黎明，整个天空都是玫瑰红的云彩，那是多么美妙的景观啊；七月的夜晚，一抬头就可以看到满天繁星，多么有意境啊；再想想，中午是常人无法承受的高温，这时候才能真正体会到游泳的乐趣！

”使布莱克斯惊奇的是，戴维森先生的话果然有效，他不再怕夏天了。

当高温天气真的到来时，清晨，布莱克斯在晨露的凉爽中修剪玫瑰花；中午，他和孩子们舒舒服服地在家睡觉；晚上，他们在院子里做冷饮，吃冰淇淋，真是痛快极了。

整个夏天，他们还欣赏了沙漠日出和日落特有的壮观景象。

几十年之后，布莱克斯已是满头银发，但是他愉快的笑容仍然那么灿烂。

他在拜访戴维森先生的时候，由衷地感慨道：“我喜欢这里的夏天，而且我一点不担心变老，在这里欣赏生活的美都欣赏不过来呢，我觉得活得有意思极了！”

”看到了吧，生命是一个过程，当你静观人生的时候，美就会充斥你的生活。

美是生活中的客观事物与你主观意识碰撞后进发出的火花，是一种不带功利色彩的愉快感觉。

它能使你的心灵得以净化，情感得以宣泄，精神得以满足。

用生命交织而成的声音，如同交响曲般拨动心弦，融入心境，响彻灵魂。

或听春晨之鸟啼声清脆，生命在其啼声中涌动如斯；或听夏夜虫鸣婉转流畅，感受生活的细而绵长；

或听秋夜之雨淅淅沥沥，温柔地打在瓦片上，如同自然的琴键，感觉自己的心还依然跳动。

生活，正在生命之音中诗意地栖居。

.....

编辑推荐

做智慧的人，行云流水的人生；做幸福的人，一池落花两样情；做慈悲的人，点亮心灯的善缘；
做快活的人，境不转心转。

浮躁世界里的安心之道 在现实沉浮中觅得清凉初心，在行云流水般的日子里点燃一瓣心香，
平和面对生活中的一切。

云来雨来，其心如镜不迎不拒，两不相碍。

悠然，随心，随性，随缘。

注定让一生改变的，只在百年后，那一朵花开的时间。

人总想“诗意地栖居”，然而生活里的烦恼很多，心灵无处安放。

《你若盛开，清风自来：浮躁世界里的安心之道》是你感悟生命，寻找心灵家园的即时良药，以此为
红尘中的烦恼众生们开启智慧之门，在现实沉浮中觅得清凉初心。

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>