

<<沉静力>>

图书基本信息

书名：<<沉静力>>

13位ISBN编号：9787511333841

10位ISBN编号：7511333842

出版时间：2013-5

出版时间：陆浩文 中国华侨出版社 (2013-05出版)

作者：陆浩文

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>

## &lt;&lt;沉静力&gt;&gt;

## 前言

人生成功的因素有很多，沉静力则尤为重要，它是保证一个人成功的不可或缺的重要因素。

沉静力，就是在繁华、浮躁、喧嚣的环境中沉住气、静下心，做一个沉稳、淡定的人。

如果一个人拥有沉稳、冷静的心态，便可以在喧嚣浮华中恪守正气，在忍辱负重中蓄势待发，在新机遇中借势起飞。

沉住气、静下心是做人、做事的大智慧，是拼搏路上的一盏指明灯，更是开启成功大门的金钥匙。

沉住气才能成大器。

沉住气，是一个人成熟的标志，是成大事的基础。

它既是一种生活态度，也是一种生活方式。

无论是在生活、工作还是学习中，都要沉得住气；无论是在关键时刻还是在平时，也要沉得住气。

沉住气，能使人心智清醒、审时度势、把握全局，从而能轻松地解决棘手难题，能顺利地渡过艰难难关。

在处世、行动、心志、情绪上都要保持沉着冷静、不骄不躁。

只有沉住气，脚踏实地一步一步去干，才能步步为营，走向成功。

静下心才能接近世界。

在人生的旅程中，人们追逐着、奋斗着、朝圣着、迷茫着、失去着，用有限的精力背负了过多的包袱，经常诚惶诚恐、患得患失、不知所从。

殊不知，尘世中万事都要讲究随缘，顺其自然。

随是一种豁达、一份洒脱，让自己过得从容洒脱、豁达乐观一些，随心而行、随性而生、随情而动，生命才能真正的自在。

很多人不懂这个道理，认为自己明明已经很努力、很认真地去对待生活和工作，却始终不如意，也不快乐；无论自己怎样去付出，总觉得自己仍处在尘世的边缘，无所获，也无所得。

人之所以不快乐，是因为我们的内心不静，追求的太多，往往追求那些原本不属于东西，追求比别人更富有、更幸福、更成功……欲望的沟壑永远也无法填满，只有看淡人生的得失、珍惜所有，才能在纷扰的尘世中活得惬意、坦然。

这个世界是如此的喧嚣、浮躁，一个人在面对名利、虚荣、贪婪、得失时，往往容易迷失方向、迷失自我，这时就需要静下心来，“宠辱不惊，闲看庭前花开花落；去留无意，漫随天外云卷云舒”

放下宠辱和繁杂，方能安详自在，这是一种为人处世的方式，也是一种安详恬淡、处变不惊的心态。

只有静下心，才能看得清时局，才能把握住机会，最终成就自我、走向成功。

读本书能使读者做到遇事沉着、厚积薄发，见微知著，最终走向人生的最高峰。

本书上篇从心智、谋略、情绪、语言、行动、处世六个方面全面细致地阐释“沉住气”的人生智慧，教读者如何做到沉着冷静地对待得失与成败，能够让读者真正地领悟到“沉住气才能成大器”的深刻道理。

下篇教读者如何面对喧嚣世界、虚荣贪婪、选择得失、疲惫迷茫，只有心灵宁静了，不被外界所扰，才能聆听内心深处最真实的声音。

让浮躁的心平静下来，你才能更清楚地去接近自己的目标，世界才会离你更近。

本书语言生动、感情细腻、文字优美、逻辑缜密，作者在论述道理的同时穿插了大量的事例，使文章读来更加灵动而深刻。

相信本书中诠释的人生智慧能够与你产生共鸣，从而让成功离你越来越近。

## <<沉静力>>

### 内容概要

《沉静力:世界如此喧嚣,你要沉心静气》上篇从心智、谋略、情绪、语言、行动、处世六个方面全面细致地阐释“沉住气”的人生智慧,教读者如何做到沉着冷静地对待得失与成败,能够让读者真正地领悟到“沉住气才能成大器”的深刻道理。

下篇教读者如何面对喧嚣世界、虚荣贪婪、选择得失、疲惫迷茫,只有心灵宁静了,不被外界所扰,才能聆听内心深处最真实的声音。

让浮躁的心平静下来,你才能更清楚地去接近自己的目标,世界才会离你更近。

## &lt;&lt;沉静力&gt;&gt;

## 书籍目录

上篇沉住气的人生才能成大器 第一章承载寂寞，忍耐苦痛：心志上要沉得住气 1.寻梦，就要耐得住寂寞 2.磨砺出宝剑，苦寒出梅香 3.“熬”得住，才能挺得起 4.用耐心等待花开 5.千万别在成功之前倒下 6.韬光养晦，得意时勿忘形 7.沉得住气，才能积弱为强 第二章胸藏甲兵，腹隐韬略：谋略上要沉得住气 1.忍辱负重，待到山花烂漫时 2.鹬蚌相争，渔翁得利 3.善藏锋者，能成大器 4.软硬兼施，做人难得的艺术 5.抓住机遇，趁势而上 6.欲擒故纵，先予后取 7.迂回前进也是一种成功之术 8.知己知彼，才能百战百胜 第三章鲁莽是魔，冲动是鬼：情绪上要沉得住气 1.学会掌控情绪，路会更宽广 2.让心胸如海般宽广 3.别太情绪化 4.沉淀心气，脚踏实地 5.耐心点，心急吃不了热豆腐 6.遇事沉着冷静，像山一样沉稳 第四章舌底生事，祸从口出：嘴巴上要沉得住气 1.用微笑抵挡嘲笑 2.笑口常开，莫争辩 3.收敛自己，小聪明要不得 4.说话要委婉，别太直 5.说话要留有余地 6.三思而行 7.有理不在声高 8.说话要留点余地 第五章动如脱兔，静如处子：行动上要沉得住气 1.幻想如镜花水月，实干才能成就大业 2.多耕耘，一路花香 3.每天多做一点，成功就近一点 4.事业因专注而成功，生命因专注而绚烂 5.张弛有道，放松心灵的良药 6.大目标由小目标组成，别因为倦怠而放弃 7.从小事着手，方成大事 8.按计划行事，成功便如沙漏一样简单 第六章收敛锋芒，不骄不狂：处世上要沉得住气 1.难得糊涂，让人生更美妙 2.该糊涂时就糊涂，好奇会害死猫 3.把智慧藏起来，做个糊涂的聪明人 4.学会隐藏你的真实意图 5.大智若愚，是一种处世哲学 6.半痴半呆，才是真聪明 7.花要半开，酒要半醉 下篇心灵有多静世界就有多近 第七章宠辱不惊，陌上花开：喧嚣时要静得下心 1.浮躁是成功的绊脚石 2.活出简单的姿态 3.万物皆空，活在当下 4.别让名利牵绊了心灵 5.心灵“回收站”要及时清空 6.甘于寂寞，冰雪掩梅梅自香 7.学会和自己的心灵独处 第八章抛却浮华，幽兰自若：虚荣时要静得下心 1.华而不实的面子，不要也罢 2.淡泊虚名，三十功名尘与土 3.功名前要一身正气 ..... 第九章心念清净，莲花处开：贪婪时要静得下心 第十章缘来缘去，得失坦然：得失时要静得下心 第十一章重整心情，宁静致远：疲惫时要静得下心 第十二章睿智从容，淡定取舍：抉择时要静得下心

## &lt;&lt;沉静力&gt;&gt;

## 章节摘录

版权页：杨氏家族为汉朝名门，祖先杨喜在汉高祖刘邦时期就封侯拜相，史书记载：“自震（杨震）至彪（杨彪），四世太尉。

”如此显赫的家世，只有四世三公的袁氏世家方可媲美。

与风光无限的先祖相比，杨修的个人才华也毫不逊色。

他才思敏捷，聪颖过人，在当时颇有名气，建安中举孝廉，除郎中，又任丞相府主簿。

这些傲人的高位的确让杨修有自负的资本。

据《三国志》、《曹植传》记载：“修年二十五，以名公子有才能，为太祖所器。

”“是时，军国多事，修总知外内，事皆称意。

”可见，杨修才华出众，能力超群，深得曹操的信赖和器重，所以才会任以“总知外内”的主簿一职，而且“事皆称意”。

而由“自魏太子已下，并争与交好”的状况可见，当时连魏太子曹芳也要交好于他，而其中的“并争”交好，可以想见当时杨修地位之重要，引得人人都有意讨好他。

另一方面也可证明，杨修当时是深得曹操倚重的府吏，且关系密切，经常参与曹操的政治军事活动。

望族之后，满腹才华，深受赏识和重用，如此种种，都助长了杨修自负自夸人格的发展和深化，而最终给他带来了杀身之祸。

曹操修建花园时，工匠们在动工前请曹操审阅花园工程的设计图纸，曹操什么也没说，只在园门上写了一个“活”字。

工匠们不解其意，忙去请教杨修。

杨修说：“丞相嫌园门设计得太大了。

”于是，工匠们按杨修的提示修改了方案。

曹操见改造后的园门，心里非常高兴，一问工匠，才知是得到了杨主簿的指点。

曹操口中对杨修称赞有加，心里却忌恨杨修的才华。

又一次，曹操与杨修骑马同行，当路过曹娥碑时，他们见碑阴镌刻了“黄绢、幼妇、外孙、齏臼”八个字，曹操便问杨修是否理解这八个字的意思。

杨修正要回答，曹操说：“你先别讲出来，容我想想。

”

## <<沉静力>>

### 编辑推荐

《沉静力:世界如此喧嚣,你要沉心静气》语言生动、感情细腻、文字优美、逻辑缜密,作者在论述道理的同时穿插了大量的事例,使文章读来更加灵动而深刻。

相信《沉静力:世界如此喧嚣,你要沉心静气》中诠释的人生智慧能够与你产生共鸣,从而让成功离你越来越近。

<<沉静力>>

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>