

<<你光明.世界就不黑暗>>

图书基本信息

书名：<<你光明.世界就不黑暗>>

13位ISBN编号：9787514605051

10位ISBN编号：7514605053

出版时间：2012-7

出版时间：中国画报出版社

作者：陶尚芸

页数：248

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>

## <<你光明.世界就不黑暗>>

### 内容概要

每一天，当你打开网页、报纸或者杂志，你会发现，负面信息铺天盖地。各种各样的负面新闻、消息，有时让你感觉喘不过气来，甚至都不知道该怎么生活下去，看到那么多让人愤怒、悲伤、焦虑、恐怖、遗憾的事情，不懂得这个世界到底是怎么了。

肿么办？

当然最好的方法是不看这些信息，屏蔽它们，可是你做得得到吗？

在这个信息时代，太难了。

最靠谱的，还是锻炼我们的接受能力、辨别能力、处理能力以及最重要的——心灵光明力！

你光明，世界就不黑暗！

你温暖，周围也温暖！

当我们被这个时代的负面信息淹没的时候，每个人都需要心灵救赎。

当生活陷入暗淡、当社会让人无奈、当世界让你失望的时候，请主动“出击”！

光明不在远方，它在你的心底，点亮心灯，照亮自己和他人！

<<你光明.世界就不黑暗>>

作者简介

陶尚芸，自由撰稿人，著有多部人文社科及心灵励志类图书，主要写作与研究方向：女性励志、大众生活。

出版作品有《心灵鸡汤智慧全集》、《日常生活金点子》、《聪明女人会办事的学问》等。

## <<你光明.世界就不黑暗>>

### 书籍目录

#### 辑一 心中有阳光，世界就光明

心灵之间最美的距离  
苦难中的微笑之乐  
快乐无须刻意追求  
宁静的心灵之道  
攀比会让我们更伤心  
自省让我们的心灵更迷人  
抛开忧愁，远离喧嚣  
选择一个方向，人生之路更好走  
心在哪里，行动就在哪里  
信心是我们的快乐之源

#### 辑二 不是世界太黑暗，而是你的心太悲观

寻找属于自己的心花  
接受美，也接受缺憾  
坚守一份内心的光芒  
裁剪欲望，驱赶诱惑  
别让阴暗记忆变成阻碍前进的藩篱  
人类最大的烦恼就是自寻烦恼  
抱怨伤人又伤己  
可以追求目标，不可急功近利  
不要将悲观演变成悲剧  
别失望，成功就在当下

#### 辑三 点亮心灯，别让不良心态搞垮未来

请爱陌生人  
修炼于当下  
当生命遭遇灾难  
忘记不幸，激发自我勇气  
高高飘扬的人道旗帜  
多为他人想一想  
放弃也是一种包容  
最大的对手，最好的朋友  
给失意一个宽心的微笑  
心宽容万物，心净享人生

#### 辑四 给自己一双发现美的眼睛

青春的橄榄  
缺憾也是一种美  
挖掘幸运  
做最好的自己  
信心可以改变人生  
请记住朋友的好  
发现自己的美，承认自己的好  
生活因书香而精彩  
发现幸福需要眼睛，抓住幸福需要勇气

#### 辑五 淡定，做好你的心灵SPA

平淡中的精彩生活

<<你光明.世界就不黑暗>>

绕道而行，这边的风景亦美  
寂寞的人生要淡定  
寂寞是空虚前的尘埃  
迷茫面前请转身，诱惑面前请绕行  
人淡如菊，云卷云舒  
请安顿好自己的内心  
经得起平淡，载得起光鲜  
心灵富足，你就不会迷路

辑六 错过了美丽，也要把爱留下  
曾经错过的爱情  
梧桐树的守候  
柠檬茶的爱恋  
中国式“麦琪的礼物”  
转过身来，就是爱情  
尘埃落定后的爱相随  
被遗弃的苦丁香  
不要用暧昧浪费你的爱  
真爱就在谎言里  
如果爱，请深爱

辑七 给心灵穿上温暖的衣裳  
镌刻在记忆里的暖暖过往  
被冤的荒凉，被帮的温暖  
有一种感动叫温馨  
用善良去御寒  
纯洁有温度，微笑有热度  
呼唤真诚，照亮温馨  
友谊勾勒出的温存  
关爱别人，温暖自己  
给宽容再升点温  
开启你的温情穿越剧

辑八 给世界一份包容，给自己十分从容  
多一些宽容，少一些伤害  
背起仇恨你的人  
收起小脾气，成就大肚量  
敞开心扉，拥抱生命  
给他的好建个档  
多为他人想一想  
放弃也是一种包容  
最大的对手，最好的朋友  
给失意一个宽心的微笑  
心宽容万物，心净享人生

辑九 简单就是快乐，用心烹出生活的味道  
握住美好，丢掉烦恼  
脾气逃了，福气到了  
笑对人生荣辱，淡看潮起潮落  
从心上划过的幸福  
柳暗花明又一村

<<你光明.世界就不黑暗>>

不要让自己的心疲惫  
实实在在，快乐之本  
爱，从来不曾失败  
平和就是生命之美  
辑十 给心灵开个窗，幸福就在下一站  
别让房子绑架幸福  
成功就在磨难的尽头  
盛满苦难的笑脸最无敌  
孝道，爱与被爱的能量  
幸福着你的幸福  
与贫穷无关，与幸福有染  
幸福潜伏在细微处  
幸福却在灯火阑珊处  
绕了那么远，幸福是终点  
终我一生，宠你到老

## <<你光明.世界就不黑暗>>

### 章节摘录

心灵有约：假如你自己不以积极的爱去深入生活，假如你不以自己的方式去揭示生存的意义，那么对你来说，生存将是没有意义的。

哲学家马丁？

布伯说过：“你必须自己开始行动。

”如果你有一些连珠的妙语，如果你有一些独特的信条，如果你有一些新颖的创意，如果你有一些新奇的幻想，那么，这一切将是你进步和成功的心灵预约，接下来就是踏踏实实行动的时候了。

信心是我们的快乐之源 辽阔苍穹飞翔的雄鹰，必定经历过无数次摔下山崖的痛苦，才能锤炼出一双凌空的翅膀。

璀璨无比的珍珠，必然经受过无数次风浪打磨的痛楚，才能散发出熠熠生辉的光芒。

只要信心常在，风雨过后就是快乐。

海姆从小就是个爱在课堂上举手的学生，他常常很主动地回答问题，因为他相信自己能回答正确。

那是1968年的一天，在苏联西南部索契市第一中学的课堂里，海姆又高高地举起了自己的手，要求老师答应他做一项非常有趣的试验。

老师对这个顽皮捣蛋的小男生很头疼，让他做吧，不知道他会做出什么事情来，不让他做吧，又怕伤害他那幼小的心灵。

不过，老师这次还是让他做了。

这是个非常搞笑的发明。

他站起身来，向周围的同学们做了个鬼脸，开始展示他的“伟大成就”：他将一只青蛙放在课桌上，然后将一枚巨大的磁铁高高地举起来，青蛙神奇地被吸了起来。

不过，这种奇妙的现象只维持了短暂的几秒钟，青蛙就摔到了课桌上。

同学们先是几秒钟的屏住呼吸，随后一阵哄堂大笑。

老师感觉海姆不是在做试验，而是在恶作剧，所以很生气。

他是个严谨的老师，不喜欢也不允许自己的学生如此藐视课堂、藐视老师、藐视知识。

于是，他开始思考到底怎么批评海姆，才能让这个小男生收敛一些。

这时候，海姆说话了：“同学们，请不要笑，这可是个天才的发明，我有信心，我很高兴，我竟然是个天才的发明家，知道吗？

我在青蛙的身体里放了一枚巨大的铁块！

所以青蛙被吸起来了！

” “青蛙是对人类有益的动物，你这样折磨它，就是不尊重人类的朋友，你这是在残害生灵，你这样做是极其错误的，你的两个磁铁相吸的理论也是荒唐可笑的。

”老师厉声厉色地怒斥着海姆。

下课后，同学们一哄而上地嘲笑海姆的荒唐发明，不过，老师的否定和同学的嘲讽并没有摧残海姆的信心，他继续信心十足地做着他的“伟大试验”。

海姆喜欢铅笔，特别是铅笔中的石墨，他不断地用石墨做试验，他想：如果将来有一天，将固体石墨变成液体石墨，那是一件多么快乐的事啊。

这确实是一件快乐的事。

海姆立即投入了这个实验，他将石墨刮了出来，加入了各种液体。

后来，他为自己做了一个小型实验室，在里面孜孜不倦地做着试验，一次又一次的失败，没有让他的信心减少一丝一毫。

即便有一次一场由实验引起的大火烧焦了他美丽的头发，他也在所不惜，重新投入到紧张而又快乐的危险试验中去了。

再后来，海姆上了英国曼彻斯特大学。

爸爸说对他说：“小时候做试验，那是一种富有智慧的孩子游戏，现在你长大了，大学生就不可以这样贪玩，整天做这些无聊的游戏了。

## <<你光明.世界就不黑暗>>

”海姆没有听进去爸爸的话，反而更加热衷于“玩弄铅笔”的游戏了。

他还吸引了几个聪明的同伴跟他一起做试验。

海姆和他的同伴们想从铅笔的石墨中分离出石墨烯，因为这是一种公认的最薄、最坚硬、传导速度最快的新型材料，无数次的试验，他们一直都无法成功剥离出石墨烯。

不过，他们没有气馁，而是继续努力试验，10年，在紧张的试验中一晃而过。

终于有一天，他们成功地采用撕裂的方法，用一根胶带从铅笔的石墨中成功地分离出了石墨烯。

他们的巨大成就震惊了整个世界。

心灵有约：蜜蜂在采蜜的时候，自信又快乐；大树在遮凉的时候，自信又快乐；雨露在滋润大地的时候，自信又快乐；土壤在保护新芽的时候，自信又快乐。

快乐是你每天的阳光，自信是你快乐的源泉。

学会让自己自信起来，快乐也就近在咫尺了。

让我们相信自己、欣赏自己、鼓励自己、收获自己吧。

.....



<<你光明.世界就不黑暗>>

编辑推荐

做一个拥有正能量的人！  
光明不在远方，它在你的心底。  
在复杂世界里安顿内心，用心照亮自己和他人。  
当我们被这个时代的负面信息淹没的时候，每个人都需要心灵救赎。  
当生活陷入暗淡、当社会让人无奈、当世界让你失望的时候，请主动“出击”！

<<你光明.世界就不黑暗>>

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>