

<<淡定力>>

图书基本信息

书名：<<淡定力>>

13位ISBN编号：9787530855171

10位ISBN编号：7530855174

出版时间：2010-11

出版时间：天津科技

作者：王琳

页数：217

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>

## <<淡定力>>

### 前言

一位炒股的朋友说：“我想把床单换成素面的，躺在印花床单上容易让我想起印花税。

”这大概是浮躁的极端表现之一。

我当下送了他两个字——淡定！

在本书没有出版之前，我给他看了部分内容，他看到后不禁大惊：为什么没让我早点看？

否则我也不会输得这么惨了！

他是一位有悟性的股民，但在股市的大风大浪中，还是迷失了自己，当看了这本书之后，他开始幡然大悟，除不可控制因素外，一切皆因自己太浮躁。

当然，浮躁的不只是他一个人，输的也就不止他一个，真正的赢家，是那些一直心平气静，连崩盘都不怕的淡定之人！

他的妻子是书法协会的会员，并精通木刻，所以后来我看到他们家客厅挂上了木刻版的“淡定”时并不奇怪。

这两个字是适合人人拿来作座右铭的，时刻提醒自己——要淡定，不要激动。

无论是楼市、股市崩盘，还是婚姻感情决裂，甚至遭小人陷害，都不会大喜或大悲。

## <<淡定力>>

### 内容概要

泰山崩于前而面不改色的镇定程度，我们称之为淡定！

淡定，是内在的心态修炼到一定程度所呈现出来的那种从容、优雅的感觉。

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

公正永远是相对的，永远没有完美的现实，有的只是庸碌凡俗的世人，以及随时可能会裂变霉变的脆弱人性……有了这种冷静的态度，遇到不公正、遇到误解、遇到委屈，就不会伤心，就不会怨天尤人，更不会自怨自艾，而是咬紧牙关，苦练内功，“面壁十年图破壁”，等待和寻找胜出的机会。

## <<淡定力>>

### 作者简介

王琳，男，国家一级企业培训师，国家二级人力资源管理师，广东省人力资源管理学会劳动关系协调员，香港管理专业协会一级人力资源管理师，国家注册ISO9001、14001内审员现居广东中山，常年从事人力资源和管理培训工作,作者对禅学、历史学、心理学均有所研究，极为推崇诸葛亮的观点“非淡泊无以明志，非宁静无以致远”，认为在这个人心浮躁的现实社会，只有那些不浮躁的人才能成功！

## &lt;&lt;淡定力&gt;&gt;

## 书籍目录

零壹 世无净土是因为你的心不净 世无净土是因为你的心不净 蜘蛛的启示：到底是什么在困扰你 吃饭就是吃饭，睡觉就是睡觉 荣的任他荣，枯的任他枯 每天给孤独留出十分钟零贰 快乐是个什么玩意儿：为什么你总是闷闷不乐 你为什么快乐 为什么你的幸福指数越来越低 现代人该信奉什么：没有信仰的人是可悲的 因为未知，所以幸福 捷径是弯的：以退为进的处世法 不是幸福太少，而是你不懂把握 快乐生活平衡法则零叁 可以追名求利，但不能急功近利 可以追名求利，但不能急功近利 幸福离不开钱，但有钱不一定就幸福 别以为有权就能摆平一切 功名再大，逃不脱生死 不贪心是戳穿一切圈套的秘密武器 女人衣柜里永远少一件衣服，男人永远觉得别人的妻子好 那山总比这山高，到了这山没柴烧 别人的幸福与你无关零肆 为什么你要往自己心里装“毒药” 感谢折磨你的人 为什么你要往自己心里装“毒药” 换个角度看待折磨你的事儿 善待你的敌人，敌人就会消失 谣言止于智者：刻意辩解只会越描越黑 冲动做事就是走火入魔 欲望太多就有了生气的欲望 做人的最高境界：忍、持、悟零伍 色即是空，空即是色：你正在用什么方式看世界 色即是空，空即是色 世界上没有绝对的好人，也没有绝对的坏蛋 乐观的人看到希望，悲观的人只能看到绝望 在低潮时进去，在高潮时退出 该谦虚的时候谦虚，不该谦虚的时候当仁不让 大千世界其实就是你的内心世界 伸开手掌，你拥有全世界 发出“世无净土”的感叹，难道世上真的没有净土了吗？事实上，真正的净土就在人间，就在你的心里！心以为乐，则无境不乐；心以为苦，则无境不苦。

世无净土是因为你的心不净 蜘蛛的启示：到底是什么在困扰你 吃饭就是吃饭，睡觉就是睡觉 荣的任他荣，枯的任他枯 每天给孤独留出十分钟零柒 出片低贱的人为何能成为“大人物” 零捌 透过现象看本质：只有育人才会用心“看”世界零玖 为什么有的人不喜欢你，为什么有的人不理解你壹拾 不要在一棵树上吊死：万病皆可从心医拾壹 世界上是孙能等待的事情是什么拾贰 生命的真意：人人都要死，但你完全可以看破它

## &lt;&lt;淡定力&gt;&gt;

## 章节摘录

心有多高，就能飞多远。

如果奥巴马整天为自己的黑皮肤担陇，整天为自己的出身发愁，那么也许现在只是个小混混，最终在默默无闻中度过一生，很可能还会给社会带来坏的影响。

穷苦潦倒、地位低卑，种种艰难是难不倒一个有志气的人的。

世界上就有那么一些人，可能是命运真的对他们不那么好，出生在不该出生的家庭，一开始就面临着起步慢、起步难的困境，后来干什么都不顺，于是万念俱灰，破罐破摔，浑浑噩噩，有的仅仅是过日子而已，无异于行尸走肉。

有的甚至危害社会，报复他人，发泄不满。距离就是这样被拉开的，有时并不是你不行，而是你不干。自己活活地毁掉自己，自己吓死自己，自己为难自己，自己给自己过不去。

《菜根谭》中说：“粪虫至秽，变为蝉而饮露于秋风；腐草无光，化为萤而耀采于夏月。

因知洁常自污出，明每从晦生也。

”意思是说，粪土中的幼虫是最肮脏的，可是它一旦蜕变成蝉，却在秋风中吸饮洁净的露水为生；腐败的草堆本身不会有光泽，可是它孕育出的萤火虫却在夏夜里闪耀出荧荧光亮。

从这些自然现象中可以悟出一个道理，那就是洁净的东西出自污秽之中，而光明在黑暗中孕育。

再美好的东西，也无法脱离它生长的环境而独自存留，如果我们总是一味排斥黑暗，那么就只能活在自己的白日梦中，永远找不到梦中的那个理想天堂。

古今以来，有多少英雄豪杰都是从卑微的环境中出身，可他们不畏贫贱，在困难中抓住了机遇，从而成长了起来。

失意不可怕，可怕的是失去自己。

<<淡定力>>

媒体关注与评论

## <<淡定力>>

### 编辑推荐

《淡定力:不浮躁的智慧》：百家讲坛主讲人于丹特别推出“淡定力”新概念，世上最强镇心顿悟书。

为什么有的人飞黄腾达、吃香喝辣？

为什么有的人穷困潦倒、一事无成？

我们要时常提醒自己：要淡定！

做事的时候不要一味贪多求快，太急功近利反而欲速则不达！

凡真正成大事者，都戒骄戒躁。

只有淡定乍活，才能有所成就！

记住——内心的淡定才是世界上最强大的力量！

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>