

<<心灵地图>>

图书基本信息

书名：<<心灵地图>>

13位ISBN编号：9787801756312

10位ISBN编号：7801756312

出版时间：2007-5

出版时间：长安

作者：裴玲

页数：323

字数：480000

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>

## <<心灵地图>>

### 内容概要

本书选出心灵成长各阶段中值得记录与分享的议题，如：宽恕、死亡、修炼、自由等观念，分别作了深入的分析与探讨，重新探索生命存在的终极意义，同时克服惶惑不安，静心面对人生的复杂多变，开拓成熟的人生。

认识自己的心灵地图非常重要，以前，你或许根本没想到自己一直用主观的思考而忽略客观的存在。

无论你追求感情的丰富还是事业的进步，你都有必要反观自己的心灵地图，探寻通向成功的路。

## &lt;&lt;心灵地图&gt;&gt;

## 书籍目录

第1章 成长 第1节 懂得包容 值得学习的苦痛 赶走群花后 不同的方式,不同的结局  
 宽容的真义 第2节 学会放弃 放弃·永远 最需要你放开的人 放下最在意的 美景  
 不必在远方 第3节 希望与成长同在 别放弃希望 顽强的考辛斯 自杀前的醒悟 为儿  
 子创办一所学校 你可以选择自由 临终前的希望 第4节 掌控情绪 把牌玩下去 打  
 开另一个窗口 时间疗伤 渔夫的人生哲学 追随心灵第2章 探索 第1节 爱心求真 做自  
 己喜欢的 爱的回答 舍不得吃的橘子 跟在爱后面的东西 美化自己门前 第2节 发掘人性  
 请你们鼓下掌 错了就承认 因香皂而改变 由蜘蛛窥人心 第二次饶恕 善良没有渺小的  
 宽容造就的 良心的伟大之处 顾及他人自尊 完美的惩罚 第3节 妙用智慧 大风浪里才有  
 大鱼 变美的污墙 巧妙的画作 退休老人的智慧 妙在不点名 第4节 真实心态 摆正自己  
 的心态 兄弟俩的态度 搭建海边沙堡 对蚂蚁爬壁的三种看法 三种态度 琴键的颜色 第5  
 节 生命密码 平静总是相对的 幸运的开始是不幸 人生的秘诀 修庙的思考 花贩的花语 点燃其  
 他灯盏 自觉挑战磨难 昙花一现价值 警惕小缺点 南瓜能承受的力量第3章 守望第4章 自由第5  
 章 顿悟第6章 智慧第7章 归零第8章 开心

## &lt;&lt;心灵地图&gt;&gt;

## 章节摘录

第2节学会放弃放弃，是让我们正确的审视自己。

放弃，是我们人生旅程的一种超越。

放弃，也是一种胸怀，更是一种升华。

放弃是一种坦荡的心境和大度的气概。

不懂得放弃的人，总将生活中的不如意绕在心灵的秤杆上，一生就像北方腊月的浓雾，挥之不去。

就这么一味地自怨自艾，自暴自弃，于是青春美丽的容颜与悠悠岁月擦肩而过，恰如风过水面，雁过长空，就像苏东坡的一声人生长叹：“事如春梦了无痕。

”舍不得放弃的心绪，像一茎寂寞的芦苇，独立在夜风中守望，把自己幻成一季秋色，再从烟黄的旧页中只能握住一把苍凉……懂得放弃的人，是静下心来当一回医生，为自己把脉，重新点燃自信的火把，照亮人生中不如意的症结。

然后，分析与之失去交臂的差距，根据自身的特点选定一个目标，努力掌握一门专长。

其实人生很多时候需要自觉的放弃。

因为拥有的时候，我们也许正在失去，而放弃的时候，我们也许又在重新获得。

对万事万物，我们其实都不可能绝对的把握。

如果刻意去追逐与拥有，就很难走出患得患失的误区。

放弃·永远大雪初晴，阳光轻轻落在玉树琼枝上，森林里静极了。

从耳机里传来的信号指引我们从南北两个方向实现了对雪雪的合围。

雪雪是青川唐家河自然保护区一只带了无线电颈圈的“少女”熊猫，中美科学家把换颈圈的日子定在圣诞节之前，旨在给节日献上一份工作成果，添一些喜气。

雪雪抱着脑袋在松软的雪被中酣睡，一尘不染的身体，白毛如银，黑毛似漆，在阳光下闪烁着迷人的光泽。

它睡得太香甜了，毛茸茸的小肚子在有节奏地起伏，全然不知麻醉枪的准星已在很近的地方盯上了自己。

众人卧在雪地，数着分秒等待夏勒博士下射击令。

但见胡教授和夏勒博士会意地挥挥手后，却让全体人员立即撤退。

博士说：雪雪睡在离悬崖很近的地方，担心它中枪后受惊，掉下悬崖，所以放弃了这次行动。

我们无奈地露出冰冻的微笑。

由于放弃了射击，雪雪可爱的睡态才永远铭记于心里。

其实，在森林里我们常常看到放弃，比如，老树放弃了生，轰然倒下，让许多小树得以分享一片蓝天。

大森林是因为放弃而美丽，在这物欲横流的世界，总以为得到才是美，试试放弃吧，也许，放弃对我们也是一种美丽。

别做生活的奴隶，选择适当的放弃，人生会有一片别样的天空。

最需要你放开的人有一位妇女，不但遭人强暴、头部被射伤，而且歹徒还残酷地切断她的手脚后离去，任其死亡。

令人讶异的是，她竟然活了下来，但是她的头伤却导致永久失明。

有一次在接受电视访问时，主持人谴责歹徒对她所造成的极大痛苦，以至于使她整个余生都必须面对那无法治愈的伤痕，但她却令人惊讶地回答：“噢，不！

那个人已夺去了我生命中的一个夜晚，就是再多一秒钟的时间我也不愿给他！

”原谅别人，事实上是救了自己。

记住，最难以原谅的人，往往是你最需要放手的人。

艾森豪威尔总统说：“永远别浪费一分钟去想任何你不喜欢的人。

”让我们永远牢记这句富有哲理的名言吧！

(P8-P10)



## <<心灵地图>>

### 编辑推荐

成长的快乐与烦恼，都是我们必须经历的。  
但我们也都茫然过，人在成长的旅途中，经历了风风雨雨后，自己的追求却未曾实现过；在得到与失去，欢心与伤悲的王国里，划不清界限。  
站在旷野下，仰天长啸，那长长的一声回应是否来自神灵的答复？  
这不是一本心理学的专门著述，这是一本让你抛开人生诸多枷锁，塑造完美个性，造就成熟人格，以良好的心态笑对人生的书。  
无论你追求感情的丰富还是事业的进步，你都有必要反观自己的心灵地图，探寻通向成功的路。

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>