

<<心灵瑜伽>>

图书基本信息

书名：<<心灵瑜伽>>

13位ISBN编号：9787802226463

10位ISBN编号：7802226465

出版时间：2008-10

出版时间：中国华侨出版社

作者：李雪峰

页数：297

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>

## <<心灵瑜伽>>

### 内容概要

《心灵瑜伽》内容有花儿努力地开；总有一颗心在乎；为生命奔跑；接受与给予；比生命更重要的；生命的对手；分解成功；生命的柔韧；有缺陷的种子；修剪梦想；沙漠之树；心灵的沉着；谁见过鹰的死亡；爱的果实等等。

## <<心灵瑜伽>>

### 作者简介

李雪峰，男，汉族，河南省西峡县人，1967年11月生。

河南省作家协会会员，《读者》杂志全国百名作品使用权签约作家，报纸专栏作家。

迄今在《诗刊》、《星星诗刊》、《诗歌报月刊》、《绿风诗刊》等发表诗歌作品四百余首；在《北京文学》、《散文百家》、《江南》、《娥眉》、《散文天地》等发表散文一百四十余篇；在《长江文艺》、《海燕》、《牡丹》等发表小说作品二十余篇；在《作家世界》、《演讲与口才》等发表小品文五百余篇。

作品入选《2002年中国散文年选》、《2004年中国散文年选》、《2005年中国散文年选》、《2001年中国小小说年选》、《中国十佳小品文作家作品选》等七十余部选集。

作品《尊严》、《生命的林子》被选入全国小学《语文》课本；《母亲的贺卡》、《浮生若茶》被选入河南省中学语文教材《语文阅读》；《把根修一修》、《人生的泥泞》被选入新加坡《中学华文》语文课本。

作品获第三届老舍散文奖及其他奖项二十余次。

已出版《心灵鸡汤钻石宝地》、《心灵茶坊》、《心灵解锁》等作品集。

## &lt;&lt;心灵瑜伽&gt;&gt;

## 书籍目录

花儿努力地开花儿努力地开 / 2总有一颗心在乎 / 4为生命奔跑 / 6接受与给予 / 8比生命更重要的 / 10生命的对手 / 12分解成功 / 14生命的柔韧 / 16有缺陷的种子 / 18修剪梦想 / 20沙漠之树 / 22心灵的沉着 / 24谁见过鹰的死亡 / 26爱的果实 / 28给自己一片悬崖 / 30麋鹿哪里去了 / 32伤口上的翅膀 / 34生命的棱角 / 36别人的脚印 / 38生命是一笔财富泥泞留痕 / 42一杯净水 / 44净叶不沉 / 46心灵的棉被 / 48滴水藏禅 / 50轻囊行远 / 52良种除野草 / 54人生的高度 / 56把自己放低 / 58倒下的木板 / 60人生的炼炉 / 62败于自己 / 64生命是一笔财富 / 66最深的哲理 / 68忍耐的心 / 70心底荷花 / 72倒空你的杯子 / 74珍惜每一句话 / 76只要你是对的肯定自己 / 80成功需要多长时间 / 82困难有多大 / 84人生最缺什么 / 87人生的疑问 / 89暗处的眼睛 / 91成功只差五丝米 / 93听别人把话说完 / 95你自己就是圣者 / 97成功,不能等待 / 99做好一件事 / 101激励人生 / 103成功的阶梯 / 105人生的信念 / 107炮轰羽毛 / 110只要你是对的 / 112人生的环剥 / 114让自己成为钻石每一天都是一个礼物 / 118可能的,才是最美的 / 121人生的舍得 / 124人生不打稿 / 126让自己成为钻石 / 128记住目标 / 130不要打碎心灵 / 132提醒自己 / 134你必须动起来 / 136只需变换一下位置 / 138退后一步 / 140两个病人 / 140比果实珍贵 / 144看轻自己 / 146勇于承受 / 148人生的温度 / 150木匠的椅子 / 152打完自己的牌梦想和命运 / 156坚守自己的高贵 / 159归零 / 161把自己的牌打完 / 163把石块放在哪里 / 165你是一个富翁 / 167人生的不满 / 169换一种思维 / 171生命的乐趣 / 173后退的哲学 / 175开花的心 / 177人生的劣势 / 180路,在没路的地方 / 182给心灵化妆 / 184人生的过程 / 186等长的路 / 188柔软的心 / 190多看一眼 / 192生命的光芒 / 194你会做饭吗 / 196人生的困苦 / 199心灵 / 句爱低头餐桌上的米粒 / 202爱的声音 / 204母亲的生日 / 207母爱如盐 / 210丑母 / 212母爱,是一种力量 / 215母爱无声 / 217爱的力量 / 219爱是一棵月亮树 / 222妈妈要睡了 / 225山顶的蓝花花 / 228名字 / 231乳名 / 234用爱分担 / 236第一次演出 / 240亲情数码 / 243盲人听 / 246借给别人的妈妈 / 249爱的灯盏 / 253打给母亲的电话 / 256陌生的鲜花 / 259玻璃上的阳光 / 262给真情鞠躬 / 266最后的拥抱 / 270叔父的酒店 / 274爱情在右 / 278幸福就像花儿开放 / 280幸福是道家小菜 / 282爱是最珍贵的首饰 / 286爱情储蓄 / 286给爱情保鲜 / 288生活情书 / 291爱是通行世界的邮票 / 294

## &lt;&lt;心灵瑜伽&gt;&gt;

## 章节摘录

总有一颗心在乎一个风雨交加的夜晚过去后，天刚蒙蒙亮，一个到海边看日出的男人来到了正呼啸着退潮的海边。

他看到一个老人正不停地忙碌在退潮的海滩上。

老人不停地弯下腰，在海滩上捡到什么，又远远地扔进海里去。

男人向那个忙碌的老人走去。

走到老人的身旁时，他看见老人前边刚落潮湿漉漉的海滩上，蹦跳着一条条银色的小鱼。

那是被潮水遗忘在沙滩上的小鱼，每条仅仅拇指大小，银闪闪的，挣扎在还没有涸涸的水洼里，有的在焦躁地翕张着漂亮的小嘴和鱼鳃，有的在绝望地扭摆着透亮的尾翅。

老人小心地捡起一条，扬手扔进旁边正翻卷呼啸的海里，然后弯下腰去又小心翼翼地捧捡起一条。

男人不解地问正在忙碌的老人说：“你扔了多少条了？”

“老人边忙边头也不抬地说：“不知道，我已经扔了多年了。”

“男人又问：“这是你的工作吗？”

“老人笑笑说：“哪有这样的工作呢？”

“男人说：“既然不是你的工作，你这样做为什么呢？”

“老人抹了一把额头亮晶晶的汗水说：“如果不在太阳出来之前把这些小鱼扔进海里，等太阳一出来，这些小鱼都会被太阳晒死的。”

“男人抬头看了看浩淼无际的大海说：“海这么大，海里的鱼那么多，你扔进去一千条、一万条小鱼，可这海能不在乎吗？”

“老人说：“海当然不会在乎，海那么大，它肯定不会在乎一条小鱼。”

“老人用手指指他脚前水洼里一条搁浅的小鱼说：“可是它在乎，这条小鱼在乎，因为这可以让它摆脱死亡，重新获得生命啊。”

“老人顿了顿，眯着眼睛看了看大海深处就要破雾而出的朝阳说：“大海不在乎，风也不在乎，可是，这条小鱼的心在乎。”

“这条小鱼的心在乎？”

男人愣了，是啊，有许多时候，我们可能拯救不了世界，可能拯救不了整个人类，甚至拯救不了一个贫困的村庄，一群因贫穷而面临失学的孩子，但我们却足以拯救一个生命、一颗心灵、一只鸟儿和一朵小花。

我们的微薄给予，可能世界不会在乎，生命的群体不会在乎，春天的树林和草原不会在乎，但总有一个生命和一颗心灵在乎。

只要有一颗心灵在乎的，就是需要我们去做的，就应该是我们神圣的工作。

爱和善良，总有许多心灵是在乎的。

## <<心灵瑜伽>>

### 编辑推荐

《心灵瑜伽》让心灵如做瑜伽般顺畅。  
用心体会心灵的感悟，轻松翻阅，如瑜伽般的顺畅。  
打开心灵，接受春风化雨般的滋润展开想象，让心灵在大自然与天际之间沉静。

<<心灵瑜伽>>

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>