

<<静、舍、思>>

图书基本信息

书名：<<静、舍、思>>

13位ISBN编号：9787502838744

10位ISBN编号：7502838740

出版时间：2011-5

出版时间：地震

作者：乔春颖

页数：210

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>

<<静、舍、思>>

前言

城市霓虹闪烁，世界扑朔迷离。

人们要应付很多突如其来的事，要经受各种形形色色的诱惑；工作的繁重，生活的匆忙……人们越来越浮躁，疲于奔命，生活越来越没有规律，没有了乐趣。

人们获取的东西越来越多，心灵却越来越乱……究竟是什么让生活变得如此复杂，如此沉重？

究竟是什么改变了人们？

《道德经》中有一句话“孰能浊以止？

”意思是说谁能解决水的混浊问题，后面一句话是：“静之徐清。

”也就是说，很好办，不要瞎搅和，让水静下来沉淀，慢慢就会变清了。

大实话里蕴含着大道理。

静，是美的灵魂。

离开了静，何谈美？

世界所有的美，都需要一颗能静的心来感知。

是的，生命的意义在于它的平静。

当你失落时，当你得意时，当你快乐时，当你痛苦时，请务必静下心来，给自己找一片宁静的天空，这样会让你忘掉所有的痛苦与失意，给你带来崭新的一切。

人要知静，也要知舍，有舍有得。

但人们要舍去什么呢？

舍去钱财吗？

舍去亲情吗？

父母、兄弟姐妹、配偶、孩子，哪一样割舍得下？

你舍去的，应当是贪心，是痴迷，是自煎，而不是责任，更不是爱。

知静，知舍，还要会思考。

想对才能做对，“行成于思毁于随”，“三思而后行”，都是在向人们说明思考的重要。

而且要往积极的方面思考，独立思考，树立成功思维，善用逆向思维，经常换位思考。

聪明人是因为懂得思维的方法才变得聪明，而不是因为聪明才懂得思考。

思考决不能胡思乱想、苦思冥想。

应该让自己的心灵安静下来，在平静中思考。

请记住：永恒的宁静，是你智慧的真正栖息之所；有舍有得，是快乐生活的不二法门；正确的思维方式，才能让人生获得更多美好体验的可能。

当今社会，人容易迷失，心也容易迷失。

本书从现实生活出发，启发读者从浮华走向沉静；从脆弱走向坚强；从骄狂走向谦逊。

并以此帮助读者洗去岁月沉淀于心灵的污垢，让心灵呈现纯粹和宁静，快乐和幸福。

<<静、舍、思>>

内容概要

世间美的事物，总与静组合在一起。
可以说，静，是美的灵魂。
离开了静，何谈美？世界所有的美，都需要一颗能静的心来感知。

是的，生命的意义在于它的平静。
当你失落时，当你得意时，当你快乐时，当你痛苦时，请务必静下心来，给自己找一片天空，而且应该是一片宁静的天空，这样会让你忘掉所有的痛苦与失意，给你带来崭新的一切。

人要知静，也要知舍，有舍有得。
但我们要舍去什么呢？舍去钱财吗？舍去激情吗？“人”这个字，写起来简单，但当起来很重。
父母、兄弟姐妹、配偶、孩子，哪一样割舍得下？

《静、舍、思：获得幸福人生的方法》让你舍去的，是贪心，是痴迷，是自煎，而不是责任，更不是爱。
人这辈子，谁都可能会碰到难事，你舍得帮人家，等你有事了，人家才会舍得帮你。

知静，知舍，还要会思考。
想对才能做对，“行成于思毁于随”，聪明人是因为懂得思维的方法才变得聪明，而不是因为聪明才懂得思考。
但是，决不能胡思乱想、苦思冥想。

<<静、舍、思>>

书籍目录

静

- 一、生活好了，为什么心静不下来
 - 宁静淡泊，心才能静
 - 对财富的态度：欲望的背后是另一个欲望
 - 忙得忘了自己
 - “夹板气”不好受
 - 吃亏是福，真的吗
 - 以平常心对待最不幸的时刻
 - 别担心未来
- 二、水静则清，人静则明
 - 静能使你不断调整自己、心态归零
 - 心静就不会莫名其妙发脾气
 - 心静则能判断准
 - 心静则气和
 - 心静则慧生
 - 心静的人睡眠质量好
 - 心静的人，身心都轻松
 - 人生需要一点自得其乐
- 三、静方能致远
 - 寂寞，是一种清福
 - 累了，不妨找个地方静静地坐一会
 - 良好的心境让人青春常在
 - 静心才能专心
 - “无为”则无不能为
 - 静里，才能享受美
- 四、静，体现的是一个人的涵养，是遇事不乱的成熟
 - 静心才能顺心
 - 静者贵气
 - 静者生威
 - 静心让你更年轻
 - 保持一份宁静、淡泊的心胸
 - 你是微笑的，世界就是微笑的
 - 远离世间的纷纷扰扰
 - 荣辱毁誉不上心
 - 在宁静中，真实的声音才会从心里流出来
 - 享受自己的幸福，才是快乐之道

舍

- 一、舍去贪心
 - 人生其实不需要那么多
 - 最不听话的是我们的心
 - 不要视财富如粪土，也不能把财富看得太重
 - 最流行的也往往是最世俗的
 - 做好事若图让别人感恩，反而会招来怨恨
 - 一个人没有私心，反而能成就自己
 - 不要仇富

<<静、舍、思>>

视钱如命不可取
皇帝的烦恼不比乞丐的少n
人不能太“俗”，但又要识时务
量力而行

二、舍去痴迷

太爱一个人，成为伤害你的理由
执著，但不要痴迷
快乐不是永恒的，痛苦也不是
过去了就不要纠缠
世界其实很简单，只是人心很复杂
没有什么人、什么事值得你萎靡不振
人的心不是垃圾桶，不要盛太多乌七八糟的事
用经济学、投资学的方法去看待感情，注定会失望

三、不再自煎

不要企图向别人证明什么
你还在烦恼的原因是你还没有放下
原则问题决不能打折扣，非原则问题不纠缠
老，其实不是生理上的，而是心灵上的
绞尽脑汁算计的人活的很累，不胡思乱想的人最轻松
简单是一种智慧
不要给别人较劲，更不要给自己较劲
失去可能是一种幸福n
幸福就是一觉睡到自然醒
真正的快乐来自于内心的安详
四、舍得爱，才会得到爱
活在现实之中，但要时刻保持内心的高贵
赠人玫瑰，手有余香
舍得尊敬才会得到尊敬
真情流露的人，才能得到真情回报

思

一、不同的观念，不同的人生

换一种想法，会换一种心情
线性思考行不通
模糊的正确永远比精确的错误更安全
如果你在错误的路—|奔跑也没有用
思考未来
认清环境与人对人牛的影响

二、不能期望所有的人都同意你的想法，要善于独立思考

思考，而不要跟从
扞信自己的直觉
不必争取%的人对你都满意
走山对立思维
聪明的人不会随着别人的情绪起舞n
别太在乎流言蜚语，在别人的怀疑中奋进
忠诚于自己的人生计划

三、枉头脑中树立成功思维

算算你成功的概率有多大

<<静、舍、思>>

别指望谁能推着你走
想办法才会有办法
用懒人的思维想问题
打破思维定势
决定不做什么更难，放弃比抓住更需要决心
想成为什么样的人，就和什么样的人交往
虽然你现在是小人物，但要先养成大人物的做事习惯
要为幸福找方法，别为不幸找借口

四、逆向思维：与大多数人想的不一樣

大多数人都能做的，你最好别去做
在别人恐惧时我大胆，在别人大胆时我谨慎
公开的民意测验无法代替思考
想法从来都不缺，关键是行动
不要等到万无一失才去做

做你自己想做的
有心胸同时接纳两种相互冲突的观点

五、善于反思：过去的成功是财富，过去的错误也是财富

犯错误并不表示一个人智商不高
不犯同样的错误
年轻人更要反省
把别人的教训当作自己的教训
反思的目的是改进
反思不等于否定
不仅要反思失败，也要反思成功
及时反思，及时总结，早做打算
学会从别人眼中看到真正的自己
认识到自己犯了错误时，要果断退出
换位思考
认识到自己有缺点也是——种自信

六、多思不乱思，相思不苦思

空想家最不值钱
想得开是天堂，想不开是地狱
“物质”一点更实惠
莫让过去的恩恩怨怨折磨你
跳出去，活出海阔天空的精彩
摆渡多“恼”河

附录

《增广贤文》(上集)

《增广贤文》(下集)

<<静、舍、思>>

章节摘录

宁静淡泊，心才能静 同事们都升官了，同学们都小有成就了，甚至当年自己的手下也爬到自己的上面去了。

这时候，你还能静下来吗？

你还能无所谓吗？

董寰是一家上市公司的部门经理，收入颇丰，家庭也很幸福。

有一天，午饭回来，打开电脑，收到了一封新邮件，仔细一看是任命书：恭喜钱春英女士成为公司副总经理。

怎么是她？

董寰一下子懵了，论学历、论到公司的年头、论工作业绩这次该升迁的是自己，“那么多的加班，那么多的精彩策划都付诸东流了，公司待我不公！

”董寰越想越感觉自己遭到了公司的背叛，对这份工作绝望起来。

董寰抓起电话将委屈一股脑倒给好朋友小娜，“我要辞职！

我要让公司知道没有了我的工作将变得一团糟。

”她几乎喊出来。

原本平静的生活开始不平静了，心中有了疙瘩。

人这一生，难免受委屈，这时我们需要一处安全的港湾。

除了一所安静的房子，一个深爱你的人，安全感更多地来自你的信念和生活哲学。

许多人之所以能在压力极大的情况下保持理智，也是因为他们隐遁到了自己的安全港湾里。

无论发生什么事情，房子、金钱、爱人都可能变，但自己内心深处的爱、信念、坚强是谁也夺不走的。

。

一日三悟 平民肯种德施惠，便是无位的卿相；仕夫徒贪权市宠，竟成有爵的乞人。

金钱和名声，往往都是财富的表象；地位的高低，取决于我们的心灵。

名、欲，招来的不只是利益，更有冷箭。

对财富的态度：欲望的背后是另一个欲望 金钱是个好东西，要不为什么那么多人为它奋不顾身呢？

一老伯谢世了，六个子女表现的无比悲痛。

人们分明见到，在灵前，孝子孝女呼天抢地，大有殉葬之势。

勉强将丧事办完后，六个孩子却立即投入到遗产争夺战中。

那真是刺刀见红，刀刀见血。

大家统统撕去了温柔的假面具，还原了真实面目。

就为了争夺老爷子留下的点遗产，脸面不要了，亲情不要了，每个人觉得委屈，心里怎能平静？

《菜根谭》中有言：贫贱是苦事，能善处者自乐；富贵是乐境，不善处者更苦。

人的欲望是无底洞，欲望的背后是另一个欲望。

没有得到时，苦苦盼望，想着我只要能达此目标就知足了；真得到了，目标又变了，又希望得到更多。

。

有一句话说得很对，人一生实际上都是在跟自己的欲望较劲。

钱对聪明的人来说，只是个工具而已。

一日三悟 金钱只能衡量一个人物质财富的占有程度，但却不能用来衡量一个人的精神状况。

一个最富有的人，并不是拥有最多的人，而是欲望最少的人。

忙得忘了自己 广东的王女士原来是个非常“忙碌”的人，有时候加班到很晚，一年中大部分时间各地飞来飞去。

直到一次偶然的聚会，彻底地改变了她的生活。

有一回她到深圳出差，大学的密友请她喝茶。

当时在场的一为张姓女士引起了她的注意。

王女士刚见到张女士的时候，感觉这人年龄不大，至少感觉比自己小，同学介绍后才知道原来她比自

<<静、舍、思>>

己大8岁呢。

比王女士大8岁的张女士，皮肤细腻有光泽，略施淡粉，眼角顾盼有神，一头秀发是新潮的数码烫，一袭青绿色连衣裙套着较小紧致的身躯，怎么看都是清新可人。

对比之下，王女士心里有一种说不出的酸楚。

前些年，因为发生了意想不到的变故，她毅然走上经商之道，在商海里苦苦挣扎，曾有在一个半月里瘦掉15斤的纪录，很少能正经地吃上一顿饭。

为了赶时间，有时候只用清水抹了一把脸，什么也不涂，让皮肤暴晒在烈日底下，累了一天回来就上床睡了，熬夜更是家常便饭。

……

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>