

<<寂寞的人生不平淡>>

图书基本信息

书名：<<寂寞的人生不平淡>>

13位ISBN编号：9787511234506

10位ISBN编号：751123450X

出版时间：2013-1

出版时间：光明日报出版社

作者：于春红，李世强 编著

页数：244

字数：165000

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>

## <<寂寞的人生不平淡>>

### 前言

这是一个寂寞的时代、一个孤独的时代，曾几何时，“寂寞”成了一个曝光率极高的词汇，每天有成千上万的人在寂寞中迷失自己，然而，以淡然的心境处之，寂寞真的令人孤寂痛苦吗？

寂寞并非流落街头的颓废，也非借酒消愁的沉沦，更不是真正的孤独和寂灭。

寂寞是一种不跟风、不逐流、不拷贝他人生活的淡定的心境，是一种惬意的生活方式。

每一个寂寞的时刻都演绎着不平淡的故事，每一段寂寞的时光都体现着生命的别样精彩。

如果我们不能学会享受寂寞，不能体会寂寞中不平淡的生活，那么，我们的精神家园将会长满杂草，我们的心灵净土将会被恶念玷污，我们的生命底线也会被欲望侵占。

相反，如果我们能在寂寞中体会出不平淡的人生，我们就会对生活中的痛苦和快乐有更深层的感悟，我们的精神和灵魂将再次得到升华，我们的人生将会生发熠熠光采。

寂寞是一种思绪，一种情致，一种意韵。

寂寞无须是情人离去后的孤独，为了坚守爱情，使自己忧伤；无须是官场失意时的痛苦，为了争名夺利，使自己对世界产生种种无奈。

寂寞，只是流过的光阴岁月中一个深深的剪影，只须是马路边华灯初上的一个背影，街角旁昏暗烛火中的一杯青涩浊酒，月夜下灯火阑珊处的一段真实的路程……寂寞，不必用过多华丽的篇章加以修饰，它只是一个灵魂为找回自我的一段漫长的等待。

宠辱不惊，看庭前花开花落；去留无意，望天空云卷云舒。

花儿开了又谢了，云朵飘来又飘走，春雨降了又停了。

曾经在幽幽暗暗反反复复中追问，才知道平平淡淡从从容容才是真。

寂寞并非一件坏事，平淡是幸福的源泉。

品味寂寞，享受淡定。

这何尝不是一种人生的境界，一种浮华人世间的别样完美……希望读者在直面寂寞，品味寂寞的同时，能在寂寞中审视自己、发掘自己，在寂寞中找到一种人生的超越与救赎。

## <<寂寞的人生不平凡>>

### 内容概要

人生要耐得住寂寞，偶尔的寂寞会是一剂清醒剂，让你更好地面对喧嚣的尘世。当一个人把寂寞当作人生预约的美丽，怀着淡定从容的心态去面对，也就没有真正意义上的寂寞了。若能够学会走出寂寞，把生活调节得有滋有味，那你一定会是个幸福的人。因为耐得住寂寞，所以成功；因为耐得住寂寞，所以幸福。读懂寂寞的人，一定是最坚强、最有魅力的人。

寂寞是成功前的蓄积，只有耐得住寂寞，才有时间和精力去刻苦钻研，认真陶冶。少了物质的羁绊，少了心灵的纷扰，做事情就会更加投入和专注。寂寞不一定都能通向成功，但所有的成功必有一段在寂寞中奋争的过程。

《寂寞的人生不平凡》是一本撼动亿万读者心灵的励志读本。

## <<寂寞的人生不平淡>>

### 作者简介

于春红，心灵励志导师、心理咨询师，长期从事心理咨询与辅导，出版过多部心灵励志作品。

李世强，长期从事图书策划出版工作，曾策划出版《感谢折磨你的人》、《与心灵对话——改变你一生的60个心理实验》、《每天学点宽心的活法》等众多图书。

## <<寂寞的人生不平淡>>

### 书籍目录

#### 前言

#### 第一章 珍惜现在最美好的时光

父亲，我好想陪你醉一回

难以割舍的情感

两颗真心的结合没有障碍

我们的那些不期而遇

没有遗憾怎会懂得珍惜

我的瓶子在哪里

把爱一天天的延续下去

#### 第二章 繁华总在寂寞之后

有一种寂寞叫青春

佛罗伦萨他是谁

千年的等候

是谁扼杀了他的爱情

我的爱已不在服务区

今天的饭菜可口吗

春天来临时的第一片绿叶

#### 第三章 喜欢并不一定非要得到

我的爱至死不渝

不属于你的，就笑着遗忘

我想和你跳一支舞

庆幸没有在青春美貌时相见

珍惜野百合的春天

相爱的人心永远在一起

#### 第四章 唯有放下才可开出心灵之花

那些爱已一去不返

让谎言的花，结下美丽的果

你的青春我路过

把爱装进幸运星里

一张餐桌的距离

莫为错过太阳而哭泣

#### 第五章 让清静与寂寞相伴

中国的吉普赛人

你又迟到了

我愿为你早起89年

让我再陪你走一回

你明白爱的意义吗

做好爱情这道填空题

绿茶的味道

#### 第六章 莫让你的灵魂疲惫不堪

故乡大地的恩惠

我的村庄我的家

我离向往有多远

远方的青春是否一路走好

用花香舒缓心灵的疲惫

## <<寂寞的人生不平淡>>

### 第七章 用爱填满寂寞的心

爱要怎么证明  
爱情就是一双鞋  
爱，是一个伟大的奇迹  
一生只为一句简单的话  
不要忽视她为你做的一切  
爱情是个什么滋味  
谁在唱响红豆情歌  
等着你，宝贝

### 第八章 莫让诱惑毁掉幸福

珍藏着的那些白发  
花生米的爱情有多重  
我的眼泪是否因为那盘葱  
用脚感受婚姻这双鞋  
一颗金子一般的心  
窗外传来的桂花香味

### 第九章 有一种爱经不起伤害

有一种无私的爱叫亲情  
继母的账本为了谁  
我，真的那么忙吗？

来的太迟的剃须刀  
红烧肉的诱惑  
躺在峡谷里的那条船

### 第十章 为心灵寻找一分宁静

心中无色，才能坦然  
弘一法师的慈悲之爱  
再好的橘子，也有人不喜欢  
快乐就是这么简单  
菊花折后的满村花香  
万事看开，才会心灵宁静  
他背后的那个女人  
做一颗淡定从容的安心草  
调适心弦，坦然面对

### 后记

## <<寂寞的人生不平凡>>

### 章节摘录

第二章 繁华总在寂寞之后青春其实就像一件华丽的外衣，伴着我们的青葱岁月而过，当我们敛去曾经的稚嫩后，迎来的便是成熟。

在往后这份平淡岁月的磨砺中，我们能够默守一生，如溪水般沉寂到老。

其实，寂寞之后就是繁华。

千年的等候爱情不是索取，也不是占有，穿梭时空，历经千年的轮回，方才明白爱情的真谛，那是一种忍耐，是一种无私的奉献。

有一个每天向佛祖祈祷的女孩，她希望有一天能再次看到她的心上人。

她的诚心打动了佛祖，佛祖显灵了，佛祖说：“你想再见到踏青时那个惊鸿一瞥的俊美男人吗？”

女孩说：“是的！”

我只想再看到他一眼！

佛祖提醒说：“你要放弃现在的一切，包括爱你的家人、亲友和幸福的生活！”

女孩说：“我能放弃！”

佛祖说：“你还必须修炼500年道行，才可以见他一面，你不后悔？”

女孩说：“我不后悔！”

于是，女孩变成了一块石头，静静地躺在荒野外。

多年的风吹日晒，苦不堪言，但是女孩都觉得没有什么。

难受的是这500年没有见到一个人，看不见一点希望，这让她快崩溃了。

最后一年有个采石队来了，看中了她的巨大坚实，把她变成了一块巨大的条石，运进了城里。

他们正在建一座桥，于是，女孩变成了桥的护栏。

就在石桥建成的第一天，女孩看见了那个等了500年的俊美男人。

他行色匆匆，像有什么急事，很快地从石桥中间走过了。

当然，他不会发觉有一块护栏上的石头正目不转睛地望着他，男人又一次消失了。

再次出现的是佛祖，佛祖说：“你满意了吗？”

女孩说：“我还是不满意！”

为什么我只是桥的护栏，如果我被铺在桥的正中间，我就能亲自用身体碰到他了，我就能爱抚他一下！

佛祖说：“你想爱抚一下他吗？”

那你还得再修炼500年！

女孩说：“我情愿！”

佛祖说：“你吃了这么多的苦，你不后悔？”

女孩说：“从来都不后悔！”

于是，女孩又化为一棵大树，站在一条人来车往的官道上，每天经过女孩身边的人有很多。

她每天都在仔细观望，但这更难受，因为无数次满怀希望地看着每个人，但又无数次地失望。

要不是有前500年的修炼，相信女孩早已崩溃了！

日子一天天地过去了，女孩的心逐渐平静了下来，她知道不到最后一天，他是不会出现的。

又是一个500年！

最后一天女孩知道他会来的，但她心中竟然波澜不惊，不再激动了。

他依旧穿着白色长衫，俊美的脸庞，女孩痴痴地望着他。

这一次，他没有急匆匆地走过，因为天气太热了，他注意到路边有一棵大树，那浓密的树荫很诱人，休息一下吧，他这样想。

他走到大树跟前，望着树根，微微地闭上了双眼，他躺下睡着了。

女孩抚摸到了他，他就偎依在女孩的身边！

但是她无法告诉他这千年的相思，她只有尽力用树荫为他挡住更多的阳光和燥热。

人间必有真情在！

千年等待是柔情！

## <<寂寞的人生不平淡>>

男人只是休息一小会儿，他还有事办。

他站起身来，拍拍白色长衫上的灰尘，又稍微抚摸了一下大树的树干。

大概是为了感谢大树给他带来的清凉吧，然后他头也不回地走了！

就在他消失于女孩视线外那一刻，佛祖又出现了。

佛祖说：“你是不是还想成为他的妻子？

那你还得修炼！

”女孩平静地打断了佛祖的话：“我想，但现在不必了。

这已经很好了，爱他，但并不一定要做他的妻子！

”女孩接着说：“他的妻子是否也有我这样受苦的经历？

”佛祖微微地点头。

女孩也微微地点头：“我也能做得到，但现在不必了。

”就在这时，女孩发现佛祖微微地叹了一口气，女孩有几分诧异：“佛祖也有未了的心事？

”佛祖露出了笑容：“很好，有个男孩可以少等1000年了。

他为了能够见你一眼，已经修炼了2000年了。

”爱不是索取和占有。

爱是一种肚量，是一种忍耐。

独守一份清静，在匆忙时间的流逝中品味一份落寞，或许你就能在这漫不经心的闲暇中，真正地悟出人生的真谛。



## <<寂寞的人生不平淡>>

### 后记

后记 人生在世，忙忙碌碌，也许会有光辉与荣耀，也许会有艰难与坎坷。浮华人世间，蓦然回首，心中总有一种莫名的空虚，一种莫名的寂寞，仿佛灵魂超出躯体，无法找到合适的归宿。

人生是寂寞的，生活是平淡的，我们要学会在平淡中寻找快乐，享受幸福。生活犹如一杯透明的淡淡的水，无须太多华丽篇章的修饰。但在生活的背后，我们要学会寂寞，学会选择寂寞，学会了解寂寞的意韵，学会寻找自我，发现自我，展现生命应有的精彩。

淡定的人能随时代的脚步不断调整自己的生活节奏，能尽快适应节奏轻快的社会变迁。不管外面如何风卷云涌，不管沧海桑田如何变幻，他们的内心深处总是一派处变不惊、安详宁静的意境。

耐得住寂寞的人，更能体现人生的深沉和静美。在寂寞中学会思考，使自己变得更加成熟；在寂寞中学会感悟，让自己的人生更加辉煌。幸福得轻狂，不如寂寞得深沉，享受简简单单的寂寞和平淡，等待着幸福来敲门。

本书为读者呈现了无数憾人肺腑的人生小故事。本书编撰过程中，得到了许多朋友的大力参与和支持。我们要衷心感谢将激励人心的故事记录下来的人，让我们从字里行际会久违的感动。由于时间所限，如有未联络到的有关内容原创者，可与我们取得联系，以便我们及时奉送相关酬劳。在此，我们也向正在阅读此书的读者，一并表示由衷的感谢，希望读者能从书中获得心灵的启迪与升华。

编者

## <<寂寞的人生不平淡>>

### 编辑推荐

《寂寞的人生不平淡》编辑推荐：撼动亿成读者的心灵成长抚慰书，温暖滋润迷茫寂寞的心灵，唤醒强大生命的正向能量，都市人的心灵拯救书，喧嚣浮华中的修行书，让寂寞的灵魂找到回归的路。

<<寂寞的人生不平淡>>

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>