

<<有一种力量叫淡定大全集>>

图书基本信息

书名：<<有一种力量叫淡定大全集>>

13位ISBN编号：9787511314215

10位ISBN编号：751131421X

出版时间：2011-7

出版时间：中国华侨

作者：德群

页数：382

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>

## <<有一种力量叫淡定大全集>>

### 前言

宠辱不惊，闲看庭前花开花落；去留无意，漫随天外云卷云舒。

这是很多人追求的境界——淡定。

淡定不完全是一种性格，它更多的是一种心态。

拥有淡定的心态，才不会被物欲所迷、钱色所惑、名利所囿；才会心智坚定、气定神闲、处惊不变，才会不被世俗所左右，不被利益所驱动。

因此，淡定可以说是人生阅历积累起来的练达，是一种道德品质、知识学养和综合素质自然展现的状态。

《孙子兵法》说：“顺，不妄喜；逆，不惶馁；安，不奢逸；危，不惊惧；胸有惊雷而面如平湖者，可拜上将军。

”诸葛亮曰：“非淡泊无以明志，非宁静无以致远。

”由此可见人们对于淡定的推崇。

人生贵在淡定。

生活中不如意的事十之八九，令我们无法预料、无从强求，但顺境中宠辱不惊、怡然自得；逆境里不悲不愁、不弃不馁，才能解世间浮沉，更见人生真义。

淡看人生荣辱得失，一切均如过眼烟云，去留无痕，这才是淡定人生的最高境界。

对名利淡定，便没了绞尽脑汁的夺取；对金钱淡定，便少了贪恋财物的心态；对爱情淡定，情路便少些坎坷。

淡定看待生活，才能得之坦然、失之淡然、争其必然、顺其自然、历经沧桑而悟然。

但在竞争日益激烈，诱惑日趋纷繁的社会里，保持淡定却并非易事。

滚滚红尘，金钱、地位、名誉、情感等诱惑无数。

然而欲望如同海水，总是越喝越渴。

人们在利害得失中穿梭，囿于浮华的宠辱，产生了种种思量和千般妄想，他们在生命的表层停滞不前，因此而迷失了自己，丧失了平常心。

世上诱于金钱、困于权势、惑于情色的人多如牛毛，由此而产生的嫉妒、报复、争斗等也层出不穷，造成了不知多少的悲剧和遗憾。

由此可见，在无边无际的幻想和欲望面前，保持一颗淡定之心是多么的重要。

要拥有淡定，我们要有“海纳百川，有容乃大”的胸怀，“壁立千仞，无欲则刚”的度量，更要有沉着冷静、泰然自若的应变能力；要有“霹雳起于侧而不惊”的气魄，更要有“板凳甘坐十年冷”的实干。

人把自己历练到淡定的境界，懂得了淡定的智慧，也就懂得了人生的真谛。

淡定是一种心态，更是我们必修的人生智慧。

淡定，不是不屑一切，只是少了份热烈，多了份稳重；不是看破红尘、不思进取，而是经过岁月磨砺后看淡世俗名利。

学会淡定，才能清楚地认清自己，客观地评价他人；不以物喜，不以己悲；面对外来的诱惑，才能保持清醒的头脑，不为所动；面对朋友的背弃、希望的破灭，才不会耿耿于怀，有太多的苦痛。

学会了淡定，没有了尖酸刻薄，没有了斤斤计较，更不会自寻烦恼，只会宽容一切，善待自己，善待他人。

淡定是一种精神，更是指引我们找到幸福的终极秘诀。

学会淡定，换来的是对人生、对社会的宽容、不苛求和心灵的清净；拥有了淡定，才会有足够的时间和心情去品评人生的况味，享受人生的乐趣；才会在世事的牵累、终日的忙碌中偷出空闲，滋养自己，表现出端庄的气度、深厚的内涵；才会知道爱恨情仇、恩怨得失虽无法忘记，但可以宽宥，从而让一切慢慢沉淀在记忆里；才会远离虚伪和诱惑，明白什么是爱、什么不是爱，什么属于自己、什么不属于自己。

守住属于自己的一份平淡生活，我们就是幸福的。

当我们活在当下的世界里时，幸福就已经在我们的掌心。

## <<有一种力量叫淡定大全集>>

淡定是一种境界，更是一种改变我们人生的力量。

拥有了淡定，才能以微笑面对困难、面对折磨。

失意时，才会鼓舞自己，耐心坚守；挫折面前，才会告诫自己要重新振作，勇于承受；苦难面前，才会命令自己跨过颓唐，去迎接新的挑战。

学会了淡定，面对别人的成功，你只会将那些看成风景，不会怨天尤人，更不会自怨自艾，而是咬紧牙关，执著于脚下的路，苦练内功，“面壁十年图破壁”，等待和寻找胜出的机会。

淡定的人是生活的强者，因为他们可以不斤斤计较，可以为繁琐困扰，可以不因窘境而沮丧，可以不被压力所逼迫……他们完全是超脱的，以至于成功总是青睐他们。

人生如处荆棘中，不妄动则不伤。

拥有淡定的人是动则已，一动必将石破天惊！

在生命的过程中不断去历练、去涵养、去提高自身的定力，会让我们在物欲横流的滚滚红尘中击破纷扰、洞察世事、回归简朴，在愈演愈烈的物欲和令人眼花缭乱、目迷神惑的世相百态前神宁气静；会让我们抛开一切名缰利索的约束，在人生的大道上迈出自负与豪放步伐；会让我们的的心灵回归到本真状态，达到“落花无言、人淡如菊、心素如简”的高尚境界，从而获得心灵的充实、丰硕、自由、纯净！

只有修炼出淡定的自己，才能享受从容的人生。

## <<有一种力量叫淡定大全集>>

### 内容概要

宠辱不惊，闲看庭前花开花落；去留无意，漫随天外云卷云舒。

这是很多人追求的境界——淡定。

淡定是人生阅历积累起来的练达，是一种道德品质、知识学养和综合素质自然展现的状态。

《孙子兵法》说：“顺，不妄喜；逆，不惶馁；安，不奢逸；危，不惊惧；胸有惊雷而面如平湖者，可拜上将军。

”诸葛亮曰：“非淡泊无以明志，非宁静无以致远。

”由此可见人们对于淡定的推崇。

生活中不如意的事十之八九，令我们无法预料、无从强求，但顺境中宠辱不惊、怡然自得，逆境里不大悲大愁、不弃不馁，行至水穷处、坐看云起时，才能解世间浮沉，更见人生真义。

淡看人生荣辱得失，一切均如过眼烟云，去留无痕，这才是淡定人生的最高境界。

人把自己历练到淡定的境界，懂得了淡定的智慧，也就懂得了人生的真谛。

《有一种力量叫淡定大全集(超值白金版)》通过那些从心灵深处流淌出来的生动、平和的文字，从爱情、婚姻、生活、人生、事业、失败、成功等不同角度对淡定进行了解读，引导人们保持淡定的心态、达到淡定的境界、拥有淡定的力量，更深地审视自己、挖掘自己，从而更好地面对生活，经营好自己的人生。

淡定是快乐之本、生命之色。

拥有淡定，会让我们在物欲横流的滚滚红尘中击破纷扰、洞察世事、回归简朴，在愈演愈烈的物欲和令人眼花缭乱、目眩神迷的世相百态前神宁气静；会让我们抛开一切名缰利锁的约束，在人生的大道上迈出自负与豪放步伐；会让我们的的心灵回归到本真状态，达到“落花无言、人淡如菊、心素如简”的高尚境界，从而获得心灵的充实、丰硕、自由、纯净！

选择淡定地生活，就是选择了从容、快乐。

<<有一种力量叫淡定大全集>>

书籍目录

第一章 拥有淡定，则万物莫不自得

写给幸福  
天下本无事  
我没有捕到的鱼  
看破名利爱名利  
苏格拉底的快乐  
一无所求故一无所惧  
人淡如菊  
人生的弹性  
永远在路上  
最富有的人  
珍惜  
名利的真相  
同情  
净土在心中  
幸福的起点

第二章 甘于淡泊，乐于寂寞

无雪的冬天是寂寞的  
心灵的暖春  
院花寂寞红  
惜别的海岸  
能耐住寂寞的，是伟大的人  
接受一切，坦然面对自己  
甘于淡泊，乐于寂寞  
镜花水月的寂寞  
修一颗感恩的心  
一个人的小镇

第三章 不怨尤，就会少烦少恼

不要为眼前的得失而抓狂  
抱怨不是让你如愿的万灵丹  
命运不是用来埋怨的  
以感恩的心态面对  
一笑泯烦扰  
毫无怨言，哪里需要去哪里  
感谢身边的懒人  
生命因欣赏而美丽  
停止抱怨，靠近幸福  
没有人喜欢抱怨者  
心中的明灯  
爱不埋怨  
桃树的抱怨  
请挖我一只眼珠  
会飞的白象

第四章 忍辱是从容，后退更见达观

容忍

<<有一种力量叫淡定大全集>>

忍耐就是策略

听到最后

忍耐就是一切

忍者张良

分寸的力量

低调退让

以退为进的绝妙好棋

一名记者的人生奇迹

渐行渐远，莫回头

夫唯不争，故天下莫能与之争

低姿态

忍、持、悟

考验

能耐，就是能够忍耐

退让的禅理

第五章 幸与不幸，都只是过程

一个车夫

吃苦也是幸福

生命是一个过程，事业是一种结果

以笑声面对残酷的命运

选择阳光

迪斯尼的作品被撕碎之后

失败也是一次机会

冒险旅程

让失败改道

前方是绝路，希望在拐角

一颗心能承载的重量

在逆境中开拓人生

换个角度看人生

桂花香，香到忧伤

机会留给有准备的人

不幸的父亲

我希望能看见

第六章 忘却是非，就是天堂

风筝

并非到处都是坏人

错误的代价，不需一生一世

搬弄是非是自己砸自己脚

糊涂的哲学

最不准的天平

三个旅人的雨天哲学

获得太少与拥有太多

爱过，轻轻放下

爱在离别时

第七章 顺境，逆境，皆是体验

梦想、承诺、坚持

爱能改变一切

<<有一种力量叫淡定大全集>>

一轮新月悄悄升起

经验

感恩之心

内森堡的微笑

好妻犹如万千资产

一家亲

谢谢你，女士

让我们一路走下去

假如没有读书

商人的命运

第八章 不迁怒，才能从容达观

怒气

今天我要学会控制情绪

生命是有弹性的

控制自己的情绪

动怒——“我要跟你拼啦”

一场人性的噩梦：迁怒于人

换一种方式

磨刀的人

宽容与友善

给儿子的一封信

坦荡

为别人开一扇窗

爱护心灵

差不多先生传

免费的阳光

欣赏

等待花开

第九章 体味孤独，才能认清自我

孤独带给人的欢乐

学会与寂寞为伴

独处是一种享受

让理想转个弯

中国式的“寂寞情结”

晴天的寂寞

城市中的寂寞烟火

指缝间穿过的想念

想念是一种很玄的东西

第十章 失意也是一种经历，人生不进则退

不是每一次播种都有收获

低谷的短暂停留，是为了向更高峰攀登

坦然面对自己的失意

有一种成功叫锲而不舍

屡战屡败的死敌是屡败屡战

把“冷板凳”坐热

低谷时不放弃，在寂寞中悄然突破

怀有成为珍珠的信念

<<有一种力量叫淡定大全集>>

冬天里会有绿意，绝境中也会有生机

成功的秘诀在于不放弃

失败只是暂时的

不可能的奇迹需久候

在顺境中修行，永远得不到真谛

转个弯，生活依然美好

第十一章 笑对挫折，没有一个冬天不能逾越

雨后的彩虹

超越生命的障碍

我曾是智障者

迎着风走

断臂自救的勇士

自救

深紫色郁金香

屋顶上的月光

永抱必胜之心

改变命运的三个字

两次“绝处逢生”

上帝的微笑

怕苦就会苦一辈子

第十二章 宽容待人，负重的人不会走太远

对于欺骗，宽容只有一次

宽容的花朵

爱你的仇人

大度也是一种美德

有关宽容的故事

用宽容赢得“冠军”

宽容拯救灵魂

用行动来谱写善良

智慧的谎言

如果犯错，记得幽默

别让仇恨的种子“遗传”

宽容就是善待

那就害我吧

我想看看你的脸

宽容是幸福的阳光

第十三章 山不转路转，境不转心转

山不转路转，境不转心转

心灵的富足

无论身在何处，要全然地在

风景不转心境转

生命中有些事是不可逆转的

平和的心是金

境由心生

我的幸运日

把烦恼写在沙滩上

简单生活



<<有一种力量叫淡定大全集>>

静之趣

幸福在你心中

第十四章 生命无需圆满，人生当有不足

不完美才是人生

今天的你我，怎能重复昨天的故事

不完美也OK

无需完美，贵在坚持

小善大爱

美丽的错误

永久的生命

失误，同样美丽

感谢遗憾

人生别太圆满

第十五章 专注脚下，他人的成功只是风景

人这一辈子总有一个时期需要卧薪尝胆

只专注于脚下的路

不做自己的“降兵”

脚踏实地是最好的选择

在别人贪婪的时候保持一份冷静

沉住气，成大器

大收获必须付出长久努力

当风雨过去，你还是你

第十六章 成长需要忍受，坚持才能成功

不懈追求才能羽化成蝶

一生只能认真做好一件事

坚忍的乌龟快过睡觉的兔子

用坚忍创造闪光的快乐

不怕失败才会成功

放低姿态，像南瓜一样默默成长

坚忍的骆驼在沙漠中行走自如

耐得住寂寞，苦尽甘来

耐得住寂寞是成功的前提

目标专一，方成大器

第十七章 如果没有观众，就为自己鼓掌

自信的人永不言败

从思想出发

信心是力量与希望的源泉

奇迹的发生

生命屹立不倒

信心放第一位

下岗

能人埃尔默

没有一个冬天不能逾越

我们身上的宝贝

未知比已知重要

聚集你所有的力量

“我不能”先生的葬礼

<<有一种力量叫淡定大全集>>

第十八章 弱水三千，我只取一瓢

遇见你，是最美丽的意外  
人生若只如初见  
男孩钱包中的照片  
每天给我一个幸福的理由  
只为给你一生的温暖  
深深的爱  
那些浪漫，不声不响  
幸福就是找个温暖的人过一辈子  
幸福有时候只需要一个台阶  
最后一次爱你  
聆听爱情  
爱情不嫉妒  
谁在原地等你  
转身的距离  
黑镜  
梦中的风铃  
如果它回来  
爱情的传说

第十九章 有一种爱叫放手，有一种拥有叫失去

两棵树的守望  
长在心上的树  
让我存一块钱，用来想你  
世界上最懂我的那个人去了  
只够勇气怀念你  
永远吟唱在风中的爱情私语  
我用一辈子的时间告诉你  
菩提树下的红尘恋  
我放弃了平淡幸福，选择了靓丽的寂寞  
爱到毁灭  
别让一根稻草沉了一艘船  
你不是无可替代的  
爱了恨了，笑了也痛了  
7月9日，整个世界都是雨  
石头和布的爱情  
让爱情寂寞下去

第二十章 阴晴圆缺有时，美景只是刚好

莫让幸福的花朵遭遇贪婪的暴雨  
生活讲究适可而止  
站在远处欣赏人生的风景  
心是幸福的方向  
把握现在就是把握幸福  
淡泊名利，宁静致远  
静止是幸福的归宿(节选)  
不要去看远处的东西  
拂去尘杂，体味幸福  
幸福的真意

<<有一种力量叫淡定大全集>>

平常心是道

人生要适时躲开束缚自己的囚笼

简单生活，知足常乐

只看我有的，我已经是富人

不羡慕别人的生活

为膨胀的心减减肥

也许很慢，但很美

懂得放下，才可幸福

第二十一章 贪欲无边，知足才能常乐

幸福源自珍惜，快乐是因为拥有

论快乐

快乐

寻找快乐

把吹口哨的心情找回来

月桂树上的花冠

别让忧虑淹没心田

走慢一些，幸福在你身旁

嫉妒要尽早搬移，它是幸福的绊脚石

快乐就在自己

快乐不在于事情，而在于我们自己

如果你常常笑，你就是幸福的

看见阳光就微笑

你的心里有多快乐，你就会得到多少快乐

幸福和快乐来自一颗健康而愉悦的心灵

所有的爱，都是人性的通道

快乐也会戏假情真

生活中并不缺少快乐

## <<有一种力量叫淡定大全集>>

### 章节摘录

版权页：谁都无法想象，如果一届世界性的体育盛会在开幕式上出现重大纰漏，组委会将承受怎样巨大的压力。

这样的倒霉事，偏偏让2010年温哥华冬奥会赶上了。

2月13日那天，温哥华冬奥会隆重开幕。

一切都按照计划有条不紊地进行着，但在最关键的点火仪式环节。

却发生了令人目瞪口呆的一幕。

为了让本届冬奥会给全世界一个惊喜，组委会殚精竭虑，试图打造出让世人惊艳的点火仪式。

原先的设想是：火炬由残奥会冠军汉森坐着轮椅传入体育馆，再由四名加拿大著名运动员依次传递，然后四人站在广场四周，等待四根欢迎柱缓缓升起，再用火炬点燃欢迎柱，火光上升的同时，四根欢迎柱中间的巨大冰柱将被点燃，奥运圣火将就此怒放……虽然准备工作万无一失，但在欢迎柱上升的环节，预设的四根只升起三根，全世界的目光都聚焦到余下的那根，遗憾的是它终究“千呼万唤没出来”。

如此重大的赛事出现如此重大的失误，令冬奥会组委会颜面扫地，成为了全世界的笑柄。事后，组委会官员很快承认，点火仪式出现故障，并没能按计划进行。

组委会首席执行官约翰·弗隆更是难过地说：“今天的开局十分有挑战性，从来没有料到开幕日会是以这种方式开始。

“

## <<有一种力量叫淡定大全集>>

### 编辑推荐

《有一种力量叫淡定大全集(超值白金版)》：人生贵在淡定，生活中不如意的事十之八九，令我们无法预料，无从强求，但顺境中宠辱不惊、怡然自得，逆境里不大悲大愁，不弃不馁，才能解世间浮沉，更见人生真义。

淡看人生荣辱得失，一切均如过眼烟云。

去留无痕，这才是淡定人生的最高境界，对名利淡定，便没了绞尽脑汁的夺取；对金钱淡定，便少了贪恋财物的心态；对爱情淡定，情路才能少些坎坷。

淡定看待生活，才能使你真正地享受人生，在努力中体验欢乐，在平稳中充实自己。

但在竞争日益激烈、诱惑日趋纷繁的社会里，固守节操，保持淡定却并非易事。

人的一生中，金钱，地位，名誉、情感等诱惑实在太多。

然而，欲望如同海水，总是越喝越渴的，人们在利害得失中穿梭，囿于浮华的宠辱，产生了种种思量和千般妄想。

他们在生命的表层停留不前，因此而迷失了自己，丧失了平常心。

世上诱于金钱、困于权势，惑于情色的人多如牛毛，由此而产生的嫉妒、报复，罪恶等也层出不穷，造成了不知多少的悲剧和遗憾。

由此可见。

在无边无际的幻想和欲望面前，保持一颗淡定之心是多么的重要，要拥有淡定，我们要有“海纳百川，有容乃大的胸怀”、“壁立千仞，无欲则刚”的度量，更要有沉着冷静泰然自若的应变能力；要有一点“苟利国家生死以”的崇高，“霹雳起于侧而不惊”的气魄，更要有一点“板凳甘坐十年冷”的实干。

人把自己历练到淡定的境界，懂得了淡定的智慧，就懂得了人生的真谛。

淡定是一种心态，更是我们必修的人生智慧，淡定是一种修养，更是指引我们找到幸福的终极秘诀，淡定是一种境界，更是一种改变我们人生的力量。

淡定，不是看破红尘，而是经过岁月磨砺后的沉稳含蓄，淡定，不是不屑一切，只是少了份热烈，多了份冷静，一个人要想内心强大，前提是要看清身外之物的得与失，一个淡定的人，才会有开阔的心胸，才会有坦然的心境，才会有真正的勇敢，才能享受自在的人生，内心的淡定，是世界上最强大的力量。

一个淡定的人，将无往而不胜修炼出淡定的自己，才能享受从容的人生。

<<有一种力量叫淡定大全集>>

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>