

<<人生的冷暖取决于心灵的温度>>

图书基本信息

书名：<<人生的冷暖取决于心灵的温度>>

13位ISBN编号：9787511314567

10位ISBN编号：7511314562

出版时间：2011-11

出版时间：中国华侨出版社

作者：韩彪

页数：257

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>

<<人生的冷暖取决于心灵的温度>>

内容概要

我们不能改变人生的长度，但是可以改变它的宽度；我们不能改变人生的高度，但是可以改变它的温度。

人生像一只温度计，虽然我们不能改变它的本质，随意地调节温度，但是心灵的温度就是围绕在温度计周围的空气。

我们可以改变心灵的温度，从而温暖我们的人生，心灵的温度，能让你心若冰霜，也能够给你的人生足够的温暖。

无论挡在我们面前的是什么，无论我们的内心斗争多么激烈，我们是什么样的人，取决于我们选择做什么样的人。

<<人生的冷暖取决于心灵的温度>>

书籍目录

第一章 0 心灵：愤怒——愤怒和悲哀一样，也是一种软弱

1. 抛却愤怒，别忘却你本来的目的
2. 人生短暂，生气不如争气
3. 保持冷静，用清泉浇灭怒火
4. 交给时间，让时间帮你消气
5. 以柔克刚，理直但要气和
6. 切莫愤怒，冲动是魔鬼
7. 如水倾地，让生气落人尘埃
8. 调节心境，别让环境勾起你的愤怒
9. 你只需要多忍让一分钟
10. 避免和消除愤怒的方法

第二章 5 心灵：贪婪——贪婪是最真实的贫穷，满足是最真实的财富

1. 贪欲是一种毒药，谁喝了都无药可救
2. 做金钱的主人而不要做它的奴隶
3. 合理控制自己的欲望，生活才能够幸福
4. 无止境的贪婪，最终会使入迷失回来的路
5. 懂得适可而止，去除欲望少烦恼
6. 万事有度，过分贪婪使你失去更多
7. 欲望是条锁链，不可忽略那些贪婪的小事
8. 懂得放弃，适可而止莫贪婪
9. 学会自我约束，去除贪婪心理

第三章 10 心灵：嫉妒——嫉妒是心灵的杂草，即使是天使也能堕落

第四章 15 心灵：自傲——人之所以犯错误，不是因为不懂，而是自以为什么都懂

第五章 20 心灵：虚荣——“面子”是心灵的重负

第六章 25 心灵：自私——一滴水只有放进大海里才永远不会干涸

第七章 30 心灵：猜疑——大胆产生勇气，多疑却产生恐惧

第八章 35 心灵：懦弱——懦弱的人只会裹足不前，只有真正勇敢的人才能所向披靡

第九章 40 心灵：忧虑——杞人忧天，永远是种悲哀

第十章 45 心灵：自卑——先相信自己，然后别人才会相信你

第十一章 50 心灵：冷漠——冷漠是人与人交往的枷锁

.....

<<人生的冷暖取决于心灵的温度>>

章节摘录

有的人恃才傲物，目空一切，不把别人放在眼里，在他的眼中，除了自己便再放不下别人，认为自己才是最好的那个。

殊不知，有真才实学的人往往虚怀若谷，谦虚谨慎；而不学无术、一知半解的人，却常常骄傲自大，自以为是，好为人师。

明朝万历年间，明州奉化县出了两个远近闻名的人物：一个是沿街化缘的布袋和尚，一个是闭关修炼的净瓶居士。

他们行为古怪，胡言乱语，但当地人却把他们当作得道高僧。

有一天，一个好事的年轻人出于好奇，决定去拜访他们。

他先在一个又脏又臭的巷子里遇到了布袋和尚。

那个布袋和尚又矮又胖，像个皮球，随便躺在地上呼呼大睡。

年轻人邀请布袋和尚去吃饭，却让店里的小二端上一堆鸡鸭鱼肉，看布袋和尚怎么办。

结果那个布袋和尚双手合十，虔诚地念道：“因缘因缘！”拜完之后大吃大喝，毫不避讳，不过他吃每一样食物都要分出...点扔在布袋里，并冲年轻人笑笑。

“这样子也算是得道高僧吗？”年轻人失所望，又去拜访另外那个净瓶居士，希望他能给自己一点有益的启示。

年轻人到的时候，净瓶居士正在家里参禅悟道，他看年轻人来了就一言不发，提起茶壶往供奉的净瓶里倒水，水溢出来还不停手。

“居士，你的净瓶满了，怎么可能倒进茶去呢？”年轻人忍不住提醒他说。

“是吗？”居士继续倒茶，反问道，“那么你呢？”年轻人恍然大悟，忍不住感叹道：“果然是有道高僧！是我愚昧了！”“说来听听？”居士淡淡地问。

“大师是教我做人谦虚、有容乃大，不要骄傲自满，为知识所累；我参悟之后，才发现布袋大师也在教我吸取每天的经验教训，用心琢磨。

有了你们教给我的教诲，我就再也不用烦恼了。

”做人要谦虚，不要骄傲自满，应该“拿得起，放得下”才行。

“有容乃大”，吸取每天的经验教训，用心琢磨，你才能日趋圆满。

有的时候，那种有强烈的自卑感和坐井观天的人，也会产生盲目自大的心态，他们不是不把别人放在眼里，而是除了孤芳自赏以外从不用眼睛去观察外面的世界和外面的人，这样的人，不仅可悲，而且可笑。

.....

<<人生的冷暖取决于心灵的温度>>

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>