

<<静心处世 从心为人>>

图书基本信息

书名：<<静心处世 从心为人>>

13位ISBN编号：9787563930371

10位ISBN编号：756393037X

出版时间：2012-5

出版时间：北京工业大学出版社

作者：冯丽莎

页数：253

字数：248000

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>

<<静心处世 从心为人>>

前言

人生不如意者十之八九，生活坎坷处常多悲艰。
在生活的洪流中，现实的压力、世事的纷繁让一些人的内心世界越来越浮躁，行为莽撞而冲动，斤斤计较而徒生牵累。

其实。

这一切的根源都是因为人们要求得太多、背负得太多、挂碍太多。
在生命的追逐中，人们总是希望以一种激进的方式猎取幸福与成功，岂不知幸福却在这种追逐中离你越来越远。

别和自己过不去，别让自己的生命白白浪费在徒劳之中。

快乐不是谁拥有得多，而是谁更懂得营造快乐的心境。

只有你用微笑面对生活，扔下生活中的烦琐和背负，不再苛求他人，给自己一个幸福快乐的目标和归宿，懂得舍得，学会“享受”，你的人生才能处处是幸福。

时时都快乐。

所以，你在为人处世的时候，应静下心来，静心处世；你在面临选择和舍弃的时候，应听从自己内心的声音，从心为人。

听从内心的声音是一种心理的状态，更是一种生命的觉悟。

静下心来，是一种心灵的沉静，也是一种身心的休憩。

在漫漫的人生征程中，你随时需要用一颗安静、平静的心来处世为人，需要听从自己内心的声音。

跟随自己内心的脚步来为人处世。

心静了，听从自己内心的声音，便能够化解无谓的喧嚣与无奈、抱怨与苛求，让自己活在一个清新舒畅的世界；心静了，听从自己内心的声音，幸福便不再可望而不可即，它就存在于每个人的心间，体现在日常生活的细节与平常事物之中。

所以，静心、从心中有微笑、有快乐、有从容、有各种无法用言语来表达的幸福与沉稳。

静心是清明，从心是觉悟，静下心来处世，听从内心的声音为人，不为纷扰杂乱的世事所羁绊，才能走出一个崭新的自我，重塑一个幸福的人生。

翻开本书，让你真正领悟幸福与快乐的内涵，让你真实地感受到生命的富足和充实都源自于自己内心的要求和渴望。

你要静心处世、从心为人，回归自然，寻找一颗清静的心，那么快乐就会如影随形，幸福也会常伴左右。

<<静心处世 从心为人>>

内容概要

“静以修身，非宁静无以致远”，在人生的征程中，静心是一种无边的涵养，更是一种处世的法则。

静下心来，听从内心的声音，真正地回归自然和本性的发展，人生才会充溢幸福与快乐、充实与富足。

本书《静心处世从心为人》立足于为人处世的法则以及人们在现实中遇到的问题、容易走的弯路，以追求幸福愉悦的人生为宗旨，从别和自己过不去、快乐不是计较、用微笑面对生活、扔下包袱、不苛求他人、懂得取舍等诸多方面入手，深入细致地阐释了静心处世、从心为人的内涵和价值，为你的人生指点迷津。

《静心处世从心为人》由冯丽莎编著。

<<静心处世 从心为人>>

书籍目录

第一章 别和自己过不去

凡事皆源于心

你想快乐，快乐就会来找你

简单的才是精彩的

心底是快乐的源泉

放得下才是最大的幸福

你看得开，所以你快乐

生活中的快乐要仔细品味

怨天尤人会伤害你的幸福

第二章 生命短，磨难长

心灵的窗户需要阳光

解放自己的心灵

打破心中的瓶颈

时时勤拂拭，勿使惹尘埃

心灵的风筝需要放飞

给自己的心灵放个假

每天都有一个好的希望

给自己种上一棵“忘忧草”

顺其自然才能快乐

学着用心去感受生活

第三章 快乐不是拥有得多，而是计较得少

快乐就在当下

走自己的路，任人评说

屈辱可以成为前进的动力

对待嫉妒，要有好的心态

自己把握命运

欲望太多造成心灵的贫穷

第四章 用微笑去面对失意的生活

坎坷是你最宝贵的财富

失意并非不幸

常怀一颗快乐之心

感激上天赐予逆境

相信自己的感觉

把自己身后的大门关闭

保持一颗平和的心

相信奇迹

否极泰来，相信这一切

可以改变的只有你的看法

第五章 扔下包袱，一路欢笑_路歌

钱买不来幸福

内心的认同才是真正的财富

慢一步并不一定是坏事

心怀诡计的人永远得不到快乐

功名实为浮名

累了自己，彩色人生变黑白

<<静心处世 从心为人>>

成功的代价不应该是损害健康

忙里也要偷个闲

负重而行的人生是暗淡的

第六章 不要苛求自己身边的人

感激相遇，切莫生气

静坐常思己过

不能以指责他人之乐

予人快乐，予己快乐

学会做一个幽默的人

学会沟通和理解

宽容是人际关系的润滑剂

用鲜花代替怨恨

彼此相信，才能成功

第七章 给自己一个幸福的目标

欲取之，必先与之

快乐的真谛是简单的生活

幸福的目标是宁静与淡泊

追求心灵的自由自在

人生需要豁达

为难自己就是自寻烦恼

人生的路要潇洒地走

第八章 放弃后的释然

人生经历之后更懂得取舍

不要有太重的得失心

不舍不得，大舍大得

学会变通，宽容别人

爱自己，就让自己自由

诱惑会让快乐远离你

今天的放弃，是为了明天的得到

不想占有，就不会有坎坷

生活就是五味瓶

第九章 家是快乐的港湾，幸福的源泉

爱情的本质是顺其自然

放开之后才能拥有爱

自己身边的人其实很美

幸福需要赞扬

平凡的生活，真正的快乐

把快乐的种子洒满自己的周围

不要过于认真

幸福是可以经营的

幸福的摇篮是尊重和理解

家是心灵永恒的歌谣

第十章 对自己好一点，给自己一点补偿

每个人都需要鼓励

失败是成功的积累

给自己的心灵一点安慰

善待自己

<<静心处世 从心为人>>

自己选的路就要坚定地走

信念在挫折中发光

自己认定的方向不能轻易动摇

失意但不可失志

从挫折中找到“金子”

第十一章 做自己的主人，告别生气和忧伤

正确对待愤怒

要想思维好，就别生气

坏脾气不是天生的

生气应该有一个底线

学会把握自己

冲动是魔鬼，想好再生气

避免焦虑情绪的产生

让自己的情绪放松

不要让自己抑郁

第十二章 拥有一颗享受的心

敞开心扉才能开心

让自然成为自己生活中的一部分

换一种方式，在休闲中生活

快乐是和你的兴趣成正比的

每个人都有属于自己的快乐

鱼以饵悲，人以鱼乐

在书画的世界中寻找自己的快乐

音乐可以安抚你孤独的灵魂

第十三章 名家的幸福

横看成岭侧成峰，远近高低各不同

采菊东篱下，悠然见南山

“幸福三绝”

健康的才是幸福的

人在世上生活，需要经常反省

吃好睡好，幸福来找

<<静心处世 从心为人>>

章节摘录

你看得开，所以你快乐 一个人坐在轮船的甲板上，看报纸。突然一阵大风把他新买的帽子刮落大海中，只见他用手摸了一下头，看看正在飘落的帽子，又继续拿起报纸来。

另一个人大惑不解：“先生，你的帽子被刮入大海了！”

“知道了，谢谢！”

“他仍继续看报。”

“可那帽子值几十美元呢！”

“是的，我正在考虑怎样省钱再买一顶呢！”

帽子丢了，我很心疼，可它还能回来吗？”

说完那人又继续拿起报纸来。

一位70多岁的日本老先生，拿了一幅祖传古画上电视节目，要求宝物鉴定团的专家作鉴定。据老先生去世的父亲生前说，这幅画是名家所作。

价值数百万。

老先生自己不懂，因而想请专家加以鉴定。

结果揭晓，专家认为它是赝品，连一万日元都不值，全场歉放……主持人问老先生：“您一定很难过吧？”

来自乡下的老先生脸上的线条变得无比的柔和和憨厚，微笑着说：“啊，这样也好，不会有人来偷，我可以安心把它挂在客厅里了。”

的确，一切看开了，失去的已经失去，又何必为之大惊小怪或耿耿于怀呢？”

小李的钱包被盗了，他很心烦，不光是钱不见了，里面还有他的身份证。这让他愁眉不展。

要知道他的户口在邢台，而他在北京打工，办身份证还要来回跑，挺麻烦的，以致这几天他心情都不好。

不过，这样的心情没有持续很久，一位朋友的话让他顿悟，心情也随之好转。

朋友对他说：“钱包已经不见了，你再怎么想，也不可能重新出现在你的面前。

钱丢了事小，如果好心情没了，影响你的情绪，让你忧伤，让你不安，这会影响你的食欲，影响你的健康，就太不值得了。

身份证办起来是很麻烦，却让你多回家几次，增加了与家人的沟通，这也是一件挺好的事情呀！”

朋友的话让他反思了很久：如果换一个角度来思考问题，生活中又有什么能让你感到烦恼的呢？”

世事难以预料，倒霉和不幸的事谁也不想发生，但如果发生了，你应怎样去面对呢？”

生活的挫折和磨难来临时，你应以一颗乐观、豁达、健康的平常心面对，这样生活会美好得多。

许多人都有过丢失某种重要或心爱之物的经历：比如不小心丢失了刚发的工资，最喜爱的自行车被盗了，相处了好几年的恋人拂袖而去了，等等，这些大多会在人的心理上投下阴影，有时甚至因此而备受折磨。

究其原因，就是人们没有调整好心态去面对失去，没有从心理上承认失去，只沉湎于已不存在的东西，而没有想到去创造新的东西。

人们安慰丢东西的人时常会说：“旧的不去新的不来。”

事实正是如此，与其为失去的自行车懊悔，不如考虑怎样才能再买一辆新的；与其对恋人向你“拜拜”而痛不欲生，不如振作起来，重新开始，去赢得新的爱情。

人世间就是有许多许多自己制造的烦恼。

烦恼是很不讨人喜欢的词，因为它令你感到无助、劳累。

人生总是在不断地失去和拥有。

拥有快乐，失去烦恼；捡到幸福，丢掉悲伤。

不管将来你要怎样选择，最重要的是现在自己能够开心地面对。

生活中，难免失去，如果失去什么之后，再失去快乐的心情，岂不是失去更多了？”

<<静心处世 从心为人>>

法国杰出作家罗曼·罗兰说得好：“一个人快乐与否，决不依据获得了或失去了什么，而只能在于自身感觉怎样。

”有的人大富大贵，别人看他很幸福，可他自己身在福中不知福，心里老觉得不痛快；有的人，别人看他离幸福很远，他自己却时时与幸福邂逅。

有对下岗的年轻夫妇，在早市上摆个小摊，靠微薄的收入维持全家5口人的生活。

这夫妇俩过去爱跳舞，现在没钱进舞厅，就在自家院子里打开收录机转悠起来。

男的喜欢喂鸟，女的喜欢养花。

下岗后，鸟笼里依旧传出悦耳动听的鸟鸣声。

阳台上的花儿依旧鲜艳夺目。

他俩下了岗，收入减少了许多，还乐个不停，邻居们都用羡慕的目光看着他俩。

是的，你虽然无法改变你的境况，但你可以改变自己的心态。

没了工作不要紧，但不能没有快乐，如果连快乐都失去了，那活着还有什么意义。

因为快乐是人的天性的追求，开心是生命中最顽强、最执著的动力。

荣启期在泰山，优哉游哉，鼓琴而歌，孔子路过，就问他为何这等快乐？

荣启期回答道：“天生万物，惟人为贵，我得为人，何不乐也？”

正如荣启期所说，生而为人即是一种快乐，快乐是人生的主题。

只要你用心去体会，用豁达的胸怀去面对人生，以饱满的热情去对生活，就能快乐度过每一天。

.....

<<静心处世 从心为人>>

编辑推荐

静心是清明，从心是觉悟，静下心来处世，听从内心的声音为人，不为纷扰杂乱的事所羁绊，才能走出一个崭新的自我，重塑一个幸福的人生。

翻开冯丽莎编著的《静心处世从心为人》，让你真正领悟幸福与快乐的内涵，让你真实地感受到生命的富足和充实都源自于自己内心的要求和渴望。

你要静心处世、从心为人，回归自然，寻找一颗清静的心，那么快乐就会如影随形，幸福也会常伴左右。

<<静心处世 从心为人>>

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>