

寻找自己



[寻找自己_下载链接1](#)

著者:胡大平 著

出版者:中国商业出版社

出版时间:2018-10-1

装帧:平装

isbn:9787520805483

身处当前社会转型时期，面对浮躁的人性，思想引领不可或缺。思想是万能的流程，是万能的工具，是万能的标准，是质量的核心，是效率的核心，是文化的核心。思想是行动的指南，思想有多远，我们就能走多远；我们能走多远，就能把人生事业带到多远。

一个内心强大的人，才是真正有思想的人。内心强大，表明他对这个世界，对社会，对人生，已经有了一整套比较完整的看法。有思想的人，也是内心强大的人。这样的人，即使身处世俗世界里所谓的逆境，他的内心也是平和的、自信的，且是充满快乐的。因为他的世界不再只是世俗世界，他还有自己独有的完美的内心世界，在这个世界里，他有自己的幸福标准与快乐标准，在这个王国里，他享受着别人无法享受，也无法理解的幸福与快乐。为此完成《寻找自己》一书，帮助你看到世界的美，帮助你成为内心强大的人！

写书是形成思想体系，是生命绽放，是结缘，是专注自己，是入道修行。《寻找自己》的写作就是这样一个过程。本书分别从生命、人性、内修、梦想、当下、幸福、创业和学习八个方面阐释身心修炼。

感悟生命，要认识生命的脆弱与坚强、短暂与永恒；洞察人性，旨在用正能量滋养心灵；内修于心，

需要内心澄澈透明，包容天下；追寻梦想，让人打开心扉，寻找到自己内心的梦想并坚持下去；抓住当下，强调用道对接当下产生的术；感受幸福，需要创造真正的幸福；开创事业，要带着人生修炼的意愿去创业；不断学习，增强对新鲜事物的认识与理解能力。

思想决定一个人。学会思考，让思想成为自己的名片！

作者介绍:

胡大平

定位：企业文化专家

定位词：智慧的布道者，文化的设计者。

优势：实修真传，在组织变革方面、企业文化及管理方面、团队建设和领导力方面及佛学修炼和心灵成长方面；中西贯通、纵横深入。

他是一位传道者，探索者；他是5本书的作者，国际十大培训师；他先后担任多家福布斯企业顾问。多家著名大学兼职教授。

他研究人类社会发展规律，游学40多个国家，涉足60多个行业，受益人超过600万人.....有高度，有深度，实战有效！

他是深受中国企业培训界尊敬的常青树；享誉诸多头衔和荣耀，中国雇主评选专家团成员，中国管理科学专家；

他博学而专长，拥有法学和工商管理学历。留学归国后，任职于著名证券公司，广告公司，参与投资拍摄过《中国武警》、《汉宫飞燕》等电视剧。于2001年创办了深圳市爱科神企业管理咨询有限公司。

目录: 第一章 生命

生命之忙乱

忙容易积累风险

浮躁与宁静

人生图形

守望灵魂

归零，是最大的提升

人生“三自”

人生三境界

真实比“真理”重要

“真理”的化身

老天天天在检查

创造生命的奇迹

成功者的秘诀——价值观

第二章 人性

宽恕

赞美

开心

自由

缘分

包容

抱怨
索取
浪费
拖延
能量
第三章 内修
我是一切问题的根源
一切从发愿开始
觉察之妙
觉察三界
三“心”合一
爱自己
思行并重
慎独境界
慈悲即智慧
喜悦就是能量
感恩即修行
格局
默行
真善美是最好的道场
第四章 梦想
梦想的力量是无穷的
没有梦想，一定有借口
心在梦在
单纯产生梦想
个人可以改变世界
潜能是能量，你只是管道
让本能与本质相遇
相信是种能力
野生与圈养
两点之间是经典
度的把握
第五章 当下
放下是空间
大梦与小做
放下到处都是
拿起，才是真正的放下
当下即过程
生命的质量从当下开始
抓住当下，赶紧去做
当下有术
第六章 幸福
幸福的尺子
这样去爱
担当产生伟大
理解的作用
付出即境界
看开了，就没事了
无常即平常
有一种迫害叫溺爱
养育孩子的幸福
伴侣之间的幸福
感悟父母大爱
第七章 创业

创业者的思想沙盘
归零即归宿
境界就是竞争力
输不起，已经输了
普世价值
创业者的标准
创新七要素
你的成本有多高
用人性与世界对接
修行是创业的基础
修行两重天
真正的循环，是与天地在一起
发愿，更显王者风范
沟通与管理
管理时间
细节与全局
价值与价格
原则与灵活
“抓”事物不是控制
第八章 学习
为学日益，为道日损
好奇是学习的动力
“为什么”是个好工具
学习，是为了活命
理论才能占领制高点
文化与资本
闻思修：学习三缘分
一书一世界
读书改变气质
教育之旅
别让知识牵绊你
学习“无为”的智慧

后记

精彩试读

生命之忙乱

生命是什么？这是一个很深奥很富有哲理的问题。正因为深奥，很多人不解其意，常常处于忙乱之中。忙来忙去，究竟在为谁打工、为谁辛苦？因为不了解自己，生命就谈不上价值。这是非常重要的人生问题。这个问题不解决，生命永远都处在不能自由的状态。

生命中的的人和事，常常不是均匀而规律地分布在人生的时间轴上，或许很长时间都平淡无奇，而在某些短短的时间区域内，挤满了各种人、许多事；在那些人事拥挤的日子里，常常让人应接不暇，措手不及，手忙脚乱。我们总是在倡导环保低碳之类的事情，其实我们最应该倡导与营造的是有序的生活和正常的成长，在人生不同的阶段完成不同的任务，这样才能长幼有序，怡然自得。

忙乱与思想不清晰有直接关系。比如现实中有太多忙乱的人，甚至连最普通的日常生活如起床、穿衣、吃饭、上班、下班、睡觉都乱了套，饭不应时、黑白颠倒，过劳地忙、超时地忙，年复一年，周而复始，而来不问自己一声到底在做什么，为了什么而做这些。一天的日子过乱了，我们看得见、摸得着，应该有所警觉；一个星期的日子过乱了，我们感觉到有些不适甚至疲惫，应该做出调整；而一生的日子过乱了，我们却无能为力。其实，要想过好一生，就从过好每一个星期开始；要想过好每一个星期，就从过好每一天开始。

这是一个快节奏的时代，快餐、快递、快客、快艇，就连感情也可以越来越忙乱，那么随意、那么速食。整个世界像是一部庞大的机器在高速运转着，甚至来不及思考与回味。人人都说“忙乱”，这两个字成了这个时代的诅咒。人生要把握好自己的节奏，如果

节奏慢了，则滋生懒惰、彷徨；如果节奏过快，则滋生浮躁、忙乱。如何把握节奏呢？首先要了解自己，知晓自己，戒贪、戒比较、戒自私；接着拥有梦想且努力而行，努力后，其他交给自然来解决。担忧未来过多就会痛苦在当下；遇到问题，不要逃避，不要懒，直接一步步解决，保持一颗安定的心，一切自然会来。德国有一句谚语说：“静中蕴藏着力量。”心静，才能头脑清醒，行动敏捷。无论外界如何喧嚣，我们要做到淡定，先静下来，然后享受它。在面临计划外或紧急事件时，就可以以静制动，抓住要点。生命的品质应该是轻轻松松的，而不是匆匆忙忙的。这是一种生活智慧、一种人生智慧，更是一种生命的智慧！

【太平心语】

生命之忙乱：没有目标，到处乱跑；没有标准，拼命判断；没有智慧，不断指挥。
· · · · · · [\(收起\)](#)

[寻找自己_下载链接1](#)

标签

青春励志

心灵修养

好书，值得一读

做好自己

人生经历

评论

[寻找自己_下载链接1](#)

书评

寻找自己_下载链接1_