

寻找当下最美的自己



[寻找当下最美的自己_下载链接1](#)

著者:叮原 著

[寻找当下最美的自己_下载链接1](#)

标签

评论

还可以，没想到是高境界的一本书

喜欢这本书，物流快

书是正版的，价格比较实在，不错！

速度快，包装完整。

包装完整，书都是正版，还没看呢，喜欢书的海洋！

这本书是我买给我的闺密的，希望她能走出阴霾，重新认识自己，希望她可以因为有我这样的朋友觉得幸福。我愿意一直关心她，爱她，但愿我所做的可以温暖她！亲爱的，我们会是一辈子。

买了两本，一本送基友，就是同系列的另外一本放下刹那花开，几个网站上都断货买不到。

总觉得女人过了三十就真的完了，没有了曾经的年少轻狂，有的就是相夫教子三从四德。虽然有时就真的认命了，每天重复着一样的事情，可真的不甘心，看到这样一句话：女人可以没时间逛街K歌旅游，但一定要读书。然后就找到了这两本书《寻找当下最美的自己》《灵魂有香气的女子》只想丰富一下自己的内涵，做个灵魂有香气的最美的女子……

不错，总体感觉还不错，不错，总体感觉还不错

挺不错的一本书

送货很快，书的质量也好

看了，希望对你有帮助！

刚看还可以

还没看，优惠力度还是很强了，非常喜欢~~

当时 因为书名看中的书~
买了一堆书本~~看了一周还没有看到这本~~已经没有了阅读的赶脚了~~ 等之后阅读了
再说吧 近期可能都不会看书

买了，还没有看，浏览了一下，貌似不错

内容不错呦，值得拥有

书很好，发货速度也快

瞄了几眼，不好。真的不好呀。现在在我同事手上，她也说不好，因为内容凌乱，思想
凌乱

年轻人多读书总是好的

挺喜欢这本书的，买了好几本，就这本挺满意的。

最喜欢那句“小时候，梦想在梦里；长大后，梦想在明天里；如今，梦想在叹息里。”

挺好的，正在看，比较满意

不错，书的色彩很鲜艳

现代社会比较烦躁，看看对心里还是有好处的！

禅意浓郁，很适合心情低落和浮躁的朋友阅读。同时，可以陶冶情操。

这是一本充满正能量的书，内容有点玄，翻了一下，觉得还可以吧

还不错一直在京东买东西，特别中意它的速度

此书阅读可以提升读者的升华增加阅历

寻找当下最美的自己，让自己不再迷茫

不错，挺好的！

很便宜 半价买的 屯了好多货 慢慢看

很不错的图书，趁着做活动特价购买，超值。

东西不错，总的来说还是比较满意的

客服不行，明明有货跟我说没货～

张德芬的书，从去年暑假就有买的冲动，今天终于拥有它了。很喜欢很喜欢！！

适合年轻人好好拜读的一本书！

寻找当下最美的自己，发现自己的美。

快递速度好惊人，上午下单，下午送到，北京，这个就很难得，有个好心情看书！

书不错，质量也好，值得一看

町老师这本书很好，看着放不下手了，给人很宁静和舒服的感觉，赞！

很不错，送朋友的，希望她永远都是最美的

很好看的书本很好看的书本很好看的书本

还是相当不错的 喜欢这本书都好久咯

寻找当下最美的自己 寻找当下最美的自己

书籍不错，京东的东西是正宗的

很好不错呦，服务到位OK

很书好 物流也给力 挺好的

一本励志的书，很喜欢封面的颜色，

寻找当下最美的自己是本不错的书

很喜欢这个颜色，而且用起来很方便

好书好书好书好书好书好书好书好书，自营正版

第一次在京东买书，满意

这本书很好看，我很喜欢

纸张不错 特别是封面

好好好好好好好好好好好好好好

书的质量还不错，内容还没有看

寻找当下最美的自己

还没有看完，不过质量都不错

我也要寻找当下最美的自己

内容不错，值得一看。

不错的一本书，适合路上读读

很不错的一本书。推荐。

还行吧，还没看完呢，还行

还不错 精神食粮值得一看

看了一点。感觉还不错

推荐购买，纸张也很好，内容很好，收获很多

收到就迫不及待的看了

质量还不错，包装也很好。

不错不错不错真的不错！！！！

书很赞很喜欢书很赞很喜欢

让自己的心灵找到正确的出路。。。

很不错的一本书，小故事大道理

速度很快，上午下单，下午收到

是译本好书，很不错，很有感悟

让自己活得更精彩，不错加关注

最美是当下！当下心安！

50元三本，送朋友的书

书的质量不错啊，内容可以啊

这本书不错哦，可以看看

不错不错，价钱合理

质量不错，内容还未看

还没看，希望能很好啊啊啊啊啊

质量不错！好书！

不错！不错！

书中自有黄金屋

尚未拜读。。。。。。。。

东西很东西很好，不错。好，不错。东西很东西很好，不错。好，不错。东西很东西很好，不错。好，不错。

喜欢.....

随意翻了感觉不错就买来送友人。有机会再仔细阅读。

重孩子间的差异性，没有千篇一律的“金科玉律”
新生命有能力适应新环境，请给宝宝战胜疾病，自我修复的机会
孩子不能承受药物伤害，“无药而医”才是对宝宝健康的最佳呵护
没有好药，只有对症药，药无好坏之分，重要的是对症下药
科学养育孩子不是照本宣科，养育孩子是实实在在的过程
父母是最权威的育儿专家，相信你能养育健康的宝宝
尊重孩子丰富的情感世界，温馨、祥和的环境有助于孩子健康成长
孩子是一本百读不厌的书，请读懂孩子的“三百六十五个日日夜夜” [

还没读，只是简单翻了几下，摘阅了某些段落，图文并茂，内容也写得非常好！

送货速度快，朋友推荐的，还没看，不过应该好看的

不错的书籍，性价比也蛮高

还没看，刚买回来，看起来还可以。

不知能够找到，等找了再说

非常不错，值得购入。

没看过，觉得书名不错！物流速度很满意

一本好书，给人以一种宁静，推荐。

不错不错！！不错不错！！

书还没看，先屯着，应该不错

易传篇名，十翼之一，一篇。西汉时期该篇包含了《序卦》和《杂卦》二篇，是记述解说乾、坤、艮、兑、坎、离、震、巽八经卦所象征的各类事物，以及阐述六十四卦卦序排列原理和各卦的属性意义，以辅助占断吉凶的，故名“说卦”。后人拆分成三篇并各有题名，第一篇仍名《说卦》，后人分为十一章，即为今本。其主体说卦象的部分为战国时期的作品，本为卜筮之书的一种，汉代时儒生对其做了改编，加入了部分儒家易传的内容，被编入儒家经典文献《易经》中的“十翼”，典籍中一般简称《说卦》。

寻找当下最美的自己

《寻找当下最美的自己》是一本让人赏心悦目的书，温情的文字娓娓道来，配上或古朴或清新或宁静或致远的图片，在这个闷热高温的季节，给心灵吹来屡屡清风，很惬意很舒服。生活在现世的人们，经常被一些有关繁琐事务所缠身，有的因为无法处理好而郁郁寡欢，更有甚至做出极端行为，也有一些看开了人们，会选择出家修行的方式，放下世俗的一切，潜心修行，找回自己，妥善安放自己的灵魂，但这些人毕竟是少数，而少数中的少数会.....

一直以来，我都有一个习惯，就是去到任何一个城市总要去泡泡当地的咖啡馆，点一杯咖啡，翻一本书，一个下午就那样消磨过去了。泡咖啡馆的时光，在我看来都是最好的时光。渐渐地，只要一忙碌起来，就养成了每天喝一杯咖啡的习惯。好像如果没有一杯咖啡，我的一天就没有开始；如果没有翻几页书，我这一周就忐忑不安；如果没有已经完成和正在计划的远行，我这一年就变得不那么重要了。

我觉得我的人生理想就是：走很多地方，喝很多咖啡，看很多书。曾几何时，我又开始有了一个开一家咖啡馆的梦想。因为有一家兼卖咖啡的百货店，我可以名正言顺做很多事。开店还可以认识有趣的陌生人。比如偶尔出差来杭州戴着墨镜的歌星影星，某天他/她忍不住好奇进店一探时，我请他/她喝了一杯咖啡。比如失去联系多年依旧想念的故友，比如在网路上因为一张照片而交流过的陌生人，比如买走一张明信片的产品设计师……各种人才，各种际遇，相当有趣。

几年前，我曾在杂志里做过关于我所在的城市杭州的独立咖啡馆研究命题。走访了杭州当时几乎是全部的个人独立经营的小咖啡馆，采访每一个开店人，听他们讲述自己的圆梦故事，也真切地了解到了要在杭州这样一个高房价寸土寸金的之地开店玩理想的困难，或者说现实根本不允许一个普通家境的年轻人抱有这样的美梦。在这之后的这些年里，很多店关了，又有很多店开了起来，城市就在这些咖啡馆的新生与没落中日益变迁。可是无论如何，即便知道这是一条铤而走险的路，却依然阻挡不了人们去尝试与冒险。这就是梦想的魔力。

因此，当收到这本书的时候，内心是窃喜的，有一种将梦想重新捧在手里的温暖。原来这么多年来，这个梦从未消失。应该有很多女生都会有这样的一个梦吧，但很多时候，面对现实的残酷与艰辛，我们又都退却了。然后，梦就真的只是一个梦了。

在京东上购买商品已经很多次了，图书这是第一次购买，非常棒的购物体验，首先是发货很快，刚下的订单，很快就显示正在配货了，对于网上购物来说，速度很重要，京东的发货速度令人非常满意。快递的服务态度也非常好，不像有些快递根本不打电话联系你，直接往传达室里一扔就完事了。拿到书后真的是让人出乎意料，外面是用纸箱包装，然后里面还用塑料泡膜包裹，非常严实，收货那天是下雨天，拆开看后，书籍完全没有收到下雨的影响，完好无损。书绝对是正版这个不用说了，在京东买东西，你完全不用担心质量问题。高尔基说过：“书，是人类进步的阶梯。”开卷者古来就有，有“五柳先生”那“不求甚解”读法的；也有朱光潜倡导的“字字推敲，咬文嚼字”读法的；更有王国维所谓的三种读书境界……但终归来看，开卷是有益的，因为开卷既是知识之源，又是古人之鉴，更是修养之法。其实读书有很多好处，就等有心人去慢慢发现。最大的好处你有属于自己的本领靠自己生存。

让你的生活过得更充实，学习到不同的东西。感受世界的不同。

不需要有生存的压力，毕竟都是有父母的负担。

虽然现在读书的压力很大，但请务必相信你是幸福的。

在我们国家还有很多孩子连最基本的教育都没办法享受的。

所以，你现在不需要总结，随着年龄的成长，你会明白的，还是有时间多学习一下。

古代的那些文人墨客，都有一个相同的爱好-----读书。书是人类进步的阶梯。读书是每个人都做过的事情，有许多人爱书如宝，手不释卷，因为一本好书可以影响一个人的一生。那么，读书有哪些好处呢？1.读书可以丰富我们的知识量。多读一些好书，能让我们了解许多科学知识。2.读书可以让我们拥有“千里眼”。俗话说的好“秀才不出门，便知天下事。”“运筹帷幄，决胜千里。”多读一些书，能通古今，通四方，很多事都可以未卜先知。3.读书可以让我们励志。读一些有关历史的书籍，可以激起我们的爱国热情。4.读书能提高我们的写作水平。读一些有关写作方面的书籍，能使我们改正作文中的一些不足，从而提高了我们的习作水平。读书的好处还有一点，就是为我们以后的生活做准备。读书的好处很多。

读书养性，读书可以陶冶自己的性情，使自己温文尔雅，具有书卷气；读书破万卷，下笔如有神，多读书可以提高写作能力，写文章就才思敏捷；旧书不厌百回读，熟读深思子自知，读书可以提高理解能力，只要熟读深思，你就可以知道其中的道理了；读书可以使自己的知识得到积累，君子学以聚之。总之，爱好读书是好事。让我们都来读书吧。

"[SM]在书店看上了这本书一直想买可惜太贵又不打折，回家决定上京东看看，果然有折扣。毫不犹豫的买下了，京东速度果然非常快的，从配货到送货也很具体，快递非常好，很快收到书了。书的包装非常好，没有拆开过，非常新，可以说无论自己阅读家人阅读，收藏还是送人都特别有面子的说，特别精美；各种十分美好虽然看着书本看着相对简单，但也不遑多让，塑封都很完整封面和封底的设计、绘图都十分好画让我觉得十分细腻具有收藏价值。书的封套非常精致推荐大家购买。
打开书本，书装帧精美，纸张很干净，文字排版看起来非常舒服非常的惊喜，让人看得欲罢不能，每每捧起这本书的时候
似乎能够感觉到作者毫无保留的把作品呈现在我面前。
作业深入浅出的写作手法能让本人犹如身临其境一般，好似一杯美式咖啡，看似快餐，其实值得回味
无论男女老少，第一印象最重要。”从你留给别人的第一印象中，就可以让别人看出你是什么样的人。所以多读书可以让你感觉你知书答礼，颇有风度。
多读书，可以让你多增加一些课外知识。培根先生说过：“知识就是力量。”不错，多读书，增长了课外知识，可以让你感到浑身充满了一股力量。这种力量可以激励着你不断地前进，不断地成长。从书中，你往往可以发现自己身上的不足之处，使你不断地改正错误，摆正自己前进的方向。所以，书也是我们的良师益友。
多读书，可以让你变聪明，变得有智慧去战胜对手。书让你变得更聪明，你就可以勇敢地面对困难。让你用自己的方法来解决这个问题。这样，你又向你自己的人生道路上迈出了一步。
多读书，也能使你的心情便得快乐。读书也是一种休闲，一种娱乐的方式。读书可以调节身体的血管流动，使你身心健康。所以在书的海洋里遨游也是一种无限快乐的事情。
用读书来为自己放松心情也是一种十分明智的。
读书能陶冶人的情操，给人知识和智慧。所以，我们应该多读书，为我们以后的人生道路打下好的、扎实的基础！读书养性，读书可以陶冶自己的性情，使自己温文尔雅，具有书卷气；读书破万卷，下笔如有神，多读书可以提高写作能力，写文章就才思敏捷；旧书不厌百回读，熟读深思子自知，读书可以提高理解能力，只要熟读深思，你就可以知道其中的道理了；读书可以使自己的知识得到积累，君子学以聚之。总之，爱好读书是好事。让我们都来读书吧。其实读书有很多好处,就等有心人去慢慢发现。
最大的好处是可以让你有属于自己的本领靠自己生存。
最后在好评一下京东客服服务态度好，送货相当快,包装仔细！这个也值得赞美下
希望京东这样保持下去，越做越好 [QY]"

写的的书都写得很好，还是朋友推荐我看的，后来就非非常喜欢，他的书了。除了他的书，我和我家小孩还喜欢看郑渊洁、杨红樱、黄晓阳、小桥老树、王永杰、杨其铎，他们的书我觉得都写得很好。3益智手工兵器大观·尼米兹级核动力航空母舰（附精美学习手册），很值得看，价格也非常便宜，比实体店买便宜好多还省车费。书的内容直得一读1.无需剪刀和胶水，拼插方法简便2.无毒无味，绝对环保安全3.拼插结构设计巧妙，成品形象逼真、精美4.附赠精美学习手册，边玩边学5.内附拼装步骤图，简明易懂6.通过完成拼图体验自己动手的拼装乐趣，充满无穷的快乐与成就感，阅读了一下，写得很好，本套丛书是一款益智手工拼图产品，共5种，分别为兵器类和建筑类。它是一种三维立体手工拼图，曾获国际礼品博览会金奖，被誉为加拿大国宝级智力产品。它是在平面拼图的基础上，采用计算机立体辅助设计，将无毒无味泡沫板与所拼图片利用环保胶水粘合在一起制成插件，通过插件的插口数字对接拼插，无需剪刀和胶水，成品可长期保存，可做装饰家居、馈赠亲友、点缀生活之用。本产品附赠精美学习手册，可在动手动脑之余学习知识，一书多用。3益智手工风靡海外多年，畅销欧美、日韩。其涉猎的内容较为广泛，品种多样、形象逼真、拼插巧妙、印制精良，集娱乐、学习、欣赏于

一体，既是爸爸妈妈最爱的亲子益智互动游戏，又是上班族最好的动手健脑的手工产品，其面世后亦深受少年儿童及手工爱好者的喜爱。3益智手工的十大功能1. 培养独立解决问题的能力2. 了解部分与整体的关系3. 建立顺序、秩序与立体组合的概念4. 培养组织归纳与逻辑思维的能力5. 训练精细动作，增进手眼脑协调发展6. 培养观察力、耐心与专注力7. 提升忍受挫折的耐力8. 建立自信心，体验成就感9. 培养空间思维能力，激发空间想象力10. 均衡左右脑开发，提高视觉记忆力，内容也很丰富。，一本书多读几次，。快递送货也很快。还送货上楼。非常好。3益智手工兵器大观·尼米兹级核动力航空母舰（附精美学习手册），超值。买书就来京东商城。价格还比别家便宜，还免邮费不错，速度还真是快而且都是正版书。1.无需剪刀和胶水，拼插方法简便2.无毒无味，绝对环保安全3.拼插结构设计巧妙，成品形象逼真、精美4.附赠精美学习手册，边玩边学5.内附拼装步骤图，简明易懂6. 通过完成拼图体验自己动手的拼装乐趣，充满无穷的快乐与成就感，买回来觉得还是非常值的。我喜欢看书，喜欢看各种各样的书，看的很杂，文学名著，流行小说都看，只要作者的文笔不是太差，总能让我从头到脚看完整本书。只不过很多时候是当成故事来看，看完了感叹一番也就丢下了。所在来这里买书是非常明智的

在书店看上了这本书一直想买可惜太贵又不打折，回家决定上京东看看，果然有折扣。毫不犹豫的买下了，京东速度果然非常快的，从配货到送货也很具体，快递非常好，很快收到书了。书的包装非常好，没有拆开过，非常新，可以说无论自己阅读家人阅读，收藏还是送人都特别有面子的说，特别精美；各种十分美好虽然看着书本看着相对简单，但也不遑多让，塑封都很完整封面和封底的设计、绘图都十分好画让我觉得十分细腻具有收藏价值。书的封套非常精致推荐大家购买。

打开书本，书装帧精美，纸张很干净，文字排版看起来非常舒服非常的惊喜，让人看得欲罢不能，每每捧起这本书的时候

似乎能够感觉到作者毫无保留的把作品呈现在我面前。

作业深入浅出的写作手法能让本人犹如身临其境一般，好似一杯美式咖啡，看似快餐，其实值得回味

无论男女老少，第一印象最重要。”从你留给别人的第一印象中，就可以让别人看出你是什么样的人。所以多读书可以让你感觉你知书答礼，颇有风度。

多读书，可以让你多增加一些课外知识。培根先生说过：“知识就是力量。”不错，多读书，增长了课外知识，可以让你感到浑身充满了一股力量。这种力量可以激励着你不断地前进，不断地成长。从书中，你往往可以发现自己身上的不足之处，使你不断地改正错误，摆正自己前进的方向。所以，书也是我们的良师益友。

多读书，可以让你变聪明，变得有智慧去战胜对手。书让你变得更聪明，你就可以勇敢地面对困难。让你用自己的方法来解决这个问题。这样，你又向你自己的人生道路上迈出了一步。

多读书，也能使你的心情便得快乐。读书也是一种休闲，一种娱乐的方式。读书可以调节身体的血管流动，使你身心健康。所以在书的海洋里遨游也是一种无限快乐的事情。

用读书来为自己放松心情也是一种十分明智的。

读书能陶冶人的情操，给人知识和智慧。所以，我们应该多读书，为我们以后的人生道路打下好的、扎实的基础！读书养性，读书可以陶冶自己的性情，使自己温文尔雅，具有书卷气；读书破万卷，下笔如有神，多读书可以提高写作能力，写文章就才思敏捷；旧书不厌百回读，熟读深思子自知，读书可以提高理解能力，只要熟读深思，你就可以知道其中的道理了；读书可以使自己的知识得到积累，君子学以聚之。总之，爱好读书是好事。让我们都来读书吧。其实读书有很多好处,就等有心人去慢慢发现.

最大的好处是可以让你有属于自己的本领靠自己生存。

最后在好评一下京东客服服务态度好，送货相当快,包装仔细！这个也值得赞美下

希望京东这样保持下去，越做越好

看到这本书的名字，我想很多人一定会和我有一致的看法。

“成功就靠这点破英语”，这样的标示不比“超级成功学”这样的心灵鸡汤号召力来得弱，但是却没有落伍的形而上学那般虚无缥缈。

不得不承认英语在现在社会的地位，它是一个看得见摸得着的制胜武器，靠英语成就自己的人不胜枚举，这样的成功复制法实实在在，有血有肉。

如果这本书畅销，我们不会觉得奇怪，因为它正中很多人的下怀。这个社会的浮躁之风由来已久，没有主流思想的遏制，导致浮躁之人愈加浮躁。

只靠一本书，就能赢天下么？

我们对于任何一本畅销书的宣传语都要清醒理智地看待，也许你因为它而热血沸腾一时冲动，但是冷静下来你要清醒地面对，即便再经典的著作，我们都需要根据自己的情况，取其精华去其糟粕。

把这些问题都想清楚，那么不得不说，除了映衬表面的那些浮躁之气，我在这本书里也看到了很多很多。

如果说在学英语的人中有两个极端，有一类人基础雄厚，脑子里的单词车载斗量，就是无法开口；还有一类人基本上搞不清楚语法，会的那几个复杂词汇屈指可数，但是就是能随时随地和老外谈笑风生。

那么以我的角度看，英语六级虽然没有过600，不过肯定也是脱离英语小白菜的行列了，那么完全有能力综合两类人的长处。显然，我认为先具备第二类人的能力是最划算的。这也是这本书讲述最核心有价值的东西。

我觉得，作者这种用最少的的时间取得最明显效果的抓重点思想是最值得借鉴的。无论是看美剧，模仿发音，还是选择地道有亮点的句式，精中选精，都能够让我们迅速看到进步的成果，可以说是一种非常市场化的包装手段。这是对每个在英语学习道路上奋斗的筒子们最大的鼓舞。那么在此基础上再扩充自己的储备，很显然会事半功倍。

笑傲江湖里的华山派的剑宗和气宗之争，是一个很有意思的辩题，那么显然是剑宗赢了，不管道理上是否经得起推敲。

我觉得英语也是这样，先把剑招练得出神入化，已经可以击退一大把敌人了，毕竟我们不需要和那么多绝顶高手拼个你死我活。然后苦练内功，你会发现早已经走在同辈的前列了，别人只有望你项背的份儿。成功是摆在那的，不过要等待你揭开浮躁的面纱。

网上有很多免费的杂志，实际生活中是需要买的，多看，审美自然提高了，

发货及物流超快，第二天到货今天我在网上买的几本书送到了。取书的时候，忽然想起一家小书店，就在我们大院对面的街上，以前我常去，书店的名字毫无记忆，但店里的老板娘我很熟，每次需要什么书都先给她打电话说好，晚上散步再去取。我们像朋友一样聊天，她还时常替读者找我签名。可是，自从学会从网上购书后，我再也没去过她那里了，今天忽然想起她，晚上散步到她那里，她要我教她在网上买书，这就是帮她在京东上买了这本书。好了，废话不说。书不错 还送光碟 就是快递不给力 太慢了 但还行 好期待的书

可来了好了，我现在来说说这本书的观感吧，一个人重要的是找到自己的腔调，不论说话还是写字。腔调一旦确立，就好比打架有了块趁手的板砖，怎么使怎么顺手，怎么拍怎么有劲，顺带着身体姿态也挥洒自如，打架简直成了舞蹈，兼有了美感和韵味。要论到写字，腔调甚至先于主题，它是一个人特有的形式，或者工具；不这么说，不这么写，就会别扭；工欲善其事，必先利其器，腔调有时候就是“器”，有时候又是“事”，对一篇文章或者一本书来说，器就是事，事就是器。这本书，的确是用他特有的腔调表达了对“腔调”本身的赞美。京东商城图书频道提供丰富的图书产品,种类包括小说、文学、传记、艺术、少儿、经济、管理、生活等图书的网上销售,为您提供最佳的购书体验。网购上京东,省钱又放心!在网上购物,动辄就要十多元的运费,往往是令许多网购消费者和商家踌躇于网购及销售的成本。就在买方卖方都在考虑成本的同时,京东做了一个表率性的举动。只要达到某个会员级别,不分品类实行全场免运费。这是一个太棒的举动了,支持京东。好了,现在给大家介绍两本好书:《婚姻是女人一辈子的事》简介:最实用剩女出嫁实战手册、婚女幸福宝典;婚姻不是最终归宿,幸福的婚姻才是

真正的目的；内地首席励志作家陆琪

首部情感励志力作；研究男女情感问题数年，陆琪首本情感婚姻励志作品。作者作为怀揣女权主义的男人，毫无保留地剖析男人的弱点，告诉女人应该如何分辨男人的爱情，如何掌控男人，如何获得婚姻的幸福。事实上，男人和女人是两种完全不同的动物，用女人的思考方式，永远也了解不透男人。所以陆琪以男性背叛者的角度，深刻地挖掘男人最深层的情感态度和婚姻方式，让女人能够有的放矢、知己知彼，不再成为情感掌控的弱者。二、《正能量（实践版）》——将“正能量”真正实践应用的第一本书！心理自助全球第一品牌书！销量突破600万册！“世界级的演讲家和激励大师”韦恩·戴尔，为我们带来了这本世界级的心理学巨作！他在韦恩州立大学获得过教育咨询博士学位，曾任纽约圣约翰大学教授，是自我实现领域的国际知名作家和演讲家。他出版过28本畅销书，制作了许多广播节目和电视录像，而且在数千个电视和广播节目中做过嘉宾访谈。

我看了这本书籍很好，有不错的感想。认真学习了这本书，给我几个感受

①多向互动，形式多样.互动的课堂，一定的活动的课堂，生活的课堂。互动的条件：平等、自由、宽松、和谐。互动的类型师生互动、生生互动、小组互动、文本互动、习题互动、评价互动。互动的形式：问题质疑、成果展示、心得交流、小组讨论、合作学习、疑难解析、观点验证、问题综述。

②民主平等是指在学术面前人人平等，在知识面前人人平等。不因家庭背景、地区差异而歧视，不因成绩落后、学习困难遭冷落。民主的核心是遵照大多数人的意志而行事，教学民主的核心就是发展、提高多数人。可是总有人把眼睛盯在几个尖子学生身上，有意无意地忽视多数学生的存在。“抓两头带中间”就是典型的做法。但结果往往是抓“两头”变成抓“一头”，“带中间”变成“丢中间”。教学民主最好的体现是以能者为师，教学相长。信息时代的特征，能者未必一定是教师，未必一定是“好”学生。在特定领域，特定环节上，有兴趣占有知识高地的学生可以为同学“师”，甚至为教师“师”。在教学中发现不足，补充知识、改善教法、提高效益，亦可谓“教学相长”。

③我们的教师为了控制课堂，总担心秩序失控而严格纪律，导致紧张有余而轻松不足。轻松的氛围，使学生没有思想顾忌，没有思想负担，提问可以自由发言，讨论可以畅所欲言，回答不用担心受怕，辩论不用针锋相对。同学们的任何猜想、幻想、设想都受到尊重、都尽可能让他们自己做解释，在聆听中交流想法、沟通中达成共识。

④关系和谐，才能有轻松愉快；关系融洽，才能够民主平等。生生和谐、师生和谐、环境和谐、氛围和谐，都需要教师的大度、风度与气度。与同行斤斤计较，对学生寸步不让，艰难有和谐的课堂。和谐的关键在于善待“差生”，宽容“差生”。

⑤教学生抓重点.教学难免有意外，课堂难免有突变，应对教学意外、课堂突变的本领，就是我们通常说的驾驭课堂、驾驭学生的能力。对教师来说，让意外干扰教学、影响教学是无能，把意外变成生成，促进教学、改进教学是艺术。生成相对于教学预设而言，分有意生成、无意生成两种类型；问题生成、疑问生成、答案生成、灵感生成、思维生成、模式生成六种形式。生成的重点在问题生成、灵感生成。教学机智显亮点.随机应变的才智与机敏，最能赢得学生钦佩和行赞叹的亮点。教学机智的类型分为教师教的机智、学生学的机智，师生互动的机智，学生探究的机智。机智常常表现在应对质疑的解答，面对难题的措施，发现问题的敏锐，解决问题的灵活。

教育智慧求妙点.从知识到能力，从情感到智慧，教育逐步进入它的最佳境界。教育智慧表现为对本

质的要求，对教育规律的把握，对教学艺术的领悟，对教学特色的追求。

正版书籍，价格实惠，送货快，满意！

读书可以使自己的知识得到积累，君子学以聚之。总之，爱好读书是好事。让我们都来

读书吧。其实读书有很多好处,就等有心人去慢慢发现。最大的好处是可以让你有属于自己的本领靠自己生存。让你的生活过得更充实,学习到不同的东西。高尔基先生说过:“书籍是人类进步的阶梯。”书还能带给你许多重要的好处。

多读书,可以让你觉得有许多的写作灵感。可以让你在写作文的方法上用的更好。在写作的时候,我们往往可以运用一些书中的好词好句和生活哲理。让别人觉得你更富有文采,美感。

多读书,可以让你全身都有礼节。俗话说:“第一印象最重要。”从你留给别人的第一印象中,就可以让别人看出你是什么样的人。所以多读书可以让人感觉你知书答礼,颇有风度。

多读书,可以让你多增加一些课外知识。培根先生说过:“知识就是力量。”不错,多读书,增长了课外知识,可以让你感到浑身充满了一股力量。这种力量可以激励着你不断地前进,不断地成长。从书中,你往往可以发现自己身上的不足之处,使你不断地改正错误,摆正自己前进的方向。所以,书也是我们的良师益友。

多读书,可以让你变聪明,变得有智慧去战胜对手。书让你变得更聪明,你就可以勇敢地面对困难。让你用自己的方法来解决这个问题。这样,你又向你自己的人生道路上迈出了一步。

多读书,也能使你的心情便得快乐。读书也是一种休闲,一种娱乐的方式。读书可以调节身体的血管流动,使你身心健康。所以在书的海洋里遨游也是一种无限快乐的事情。用读书来为自己放松心情也是一种十分明智的。

读书能陶冶人的情操,给人知识和智慧。所以,我们应该多读书,为我们以后的人生道路打下好的、扎实的基础!读书养性,读书可以陶冶自己的性情,使自己温文尔雅,具有书卷气;读书破万卷,下笔如有神,多读书可以提高写作能力,写文章就才思敏捷;旧书不厌百回读,熟读深思子自知,读书可以提高理解能力,只要熟读深思,你就可以知道其中的道理了;感受世界的不同。

不需要有生存的压力,毕竟都是有父母的负担。

虽然现在读书的压力很大,但请务必相信你是幸福的。

在我们国家还有很多孩子连最基本的教育都没办法享受的。

所以,你现在不需要总结,随着年龄的成长,你会明白的,还是有时间多学习一下。

古代的那些文人墨客,都有一个相同的爱好-

读书.书是人类进步的阶梯.读书是每个人都做过的事情,有许多人爱书如宝,手不释卷,因为一本好书可以影响一个人的一生.读一些有关写作方面的书籍,能使我们改正作文中的一些不足,从而提高了我们的习作水平.读书的好处还有一点,就是为我们以后的生活做准备.那么,读书有哪些好处呢?1读书可以丰富我们的知识量.多读一些好书,能让我们了解许多科学知识

-
- 5、听说入秋了,曾经那么喜欢霜林染醉的天气。如今却不想,听到一点儿关于秋的消息。那是因为,我怕老去。我们都不是岁月的勇者,付不起失去光阴的代价。多想风雨无惧地走下去,在白发苍颜之时,还有一颗明净若秋水长天的心。那么就珍惜,尘世种种的爱,让每一天,都安宁如水,慈悲简静。
- 6、开间茶馆吧。在某个临水的地方,不招摇,不繁闹。有一些古旧,一些单薄,生意冷清,甚至被人遗忘,这些都不重要。只要还有那么,那么一个客人。在午后慵懒的阳光下,将一盏茶,喝到无味;将一首歌,听到无韵;将一本书,读到无字;将一个人,爱到无心。
- 7、怎样的一场落叶匆匆,让死亡也这般地灿烂从容。都说韶光如梦,看惯了秋月春风,人生故事本相同,可终究,无法割舍一段美丽的相逢。往事就像一场无言的秋红,流水光阴也不过是梅花三弄。纵算水尽山穷,叶落成空,那老去的年华依旧可以风姿万种。纵算岁月朦胧,天涯西东,依然可以觅寻当年遗落的影踪。
- 8、一个人,一本书,一杯茶,一帘梦。有时候,寂寞是这样叫人心动,也只有此刻,世事才会如此波澜不惊。凉风吹起书页,这烟雨,让尘封在书卷里的词章和故事,弥漫着潮湿的气息。独倚幽窗,看转角处的青石小巷,一柄久违的油纸伞,遮住了低过屋檐

的光阴。

9、窗外的莲褪去洁白的荷衣，葬于疏淡的冷月下。仿佛早告诉我，每一场盛宴散去，都是红尘梦醒。

10、真正的平静，不是避开车马喧嚣，而是在心中修篱种菊。尽管如流往事，每一天都涛声依旧，只要我们消除执念，便可寂静安然。愿每个人，在纷呈世相中不会迷失荒径，可以端坐磐石上，醉倒落花前。

11、世事早已擦肩而过，我们又何必反复追忆，反复提起。是时候和昨天告别了，忘记一切，也原谅一切。是真的忘记，做到心平气和，在安稳的现世里，循规蹈矩的过日子。不再追求虚浮的奢华，不再喜好俏丽的颜色，不再渴望热烈的爱情。只愿在简约的四季里，穿粗布素衣，和某个平淡的人，一同老去，相约白头。

帮朋友买的，应该是正版吧，好评! 书不错 我是说给懂得专业的人听得

毕竟是小范围交流

挺好，粘合部分不是太好，纸质还是不错的，质量好，封装还可以。虽然价格比在书店看到的便宜了很多，质量有预期的好，书挺好！之前老师说要买 但是是自愿的没买

等到后来说要背 找了很多家书店网上书店都没有 就上京东看看 没想到被找到了

我是从2011年8月开始网络购书的，算起来快5年了。师傅是我的女友“好梦”，她是个样样时尚都能搞懂的女子，若干年前我看她拿了一摞书在付款，才知道还有这等方便之事：网上选书，书到付款。于是赶紧回家登录京东书城，挑选，下单。果然，很快书就送到了。从那时起到现在，我不知在京东下了多少订单，四五十次应该有了吧，因为我早已是VIP钻石用户啦。好了，废话不多说。我喜欢看这类书，只要你成为公司的资产，而不是公司的负累，就是声音最大的职员。每个职员在公司内都有属于他本人的一部账簿，一旦有赤字出现，就要注意自己的地位，自己是否会有动摇的可能。多拿雇主的薪金不要紧。所谓食君之禄，担君之忧。问题只在于你能担的忧是否可以平衡你食的俸禄。除了在业务上产生真金白银的进账，是对你本身物有所值的铁证之外，还有别的贡献是可以消弭雇主对你过分高薪的疑虑的。那就是要勤力，把工作的时间延长，这很重要。一个职员可以容纳大量的工作，应付长时间的服务，相比之下，就等于价廉物美。我差不多可以肯定的告诉你，没有老板不是斤斤计较的人，你必须让他在你的个人数簿上，有可见的盈利，才最安全。[京东商城图书频道提供丰富的图书产品,种类包括小说、文学、传记、艺术、少儿、经济、管理、生活等图书的网上销售,为您提供最佳的购书体验。网购上京东,省钱又放心!在网上购物，动辄就要十多元的运费，往往是令许多网购消费者和商家踌躇于网购及销售的成本。就在买方卖方都在考虑成本的同时，京东做了一个表率性的举动。只要达到某个会员级别，不分品类实行全场免运费。这是一个太摔的举动了，支持京东。给大家介绍本好书《小时代3.0：刺金时代》内容简介《小时代3.0：刺金时代》是郭敬明的第五部长篇小说，于2007年11月开始在《最小说》上独家连载，获得读者们空前热烈的追捧，各大媒体的相关讨论和争议也层出不穷，一场火爆的《小时代3.0：刺金时代》风潮由此掀起。郭敬明在《小时代3.0：刺金时代》的创作中，又一次展现了对多种文字风格的完美驾驭能力。他以全新的叙事风格和敏感而细微的笔触，将当代青少年、大学生、都市白领的生活和情感故事集中、加工、娓娓道来，从小角度展现了作者对整个社会的观察和思考。这部长篇系列正式开始前，郭敬明曾许诺将要连续创作五年，而在五年终结之际，《小时代3.0：刺金时代》系列将如约迎来它辉煌的谢幕。林萧、简溪、顾源、顾里、南湘、唐宛如……五年间，他们已然成为陪伴读者们度过青春时期的伙伴，他们仿佛活生生地站在读者身边，呼吸着，微笑着，与每一个人共同欢乐，共同哭泣。故事有终结的一天，然而人物却能跃出故事，在读者心中长长久久地鲜活下去，从这个意义上来讲，《小时代3.0：刺金时代》是每一个读者的小时代，它永远也不会完结。

町原写的的书都写得很好，[]还是朋友推荐我看的，后来就非非常喜欢，他的书了。除

了他的书，我和我家小孩还喜欢看郑渊洁、杨红樱、黄晓阳、小桥老树、王永杰、杨其铎、晓玲叮当、方洲，他们的书我觉得都写得很好。寻找当下最美的自己，很值得看，价格也非常便宜，比实体店买便宜好多还省车费。书的内容直得一读在不完美的世界里，如何寻找完美的自己，让漂泊迷茫的心靠岸休憩在云雾缭绕的白雾寺中，和胖、瘦和尚们一起做短暂的心灵修行之旅，把心安住，反求诸己，随缘修行。在遇到困苦时，我们要随着缘分去爱、恨，去享受快乐和承担痛苦，不要去抗拒它们。幸福就是活在当下，不畏将来，不念过去，随时随地都可以转身、放下，豁达地生活。寻找当下最美的自己是一本与圣严法师、星云大师、张德芬等共同探究身心灵成长秘密的图文全彩的心灵禅修书！，阅读了一下，写得很好，众生如漏船，若不修缮，很难到达完美的彼岸。如何让漂泊迷茫的心靠岸把心安住，反求诸己，随缘修行，才能找到世上另一个最自在最完美的自己。作品以作者在寺庙的禅修经历为主，通过老和尚和他的胖、瘦两位弟子的故事，来阐释普通人家家庭、工作、人生、梦想等方面的困惑和感悟，常常穿插作者自己的人生经历，让人感同身受，于平实的故事中发现自己的不足，努力改正自己，寻找到最美的自己。具有很强的哲理性 and 励志性。，内容也很丰富。幸福就是活在当下，过去的不再想，明天的不再愁，随时随地都可以转身、放下，豁达地生活。——延参法师生命的意义只能从当下去寻找。逝者已矣，来者不可追，如果我们不反求当下，就永远接触不到生命的脉动。——行禅师过去、未来都是虚幻的。活在当下、把握当下最重要。我要把握我现在的生命、现在的环境，负责任，尽义务，也就是站在自己的立场，把握当下。这样的话，我是非常积极的，不会空虚，不会落空，也不会失望。——圣严法师随缘不是要人消极、悲观，不是要人毫不在乎、随便放弃，也不是不思进取、退避三舍。它其实是一种很达观的生命态度。是要你依照自己现有的能力，不急躁、不抱怨、不强求、不逃避，好好地活在当下。——星云大师我放下了，不再追寻，不再盼望，而是愿意在当下和自己诸多的不完美、内在的各种阴影、各种负面的情绪和念头好好相处。放下一切的期盼之后，我开始享受生活的简单和单纯，和大自然相处，和宠物相处。有的时候就会不知不觉地开始傻乐，就是没有任何缘由地，感到当下无事的那种自在和幸福。——张德芬，一本书多读几次，。快递送货也很快。还送货上楼。非常好。寻找当下最美的自己，超值。买书就来京东商城。价格还比别家便宜，还免邮费不错，速度还真是快而且都是正版书。在不完美的世界里，如何寻找完美的自己，让漂泊迷

很好

下次在来今天家里没有牛奶了，我和妈妈晚上便去门口的苏果便利买了一箱牛奶和一点饮料。刚好，苏果便利有一台电脑坏了，于是便开启了另外一台电脑。因为开电脑和调试的时间，队伍越排越长。过了5,6分钟，有一个阿姨突然提出把键盘换了，这样就能刷卡了。我妈妈就在旁边讲了一句：“键盘不能热插拔，必须要重启。”那个阿姨好像没听见，还在坚持己见。我提出：“妈妈，我们不要在这家店卖了吧！又不是在其他地方买不到。”妈妈看了看队伍，同意了。我们把东西一放，就去了另一家百货。我提出要换另一家店不是只因为这队伍太长，还有店员素质之差。你布置了两台电脑，那你随时都要准备好换一台电脑呀，你现在让人的感觉就是你只有一台电脑能用，那一台就好像是摆设，没有一点用。我气愤不过跟妈妈说“我们去网上买吧”这样就来京东了，看到了这本书就顺便买了。宝贝非常不错，和图片上描述的完全吻合，丝毫不差，无论色泽还是哪些方面，都十分让我觉得应该称赞较好，完美！

书是正品，很不错！速度也快，绝对的好评，下次还来京东，因为看到一句话

女人可以不买漂亮衣服不买奢侈的化妆品但不能不看书，买了几本书都很好

值得看。好了，我现在来说说这本书的观感吧，网络文学融入主流文学之难，在于文学批评家的缺席，在于衡量标准的混乱，很长一段时间，文学批评家对网络文学集体失语，直到最近一两年来，诸多活跃于文学批评领域的评论家，才开始着手建立网络文学的评价体系，很难得的是，他们迅速掌握了网络文学的魅力内核，并对网络文学给予了高度评价、寄予了很深的厚望。随着网络文学理论体系的建立，以及网络文学在创作水准上的不断提高，网络文学成为主流文学中的主流已是清晰可见的事情，下一届的“五个一工程奖”，我们期待看到更多网络文学作品的入选。据说，2011年8月24日，京东与支付宝合作到期。官方公告显示，京东商城已经全面停用支付宝，除了无法使用支付服

务外，使用支付宝账号登录的功能也一并被停用。京东商城创始人刘先生5月份曾表示京东弃用支付宝原因是支付宝的费率太贵，为快钱等公司的4倍。在弃支付宝而去之后，京东商城转投银联怀抱。这点我很喜欢，因为支付宝我从来就不用，用起来也很麻烦的。好了，现在给大家介绍两本好书：被美国学界誉为“思想巨匠”和“最具前瞻性的管理思想家”的史蒂芬·柯维博士，他的集大成之作《高效能人士的七个习惯》已成为中国企事业单位和政府机关必备的最经典、最著名的一部培训教材；在美国乃至全世界，史蒂芬·柯维的思想和成就，与拿破仑·希尔、戴尔·卡耐基比肩。《高效能人士的7个习惯（20周年纪念版）》在每一章最后增加了一个“付诸行动”版块，精选柯维培训课程中的实践训练习题，以帮助读者加深对“七个习惯”的理解和掌握，使“七个习惯”成为属于每个人自己的行动指南，价值堪比18000元的柯维现场培训课。史蒂芬·柯维被美国《时代周刊》评为“20世纪影响美国历史进程的25位人物”之一，他是前总统克林顿倚重的顾问，《财富》杂志100强中的90%和500强中的75%的企业是他的直接受教者，AT&T、通用电子、全禄、可口可乐等大公司的高级主管都是他的学生，李开复等中国顶尖的企业家和管理者也深受其思想的启发。每年，来自全球的个人、家庭、企业、教育界及政府领导者的受教生更是高达百万人之多。东东枪和地下天鹅绒是两位在博客、微博、专栏里都非常受读者喜爱的作家，两人思维跳跃，观点奇特新颖，对待感情，他们也细细琢磨，也插科打诨。同在滚滚红尘中摸爬滚打，两位勇士将他们对两性情感的所感所悟——精彩呈现，得此《鸳鸯谱》，闪着智慧幽默的光。鸳鸯谱，靠谱。

非常好的一本书，京东配送也不错！读书是一种提升自我的艺术。“玉不琢不成器，人不学不知道。一本书有一个故事，一个故事叙述一段人生，一段人生折射一个世界。”“读万卷书，行万里路”说的正是这个道理。读诗使人高雅，读史使人明智。读每一本书都会有不同的收获。“悬梁刺股”、“凿窗映雪”，自古以来，勤奋读书，提升自我是每一个人的毕生追求。读书是一种最优雅的素质，能塑造人的精神，升华人的思想。读书是一种充实人生的艺术。没有书的人生就像空心的竹子一样，空洞无物。书本是人生最大的财富。犹太人让孩子们亲吻涂有蜂蜜的书本，是为了让他们记住：书本是甜的，要让甜蜜充满人生就要读书。读书是一本人生最难得的存折，一点一滴地积累，你会发现自己是世界上最富有的人。

读书是一种感悟人生的艺术。读杜甫的诗使人感悟人生的辛酸，读李白的诗使人领悟官场的腐败，读鲁迅的文章使人认清社会的黑暗，读巴金的文章使人感到未来的希望。每一本书都是一个朋友，教会我们如何去看待人生。读书是人生的一门最不缺少的功课，阅读书籍，感悟人生，助我们走好人生的每一步。

书是灯，读书照亮了前面的路；书是桥，读书接通了彼此的岸；书是帆，读书推动了人生的船。读书是一门人生的艺术，因为读书，人生才更精彩！

读书，是好事；读大量的书，更值得称赞。

读书是一种享受生活的艺术。五柳先生“好读书，不求甚解，每有会意，便欣然忘食”

。当你枯燥烦闷，读书能使你心情愉悦；当你迷茫惆怅时，读书能平静你的心，让你看清前路；当你心情愉快时，读书能让你发现身边更多美好的事物，让你更加享受生活。读书是一种最美丽的享受。“书中自有黄金屋，书中自有颜如玉。”

一位叫亚克敦的英国人，他的书斋里杂乱的堆满了各科各类的图书，而且每本书上都有着手迹。读到这里是不是有一种敬佩之意油然而升。因为“有了书，就象鸟儿有了翅膀”吗！

然而，我们很容易忽略的是：有好书并不一定能读好书。正如这位亚克敦，虽然他零零碎碎地记住了不少知识，可当人家问他时，他总是七拉八扯说不清楚。这里的原因只有一个，那就是他不善于读书，而只会“依葫芦画瓢”。

朱熹说过：“读书之法，在循序渐进，熟读而精思。”

所谓“循序渐进”，就是学习、工作等按照一定的步骤逐渐深入或提高。也就是说我们并不要求书有几千甚至几万，根本的目的在于对自己的书要层层深入，点点掌握，关键还在于把握自己的读书速度。至于“熟读”，顾名思义，就是要把自己看过的书在看，在看，看的滚瓜烂熟，能活学活用。而“精思”则是“循序渐进”，“熟读”的必然

结果，也必然是读书的要诀。有了细致、精练的思索才能更高一层的理解书所要讲的道理!说了那么多，想说下京东商城给我的印象，价格还是可以的，而且都是正版的书，确实是我们这样爱书的人的天堂啊，呵呵!

寻找当下最美的自己和描述的一样，好评！上周周六，闲来无事，上午上了一个上午网，想起好久没买书了，似乎我买书有点上瘾，一段时间不逛书店就周身不爽，难道男人逛书店就象女人逛商场似的上瘾于是下楼吃了碗面，这段时间非常冷，还下这雨，到书店主要目的是买一大堆书，上次专程去买却被告知缺货，这次应该可以买到了吧。可是到一楼的查询处问，小姐却说昨天刚到的一批又卖完了！晕！为什么不多进点货，于是上京东挑选书。好了，废话不说。好了，我现在来说说这本书的观感吧，一个人重要的是找到自己的腔调，不论说话还是写字。腔调一旦确立，就好比打架有了块趁手的板砖，怎么使怎么顺手，怎么拍怎么有劲，顺带着身体姿态也挥洒自如，打架简直成了舞蹈，兼有了美感和韵味。要论到写字，腔调甚至先于主题，它是一个人特有的形式，或者工具不这么说，不这么写，就会别扭工欲善其事，必先利其器，腔调有时候就是器，有时候又是事，对一篇文章或者一本书来说，器就是事，事就是器。这本书，的确是用他特有的腔调表达了对腔调本身的赞美。|发货真是出乎意料的快，昨天下午订的货，第二天一早就收到了，赞一个，书质量很好，正版。独立包装，每一本有购物清单，让人放心。帮人家买的书，周五买的书，周日就收到了，快递很好也很快，包装很完整，跟同学一起买的两本，我们都很喜欢，谢谢！了解京东2013年3月30日晚间，京东商城正式将原域名360更换为，并同步推出名为的吉祥物形象，其首页也进行了一定程度改版。此外，用户在输入域名后，网页也自动跳转至。对于更换域名，京东方面表示，相对于原域名360，新切换的域名更符合中国用户语言习惯，简洁明了，使全球消费者都可以方便快捷地访问京东。同时，作为京东二字的拼音首字母拼写，也更易于和京东品牌产生联想，有利于京东品牌形象的传播和提升。京东在进步，京东越做越大。|||好了，现在给大家介绍两本本好书谢谢你离开我是张小娴在想念后时隔两年推出的新散文集。从拿到文稿到把它送到读者面前，几个月的时间，欣喜与不舍交杂。这是张小娴最美的散文。美在每个充满灵性的文字，美在细细道来的倾诉话语。美在作者书写时真实饱满的情绪，更美在打动人心的厚重情感。从装帧到设计前所未有的突破，每个精致跳动的文字，不再只是黑白配，而是有了鲜艳的色彩，首次全彩印刷，法国著名唯美派插画大师，亲绘插图。|两年的等待加最美的文字，就是你面前这本最值得期待的新作。洗脑术怎样有逻辑地说服他人全球最高端隐秘的心理学课程，彻底改变你思维逻辑的头脑风暴。白宫智囊团、美国、全球十大上市公司总裁都在秘密学习！当今世界最高明的思想控制与精神绑架，政治、宗教、信仰给我们的终极启示。全球最

终于买到了

好大一本书，是正版!各种不错!只是插图太多，有占篇幅之嫌。故事很精彩，女儿很喜欢。书写的不错，能消除人的心瘾。目前已经戒烟第三天了，书拿到手挺有分量的，包装完好。还会继续来，一直就想买这本书，太谢谢京东了，发货神速，两天就到了，超给力的！5分！今天家里没有牛奶了，我和妈妈晚上便去门口的苏果便利买了一箱牛奶和一点饮料。刚好，苏果便利有一台电脑坏了，于是便开启了另外一台电脑。因为开电脑和调试的时间，队伍越排越长。过了5分钟，有一个阿姨突然提出把键盘换了，这样就能刷卡了。我妈妈就在旁边讲了一句：“键盘不能热插拔，必须要重启。”那个阿姨好像没听见，还在坚持己见。我提出：“妈妈，我们不要在这家店卖了吧！又不是在其他地方买不到。”妈妈看了看队伍，同意了。我们把东西一放，就去了另一家百货。我提出要换另一家店不是只因为这队伍太长，还有店员素质之差。你布置了两台电脑，那你随时都要准备好换一台电脑呀，你现在让人的感觉就是你只有一台电脑能用，那一台就好像是摆设，没有一点用。我气愤不过跟妈妈说“我们去网上买吧”这样就来京东了，看到了这本书就顺便买了。好了，我现在来说说这本书的观感吧，网络文学融入主流

文学之难，在于文学批评家的缺席，在于衡量标准的混乱，很长一段时间，文学批评家对网络文学集体失语，直到最近一两年来，诸多活跃于文学批评领域的评论家，才开始着手建立网络文学的评价体系，很难得的是，他们迅速掌握了网络文学的魅力内核，并对网络文学给予了高度评价、寄予了很深的厚望。随着网络文学理论体系的建立，以及网络文学在创作水准上的不断提高，网络文学成为主流文学中的主流已是清晰可见的事情，下一届的“五个一工程奖”，我们期待看到更多网络文学作品的入选。现在，京东域名正式更换为JDCOM。其中的“JD”是京东汉语拼音（JING DON|G）首字母组合。从此，您不用再特意记忆京东的域名，也无需先搜索再点击，只要在浏览器输入JD.COM，即可方便快捷地访问京东，实现轻松购物。名为“Joy”的京东吉祥物我很喜欢，TA承载着京东对我们的承诺和努力。狗以对主人忠诚而著称，同时也拥有正直的品行，和快捷的奔跑速度。太喜爱京东了。|给大家介绍本好书《我们如何走到这一步》自序：这些年，你过得怎么样我曾经想过，如果能时光穿梭，遇见从前的自己，是否可以和她做朋友。但我审慎地不敢发表意见。因为从前的自己是多么无知，这件事是很清楚的。就算怀着再复杂的爱去回望，没准儿也能气个半死，看着她在那条傻乎乎的路上跌跌撞撞前行，忍不住开口相劝，搞不好还会被她厌弃。你看天下的事情往往都是一厢情愿。当然我也忍住了各种吐槽，人总是要给自己留余地的，因为还有一种可能是，未来的自己回望现在，看见的还是一个人。好在现在不敢轻易放狠话了，所以总算显得比年轻的时候还有一分从容。但不管什么时候的你，都是你。这时间轴上反复上演的就是打怪兽的过程。过去困扰你的事情，现在已可轻易解决，但往往还有更大的boss在前面等你。“人怎么可能没有烦恼呢”——无论是你初中毕业的那个午后，或者多年后功成名就那一天，总有不同忧伤涌上心头：有些烦恼是钱可以解决的，而更伤悲的是有些烦恼是钱解决不了的。我们曾经在年少时想象的“等到什么什么的时候就一切都好起来了”根本就是个谬论。所以，只能咬着牙继续朝前走吧。

在蔡骏的精心构思之下，他笔下的诸多经典场景与人物悉数登场。随着主人公少年司望神秘的复仇行动展开，一宗宗悬而未决的案件逐一明朗，种种错综复杂的关系纠葛由此而生，人物的命运与人性的复杂交织成一首激荡的交响曲！《生死河》深入罪犯的精神世界，探索杀人犯罪的社会原因，揭示社会矛盾和黑暗现象。情节曲折，环环相扣，耐人寻味。在保留严密推理的基础上，重视挖掘案情发生的动机，追究犯罪的社会原因。《生死河》中激情澎湃的情节设置、严谨细密的解谜手法，充满忧患反思的作家良知以及对社会变迁的敏锐观察使得这部作品成为华语悬疑文学划时代性作品。“即使对世界感到绝望，所有人都抛弃了你，但还是要活着！因为最爱你的人说：你必须等待我长大！”这一悲伤的主题完美阐释了“大时代”里凄凉的“小命运”！人物的命运和人性的复杂，仿佛海上的冰山，慢慢浮现！这已经不是单纯的悬疑小说，而是一部展现广阔社会和复杂人性的文学作品！极具创意的故事构思，跨越前生今世的神秘凶案，再现波云诡谲的时代记忆

这次赶上京东满150返还50的促销活动，每一本书都包装的很完整，用塑料套子塑封好的，保证了书籍的整洁完整不破损，打开来看，印刷很清晰，一看就是正品书，没有错别字，而且字体印刷很大，排版也排的很合理，看着不伤眼睛，纸张质量也相当的好，总之，以低价来买一本质量好的正版书，绝对是上算的。多读书可以提高人的综合素养，多读书，可以让你多增加一些课外知识。古人云：书中自有黄金屋，书中自有颜如玉。古人读书的目的功利性比较强，现代人就不一定了，除了工作学习上的需要，给自己充充电占了一大部分，毕竟，人的一生很短，书中的东西很精彩，如果我们不能延展生命的长度，那么，就多少读一点书，来拓宽生命的宽度，好的书是人类的良师益友，多读书，可以使人变得更加聪明更加理性，遇到问题可以很好的独立解决，这样的话，又使得你在人生的道路上多漫出了一步，多读书，能使人的心情变得愉快起来，所以说，读书不但可以增长知识，而且还是一种娱乐的方式，读书可以调节身体的血管流动，使你身心健康。所以在书的海洋里遨游也是一种快乐的事情。用读书来为自己放松心情也是一种十分明智的。

读书能陶冶人的情操，给人知识和智慧。所以，作为一个人，应该在空闲时刻多读书，不管年龄大小，读书对人有好处，读书可以养性，可以陶冶自己的性情，使自己变得更

加温文尔雅，俗话说腹有诗书气自华，慢慢变得具有书卷气；读书破万卷，下笔如有神，多读书可以提高写作能力，写文章就才思敏捷；读书不厌百回读，熟读深思子自知，读书可以提高理解能力，只要熟读深思，反复阅读，你就可以知道其中的道理了。

性价比很高

书是正版的，之前有过担心滴。内容还行吧，尽管我没觉得有多充实。冲着是名人写的，书的质量还行就不挑剔了。卖家发货挺快的，第二天就收到了。书还是不错的，精装外壳，发货速度真心的快，评价晚了，书不错，应该再早点看的。推荐看，只是粗浅认识了一下，已经感觉到自己逻辑思维更加清晰。好书，受益匪浅，如果不好好研究一下此书，绝对是人生一大遗憾。这天女友打电话问我借本书，说她写作需要参考，我说我家没有，但我可以帮你找。我一边接电话一边就上网搜索，很快找到，立马告诉她网上京东有。她说我不会在网上买书啊。我嘲笑她一番，然后表示帮她买。很快就写好订单写好她的地址发出去了。果然第二天，书就送到她那儿了。她很高兴，我很得意。过了些日子，我自己又上网购书，但下订单后，左等右等不来。以前从来不超过一星期的。我正奇怪呢，刘静打电话来笑嘻嘻地说，哎，也不知道是谁，心眼儿那么好，又帮我订了好几本书，全是我想要的，太好了。我一听，连忙问她是哪几本？她一一说出书名，晕，那是我买的书啊。原来我下订单的时候，忘了把地址改过来，送到她那儿去了。这下可把她乐死了，把我先前对她的嘲笑全还给我了。不过京东送货确实很快。我和女友都很满意。好了，废话不说。|好了，我现在来说说这本书的观感吧，坐得冷板凳，耐得清寂夜，是为学之根本；独处不寂寞，游走自在乐，是为人之良质。潜心学问，风姿初显。喜爱独处，以窥视内心，反观自我；砥砺思想，磨砺意志。学与诗，文与思；青春之神思飞扬与学问之静寂孤独本是一种应该的、美好的平衡。在中国传统文人那里，诗人性情，学者本分，一脉相承久矣。现在讲究“术业有专攻”，分界逐渐明确，诗与学渐离渐远。此脉悬若一线，惜乎。我青年游历治学，晚年回首成书，记忆清新如初，景物历历如昨。挥发诗人情怀，摹写学者本分，意足矣，足已矣。现在，京东域名正式更换为JDCOM。其中的“JD”是京东汉语拼音（JING DON|G）首字母组合。从此，您不用再特意记忆京东的域名，也无需先搜索再点击，只要在浏览器输入JD.COM，即可方便快捷地访问京东，实现轻松购物。名为“Joy”的京东吉祥物我很喜欢，TA承载着京东对我们的承诺和努力。狗以对主人忠诚而著称，同时也拥有正直的品行，和快捷的奔跑速度。太喜爱京东了。|给大家介绍本好书《我们如何走到这一步》自序：这些年，你过得怎么样我曾经想过，如果能时光穿梭，遇见从前的自己，是否可以和她做朋友。但我审慎地不敢发表意见。因为从前的自己是多么无知，这件事是很清楚的。就算怀着再复杂的爱去回望，没准儿也能气个半死，看着她在那条傻乎乎的路上跌跌撞撞前行，忍不住开口相劝，搞不好还会被她厌弃。

[ZZ]写的的书都写得很好，[sm]还是朋友推荐我看的，后来就非非常喜欢，他的书了。除了他的书，我和我家小孩还喜欢看郑渊洁、杨红樱、黄晓阳、小桥老树、王永杰、杨其铎、晓玲叮当、方洲，他们的书我觉得都写得很好。[SM]，很值得看，价格也非常便宜，比实体店买便宜好多还省车费。

书的内容直得一读[BJTJ]，阅读了一下，写得很好，[NRJJ]，内容也很丰富。[QY]，一本书多读几次，[SZ]。快递送货也很快。还送货上楼。非常好。[SM]，超值。买书就来京东商城。价格还比别家便宜，还免邮费不错，速度还真是快而且都是正版书。[BJTJ]，买回来觉得还是非常值的。我喜欢看书，喜欢看各种各样的书，看的很杂，文学名著，流行小说都看，只要作者的文笔不是太差，总能让我从头到脚看完整本书。只不过很多时候是当成故事来看，看完了感叹一番也就丢下了。所在来这里买书是非常明智的。然而，目前社会上还有许多人被一些价值不大的东西所束缚，却自得其乐，还觉得很满足。经过几百年的探索和发展，人们对物质需求已不再迫切，但对于精神自由的需求却无端被抹杀了。总之，我认为现代人最缺乏的就是一种开阔进

取，寻找最大自由的精神。

中国人讲“虚实相生，天人合一”的思想，“于空寂处见流行，于流行处见空寂”，从而获得对于“道”的体悟，“唯道集虚”。这在传统的艺术中得到了充分的体现，因此中国古代的绘画，提倡“留白”、“布白”，用空白来表现丰富多彩的想象空间和广博深广的人生意味，体现了包纳万物、吞吐一切的胸襟和情怀。让我得到了一种生活情趣和审美方式，伴着笔墨的清香，细细体味，那自由孤寂的灵魂，高尚清真的人格魅力，在寻求美的道路上指引着我，让我抛弃浮躁的世俗，向美学丛林的深处迈进。合上书，闭上眼，书的余香犹存，而我脑海里浮现的，是一个“皎皎明月，仙仙白云，鸿雁高翔，缀叶如雨”的冲淡清幽境界。愿我们身边多一些主教般光明的使者，有更多人能加入到助人为乐、见义勇为的队伍中来。社会需要这样的人，世界需要这样的人，只有这样我们才能创造我们的生活，[NRJJ]希望下次还呢继续购买这里的书籍，这里的书籍很好，非常的不错，。给我带来了不错的现实享受。希望下次还呢继续购买这里的书籍，这里的书籍很好，非常的不错，。给我带来了不错的现实享受。

很好的书籍很好的学习必备佳品，，，，希望宣传能给力的，能越做也好，下次还会在来的额，京东给了我不一样的生活，这本书籍给了我不一样的享受，体会到了购物的乐趣，让我深受体会啊。希望你能越做越好，成长有你有我大家一起来，很好的宝贝。

寻找当下最美的自己，一点，一点，一点点地看完了朝花夕拾，连串的时间，连串的记忆，真想将鲁迅爷爷的记忆当做我的。整本文集用词语简洁柔和，正是鲁迅爷爷的平易近人的体现。书中的抨击，讽刺，嘲笑，正是鲁迅爷爷对当时社会的反感与不满，表现了一个想让民族进步，想让社会安定，为孩子着想的鲁迅爷爷。盯原，园中淘气天真的小孩子，观菜畦、吃桑葚、听鸣蝉与油蛉和蟋蟀的音乐会，看黄蜂、玩斑蝥、拔何首乌、摘覆盆子。到在书屋读书习字，三言到五言，再到七言。课上偷偷画画，到书屋的小园玩耍。无一不体现出小孩子追求自由，热爱大自然的心态，也表现了社会对孩子们的束缚。在不完美的世界里，如何寻找完美的自己，让漂泊迷茫的心靠岸休憩在云雾缭绕的白雾寺中，和胖、瘦和尚们一起做一次短暂的心灵修行之旅，把心安住，反求诸己，随缘修行。在遇到困苦时，我们要随着缘分去爱、恨，去享受快乐和承担痛苦，不要去抗拒它们。幸福就是活在当下，不畏将来，不念过去，随时随地都可以转身、放下，豁达地生活。寻找当下最美的自己是一本与圣严法师、星云大师、张德芬等共同探究身心成长秘密的图文全彩的心灵禅修书！，这两个人物，给鲁迅先生留下了深刻的回忆。两个由当时社会造就的人物。一个下层的劳动者，善良、真诚、热爱和关心孩子的阿长，她思想、性格上有很多消极、落后的东西，是封建社会思想毒害的结果，表现了当时社会的浑浊、昏暗。正直倔强的爱国者范爱农，对革命前的黑暗社会强烈的不满，追求革命，当时辛亥革命后又备受打击迫害的遭遇。体现了旧社会人民对束缚的反抗，向往自由、安乐的心。人民从囚禁中走向了反抗。众生如漏船，若不修缮，很难到达完美的彼岸。如何让漂泊迷茫的心靠岸把心安住，反求诸己，随缘修行，才能找到世上另一个最自在最完美的自己。作品以作者在寺庙的禅修经历为主，通过老和尚和他的胖、瘦两位弟子的故事，来阐释普通人家家庭、工作、人生、梦想等方面的困惑和感悟，常常穿插作者自己的人生经历，让人感同身受，于平实的故事中发现自己的不足，努力改正自己，寻找到最美的自己。具有很强的哲理性 and 励志性。，这两个人物，是当时社会的反照，人们受尽黑暗的压迫，到起来反抗，经历了多少次改革与战争，才有了我们现在安定自在的生活呀！现在，我们可以愉快地生活这，家里有电视电话，有的还有电脑，繁杂的电器设备和自由的生活，我们不用遭受黑暗社会的压迫，不用吃苦，更不用去闹革命。这都是无数革命烈士用自己的先驱换来的，我们应该珍惜眼前的生活。幸福就是活在当下，过去的不想，明天的不愁，随时随地都可以转身、放下，豁达地生活。——延参法师生命的意义只能从当下去寻找。逝者已矣，来者不可追，如果我们不反求当

韩国电视剧《继承者们》在中国真的可以说是红透半边天了，随着电视剧的走红男主角

[illegible]

很多年前，我往北徒步，途经六祖曾经隐居的地方——广东省四会市。我有缘投宿在一个叫莲花寺的小庙里。寺庙旁有个莲花池，池边有一个脸上有刀疤的和尚。刀疤和尚把我带到他的房间，我们双双坐下，泡茶闲聊。他是莲花寺住持，“这个寺庙就我一个出家人。”次日，刀疤和尚要去另一座寺庙拜访，我就跟着他前行。我们一路逶迤前行，转入一条村道，村道左边是繁密的果林，右侧是大块的农田，而路的末端，则是耸立在缭绕云雾中的白雾寺。

白雾寺因经常被白雾笼罩而得名。这是一座古老的寺庙，但不为人广知。十多年前，寺庙由香港一位善人捐资重建。寺庙中，有一位老住持以及三十多位弟子。刀疤和尚介绍，老和尚已有九十多岁，如今依旧健朗，思维敏捷，修行大有成就。老和尚很少出来弘法，偶尔会在寺庙庭院内外散步。有一次，我在路上遇见他，由于我不懂礼仪，显得笨拙，不知所措。老和尚虽然身形有些消瘦，但精神矍铄，看见我手足无措地立在那儿，于是慈祥地对我一笑，并轻轻地双手合十，看着我道：“来，你也试一下。”他边说，边努努嘴示意我也双手合十。我则太过紧张，把手掌合得很紧绷。老和尚笑着摸摸我的手，温和地说：“轻松点。”然后就轻轻地走了。

我在寺庙住了几天，认识了老和尚的众多弟子，其中有两弟子让我印象深刻。一位是三十多岁的很瘦的和尚，大家喊他“钉子”，为人不苟言笑，但修行特别刻苦。另一位是长得很胖的和尚，人们都喊他“馒头”。他也是三十多岁，但看着才二十多岁的样子，为人热情，尤其是那双眼睛显得特别单纯乐观。在居住的那几天里，瘦和尚的威严让我心生尊敬；胖和尚对我照顾有加，让我对他特别亲近。

离开那天，瘦和尚握着我的手，非常认真地对我说：“盯原，你跟佛非常有缘，以后咱们有缘一定会再相见。”胖和尚在旁边也乐呵呵地附和：“哈哈，到时候原哥一定要再来我们这里啊！”

我很认真地说：“我以后有机会一定会回来的！”临别之时，瘦和尚把脖子上的佛珠摘下赠我，胖和尚也摘下手上的佛链送我。

后来，在机缘下，我有幸写出《放下，刹那花开》这本书，把深奥难懂的禅理写成都市白领都能理解的文章，希望能给都市中忙碌的人们带来一点点启发，帮助他们解脱烦恼，获得快乐。虽然文才笨拙，但获得了一些好评，这小小的肯定鼓励了我，给了我继续创作的信心。

这几年来，我在人生态度上发生了巨大的改变，变得越来越平静快乐。感悟最深的是，人们之所以烦恼，是因为我们的生命天生就不完美。但我们不能因此懊恼，因为在不完美的生命里，我们完全可以寻找到当下最美的自己。于是，我想把一些感悟，分享给有缘的人。但在喧闹的都市里，我难以独善其身地沉淀写作，因此苦恼万分。就在这时，我收到了刀疤和尚的短信。我也忽然想起，为何不到寺中写作？一方面可跟僧众修行，得到老和尚的指导，另一方面又可以沉淀创作，多么好的事啊！于是，我把想法告诉刀疤和尚，他也欣然支持。

就这样，我再次来到了白雾寺，见到了老和尚和他的胖、瘦两位弟子。他们非常热情地欢迎我的到来，支持我在寺中闭关修行和写作。而这本书就是我在寺中闭关修行的见闻和感悟，主要是以老和尚和他的胖、瘦两位弟子，以及寺庙中一些信徒访问发生的故事为缘起而创作，希望能为读者带来如午后阳光一般的温暖。2012年冬 白雾寺 盯原居士 第一部分 遇见当下不完美的自己 序 老和尚邀请我们在菩提树下喝茶。

老和尚说：“我们的心，就如同这白雾寺上面的天空，有时会被浓雾盘踞，有时会乌云密布，有时会下雨，有时会有彩虹，有时会有晴天，我们根本无力改变这些天气，但其实变来变去的只是天空的形态罢了，天空的清静湛然从没改变。当浓雾散去，乌云飘去，雨水过去，彩虹消去，天空还是天空，天空还是那个样子。如同我们的生命，会有很多的生老病死，会经历许多的喜怒哀乐，也不得不面临各种酸甜苦辣，但我们生命的本来面目并没有改变。我们无法改变生命的经历，唯有面对、接受这些，最后放下这些，学会淡然置之。”

03 01 因为你不完美，所以才不一样

白雾寺中有三十多个弟子，来自五湖四海，甚至有一个从远道而来的年轻人。以前，我

以为k进入佛门的无非是lu两种人，一种是文化层次不高的劳苦大众，一种是高l级m知m识分子，前者m比如六祖慧能，后者n比如弘一法师。但在白雾寺生活一段时间后我才发现，情况并非如此，t弟子们来自各个阶层，有目不识丁的农村弟子，也有大学教授；有中国人，也有外国人n。有一次，老和尚跟我们讲了一个故事：

从前，有一个年轻人很笨。由y于太笨，他根本无法融入寺庙生活，更别说学习各种佛教经典了，寺庙的师r兄弟们都讥笑他连一句经文都背不上来。后来，寺庙的师兄弟们慢慢离开了，他们觉得这里的师父肯定不是t得道高僧，否则就不会总眷顾这个如此愚蠢的人。笨和尚被安t排在寺庙里扫u地，几个月过去了，他才结结巴巴地背出“阿弥陀佛”u四个字。

最后，b师兄弟们竟然都走光了，只剩下执着的师父和笨徒弟。有一次，笨和尚哭着跟师父说：“师父，我那么笨，我不学佛了，我成不了佛的。”师父微笑着告c诉他，“不，孩子，你很聪明，你不是可以把‘阿弥陀C佛’背出来了吗？y这就是成佛最有用的口y诀y啊B！”笨和尚破涕反问道：“是吗？是吗？”师父微笑着点头说道：“是的，是的。你只要用心念这句口诀，你就可以成佛了。”

于是，笨和尚无论是吃饭、扫地还是走A路，嘴巴都很少停下来，总是口中不停地B念“阿弥陀佛”。一年、两年、几十年都过去了，甚至H当师父都已经去世了，笨和尚还是不断地念着“阿弥陀佛”。他终于从一个小和尚变B成了一个老和尚，胡须、C眉毛、头发X都白了，寺庙里也只有E他一个人，他依旧天天拿着扫把，口中不断地念着“阿弥陀佛”，终于有一天，他忽然醍醐灌顶，开悟成为大禅师……F

有一次，有人问佛陀：“世间有那么多人，有那么多不同的性格，您如何度他们呢？”佛陀笑着回答道：“世间有四万H八千H个性，我唯有教授四万八千法门对治。”

佛陀曾说过，人类居住的地球I和地球K上的众生，只是万千世界K很J微G小的一部分，但能成为人类，这是特别的福报—J—因为人类是不完美的生命。为什么不完美的生命，反而是好的呢？因为唯有M不完美，所以才有烦恼，有烦恼才愿意解脱，才能发大愿修行成佛。

有一次，他方世界的佛问释迦牟尼佛，地球的众生充满这么多的缺陷，好O度L吗？佛陀笑着说：“好度，正因为他们那么不完美，所N以才显得与众不同，才能取得不一般的成就！”OOO

馒头刚到白雾寺的时候，由于长得胖，总被师兄弟们捏N脸取笑，说他长得像M个R馒头。馒头因此非常苦恼，常j常躲在厨房里哭。后来，老和尚发现了，将师兄弟们训斥一番，并且非常认真地告诉馒头：“你看，世界上有那么多胖子，就你长得像馒头。馒头多好啊，可以让人吃饱，又XU很可爱。再说了，就因为你长得像馒T头，才让为师在众多弟子中T一眼就看到你啊！”馒头从此才释然T，接纳了“馒头”这个外号。

后来，我慢慢地X跟那个来自的青年和尚成为ZV了好朋友。我认识许多V的青年p朋友，他们大部分时候都话很多，显得精力充沛。但山W宁很沉静，如同他的名字一般，像白雾寺后山—V样宁静。山宁的话不多，并且总是彬彬有礼。我喜欢跟他待在X—Z起，我们不用太多交W谈，只是经常安静地W坐在池塘边，看着稻田。

山宁告诉我，他从小就对禅非常有兴趣，并因Z此养成了吃素和坐禅的习惯，所以常常遭到同学们讥笑。他a曾哭着跟妈妈说自己不愿再去上学，妈妈答应了，并告诉他：“孩子，你是世Z界上最与众不同的人。”由于父母的包容，山宁才能来到中国，出家为僧c。

山宁看着逐渐散去的白雾，笑着说：“世界上没有完美的人，但正因为我们的不完美，所以k才让我们成为最与众不同的人，才让这个世界e充满了不一样的美丽。感谢你，我的母亲。”

e承认与众不同又有何妨，我们d根本不用去模s仿谁，更不用去成为谁；虽然有很多缺点，但正因如此o，才j有世界上g最独g一无二的自己。包容自己，鼓励自己，当下的我们，就很美。我抬头看见灿烂的阳光，菩提树光影婆娑，这一切，o都很美。

i幸福就是活n在当下，过去的不想，明天的不愁，随时随地都可以转身、放下，豁达地生活o。——延参法师

京东经常搞促销，每次力度都挺大的，我都是在促销时一次性购物多本书。本书缘起

很多年前，我往北徒步，途经六祖曾经隐居的地方——广东省四会市。我有缘投宿在一个叫莲花寺的小庙里。寺庙旁有个莲花池，池边有一个脸上有刀疤的和尚。刀疤和尚把我带到他的房间，我们双双坐下，泡茶闲聊。他是莲花寺住持，“这个寺庙就我一个出家人。”次日，刀疤和尚要去另一座寺庙拜访，我就跟着他前行。我们一路逶迤前行，转入一条村道，村道左边是繁密的果林，右侧是大块的农田，而路的末端，则是耸立在缭绕云雾中的白雾寺。

白雾寺因经常被白雾笼罩而得名。这是一座古老的寺庙，但不为人广知。十多年前，寺庙由香港一位善人捐资重建。寺庙中，有一位老住持以及三十多位弟子。刀疤和尚介绍，老和尚已有九十多岁，如今依旧健朗，思维敏捷，修行大有成就。老和尚很少出来弘法，偶尔会在寺庙庭院内外散步。有一次，我在路上遇见他，由于我不懂礼仪，显得笨拙，不知所措。老和尚虽然身形有些消瘦，但精神矍铄，看见我手足无措地立在那儿，于是慈祥地对我一笑，并轻轻地双手合十，看着我道：“来，你也试一下。”他边说，边努努嘴示意我也双手合十。我则太过紧张，把手掌合得很紧绷。老和尚笑着摸摸我的手，温和地说：“轻松点。”然后就轻轻地走了。

我在寺庙住了几天，认识了老和尚的众多弟子，其中有两位弟子让我印象深刻。一位是三十多岁的很瘦的和尚，大家喊他“钉子”，为人不苟言笑，但修行特别刻苦。另一位是长得很胖的和尚，人们都喊他“馒头”。他也是三十多岁，但看着才二十多岁的样子，为人热情，尤其是那双眼睛显得特别单纯乐观。在居住的那几天里，瘦和尚的威严让我心生尊敬；胖和尚对我照顾有加，让我对他特别亲近。

离开那天，瘦和尚握着我的手，非常认真地对我说：“町原，你跟佛非常有缘，以后咱们有缘一定会再相见。”胖和尚在旁边也乐呵呵地附和：“哈哈，到时候原哥一定要再来我们这里啊！”

我很认真地说：“我以后有机会一定会回来的！”临别之时，瘦和尚把脖子上的佛珠摘下赠我，胖和尚也摘下手上的佛链送我。

后来，在机缘下，我有幸写出《放下，刹那花开》这本书，把深奥难懂的禅理写成都市白领都能理解的文章，希望能给都市中忙碌的人们带来一点点启发，帮助他们解脱烦恼，获得快乐。虽然文才笨拙，但获得了一些好评，这小小的肯定鼓励了我，给了我继续创作的信心。

这几年来，我在人生态度上发生了巨大的改变，变得越来越平静快乐。感悟最深的是，人们之所以烦恼，是因为我们的生命天生就不完美。但我们不能因此懊恼，因为在不完美的生命里，我们完全可以寻找到当下最美的自己。于是，我想把一些感悟，分享给有缘的人。但在喧闹的都市里，我难以独善其身地沉淀写作，因此苦恼万分。就在这时，我收到了刀疤和尚的短信。我也忽然想起，为何不到寺中写作？一方面可跟僧众修行，得到老和尚的指导，另一方面又可以沉淀创作，多么好的事啊！于是，我把想法告诉刀疤和尚，他也欣然支持。

就这样，我再次来到了白雾寺，见到了老和尚和他的胖、瘦两位弟子。他们非常热情地欢迎我的到来，支持我在寺中闭关修行和写作。而这本书就是我在寺中闭关修行的见闻和感悟，主要是以老和尚和他的胖、瘦两位弟子，以及寺庙中一些信徒访问发生的故事为缘起而创作，希望能为读者带来如午后阳光一般的温暖。2012年冬 白雾寺 町原居士 第一部分 遇见当下不完美的自己 序 老和尚邀请我们在菩提树下喝茶。

老和尚说：“我们的心，就如同这白雾寺上面的天空，有时会被浓雾盘踞，有时会乌云密布，有时会下雨，有时会有彩虹，有时会有晴天，我们根本无力改变这些天气，但其实变来变去的只是天空的形态罢了，天空的清静湛然从没改变。当浓雾散去，乌云飘去，雨水过去，彩虹消去，天空还是天空，天空还是那个样子。如同我们的生命，会有很多的生老病死，会经历许多的喜怒哀乐，也不得不面临各种酸甜苦辣，但我们生命的本来面目并没有改变。我们无法改变生命的经历，唯有面对、接受这些，最后放下这些，学会淡然置之。”

我也慨然道：“是啊，心如天空，当下是浓雾还是乌云，是风雨还是彩虹，是阳光还是阴霾，都是我们当下的人生。纵使这当下的天空不那么美丽，如同我们当下的人生、此刻的自己不是那么完美，甚至充满各种痛苦和缺憾，但这就是我们真实的自己，是我们无法逃避、无法改变的人生。”下次还来京东买书，支持你们！

书还不错，就是不太适合我看，送我大表姐了，她很喜欢。回想自身，发现我们从没客气地取悦过自己。为了获得好职位，要不停地取悦老板；要获得收入，要谦卑地取悦客户；想获得爱情的话，就要想尽办法去取悦爱人。我们整天为了这个那个，不停地取悦他人。好像别人的脸色，就是自己的天气。好像别人的脾气，就是自己的心情。我们这么累，究竟是为了什么呢？有的人结婚摆酒不是为了自己幸福，而是为了取悦他人的目光和肚子；我们拼命工作不是为了赚钱，而是为了向别人证明自己；我们往死里喝酒不是因为酒好喝，而是为了告诉人家自己有多能喝！有时候开同学会或春节回家，如果遇到当年的师长，自己总会找个角落藏起来，不愿与之交谈。同学不解，我低声地说：“我觉得自己对不起老师，他那么用心栽培我，如今我却只能在社会上卑躬地取悦他人谋取一日三餐。”如今想想，这样的人生实在不堪。

最后，我把瞎子的事告诉山宁，他也有所开悟地感叹道：“是啊，我们只要发自内心地取悦自己，让自己有成就感，自然也就能照亮他人。佛说的自度者度众生也是这个意思。老和尚正跟我们在菩提树下喝茶，他听罢青年的倾诉，吩咐他去小溪取水煮茶。青年提着水过来后，问老和尚该怎么办。老和尚为他倒了一杯茶说：“你先安静地陪我喝喝茶，等到午后，我就可以给你一个让你不再难过的办法。”

青年难忍心中伤痛，一个上午，一边喝茶一边流泪。终于等到了中午，他跪求老和尚道：“师父，我实在痛苦，头痛欲裂，生不如死。”老和尚摸摸他的头，慈悲地说：“你再帮我一个忙可以吗？”青年含泪点点头。老和尚喃喃地说：“我觉得你早上取的溪水用来烹茶味道非常清香，你可以再帮我去取点早上的溪水吗？”青年挠挠头，提着水桶，走到小溪边。正要取水的时候，他忽然愣了：小溪依旧是早上的这条小溪，可是溪水已经不是早上的溪水了啊，我怎么能取呢？青年提着空桶，告诉老和尚：“师父，是啊，人生中没有谁能陪我们到最后。父母、爱人、孩子、朋友，都会在岁月的河流中，不停地往前走。没有人可以留下，也没有人可以把谁挽留时光之河中。我们之所以会痛苦，不是因为他人已经离去，而是我们不愿意接受亲人在不在，生活却要依旧。我们迟早要学会在爱情之中，利用时间来忘却一个人，也要学会利用时间来爱上另外一个人。如果我们正处于当下，我们就不要去执着已经不可回头的昨天，也不要太过期待永远不会到来的明天。学会跟昨天说再见，学会跟明天说你好，这就是一个人成熟的标志。这也是一个人真正学会如何被爱如何去爱别人的开始。

我们活在世界上，单靠一个人的力量，经常会觉得没有安全感。我们无法一个人走完自己的人生。虽然这漫漫人生路，有人来了，有人去了，最终的路依旧要自己一个人去走，但是人生的每一个阶段，我们都渴望能有一个可以陪着自己，就算仅仅是陪着自己，便满足。当你到来的时候，你看到的是我人生最美的当下的风景。当你离去的时候，我也会淡然地跟自己说：“下一站，会有更美的风景。”我不能恨你，因为恨一个人太累，像背着沉重龟壳的龟。我也不能再爱你，因为爱一个已经不在身边的人更累，像一只背负重担的远行沙漠的骆驼——路还那么长，我不想那么沉重地走下去。其实我是不想错过下一站，在等待我的风景，和人。

不爱的人离去后便不可挽回，就像天空无法挽留一朵执意随风而去的白云。我们是天空，当那个她离去，我们只好把她原来的位置尽快腾空，好等待下一朵属于自己的云。当她已离去，也请别再回来——我怕到时候再也腾不出地方来容纳她，这样我会心疼她，也会心疼我自己。所以，请你好好地，离开我后，好好地，跟一个人恋爱，不用天荒地老，也不要奢望海枯石烂，我只希望她一路走好，能走多远便是多远。

老和尚转过头跟我们说：“我们要学会担当此刻发生在我们身上的一切。那是我们曾种下的树，我们必须学会承担它所结的果。”当时我很脆弱地看着老和尚，诚惶诚恐地问：“修行不是获得清静吗？怎么还要随这个尘世去随波逐浪呢？”老和尚严肃地说：

“你可以不逐浪，但你必须要随波是属于你的缘，无论是孽缘，还是喜缘，你种的桃花，它就会为你开。”我悲哀地想着这样的一生，沉重地叹了一口气。老和尚拍拍我的肩膀说：“町原居士，你要学会随缘遇劫和心不随境转。”老和尚看我一脸困惑的样子，继续说：“随缘遇劫就是叫你要随着你的缘分去爱、恨，去享受快乐和承担痛苦，不要去抗拒它们。就像人们不会因为感冒而抗拒自己的鼻涕，你可以擦拭，但你不能抗拒它的到来。心不随境转是教你尽量保持一颗平常心，无论境遇怎么变化，就像心是湖底，境遇是波涛一般，波涛如何汹涌都无法撼动湖底的平静。”最后，老和尚慈悲地对我说：“我们要好好活在当下。当爱来了就爱，当爱走了你就让它走。”我若有所悟，告诉自己不用去抗拒爱情，也不用去刻意寻找爱情，好好活在当下，像一池清水，在春天里

随风荡漾；更像一片天，看云来云去，寂静湛然。总来说就是放下的意思了啦，
总的来说就是放下的意思啦力

[寻找当下最美的自己_下载链接1](#)

书评

[寻找当下最美的自己_下载链接1](#)