

《心灵鸡汤20年精华4》

图书基本信息

书名：《心灵鸡汤20年精华4》

13位ISBN编号：9787514606904

10位ISBN编号：7514606904

出版时间：2013-3

出版社：中国画报出版社

页数：232

版权说明：本站所提供下载的PDF图书仅提供预览和简介以及在线试读，请支持正版图书。

更多资源请访问：www.tushu000.com

前言

相信大家都看过这样一则广告，大概内容是：人生就像一次旅行，重要的不是目的地，而是旅途中的风景和看风景的心情。心灵是我们另一双眼睛，它明亮的时候，比眼睛更加明亮、清澈，像水晶一样珍贵；可是它变黑的时候，是世界上最邪恶的东西，它便失去了原有的光彩，不再美丽。心灵又是一间贮满杂物的货仓，需要不断清扫才能扫除生命中的羁绊和心灵上的负担。打扫心灵就是净化内心的环境：扫掉烦恼，才会留下沉静；扫掉虚荣，才会留下真实；扫掉悲伤，才会留下坚强。只有经常打扫心灵，才能拥有一份宁静超然的心境，才能发挥潜能。生命的难度也就在于此！当你的心不堪重负的时候，何不暂把一切尘埃拒之门外，给自己寻找一个让灵魂喘息的机会，在冷静的反思中给心灵洗个澡？深夜的凉风可以清醒你的灵魂，而反思中的灵魂可以放松你负重的身心。活得很累的时候，不如找个空间，让心灵片刻地歇息，然后再意气风发地迎接新的挑战。这样，张开双臂拥抱多彩的人生，丰富你的经历，实际上就等于增加了你人生的亮度和厚度！每一个人成长的历史，都是心灵跋涉的历史。时间久了，心灵难免蒙上些灰尘。决定一个人命运的不是他处的环境，而是他是否有一个良好的心态，是否懂得在任何情况下都不忘清洗自己的心灵，以便让自己活得更轻松，更自在，更洒脱。本书以故事为底料，加以哲理的启示。每一篇短文带给你的是一次心灵的悸动，一道顿悟的光芒，一脉沁人心脾的溪水。让你在尘世的喧嚣中蓦然聆听到生命的真谛，得到心灵的净化和情感的释放，并获得难以言传的审美愉悦。朋友们，让我们一起走进这本书中，给心灵插上翅膀，放飞心灵，共享心灵丰美的盛宴，提升人生至高的境界吧！

《心灵鸡汤20年精华4》

内容概要

《心灵鸡汤20年精华4:转角遇见阳光》是一本散发着点点亮光的书，每一篇文章都将点亮心灵的某个角落，让我们学会爱，学会被爱；让我们了解信念，了解梦想；让我们懂得生活的意义，懂得珍惜；让我们感受到春风的温柔和冬雪的纯洁。书中一篇篇感动心灵的情感美文，能够给你的航行注入勇气和力量，能够让你的人生更加幸福和成功。

书籍目录

Part 1 豁达人生 1.自我主宰，做心的主人 沙子的命运 请弯腰将你的尊严拾起 黄金与鲜花 别给心灵戴上枷锁 做生活的主人 《论语》的精华 心态是你真正的主人 积极对待挫折 2.生命本身就是幸福 原来一切都还在 生命中那些“没用的事” 别陷入忧虑的恶性循环 人生最重要的角色 原谅自己，豁达一点 3.给心灵一条自由的航道 微风中的小河 改变自己 撞玻璃的小虎鲨 世上本无事，庸人自扰之 不要总是把自己看得太低 缺陷也是一种美丽 敞开心灵，让生活充满阳光 每个生命都有生存的力量 4.低下头就能看见美丽 该停下脚步时就停下 活着是一件最值得庆幸的事 在自己的脸上“点灯” 学会抬头和低头 低头不是软弱 宽容里找回自己 不要与人争论不休 好汉也吃眼前亏 自以为是要不得

Part 2 成功之道 1.藏锋露拙，韬光养晦 林肯大选 大勇若怯，大智若愚 大音希声，大象无形 画画 低调是一种涵养 高贵的品德，低调的行为 藏巧于拙 友善进攻“不改为天下先” 2.淡泊名利，谦卑处世 工作像蚂蚁，生活像蝴蝶 宁静淡泊得心真味 有取有弃，有收有放 清心寡欲明志向 敢于对权力说不 解除贪婪的枷锁 懂得谦卑 谦卑处世人常在 3.舍得有限，赢得无限 轻信与多疑 舍得放下身轻心安 能舍方能得 心有善，自成佛 鱼和熊掌不可兼得 学会做必要的放弃 4.愈挫愈勇，永不言败 成功就在门背后 人生没有那么多的“万一” 希望不放弃 永不放弃 不放弃不抛弃 不放弃成功的机遇 坚持成长进步，少在意一时成败 成功者永不放弃 选择正确，永不放弃

Part 3 礼遇苦难 1.尽情享受生活中的磨炼 多坚持一刻 障碍是超越自我的契机 将奋斗中的困苦引以为乐 把困难当做机遇 养成不服输的心性 痛苦是人生的一部分 2.给自己一个人生的承载力 坚持从而成功 负重的时候才是最安全的 千万不能自己打败自己 上帝是有道理的 走自己的路，让别人去说吧 生命中最坚硬的是意志力 救世主就是你自己 人生是一个过程 3.最珍贵的东西是免费的 一支上签 宽容与感恩 笑着生活 把花种在自己的心里 偷鸡不成反蚀一把米 母亲的信 尽情享受生活中的喜悦 勿因善小而不为 4.将坏心情挡在一米阳光外 与不良心情划界限 失败最可以学习 1%的坏心情会导致100%的失败 蚊子要人命 心态比环境重要 调整心态克服厌倦

Part 4 人生满杯 1.生命是一步一个脚印的旅程 童第周的故事 报复和报答 目标明确才不会两手空空 行动比思想更重要 有付出才会有收获 绝望是心灵的毒药 抬头看看天 2.淡泊是人生最深的滋味 守住一份简朴的心愿 平平淡淡就是幸福 时刻保持一份淡然的心境 生命中有些规则必须了解 固守心灵的静谧 心灵的充实影响你一辈子 3.激活生命的潜能 把生命当做一个土豆 要做自己欲望的主人 生命的价值 一个人就是一支军队 难，很难，非常难 挖掘潜能 努力做出一些与众不同的事情 做事要积极主动 4.自由自在活出彩 以智取胜 背后的眼睛 身心和谐才能创造最佳 简单是一种智慧 贪欲和自私让你失去自由 梦想、自由和幸福

Part 5 漫谈世事 1.有一种爱叫亲情 及时表达爱 第三种选择叫仁爱 笑着好好生活 坚持！明天就是花开的日子 幸福的底子是一碗白粥 幸福其实就在身边 爱的行动，照亮内心的阴影 2.青春靓丽风 那些怒放的光阴，怒放的你 那些年，我们是没有人追的女孩 谁是你青春里的“卧底” 年轻，别怕失败 把心举上天 没有迷惘的青春是荒凉的水果之恋 3.古籍杂谈 执著“名相”的用人 无为而无所不为 仁慈崇俭，不敢为天下先 顺其自然，以平和之心对待名利 不为而成，自然而然地取得成功 生死一体，欣然接受世间一切 上善若水，是故柔弱胜刚强 4.心香一瓣 纺锤状的人生 助人者自得其乐 两位驯鹰人 放弃是另一种拥有“半壶水” 超然物外，期待未来 贪恋安逸将失去美丽的天空

章节摘录

版权页：不要总是把自己看得太低 你是否能主宰自己，不仅知道发挥自己的优势，还知道抵制住那些由于不完善的性格因素而引起的情绪。每个人都应该相信自己有足够的去应付所遇到的问题，要相信自己比自己想象的更优秀、更成功、更有能力、更有创造力。生活中，总是有很多人认为自己缺乏某种能力，却认为他人拥有那种能力，因此放弃努力，轻视自己，而且还喜欢把这种负面的情绪强加给别人。从前，有一户人家的院子里有一块大石头，到院子里的人，不小心就会踢到大石头，不是跌倒就是擦伤。儿子问：“爸爸，为什么不把那块讨厌的石头挖走呢？”爸爸回答说：“你说那块石头喔？从你爷爷那个时代就有，要是能搬动他们早就搬了，它那么大那么重根本搬不走的。”过了几年，这户人家要把院子卖掉，搬到新房子去住了。新主人看到院子里的大石头，说：“这块石头摆在地中央，不小心就会绊倒，为什么不把它搬走呢？”原来的主人答道：“这块石头在这院子里已经几十年了，没人能搬得动它，如果能搬走，我们早就把它搬走了。”新主人不信，说：“这石头虽然大，但只要把他陷入泥土里的部分挖出来是可以搬走的。”随后新主人拿起铁铲，挖走周围的泥土，然后和他的儿子把石头推到了院子外面，而这个过程前后只用了3分钟而已。想要移走院子里的大大石头，首先要移走我们心中的“顽石”——我们固执的观念，任何事情都不例外。每个人心里都有石头，比如在职场上不相信自己的实力，因此不敢接受有挑战性的职位；在运动场上怀疑自己的实力，而不敢跨越本可以轻易越过的跨栏等，而自卑往往是我们心里最大最重的那块“石头”。一家IT公司招聘职员，一个年轻人面试后等待录用通知书的到来。等了好久，该公司的信函终于寄到了他手里，但通知书的内容是告诉他落选的消息。这个消息简直让他无法承受，他对自己的能力大失所望，同时拒绝了其他公司面试。由于对前途感到渺茫，他决定服毒自尽。幸运的是，他并没有死，刚刚抢救过来，又收到该公司的录用通知，原来电脑出了点差错，他是榜上有名的。年轻人赶到公司报到。公司负责人事的主管见到他的第一句话是：“你被辞退了。”“为什么？我明明拿到了录用通知。”“是的，可是我们刚刚得知你自杀的事，我们公司不需要因小事而轻生的人。”这位年轻人彻底失去了这份工作，原因何在呢？很显然，是因为他对自己的能力没有正确评价，偶然受了点打击便轻视自己，对未来不抱有希望，这是心理极度脆弱和自卑的表现。他没有想到自己失去工作，不是败在严格而苛刻的公司经理的考题上，也不是败给实力不俗的竞争对手，恰恰是自卑成为了自己的克星，挡住了自己梦寐以求的发展道路。换言之，是他心里的那块“石头”堵住了他前进的路。

《心灵鸡汤20年精华4》

编辑推荐

《心灵鸡汤20年精华4:转角遇见阳光》编辑推荐：烦恼的转角是快乐，悲伤的转角是欢笑，失败的转角是成功。当你遭遇坎坷、感到沮丧之时，要试着去打开另外一扇窗户，或许，不经意间，你就会看到爱、鼓励和希望。朋友们，让我们一起走进《心灵鸡汤20年精华4:转角遇见阳光》中，给心灵插上翅膀，放飞心灵，共享心灵丰美的盛宴，提升人生至高的境界吧！

《心灵鸡汤20年精华4》

精彩短评

1、给心灵洗洗澡，让我学会很多为人处事的道理！大人孩子都适宜看，学会淡定，推荐。

《心灵鸡汤20年精华4》

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:www.tushu000.com