

<<感谢折磨你的人大全集>>

图书基本信息

书名：<<感谢折磨你的人大全集>>

13位ISBN编号：9787510409554

10位ISBN编号：7510409551

出版时间：2010-6

出版时间：新世界

作者：梁文静

页数：424

字数：600000

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>

<<感谢折磨你的人大全集>>

内容概要

本书讲述了只有把抱怨别人和环境的心情，化为上进的力量，才是成功的保证。只有感谢曾经折磨过自己的人或事，才能体会出生命的意义；只有懂得宽容自己不可能宽容的人，才能看见心胸宽阔带来的种种好处，才能重新认识自己。本书将立足于独特的视角，告诉读者，感谢生命中那些折磨你的人，他们是你生命中不断进步的动力，是提升你个人魅力的最佳拍档。

<<感谢折磨你的人大全集>>

书籍目录

第一章 少一分抱怨，多一分快乐 1.堵塞在抱怨里的人生 2.怨天尤人不可取 3.抱怨，失败时最可笑的借口 4.抱怨，负面情绪的放肆宣泄 5.少一分怨恨，多一分快乐 6.最苍白的沟通是向上司抱怨 7.少些抱怨，心才能贴在一起 8.抱怨，是搬起石头砸自己的脚 9.剔除抱怨，才是快乐生活的第一步 10.不要养成抱怨的习惯

第二章 刀不磨不锋利，人不磨不成器 1.每处伤疤都代表着成长 2.想要少受折磨，先要自我折磨 3.不是逆来顺受，而是主动承受 4.翻手为“胜”，覆手为“负” 5.煮沸的水唤醒咖啡的香 6.把挫折视为最佳机遇 7.爱上困境中的自己 8.不要让苦难支配生活 9.在困境中反思自己 10.吃“苦”是福

第三章 没有敌人，比没有朋友更可怕 1.感谢你，让我不舒服的人 2.感谢对手 3.对手激发你求胜的信念 4.敌人越强大，成长越迅速 5.把敌人当成最好的老师 6.让“假想敌”成为“助燃气” 7.挺起腰板迎接新的挑战 8.最强的敌人住在你心里 9.打不倒的敌人就是朋友

第四章 接受不公平的爱 1.先爱自己，别承诺永远 2.你的爱情伤口为何不愈 3.爱或不爱，又何必追究 4.爱错了人，请转身离开 5.恨，并不是爱的反面 6.被你排除掉的那类人 7.如鱼饮水，冷暖自知 8.将自己从别人的鉴定中解放出来 9.能力才是成功的保障 10.让自己独一无二

第五章 承受越多折磨，越应感谢上天 1.每一次苦难，都可能是一种收获 2.折腾你，进步的良方就全了 3.出身并不能影响成功 4.摆脱情感这个顽固的敌人 5.磨难才是你最好的情人 6.尘埃中开出花朵，苦难中看到恩赐 7.日行一善而非善行一日 8.施恩的水种出感恩的花 9.感恩之心带我成功 10.造物主赐予生灵最美丽的礼物

第六章 忽略收获，只要还在成长 1.待遇不公，更要奋发向上 2.跌倒了，请爬起来再哭 3.抱怨时，幸运已经转身 4.别让放弃成为你的遗憾 5.失望走开，希望才上门 6.在折磨中你会学到更多 7.一切皆有可能 8.能力改变境遇

第七章 释放心灵的重重禁锢 1.自己才能拯救自己 2.你在天堂还是地狱 3.别让欲望泛滥成灾 4.换一个角度去思考 5.还差一点点就够了 6.放下才能真正收获 7.智慧来自磨难之后 8.你知道你有多幸福吗

第八章 别把自己太当回事儿 1.顾及面子，但不是自己的 2.不“舍”不“得”，不“得”不“舍” 3.叫醒耳朵，不让它沉睡 4.把自己当“泥巴” 5.审视你真正的需要 6.把杯子放在茶壶下

第九章 唤醒你心中的巨人 1.“心盲”是最可怕的事情 2.对于你，一切皆有可能 3.行动是生命真实的体验 4.迎着阳光才能背对阴影 5.知之者易，行之者难 6.卸下痛苦才能轻装上阵 7.聪明人绝对不会钻牛角尖 8.“想”多美好，你就有多美好

第十章 改变，从心态开始 1.调整心灵的空间 2.健全成熟的人格 3.增加缓行的余地 4.放弃憎恨的可能 5.选择微笑地面对 6.淡泊才能长远 7.世上本无事，庸人自扰之 8.学会支配自己的欲望 9.为生活量体裁衣 10.透过镜子看笑脸

第十一章 换一种看待世界的眼光 1.抬头望天不如低头看路 2.为人生寻找另一个起点 3.换一种看待世界的眼光 4.用你想得到的方式对待别人 5.降低对人要求，提高对己标准 6.看准拒绝背后隐藏的机会 7.无法逆转局势，那就改变心情 8.单方面的优势并不是绝对优势

第十二章 在坠落过程中学会飞翔 1.翅膀背负起梦想的重量 2.左手阴影，右手光明 3.小问题会变成大麻烦 4.态度将决定你的高度 5.坚守信念不轻易屈服 6.没人能决定你的命运 7.学会从不幸中获得新生 8.不在绝境中绝望 9.困境中的勃勃生机 10.感谢折磨你的人

第十三章 宽容是一种大智慧 1.给他人留余地，便是给自己留“生路” 2.宽恕别人，救赎自己 3.宽容他人就是释放自己 4.宽恕比仇恨更有力量 5.与人为善就是与己为善 6.不报宿怨，以和为贵 7.在别人困难的时候伸出援助之手 8.容人之大方被人容 9.宽容别人就是善待自己 10.宽容是一种大智慧

第十四章 克己是智量大是福 1.善于运用忍耐的智慧 2.予人佳酿，馈我酒香 3.有时退让方显博大胸襟 4.沉默也是一种智慧 5.三省吾身，以求大成 6.有时韬光养晦是制胜的不二法门 7.学会克制 8.柔韧处世方成大价之身

第十五章 得到与舍弃都是生活 1.懂得放弃才能抓住幸福 2.勇于不如人 3.退一步海阔天空 4.有一种智慧叫韬光养晦 5.能拿得起，也要能放得下 6.选择富足 7.勇敢地重新开始 8.放开手，风筝才能飞起来 9.完美并不美 10.吃亏并不亏

第十六章 寸有所长 清浊并容 1.用人不要一味盯住缺点不放 2.合作才有竞争力 3.人至察则无徒 4.以短掩长是用人的大忌 5.用人要有气度 6.对有才能的人要甘于放下身份去请 7.戒戴有色眼镜看人 8.取人之长，优势互补

第十七章 不近人情，不尽的情意 1.善于倾听 2.学会分享 3.学会修养地竞争 4.不要对别人妄加评论 5.骄横是个人修养的大敌 6.摒弃以自我为中心的意识 7.善待他人也有益自己 8.直面他人的批评 9.清高是做人处世的大忌 10.给下属发表意见的机会

第十八章 成功与失败都是财富 1.做一个成功的失败者 2.在自省中提升自我 3.化抱怨为抱负 4.没有绝对的成功，只有相对的完美 5.看淡曾经失去的，珍惜现在拥有的 6.害怕失败才是最大的失败 7.人生没有假如

第十九章 生气不如争气 1.嫉妒，生命中不可承受的

<<感谢折磨你的人大全集>>

怨气 2.你才是问题的根源 3.生气，就是拿别人的错误惩罚自己 4.事情真的值得你大发雷霆吗 5.烦躁的富人与快乐的穷人 6.如仙人掌那般积极 7.你在为自己奋斗 8.对爱人多些理解 9.像毛毛虫那样破茧成蝶

第二十章 感恩生活从容处世 1.你回报社会，社会也就回报你 2.感恩那双温暖的手 3.“她是我最好的朋友” 4.知己难觅，知音难求 5.朋友为你善意的提醒 6.心灵的美化师 7.每个人都会成为好学生 8.激励改变孩子的一生

第二十一章 感恩你身边的人 1.刻骨的爱铸就铭心的情 2.玫瑰虽艳，爱情更美 3.廉价而又无价的爱 4.回归纯粹的爱情 5.爱情像花儿一样需要浇灌 6.爱，还在那个地方等你 7.父母教你生存的本领

<<感谢折磨你的人大全集>>

章节摘录

第二章 刀不磨不锋利，人不磨不成器 1.每处伤疤都代表着成长 他们是不受欢迎的人，他们给你的那些痛苦经历如影随形，让你仿佛看到自己的身体被划开一道长长的伤口，那些丑陋的伤口是你的耻辱，你只是感受到疼痛，只是感到绝望，却不曾想到，你的身体还有自动复合的能力，伤口总有愈合的时候，而且当它愈合之后，你的直觉将会告诉你，下一次该如何绕开同样的错误，避免产生同样的痛苦。

伤口并不可怕，可怕的是你纠结的心，迟迟不肯让它愈合。

我们都曾暗暗许愿：希望人生之路能够坦荡无阻，希望得到细心体贴的关怀，希望一切烦恼和痛苦都远离我们。

然而，我们的愿望没有被满足，我们仍然在红尘中挣扎，生命中那些源于心灵的痛苦时时折磨着我们，让我们不愿意面对，却又无法逃避。

无论你是位高权重的成功人士，还是蝇营狗苟的贩夫走卒，天真无邪的蓬头稚子，或是学贯中西的饱学之士，都无法回避生命中那些让你深恶痛绝或是焦头烂额的事件，你将要面对的一切屈辱和不甘，不能重来，对此，有人倍感折磨，有人却能淡然处之。

如果你有兴趣追究这一现象的真相，将会发现道理其实再简单不过，关键就是，你用何种眼光看待这个世界，如果你愤怒不满甚至试图掩饰，痛苦将会加倍困扰你，如果你接受事实坚定信仰，希望就会在下一个路口等待你。

从一个一掷千金的大商人，变成一个家徒四壁的穷光蛋，洛克在经历了破产的遭遇后，深切体会到生活的冷酷无情，他心灰意冷，萌生了结束生命的想法。

洛克回到了承载着他童年美好时光的乡间小镇，也许这里才是离上帝最近的地方，洛克很想质问上帝，为何偏偏选中他来承受命运的作弄？

走累了洛克在一片瓜地旁边小憩，这正是丰收的时节，空气里充盈着香甜的味道。

好客的瓜农看到风尘仆仆的洛克，豪爽地请他品尝地里的瓜。

瓜农开始喋喋不休地对洛克讲述，前几年收成如何不好，总是遇到天灾虫害，甚至突如其来的一场霜冻，让即将收获的成果毁于一旦，一年的辛勤劳作全都白费了。

洛克感到有些意外，他脱口而出：“收成不好你怎么活下去，赚不到钱耕种还有什么意义？”

憨厚的果农咧嘴一笑：“再怎么艰难不都这样挺过来了，你看，这不是丰收了么，而且，正是之前的歉收，才让这次丰收显得更有意义。”

看着这个心事重重的年轻人，果农意味深长地继续说道，“所有的经历都是有意义的，只要你没有放弃继续依靠自己的双手。”

一席话似一阵风吹走了洛克心头的灰尘，让他顿时醍醐灌顶。

洛克驱车返回，决定重新来过，5年后他的公司遍及全球，他成了行业内呼风唤雨的人物。

在我们的一生之中，总会遇到一些不愿去面对的事情，给我们带来身心疲惫的感受，让我们像受伤的小袋鼠一样，想要逃回母亲温暖的口袋里。

然而，能否在种种折磨和煎熬中挺过来，坚持原本的目标和理想，却是你迈向成功人生的重要一步。

尼采曾说过：“极度的痛苦才是精神的最后解放者，唯有此种痛苦，才强迫我们大彻大悟。”

面对生活中种种苦难的鞭策，面对那些让你痛不欲生的经历，如果你就此放弃了，那么，失败者的头衔将和你如影随形，而如果你能够从心灵的痛苦中解脱出来，主动承受各种折磨带给你的问题，认真审视痛苦的根源，那么，你将知道自己究竟有多强大。

法国著名化学家维克多·格林尼亚年轻的时候，耽于玩乐，曾在一次宴会上遇见一个让自己一见倾心的美丽姑娘，当他走过去跟这个心仪的女孩搭讪的时候，却被高傲的姑娘冷漠地拒绝：“先生，请你站远一点，我最讨厌被花花公子挡住视线了。”

格林尼亚感到羞愧不止，这似乎成了他人生中的奇耻大辱，但姑娘说的没错，那个时候的他，就是一个名副其实的花花公子，只是从来未曾有人如此轻慢他而已。

格林尼亚离开了家乡，独自一人到外地求学，他时刻牢记姑娘的讽刺，发誓摆脱花花公子的形象，他付出常人无法想象的努力刻苦学习，最终获得了1912年的诺贝尔化学奖，成为一个闻名世界的著

<<感谢折磨你的人大全集>>

名化学家。

生活中的磕磕碰碰在所难免，每一个人都要独自处理自己的伤口，没有人会守在你的身边随时准备为你疗伤。

对此，你必须有清醒的认知，接受苦难的洗礼，并且做好独自承担的准备，为更美好、更丰富的人生积蓄能量。

塞涅卡曾说：“没有谁比从未遇到过不幸的人更加不幸，因为他从未有机会检验自己的能力。

”我们的人生不可能像茶杯里的水一样波澜不惊，若是，这样的人生未免太过单调无趣。

我们总是在得到与失去的交替中，在渴求与放弃的转变间，经历着痛苦，同时也感受着快乐。

贝尔是一个父母早逝的孤儿，虽然吃了很多的苦，但依然保持着乐观的天性，当他好不容易凭借自己的努力拥有了一个小农场，然而持续的干旱让他再次受到破产的威胁，他像一头愤怒的公牛，言辞激烈地质问上帝，为何不留条活路给他。

上帝微笑地回应他：“难道你想自杀吗？”

”贝尔愤怒地回答：“我不会自杀的，已经没什么能让我感到害怕，你休想让我结束生命。

”上帝仍然保持着微笑：“那你比他幸运多了。

”上帝让贝尔看到地狱里正在受苦的另外一个人，“他一生幸运，但当他遇到你现在遇到的状况时，自杀了。

”要知道，正是这些经历，这些感受，丰富了我们的人生，而且，让我们的性格趋于完善，在成长的过程中，让我们学会了发现，懂得了珍惜，对于那些在心中化解不开的结，对于那些让我们承受痛苦的人，淡淡一笑，学会欣赏，学会包容。

只有洒脱地转过身，才能发现新的风景。

成长是一种痛，痛过才知道幸福的真相；成长是一种蜕变，经历了磨难才能破茧而出。

<<感谢折磨你的人大全集>>

编辑推荐

本书将和你探讨如何用另一种眼光看待这个世界，娓娓道出存在于你心中的那些困惑和烦恼，为你打开那些始终纠缠不清的心结，告诉你该用怎样的方式对待那些折磨你的人，如何才能把人生路上的绊脚石变成垫脚石。

本书信息量大，涵盖了生活中可能遇到的各种各样的问题，让你无论在成功还是失败、机遇还是风险、顺境还是逆境当中，都能拥有超常的智慧，让你从折磨你的人那里汲取力量，大步前行。

<<感谢折磨你的人大全集>>

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>