

<<感恩的心灵修炼>>

图书基本信息

书名：<<感恩的心灵修炼>>

13位ISBN编号：9787511316530

10位ISBN编号：7511316530

出版时间：2011-9

出版时间：中国华侨出版社

作者：王立琼

页数：208

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>

## <<感恩的心灵修炼>>

### 前言

序言日子总是像从指尖滑过的细沙，在不经意间悄然逝去。

但总有一些东西是岁月消融不了的，它不会因为时光的流逝而褪色、消失，它会一直陪伴在我们左右，为我们驱散黑暗，带来光明。

它就是父母对子女浓浓的关爱与牵挂。

是父母给予了我们生命，缔造了我们的灵魂，也影响了我们的一生。

在多少年前的某一天，当我们来到这个世界的时候，第一声清脆的啼哭和父母疲惫而会心的一笑，昭示着世界上一个新生命的诞生。

父母用他们幸福的笑容迎接我们的到来，但也就从那一刻起，他们就多了一项繁重的工作——抚养我们。

为了能让我们长大成人，为了给我们创造一个舒适的生活环境，为了能够让我们成为一个有用的人，他们含辛茹苦，付出了自己全部的心血和青春。

青丝染成白发，皱纹写上脸颊，但他们依然心系子女，无怨无悔。

静下心来想想，我们能拥有今天幸福的一切，能有一个温馨的家，能充分享受生活的舒适和安逸，所有这些都离不开父母为我们创造的物质条件！

可是，当我们回想起父母为我们做的这些事情的时候，发现他们竟然没有丝毫的抱怨！

我们都知道父母给予我们的是最博大、最无私、不求回报的爱。

细细思量，成长历程中，是谁在我们的学习、事业偶有收获的时候，那高兴的心情绝不亚于我们自己？

是谁在我们生病的时候，忧愁焦虑，甚至比我们自己还要痛苦、着急？

对，是我们的父母——可亲可敬、慈爱善良的父母。

自然界中，乌鸦尚知反哺之恩，羔羊尚懂得跪乳之德，更何况是身为万物之灵的人呢？

学会“感恩”，对于现在的孩子来说尤其重要。

因为，现在的家庭中独生子女居多，他们都是家庭的中心，是家中的“小皇帝”、“小公主”。

家中四五个大人围着他们转，孩子要什么，就给什么，真是“含在嘴里怕化了，捧在手心怕掉了”。

久而久之，孩子的心中就只有自己，没有别人了。

要让他们学会“感恩”，其实就是让他们学会懂得尊重他人。

当孩子们感谢他人的善行时，第一反应常常是今后自己也应该这样做，这就给孩子一种行为上的暗示，让他们从小知道爱别人、帮助别人。

有位哲学家说过，世界上最大的悲剧或不幸，就是一个人大言不惭地说没有人给我任何东西。

学校的德育工作应该重视感恩教育，让孩子学会知恩、感恩，感谢父母的养育之恩、老师的教育之恩、社会的关爱之恩、军队的保卫之恩、祖国的呵护之恩……从家庭、学校开始，学会尊重他人，以平等的眼光看待每一个生命，尊重每一份平凡普通的劳动，也更加尊重自己。

经常怀着感恩之心，我们才会心地坦荡、胸怀宽阔，自觉自愿地给人以帮助，助人为乐。

王立琼于2011年8月

## <<感恩的心灵修炼>>

### 内容概要

《感恩的心灵修炼》自然界中，乌鸦尚知反哺之恩，羔羊尚懂得跪乳之德，更何况是身为万物之灵的人呢？

学会“感恩”，对于现在的孩子来说尤其重要。

因为，现在的家庭中独生子女居多，他们都是家庭的中心，是家中的“小皇帝”、“小公主”。

家中四五个大人围着他们转，孩子要什么，就给什么，真是“含在嘴里怕化了，捧在手心怕掉了”。

久而久之，孩子的心中就只有自己，没有别人了。

要让他们学会“感恩”，其实就是让他们学会懂得尊重他人。

当孩子们感谢他人的善行时，第一反应常常是今后自己也应该这样做，这就给孩子一种行为上的暗示，让他们从小知道爱别人、帮助别人。

## <<感恩的心灵修炼>>

### 作者简介

王立琼，安徽省肥东县人，当代实力派教育专家、“感恩教育”特级讲师、中国国家名人学会副会长、北京马承英语联谊会会长、英普外语培训学校董事长、校长；安徽立琼教育文化传播有限公司董事长。

从1985年起，从事教育教学工作近30年，获得过“教坛新星”称号。

2008年辞去公职，全身心投入到家庭教育的研究，通过对“家长与孩子”、“社会与孩子”、“社会与家长”等一系列课题的研究，发现只有心存感恩之心，才是教育成功的基石，才是社会和谐和的催化剂。

## <<感恩的心灵修炼>>

### 书籍目录

#### 第一部分 凝露

##### 第一章 学会感恩——成功人生的必修课

1. 感恩，人生成长的第一步
2. 心怀感恩心，才能得到更多的帮助
3. 心怀感恩心，让你拥有好人缘
4. 我们绝不可做忘恩的人
5. 给别人留路就是给自己留路

##### 第二章 感悟感恩——让生命如花绽放

1. 撒播真心的赞美
2. 活着，就是值得感恩的幸福
3. 恩惠没有大小的区别
4. 幸福是一种心灵的感觉
5. 感恩需要穿透人生的智慧

#### 第二部分 结晶

##### 第三章 感恩父母

1. 感恩父亲，他教会了我们如何做人
2. 父爱如山，他为我们撑起了一片天
3. 母爱如水，她让世界更加美丽
4. 母爱是世间最伟大的力量
5. 时时尽孝，莫要“子欲养而亲不待”

##### 第四章 感恩爱人

1. 记得爱人点点滴滴的好
2. 家，是幸福温馨的港湾
3. 有家，才有世界
4. 举手之劳，让爱情弥久香甜

##### 第五章 感恩老师

1. 对老师感恩是成才的保障
2. 老师用爱心托起明天的太阳
3. 老师给我们无微不至的关怀
4. 老师让我们领悟生命的意义
5. 老师引领我们进入知识的海洋

##### 第六章 感恩朋友

1. 诤友让你看清自己的不足
2. 友谊最可贵之处在于雪中送炭
3. 友谊，滋润着我们的心灵
4. 感恩朋友患难中的真情
5. 感恩朋友的理解和支持

##### 第七章 感恩对手

1. 你的敌人也是你的恩人
2. 宽恕曾经伤害过你的人
3. 对手是我们最好的朋友
4. 在竞争中，我们才成长和强大起来
5. 在压力下，我们才实现自我的突破

##### 第八章 感恩社会

1. 感恩社会，它给我们安定、和谐

## <<感恩的心灵修炼>>

2. 感恩社会，它为我们提供锻炼机会
3. 感恩社会，做不抱怨的人
4. 感恩社会，请帮助不幸的人
5. 感恩社会，服务他人

### 第九章 感恩国家

1. 感恩祖国，它为我们赢得尊严
2. 感恩祖国，胸怀一颗强国之心
3. 感恩祖国，以天下兴亡为己任
4. 感恩祖国，我们永远是中国人
5. 感恩祖国，时刻把祖国放在心里

### 第十章 感恩自然

1. 用孩童的眼光看世界
2. 与小动物和谐相处
3. 保护我们赖以生存的环境
4. 感恩自然，她养育了众多的生命
5. 不要让“2012”真正到来

### 第三部分 升华

#### 第十一章 让感恩成为习惯——感恩无处不在

1. 真诚待人，及时行善
2. 施恩，不要夺走别人的尊严
3. 牢记他人之恩，反思自身之过
4. 生活态度在于你的选择
5. 懂得把握当下的意义

#### 第十二章 做最好的自己——用感恩成就美好人生

1. 困境是人生最好的大学
2. 学会感恩才能拥有美好未来
3. 不要用别人的错误来惩罚自己
4. 让微笑成为你的习惯
5. 点一盏照亮生命的心灯

#### 附录一：感恩名言

#### 附录二：感恩美文赏析

#### 后记：都是为了爱

## &lt;&lt;感恩的心灵修炼&gt;&gt;

## 章节摘录

版权页：插图：第一章 学会感恩——成功人生的必修课1. 感恩，人生成长的第一步在学习、生活中，我们或多或少都得到过别人的帮助，接受过他人的恩惠。可我们是否用心记住了这些，并因此多了一份感恩之情呢？在每个人的人生道路上都会遇到让人感动、值得铭记的事情。但是，在忙忙碌碌的生活当中，人们忘记了感恩，这样的人生何其悲哀？如果我们能够怀着一颗感恩之心面对生活，即使处在最困厄的环境中，我们也能看到沙漠中的绿洲，从而怀着更加美好的希望去面对未来。感恩之心也是一粒美好的种子，假如我们不仅懂得收获，还懂得适时播种，那么就能给他人带来爱和希望，并因此挽救他们或改变他们的情感世界。感恩，是我们人生成长的第一步。一个具有良好品格的人，才能算是一个合格的人才。一个人格完美的人才能得到他人的帮助，最终成就自己的事业。学会感恩，是每个人都应该最先学会的，哪怕是一句极为简单的“谢谢”！一个不忘本的人，才会受到他人的尊敬和认可，你的人生才能走好关键的第一步。一个行人到加油站问路，并打探前边镇子的人如何。加油站职员反问他从前住的镇子的人是怎样的。过路人回答：“哦，真是糟透了！”于是，这个加油站的职员说：“那么，我们这个镇子的人对你来说也一样。”随后，第二个人驾车来到这里，并问了职员相同的问题。当驾车人回答说原来所住镇上的人都是很友好时，职员说：“你会发现我们这个镇上的人也是完全一样的。”这个故事说明了什么呢？别人会用你对待他的方式来对待你。事实证明，及时回报他人的善意同时不嫉妒他人的成功，不仅会赢得必要、有力的支持，而且还能够避免种种不必要的麻烦。反之，嫉妒别人不仅难以使自己做到“见贤思齐”、虚心向善，而且也会影响自己的心情和形象。更主要的是这会使自己失去盟友和潜在的机遇，甚至还会树立强敌。因为一般说来，被别人嫉妒的人应该不会是弱者，以“一报还一报”的心理，他也不会对你太客气。所谓人际关系就是善意关系。说到底，人是三分理智、七分感情的动物。“士为知己者死”，从业者可以为对自己存在价值充分认可的上司鞠躬尽瘁。有这样一句话：给予就会被给予，剥夺就会被剥夺；信任就会被信任，怀疑就会被怀疑；付出爱就会被爱，付出恨就会被恨。行为孕育着下一步的行为。如果你对我友善，我对你也友善；如果你对我不友好，我也不可能友好地对待你——这就是心理学上的互惠关系定律。所以，伸出你的手去帮助别人，不要伸出脚去试图绊倒他们。一个与人为善、一心做事的人，也许会有一些小小的挫折，但胜利最终是会属于他的。而拥有这样的品质，需要我们从现在开始，不断地坚持，不断地严格要求自己。只有这样，我们才能够感受到感恩他人的重要性，以后的人生路才会平坦。现实告诉我们，只有拥有一颗感恩的心，我们才能够顺利地解决人生道路上的每一个困难：因为一个懂得感恩的人，在需要的时候会得到更多人帮助。这是每个人成长过程中的第一步，只有走好这一步，我们的人生才会变得更加美好、温馨2. 心怀感恩心，才能得到更多的帮助感恩也能为我们提供动力，它是一种积极的心态，同时也是一种向上的力量。



## &lt;&lt;感恩的心灵修炼&gt;&gt;

当我们以一颗感恩的心去面对生活的时候，会感到更加的愉快、幸福。

即使只是善意地向别人表达自己的感谢，也会把感恩种在自己和他人的心中，这比其他任何的物质回馈都要宝贵。

这样，在自己下一次需要帮助的时候，别人才会及时地伸出援助之手，帮助你走出困境，看到生活的希望。

在学习的过程中，我们时常会遇到难解的题目，这时便需要同学或者老师的帮助。

试想，如果在同学帮助自己解答了问题之后，自己却连一句“谢谢”都没有，完全没有感恩之心，那么在下次你遇到问题的时候，你的同学还会那样热情地为你解答吗？

你还会再次得到他人的热心帮助吗？

显然不能。

存有感恩的心，你才会得到更多的帮助。

懂得感恩的人，他们会相信，自己心存感恩，时刻帮助他人，在必要的时候，同样也会有人来帮助自己。

如果没有感恩的心，没有一颗帮助他人的心，你同样也不会换来他人的帮助。

他是一家运输公司里一名普通的修理工，妻子是办公室的文秘。

能写能画的他也是单位的一个能人。

当时谁也不会想到，后半生他要靠擦鞋为生，沉浸在欢乐与幸福中的他更是想不到。

结婚不久之后，女儿诞生了。

但是，这幸福的生活很快便结束了。

在女儿9个月大的时候，妻子突然患暴发性肝炎去世。

从此，他既当爸又当妈，含辛茹苦地抚养女儿成长。

由于要照料女儿，他经常上班迟到、早退。

那天他来到工厂办公室，第一眼看到的便是那个让他顿时感到天崩地裂的消息——因长期迟到、早退及旷工，他被单位开除了。

女儿嗷嗷待哺，自己却失去了生活来源，这对他来讲不能不说是一个巨大的打击。

第二天一大早，他便跟着邻居背起蛋卷机四处为人做蛋卷。

但是，冬天一过，吃蛋卷的人逐渐变少，他又改行摆地摊、卖快餐，但都因种种原因亏损。

在他一筹莫展时，看见了农村进城的妇女在街上为人擦鞋。

于是，他买来鞋油、刷子，试着当起擦鞋匠。

因为有的时候顾客很少，靠擦鞋也挣不了几个钱，于是，他白天给人擦皮鞋，晚上帮人画画、写信，顺便帮人卸货。

日子虽然过得非常艰辛，但是看到女儿的笑脸之后，所有的疲倦都被一扫而空。

一天半夜，卸完货回来之后，他便听见了女儿的哭声，赶忙进屋之后，他一眼看到了女儿满是水泡的手。

女儿半夜醒来，碰翻了火炉上的水壶，开水洒出来的时候烫伤了女儿。

看着女儿手上的水泡，很长时间以来的委屈和心痛涌上心来，他一把抱住女儿放声痛哭。

但是，生活的磨难并没有击垮他，一件在很多人看来是灰色的事情，却让他看到了生活的希望。

从此，他的心中便有了感恩的种子，并且在后来的时间里一直伴随着他。

女儿两岁多时，突然严重咳嗽、发烧，吃了不少药，但是病情却在一天天加重。

一星期后，当他放工回家后，发现女儿已经昏迷过去，一张小脸煞白，呼吸非常微弱。

“还不快去医院，要不孩子肯定没救了！”

邻居关心地提醒他。

抱着女儿一路小跑到医院，他摸遍每个口袋也没掏出一分钱。

“那一刻，想死的心都有。”

“不能眼睁睁看着女儿死啊！”

他“咚”地一声给医生跪下，哀求道：“求求你们救救我女儿！”

“不知跪了多久，说了多少好话，有人通知涕泗横流的他把女儿抱去住院部。”



## <<感恩的心灵修炼>>

医生被他感动了，同意免费收治。

“女儿终于有救了，世上还是好心人多！”

自那时起，他的心里埋下了感恩的种子。

女儿住院一个月，他每天早早起床，拖地、擦桌子，在医护人员上班之前，把整幢楼的清洁做完。

他说，自己除了一身力气，无以为报，只有以此表达自己的感恩。

他坚信只要自己有颗感恩心，生活就一定有希望。

他是这样想的，也是这样做的。

在女儿病好后，他抱着女儿给每个医生、护士道谢，教育女儿一定要记住这些叔叔阿姨，是他们救了她的命。

也是从那时起，女儿有了当医生治病救人的理想。

后来，女儿慢慢地长大，食量不断增加，而且经常吵着要吃肉，但是他哪里有钱给女儿买肉啊。

于是，附近的一家火锅店便把客人没有吃完的菜给他们父女俩。

虽然，都是别人剩下的食物，但是他依然带着女儿连声地感谢。

“懂得感恩，就能看到生活的希望”，他对此坚信不疑。

在客人擦完鞋付钱之后，他总会让女儿说“谢谢”。

他说正是因为这些人的光顾，所以他们才有了下一顿饭钱。

在教女儿写字画画的时候，仍然离不开祝顾客开心之类的祝福语。

后来他便给自己制作了一个广告牌，广告牌上写着相应的感谢语：“尊敬的先生、女士，首先祝您情人节快乐！

节日期间擦鞋者，情侣一律五折！

”一对情侣路过时便被这张特殊的广告牌吸引。

广告牌是废纸板做成，用彩色水笔书写着艺术体的广告语，旁边，还用红色水笔画着玫瑰。

“这擦鞋的还挺有心！”

”女孩半信半疑地坐下，皮鞋擦完，给出1元钱，果真找回5角。

除了情人节，遇到“三八”妇女节、元旦、国庆等重大节日他便会相应的人群提供优惠服务，擦鞋也享受五折。

后来，他所在的社区改革，贫困户得到重视，每逢过年都会有很多人来慰问，后来又有了低保。

他也经常在社区做着自己力所能及的事情。

在他的教导下，女儿也和他一样做事谨慎，常怀感恩之心。

当你懂得感恩的时候，你会发现，这个世界处处存在着希望，到处都会有温暖和帮助。

懂得感恩的人，别人会在你最需要帮助的时候伸出援助之手。

怀有一颗感恩的心，能帮助你在逆境中寻求希望，在悲观中寻求快乐。

其实，感恩是一种处世哲学，也是生活中的大智慧。

一个智慧的人，不应该为自己没有的斤斤计较，也不应该一味索取和使自己的私欲膨胀。

学会感恩，为自己已有的感恩，感谢生活给你的赠予。

这样你才会有一个积极的人生观，保持健康的心态。

你播种的是善良，收获的也将会是善良。

有感恩的心，你才会得到他人的尊敬和信任。

只有懂得感恩的人，才会在未来的学习和生活中不断地得到他人的帮助和资助，让自己顺利渡过每一个难关，帮助自己实现心中的理想。

## &lt;&lt;感恩的心灵修炼&gt;&gt;

## 后记

都是为了爱——王立琼的故事 我出生于1965年10月2日，自幼家境贫寒，从小跟随父亲在乡中心学校读书，父亲就是我的班主任。

母亲在家操持家务，由于“坐月子”期间得了病，落下终生残疾，不能做重体力活。

我从小就特别心疼父母亲，上学的时候总盼望星期天快点到来，能为母亲做点农活，拾麦穗、打草等；盼望着自己快点长大，能帮母亲做更多的事。

在跟随父亲在校读书期间，父亲总是自己种点蔬菜，很清贫地生活。

由于父亲长期营养跟不上，教学工作又很繁重，他的痔疮病越来越严重。

经常看到他难受的样子，我心里特别不是滋味；每到了周末，就跟随父亲一起回家，在路上，最希望能拾到一两粒落下的花生。

每当我剥去壳放进父亲的口里时，他的笑容让我永生难忘。

捧着真心来育人 上中学的时候，我担任班团支部委员，经常找借口从父亲那里要点零钱攒起来，替班上特别困难的同学缴团费。

1985年，我从安徽省合肥市肥东师范学院毕业，从事一线教学工作。

由于好学多问，很快就成为教学能手，并多次获奖，1993年被评为小学数学高级教师。

在教学中，我特别能理解调皮的孩子，关心成绩落后的孩子，帮他们找原因、寻方法。

我有这样一个学生，他叫崔成，8岁才会讲话，连他的家长都对他失去了信心。

但我没有放弃，我经常关心他、帮助他，走进他的心里，让他排除心理障碍，解除戒备。

由于学习成绩较差，对学习没有兴趣，他整天眼皮耷拉着，无精打采。

针对这种情况，我每天只布置一道数学题给他做，然后在课堂上使劲表扬他说，崔成同学作业做得全对，引起全班同学一片赞扬。

一段时间下来，其他同学都对他另眼相看，主动接近他。

原来被人遗忘的丑小鸭一下子变成了白天鹅。

从此，他的学习兴趣倍增，成绩逐渐上升，到六年级毕业，数学竟然考了96分。

那时那刻，我感到只要对教育真心付出，就会有好的结果。

作为人民教师，我深知，自己的一言一行对学生都可能起着巨大的影响，一句甜美的鼓励甚至能改变一个人的一生。

我清楚地记得一个叫任文静的小女孩，长得特别漂亮，但由于父母离异，小女孩非常失落，整天萎靡不振，更别提什么学习兴趣了，成绩一天天差下去。

我得知情况后，除了在学习上用减压方法帮助她外，更注重用语言能量帮她树立信心。

小文静的小脸蛋整天都是脏兮兮的，我没有直接批评她，我只是说：“任文静，你长得这么漂亮，如果每天把脸洗干净，王老师每天都会亲你一口。

”从此以后，她的脸都是干干净净的。

赞美比批评的能量强一万倍。

用赞美、理解、宽容的方式改变一个人，效果最好。

带着感恩去工作 记得在我刚开始工作的时候，我在一个叫大树庄的小学任教，当时学校总共只有12名老师。

一次，镇上组织全镇学校进行语文课堂教学大赛，要求每个学校必须选二名教学能手参加比赛。

由于我们学校是刚组建的新学校，校领导寻找了一个多星期都没找到合适的人选。

最后，派上了我这个教数学的去参加二年级的语文教学大赛。

考虑到学校的各项工作都处于特殊时期，我毫不犹豫地答应了。

经过认真准备，我一下子取得了全镇二年级组语文课堂教学大赛的一等奖。

1992年，我调到县城育红实验小学，一干就是17年，期间当过大队辅导员、班主任。

但是，我不满足，我特别喜欢做有挑战性的工作。

在这十多年里，我虚心向老教师们学习，在个人待遇问题上，从不与别的同事攀比，只是凭着良心工作，带着感恩的心去工作。

## <<感恩的心灵修炼>>

为了大爱，试创业 2004年5月，儿子参加中央电视台“希望之星”大赛安徽赛区的选拔赛，看着孩子备赛时的紧张模样，让我很揪心。

我想，应该为孩子、为社会做些什么。

当年，我以父亲退休教师的身份创办了英普外语培训学校，一定要让肥东的孩子与国际接轨，走出去。

2005~的12月，“希望之星”大赛选拔赛第一次走进了肥东。

由于我在办学过程中敢于创新，吸引了一大批优秀的人才加入，仅仅用了五年的时间，学校培训的人数就达到了上万人次。

2008年6月，为了做好自己喜欢的事，我毅然辞去了从事了20多年的公立学校教师工作，投入到更广阔的社会教育事业中。

懂得感恩，怎样感恩，一直是我思考的重点。

为了让更多的人理解感恩的真正含义，感受到感恩的力量，我频繁在全国各地进行感恩演讲，至今，已经义务做感恩演讲达200多场，使众多迷失方向的人群从感恩中找到了正确的人生方向；帮助成千上万的家长找到教育孩子的真谛；让万千学子找到了生活和学习的原动力。

另外，我还特别为一些企事业单位做主题为“学会感恩，工作开心”的专题演讲，让他们重焕工作生机，重振工作干劲。

为了让幸福、爱心更快地传播出去，让更多的家庭受益，2011年3月，我又成立了安徽立琼教育文化传播有限公司。

公司成立伊始，恰逢青海玉树地震一周年。

得知那里仍有很多孩子缺衣少吃，生活非常困难，我们主动和他们联系，并与青海玉树藏族自治州唐卡艺术爱心学校结成帮扶对象，推出了“少吃一份零食，给他们一顿饱饭”大型公益活动，希望通过这一活动，呼吁社会更多的人来共同关注受灾地区孩子们的生活问题。

有一种爱叫大爱无疆；有一种胸怀能海纳百川。

为了那份感恩，为了那份爱，我们将继续前行。

## <<感恩的心灵修炼>>

### 编辑推荐

《感恩的心灵修炼:把爱洒满人间》：感恩是一种处世哲学，是生活中的大智慧；感恩是一种生活态度，是一种品德，是发自内心的真实感受；感恩是一种能力，更是获取能量与能力的途径！感恩是实现成功人生最无价的宝贵财富！，心怀感恩，你会活得更加美好草木为了感激春天的到来而吐露新芽；鲜花为了感激夏天的到来而竞相开放；硕果为了感激秋天的到来而挂满枝头；雪花为了感激冬天的到来而让大地母亲银装素裹。

拥有一颗感恩的心，我们生命的每段历程才会充满温馨。

请记住苍天给我们的雨露、大地给我们的五谷，记得路人给我们的微笑……感恩是对生命恩赐的领略；感恩是对生存状态的释然；感恩是对现在拥有的在意；感恩是对有限生命的珍惜。

不知感恩是因为麻木；不懂感恩是因为无知；不会感恩是因为迷茫；不能感恩是因为软弱。

珍惜应该珍惜的，原谅应该原谅的，忘记应该忘记的，发现应该发现的，接受应该接受的，而这一切都需要你怀着一颗感恩的心。

感恩是对生命恩赐的领略：感恩是对生存状态的释然：感恩是对现在拥有的在意：感恩是对有限生命的珍惜。

不知感恩是因为麻木；不懂感恩是因为无知；不会感恩是因为迷茫；不能感恩是因为软弱。

珍惜应该珍惜的，原谅应该原谅的，忘记应该忘记的，发现应该发现的，接受应该接受的，而这一切都需要你怀着一颗感恩的心。

黑夜的天空因为有了群星的点缀而璀璨，平凡的我们因为有了感恩的心而不凡。

让感恩盈满世界，让世界充满阳光！

感恩伤害你的人，因为他磨练了你的心智；感恩欺骗你的人，因为他增进了你的智慧；感恩孤立你的人，因为他教导了你独立；感恩孤立因为他增强了你的能力；感恩斥责你的人，因为他提醒了你的缺点。

有一种爱叫大爱无疆：有一种胸怀能海纳百川。

<<感恩的心灵修炼>>

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>