

<<心灵鸡汤>>

图书基本信息

书名：<<心灵鸡汤>>

13位ISBN编号：9787511321947

10位ISBN编号：7511321941

出版时间：2012-4

出版时间：中国华侨出版社

作者：泓雁

页数：433

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>

## <<心灵鸡汤>>

### 内容概要

在现实生活中，我们的心灵会承载太多的负累。

在很多情况下，我们不得不经常面对各种烦恼和痛苦：事业上的竞争，经济上的压力，爱情上的坎坷，婚姻上的困惑，健康上的隐忧，与亲人的生离死别，遭受朋友的疏远，等等。

在茫然失措、愁眉不展的时刻，我们需要对人生、对社会有清醒的认识，需要更深刻地理解和体会父爱、母爱的舐犊之情，感受朋友间、恋人间的纯真之爱，明白怎样以博大的胸襟去施爱于人，怎样在惶惑、烦恼、痛苦和失落时，获取慰藉。

今天所呈现的这道“心灵鸡汤”，就是我们人生道路上必不可少的最佳精神伴侣，无论是身处力争上游的快跑阶段，还是恰逢人生变故减速慢行的彷徨时刻，都能让我们把握住心的方向，掌控自己的人生。

泓雁主编的这本《心灵鸡汤》所收录的文章都是从最受读者喜爱的经典美文和鲜活时文中筛选出来的，堪称经典中的经典。

文章内容涉及心态、宽容、尊重、亲情、爱情、友谊、善良、感恩、幸福、做人、做事、挫折、成功等重大人生课题，其中涵盖了关于人生的大部分诠释，有体会幸福的生活感悟、涤荡心灵的历练、战胜挫折的勇气、闪烁光辉的美德、发人深思的人生智慧，有荡气回肠的爱情、温馨感人的亲情……每篇文章都在讲述一份美好的情感、一种人生的意义，可以修正错误，启迪心灵，照亮幽暗，在困惑无助时帮助你解除心灵上的困扰；也可以抚慰伤痛，为受伤的灵魂提供避难之所。

相信读者在阅读这本《心灵鸡汤》的同时，能够获得心灵的洗礼，深刻地体会到做人的道理、人生的真谛，在品味中得到智慧与快乐的启迪和感悟。

## &lt;&lt;心灵鸡汤&gt;&gt;

## 书籍目录

绝不放弃自己的梦想  
一位糕点师的梦想 / 欢颜  
前方不只有罗马 / 刘密  
挺过脆弱的关口 / 卡玛  
不将就的人生 / 梅雪  
做一朵孤芳自赏的花 / 变嫫  
一个七美元的梦 / 佚名  
笨拙的梦想 / 羽毛  
第二百零一次叩门 / 阿健  
你的老师是你自己 / 睦平  
生活还是毁灭由你选择 / 孙盛起  
“现在”就去百老汇 / 荭草  
“凹点”心理 / 楠子  
一条道走到底 / 蔡成  
赎回儿时的梦想 / 刘燕敏  
我是坚持最久的女孩 / 黄志军  
要300万还是要快乐 / 佚名  
在心灵的画布上涂抹阳光  
比艺术更珍贵的 / 陈亦权  
离天堂最近的监狱 / 吴作望  
笑是两人间最短的距离 / 永星  
蚕豆花的眼睛 / 黑白  
点亮心灯 / 路上的歌者  
充实你的心灵 / 洛克菲勒  
享受天真 / 吴若增  
心灵是一棵会开花的树 / 赵丽宏  
生活需要感恩的心 / 蔚冬  
心灯如月 / 谢新源  
有一颗行星以他命名 / 江华张蔚  
伤痛是心灵的荣誉勋章  
谢谢你对我的伤害 / 杨晓丹  
照亮美国的蜡烛 / 张娜  
6年，经历一次重生 / 吴博峰编译  
感谢羞辱 / 王长思  
四亿美元和一个灵魂 / 李家同  
一只鸟飞落山坡 / 毛志成  
你辱我，我不羞 / 张程  
压不垮的埃尔默 / 杨红  
命运出错我不能错 / 翟宇宏  
你还知道MBA / 蔡成  
常常走在宽容的阳光里  
第三种选择叫仁爱 / 薛峰  
原谅仇恨，其实是拯救自己 / 琴台  
原谅 / 尤今  
给别人的错误一个台阶 / 周礼

## &lt;&lt;心灵鸡汤&gt;&gt;

吃亏 / 梅如霜  
改变一生的闪念 / 李阳波  
爱是永远的宽容 / 朱铁志  
包容是一种人生哲学 / 鸿鹄  
从敌人到友人 / 狄马  
林肯的家 / 陈思  
宽容的至高境界 / 冯春玲  
如果不能忘掉恨, 就把它化成笑 / 卞毓方  
对人要宽宏大量 / 解凡编译  
人格是最高的学位  
面具 / 魏炜  
来喝一杯下午茶 / 蓬草  
挺起脊梁做人 / 石伟张风华  
不灭的人性 / 感动  
最富的时刻 / 佚名  
知道回家的伞 / 左手  
不负 / 孙盛起  
负完责任再走 / 唐俑  
穷人的善举 / 丁刚杨芳  
人生的另一种财富 / 苏子  
对尊重的奖赏 / 王贵明  
人格的核心是自信 / 刘丹  
与生活博弈需智取  
蘑菇转了一个弯 / 王奉国  
走! 走到楼上去 / 玩子  
换个“守”法 / 周彪  
让画满字的白纸开出花朵 / 澜涛  
别急着站起来 / 佚名  
一棵核桃树 / 刘燕敏  
为自由算计 / 曾奇峰  
大便老师 / 黄春明  
看不见的对手 / 王一  
生命的出口 / 林清玄  
你听我说, 兄弟 / 范春歌  
平凡是福 / 夏小舟  
不完满才是人生 / 季羨林  
思想者的色拉 / 文如水  
好心态才会有好人生  
缩小自己 / 张礼文  
看轻自己 / 逍遥马  
知足常乐 / 罗兰  
等红灯时谁在微笑 / 潘向黎  
爱是一种心境 / 祝勇  
随意 / 申力雯  
春天的风 / 阿土  
生命本来没有名字 / 周国平  
月上天心 / 覃旭

## &lt;&lt;心灵鸡汤&gt;&gt;

积极心态的力量 / 杨吉  
走过阴霾 / 谭里和  
放轻松浮上来 / 王者归来  
不是为了生气而种兰花 / 褚海刚  
用阳光心态面对生活 / 佚名  
幽默是一种人生态度 / 刘勇强  
幸福就是平常心  
最年轻的一天 / 张丽钧  
一朵花的快乐 / 李威编译  
不要正儿八经地忧伤 / 微笑的鱼  
不去羡慕别人的生活 / 星竹  
像她一样姿态从容 / 海燕  
很爱很爱自己 / 画眉  
永别了，墙角的青苔 / 蔚蓝  
有些时间是用来浪费的 / 陶黎明  
动听的花园 / 张岚  
窗台上的眺望者 / 张曼娟  
生命的空隙 / 佚名  
过这样一种生活 / 凉月满天  
平平淡淡过一生 / 季羨林  
孤独的智慧者 / 邓皓  
你的怀抱是我生命的终点  
有一种爱是不能被猜疑的 / 佚名  
18岁的夏天开过蓝莲花 / 胡蝶  
未捅破的秘密 / 马德  
我和父亲的“战争” / 杨昊鸥  
世上最完美的爹娘 / 菊花遍地开  
最后的背影 / 张秀超  
你的幸福与那么多人息息相关 / 孙鲁宁  
憨憨的继父 / 张军花  
母亲和那口老掉的井 / 谢云  
枣木匣子 / 兰守轩  
母亲的高凳 / 程默  
土豆的味道 / 刘世树  
用爱喂养的梦 / 佚名  
关于一只熊猫的爱的碎片 / 颜歌  
18个红包 / 唐生德  
原来你也在这里  
爱，就这么简单 / 秀秀  
美错 / BooBoo  
水煮蛋上的“爱情情报” / 林珊  
甜蜜的巧克力之恋 / 林雨白  
都是达西惹的祸 / 朱萍  
昼是太阳的暖，夜是月亮的蓝 / 菜芽童  
原来你也在这里 / 王文玲  
除非雨落之后仍是雨 / 蒹葭苍苍  
20份快件里的秘密 / 静女棋书

<<心灵鸡汤>>

稻草人最爱秋天 / 李蕾  
一杯大麦茶的等待 / 毛闽峰  
不遗憾，没有在最青春美貌时遇见 / 十月晚霞  
有一个人会陪你慢慢变老  
有一种爱叫索取 / 吴心  
那一碗馄饨 / 佚名  
结婚照上的笑容 / 陈明编译  
最动人的遗忘 / 鲁小莫  
爱在正中间 / 青秋  
爱情存折 / 弗拉基米尔  
牵挂 / 虹影  
藏在布丁里的银纽扣 / 蕙然  
贫贱夫妻 / 胥加山  
第六朵水晶莲 / 小羽  
梦中之屋 / 绿云编译

## &lt;&lt;心灵鸡汤&gt;&gt;

## 章节摘录

挺过脆弱的关口 卡玛 那一年，我刚来北京，租住在西郊一座嘈杂的四合院里。

我在一家礼品公司上班，具体工作是抱着厚厚一本黄页电话本给各个单位打电话：“请问你们这里需要礼品吗？”

一天到晚打电话打得我口干舌燥，耳朵痛头也痛，换来的报酬不过是每月底薪600元加提成。600元，除去每月240元的房租和车费、饭费，实在是剩不下什么了。

物质生活上的苦，没什么大不了，真正让我受不了的是内心的孤寂和无助——这城市茫茫，我是谁？

我的道路在何方？

我的未来在哪里？

那会儿，我总是做一个同样的梦，梦见自己正在参加数学考试，看看这道题不会，看看那道题还不会……又急又慌，总是一身冷汗地惊醒过来，往往还没有回过神儿，就听见房东的儿子在敲我的窗子：“晴川，起床了吗？

上班了！

”房东的儿子姓王，在家排行老二，人们都叫他“王二”。

王二在派出所工作，每天骑着一辆白色大摩托车去上班。

一天，他突然对我说：“晴川，你上班的地方是不是在翠微路？

正好和我同路，我可以顺便带你。

”一听有顺风车可以坐，自然高兴。

可是我慢慢发现事情并不是这样简单——首先王二的单位和我上班的地方是相反方向；其次他每天变着花样儿给我买早点，再悄悄放进我的包里；还有就是他看我时，那温情脉脉的眼神……我并不愚钝，知道当一个男孩子这样待你，肯定是对你有些意思的，可是这丝毫不能让我高兴——两情才能相悦，单方面的爱，总不能令两个人快乐。

我干了3个月，一笔业务也没谈成，没等老板开口，我先将自己给炒了。

那一年北京的夏天持续高温，我顶着大太阳在偌大的城市里四处奔波着找工作。

钱越来越少，我开始琢磨可以向谁借钱，想到了勇。

勇是我在礼品公司的同事，平日里对我很是殷勤。

我打电话给勇，他一听是我果然很高兴，可是等我婉转说出借钱的目的后，他嘎嘣起来，结结巴巴地顾左右而言他……看着别人这般为难我更加不好意思，赶紧说：“没关系的。

”我又想到了莉。

莉是我刚来北京找工作时认识的朋友，也算患难之交。

我向莉一说，她的爽快让我喜出望外：“明天晚上你来我家拿钱吧！

我等你！

”第二天晚上我准时来到莉的家，敲门，她却不在。

我等了一会儿，她也没回来，我连忙逃似的离开了……我独自走在华灯初上的街头，像一个无家可归的游魂，那么多的楼房，那么多扇亮着灯光的窗子啊，为什么就没有一扇是属于我的呢？

晚上8点多了，回家的公交车还是挤得吓人，我拼命挤上去又被更为拼命的人挤下来，索性一屁股坐在马路牙子上，眼睛里面一阵阵发热，却哭不出来。

我想到了王二。

是的，他是一个好人，然而我心里那么清楚地明白：这个人，不是我想要的，我不可能爱上他。

可是我也知道，如果我和他好，最起码可以不用再为生存发愁——这对于当时的我是多么的重要！

那一天我回到家已快10点了，王二站在院门口等我，一见我就说：“怎么这么晚才回来？

今天是你的生日呢！

我给你买了一个大蛋糕！

”今天是我的生日吗？

我自己早已忘记了。

## &lt;&lt;心灵鸡汤&gt;&gt;

邻居们都在兴高采烈地等我，院子当中的石桌上放着蛋糕、啤酒、烤羊肉串，还有西瓜。

都是些萍水相逢的人，但是平日里我们相处得不错。

大家一起为我唱生日快乐歌，一张张亲切的笑脸，还有那歌声，让我的心变得柔软，脆弱乘虚而来。我很想哭，却只能大杯大杯地灌啤酒，以堵住喉头涌上来的一阵又一阵的哽咽……王二一直默默地注视着我，替我喝掉大家敬来的酒，借着酒意我也看着他，我想：什么理想，什么爱情，那都是些太过虚幻的童话吧？

而眼前的这个人，这个人待我的好，是真实的可以握住的，我为什么不能接受他呢？

吃蛋糕时，大家纷纷将奶油往我的脸上、身上乱涂，我疯笑着，去房间里洗脸。

王二不知什么时候跟了进来，关切地问：“你没事儿吧？”

“我抬起脸，看着镜子中的自己，而他就站在我的身后，我只要往后轻轻一靠，就会落在一个真实的温暖的怀抱中……我闭上眼睛，感觉自己的身体正在慢慢往后靠，感觉到王二的手臂伸了过来，就在他要环抱住我的那一瞬间，我大叫起来：“不要！”

”这声音如此尖锐，几乎将自己吓了一跳。

我睁开眼睛，发现自己好端端地站着，而王二一脸的诧异：“怎么了？”

”哦，刚才，那是我的幻觉吗？”

我迅速笑了：“没什么，我们去喝酒吧！”

”第二天，我将自己的寻呼机卖了100块钱，就靠这100块钱，我生活了将近一个月，并最终找到了一份工作。

在来北京6年之后的今天，我在这个城市拥有了我想要的一切：一份自己喜欢的工作、一份平实幸福的爱情、一种富有精神内涵的生活。

常常，我会想起那个生日的夜晚，当初究竟是什么力量，支撑着我走过那个脆弱的关口？

我想那力量，一定是来源于我内心深处对于自我对于生活不肯妥协的要求；如果那个晚上，我倒在了那个我并不爱的人的怀里，结果会是怎样？

我想我会成为他的妻子，过上一种衣食无忧的生活，然后在那种生活里我却一天天枯萎……我们每一个人，以血肉之躯辗转在这纷纷扰扰变幻莫测的世上，总会遭遇许多脆弱的时刻，在那些脆弱的关口，咬咬牙，一定要挺住，并且坚信：所有我们想要的东西，总会在某一个不期然的时刻与我们相逢。

到那时，你会惊喜地欢呼：“是的！”

我要的就是这个，就在这里啊！”

”然后，请上前将它牢牢抓住——你有这个资格。

……



<<心灵鸡汤>>

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>