

<<心灵鸡汤>>

图书基本信息

书名：<<心灵鸡汤>>

13位ISBN编号：9787563444908

10位ISBN编号：7563444904

出版时间：2012-4

出版时间：延边大学出版社

作者：李继勇

页数：240

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>>

### 前言

人的心灵是什么？

我们可以把它比喻成一间贮满杂物的货仓。

和杂乱的货仓一样，我们的心灵需要不时的清扫才能扫除生活中的羁绊和心灵上的负担。

打扫心灵就是一次净化心灵的过程，扫除苦恼，才会留下宁静；擦掉虚荣，才会留下真情；清理悲伤，才会留下坚强。

只有经常打扫心灵，才能拥有一份洒脱的心境，才能在纷繁的社会中挥洒自如。

人生道路向来都是曲折的。

每个人都在这条道路上忍受着各种各样的煎熬。

生活的繁琐、工作的压力、人际关系的错综复杂，使我们的的心灵承受了太多的负担，原本纯净的心灵沉积了太多的灰尘。

如果我们的的心灵总是被自私、贪婪、卑鄙、懒惰所笼罩，那么就算拥有财富和权势，我们的的心灵都不可能得到片刻的慰藉。

人生漫长的旅途中，存在着很多无法预料的困难和诱惑，这会打击我们的自信。

遮挡我们的视线，更会使我们难以分辨前进的道路。

人生，需要鼓励与期望；心灵，需要温暖与呵护。

本书以精彩动人的故事，可以帮我们去除心灵的尘埃，为我们指明前进的道路。

给我们一双慧眼，她让我们看清在这充满“欲望”的世界中还是充满了爱和希望，所以人与人之间得以互动，推动人际关系的和谐。

也许一个人所付出的关怀在大背景之下显得非常地渺小，但仍然有它的力量和作用，即使是一个关怀的眼神、一个灿烂的微笑、一个温暖的拥抱，都会让接近你的人有如沐春风的感觉，身旁的世界也会因此更明亮。

## <<心灵鸡汤>>

### 内容概要

收集的全是与人生、命运，奋斗、生活相关的励志故事，让人心情愉悦，发有深省，得到心灵的慰藉。

## <<心灵鸡汤>>

### 书籍目录

#### 第一章 人生的真谛：命运是偶然也是必然

母爱的力量

时间可以证明一切

唯有付出才能得到

努力不一定成功 放弃一定失败

机遇掌握在自己手中

做自己命运的主宰者

失败是成功之母

阳光总在风雨后

等待绽放的花朵

两尊雕像

神圣的目标

不经历风雨怎能见彩虹

勇敢面对人生的失败

用全力做好眼下的事儿

后退是为了更好地前进

传家宝

记得要勇往直前

一个聋哑人的故事

不给自己留后路

用宽容的心对待世界

一个无比孤独的人

虚荣的小姑娘

小美

嫉妒是心里扎根刺

嫉妒的小鸭子

螃蟹文化

“机遇”经不起等待

人生的十字架

真假爱情，你能分辨出来么

漂亮的小狐狸

好马也吃回头草

上帝很无奈

#### 第二章 人生的智慧：让人生与众不同

请宽容你的竞争对手

重要的一课

若想幸福，心态是你最大的本钱

宽容孙宏斌

猜疑

疑人偷羊

爱是宽容和理解

保持一颗平常心

别让怀疑阻碍了你前进的脚步

夫妻间的信任

难过与快乐的选择

<<心灵鸡汤>>

我庆幸我不是.....  
幽默的力量  
巧用幽默应对尴尬  
宽容与爱  
借助幽默的力量推销自己  
说话是一门大学问  
用轻松的幽默制造微笑  
面对挑衅, 学会出奇制胜  
宽容对方的缺点, 这就是爱...  
一位难得的好老师  
对弱者, 更多的需要是理解  
最美丽的自然  
冲动是魔鬼  
上帝的窗  
老虎的礼貌  
画家的“好画”  
富翁的儿子  
自嘲是一种生活哲学  
用幽默化解冲突  
歌者的困惑  
第三章 人生在于思考  
不仅仅是生存  
不要忘记留一条路给别人  
音乐在你心中  
拍卖冤仇  
美妙的语言  
真情的玫瑰  
换个角度考虑问题  
让人生之路越走越宽  
善行延续感动温暖常在  
怨恨到此为止  
谁才是重点  
爱的奇迹  
思乡  
爱的小米粥  
浪花般的爱情  
巧妙化解仇恨  
远亲不如近邻  
适合的时间  
闪光的人性  
无怨无悔  
对乡亲的记忆  
消失的纤纤十指  
诗书里的花  
腾出一只手给别人  
一张20多年的欠条  
第四章 人生的境界：让心灵充满阳光

<<心灵鸡汤>>

一个侧身后  
两个房子的故事  
曾对我们“挑剔”的那些人  
3角钱的“便宜”  
娱人娱己  
尊重更胜过度的善意  
真理永远都是真理  
李卫除恶  
神仙们的“救赎”  
甘愿落后  
厉害的小学生  
老师的实验课  
马哈鱼的“寻根之旅”  
沙漠中的驼队  
秀才“被骗”  
白居易的“尴尬”  
谁是恩人  
生命的重量  
神的礼物  
谁是亲人  
鞠躬的“尊敬”  
落地的考卷  
最好的帮助  
属于自己的“位置”  
谁画的更好  
招聘助理  
曹操之死  
莫非定律  
矮子的胜利  
太医巧“治病”  
卫生检查  
流行与经典  
皇帝辨友  
第五章 静能生悟，水止而能照物  
从头再来  
你没有权利判自己死亡  
最好的儿子  
不要轻易用能力极限做赌注  
对门远在天边  
妈妈对不起  
我们的执念  
为他们每个人骄傲  
心灵负荷  
成全他人  
汇总你的“爱足迹”  
用爱滋养  
做事需要愚公移山的精神

## <<心灵鸡汤>>

你的健康你做主  
生活一定会给你最想要的  
心境由你自己决定  
你做不了任何人的救世主  
每天都开心  
丢掉心灵枷锁  
永远不放弃自己的目标  
放轻松，变简单  
成功是专注于爱好的副产品  
残疾人的捐赠愿望  
智慧来源于困难  
精神的勇士  
生活无小事  
重新开始  
不知满足的危害  
拿别人做镜子，天才照成傻瓜  
大事小事都要兼顾  
抓住对手弱点  
人骨殿  
那沉甸甸的相思  
把困难缩小  
别把真实的距离放心上  
抱守传统打碎了幸福的婚姻  
大家都在  
放弃，也许是正确的投资  
做任何事都要有恒心  
长得难看也自信

## &lt;&lt;心灵鸡汤&gt;&gt;

## 章节摘录

失败是成功之母 晓燕生长在一个极度贫困的家庭，妈妈在生她的时候因为难产不幸去世了，爸爸因为忍受不了爱妻的突然消失，毅然决然地踏上了流浪的旅途，唯有60多岁的姥姥带着她艰难地度日。

俗话说得好“穷人家的孩子早当家”。

田晓燕从小就特别的懂事，特别的善解人意，学习认真努力，年年都是班级里的三好学生。由于她聪明好学，积极进取，14岁那年考入了滨海市第一中学。

2010年5月，眼看就要过15岁的生日了。

一天，数学老师把她和另外几位同学叫到了数学教研室，兴致勃勃地告诉了他们一个好消息：下礼拜三，代表滨海市参加省里的数学奥林匹克竞赛，他们高兴极了，欢呼雀跃起来，双手击掌发誓一定要拿下第一名，为滨海市，为母校增光添彩。

比赛的日子很快就到了，她们五个人早早地来到了考场外，期待通过这次考试一展自己的实力。晓燕紧张极了，她脑海里不断地闪着姥姥期待的目光和自己吹生日蜡烛的场景。这场考试对自己来说太重要了，千万不能答的不理想，她在心里暗暗地告诫自己。

遗憾的是，在这场全省奥林匹克数学竞赛中，晓燕答的很不理想，她一心想取得优异的成绩让姥姥放心，使尽了浑身解数，可一连几道大题，她都没有思路，于是，她变得急躁起来，可是，越是急躁，脑子里越是没有思路，就在她紧张郁闷中，考试结束了。

这场考试后，晓燕一直都闷闷不乐的。

生日当天回到姥姥的小屋，依偎在姥姥的怀里诉说着这场考试对自己有多么的重要，可是自己却失利了。

姥姥抚摸着她的头说：“宝贝儿，不要气馁，好好分析一下这次考试失利的原因。

找出应对方法，争取在下一次考试中不丢分就好，别给自己太大压力。

” “可是这是我想给您也是给自己的生日礼物啊！”

” “你已经是大人了，不能再耍小孩子脾气了，况且你还有好多知识需要学，尤其是逻辑思维能力亟待提高，就把这次教训当做15岁的生日礼物吧。

” “嗯。

我明白了。

” 没有一次次的失败就没有最后的成功。

我们看中的是过程，更是坚持下来的决心。

如果我们能在失败后认真分析总结经验教训，激励自己向更高的山峰挑战，相信成功会在未来的不远处等着我们。

阳光总在风雨后 曾经有一位武功高强的大师在弥留之际想把毕生的功力传给后继者，好让他一生的武学得以传承下去，精挑细选后，看上了一位活泼好动相貌俊朗的少年，没想到只是让他下了马步，就折磨的他痛不欲生，不断地求饶：“难受死了，难受死了，我再也不要下马步了，快饶了我吧。

”大师只好放手，重新寻找了另外一个黑黑的朴实的男孩子，只见这个话语甚少的男孩儿，毅力特别好，任凭师傅教导，从不喊一声苦叫一声累，坚忍承受，黯然不出一语。

正是这样，师傅才放心地把毕生的武学全部传授给他，在师傅的精心调教下，果然很快就成了新一代的武学宗师。

武学宗师因一副好身手得到了世人的敬仰，每天都有许多慕名而来的年轻学生登门拜访，恳请赐授武学。

从此这位师傅的大名传遍了整个江湖，无论走到哪里都有成千上万的青年簇拥着。

而那位不堪忍受蹲马步的俊朗青年，因为整日无所事事，游手好闲。

只能在餐馆当小二，每天起早贪黑地面对南北来来往往的客人，有时还会因为一些小事遭到客人的百般刁难，实在是痛苦不堪，内心也愤愤不平。

有一天，俊朗青年去寺庙祈福，忍不住向大师请教：“凭什么？”



## &lt;&lt;心灵鸡汤&gt;&gt;

你说凭什么。

他外在形象，身体素质哪一样比我好了？

凭什么他能享受人间的礼赞尊崇，而我却只能每天做最辛苦的活儿还要遭受过往客人的凌辱践踏？

”大师微微笑道：“谁叫你当初蹲不下马步呢？

卜经历人生的风雨，怎么会成长。

一个马步就把你吓怕了，还怎么学更深层的武学呢？

”阳光总是在风南过后，年少时的磨难是成长的必修课。

一个人没有吃过苦，就好像没有来到世上一样。

所以，遇到困难，别埋怨，咬咬牙坚，持一下就挺过去了，日后，你就会明白它是一笔不可低估的人生财富。

等待绽放的花朵 小蕾生长在一个普通的工人家庭，爸爸是国棉六厂技术员，妈妈是市亚细亚的柜台员，虽然她打小就喜欢唱歌跳舞，喜欢当众讲笑话，但是由于母亲的极力反对，她最终只能徘徊在艺术学院的大门外。

25岁那年她顺利考入了中央电视台播音部，成为了众人羡慕的天天在央视媒体上露脸儿的新生代播音员。

她现在能登上这样的位置，更多的得益于她的勤奋好学，刻苦攻练。

每天天不亮她就起床练习吐字吐词，一段又一段的长长新闻稿在她嘴里往往是张口就来，出口成章。

上午她要去培训班找汉语老师指导自己的发音、吐字、吐词、整篇段落的流畅度以及台风。

下午呢？

还要急急忙忙地赶到图书馆、广播电视台、青少年文化活动中心，翻阅专业书籍，观摩学习前辈们如何播报新闻。

小蕾是在争分夺秒地学习和工作，她常常说：“为了使我的播报水平上升到一定的高度，我必须把一秒当成两秒来用，时间太宝贵了，我恨不得每天工作14个小时。

”正是她的勤奋好学引导她考入了北广，在那里，她遇到一位惜才如命的老师——庞阿姨。

庞阿姨发现小蕾是一朵含苞待放的花骨朵，立刻以极大的热情和严格的态度来精心栽培她。

有一次，妈妈生病住院了，小蕾十分焦急，她想妈妈想飞奔到妈妈病床前守候，可是这边正是上课期间，面对追逐自己的梦想与亲情的两难，一气之下，她决定休学照顾妈妈，永远与播音告别，庞阿姨得知后，火速赶来，声色俱厉地对她说：“你思念妈妈我们都理解，可是你不能因为这点儿小困难就放弃自己苦苦追求的梦想。

”当她休完病假返回学校，因为落下许多课程，年底考试，三门专业课亮起了红灯，她绝望极了，悲伤地认为：“自己已经落下太多，无法赶上同学们的步伐了。

”这时，庞阿姨又向她伸出了热情的双手，耐心开导她并在寒假期间免费为她补习功课。

在庞阿姨的帮助下，小蕾重新树立起不断进取的信心和勇气，终于在25岁那年顺利进入中央电视台，圆了自己的播音梦。

成长的道路上不免遇到挫折，正是因为有挫折有挑战，我们才会除去自身惰性，不断地鞭策自己，激发潜在能量。

面对人生中不可避免的挫折时，选择勇敢面对吧。

只有这样我们才会在市场的激流中站稳脚跟。

.....

## <<心灵鸡汤>>

### 编辑推荐

《心灵鸡汤（黄金珍藏版）》被美国《时代周刊》称为“出版界的一大奇观”；《心灵鸡汤（黄金珍藏版）》《芝加哥论坛报》誉其“使人们体会到高尚和喜悦，简直就是没有音乐的圣歌”；《心灵鸡汤（黄金珍藏版）》《美国书商协会》“值得你放在床头每天阅读，留住对人类本性的信心，体味人心的善良”；《心灵鸡汤（黄金珍藏版）》被誉为“全球500大企业公认最佳激励员工畅销书”！《心灵鸡汤（黄金珍藏版）》，以浅显的语言表达着人间真情，以至深的情感述说着五彩人生；《心灵鸡汤（黄金珍藏版）》，在第一个角落把真情的火炬点燃；《心灵鸡汤（黄金珍藏版）》，每一缕清香在尘世间悠悠流传，让真情在心灵的碰撞中凝固成永恒。

《心灵鸡汤（黄金珍藏版）》收集的全是与人生、命运，奋斗、生活相关的励志故事，让人心情愉悦，发有深省，得到心灵的慰藉。

<<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>