

<<心灵鸡汤大全集>>

图书基本信息

书名：<<心灵鸡汤大全集>>

13位ISBN编号：9787802554795

10位ISBN编号：7802554799

出版时间：2010-6

出版时间：企业管理出版社

作者：叶舟

页数：387

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>

## <<心灵鸡汤大全集>>

### 前言

选秀、绯闻、炒作、快餐、房价……熙熙攘攘的马路上，行人脚步匆匆；十字路口，刺耳的喇叭肆意喧嚣；高楼大厦的小方格里，电脑面前是一张张压抑疲惫的脸……“浮躁”是这个时代的另一个名字。

人们渐渐地不知道“宁静”为何物：少了冷静，多了盲目；少了脚踏实地，多了急于求成。

心理学家认为：浮躁是一种冲动性、情绪性、盲动性相交织的病态社会心理，它与艰苦创业、脚踏实地、励精图治、公平竞争是相对立的。

浮躁使人失去对自我的准确定位，使人随波逐流、盲目行动。

感慨社会浮躁的人不可避免地受浮躁的影响。

处于浮躁当中的人感叹：世道就是这样。

浮躁存在的理由遍地都是，整个城市，找不到一个沉静的角落。

这也难怪，社会正处在一个转型阶段，人们为了寻求更多的物质上的满足而奔波在所难免。

然而，当跟着时代的节奏快跑的时候，人们似乎已经忘了来到这个世界上的目的。

一个业务员，每天为了养家糊口东奔西跑。

在和他分享如何寻找工作意义时，一位朋友在纸上写了“生存、生活、生命”，并问他：“你觉得自己活在哪个层次比较多？”

他缓缓地说：“在家里，我和家人好像多半处于‘生存’的层次，就是吃、睡、看电视；和同事多一点点‘生活’层次，还能聊聊；至于‘生命’层次，我不太懂，这个很重要吗？”

这个朋友再问他：“当孩子们从外回家，通常你会怎么做？”

“我会说：‘回来了。’”

“要不就是看他一眼，再继续看电视。”

朋友说：“这只是‘生存’层次，缺少了‘生活’层次的互动学习，也缺少了‘生命’层次的关怀分享……”

“啊？”

他恍然大悟，“我知道了，原来我和客户在一起时，只停留在‘生存’层次的‘赚钱’目的，难怪有压力！”

“对！”

朋友鼓励他，“如果不是只为了‘生存’而赚钱，还能为了‘生活’而成长，为了‘生命’而乐于分享，日子就会好过得多了。”

“在生活的重压之下，人们变得不快乐的原因之一，在于忽视了生命的意义。”

## <<心灵鸡汤大全集>>

### 内容概要

由于时间和空间的限制，有许多风景我们无法亲自体验，有许多路途我们无法一一走过，有许多人我们无法相识相知，有许多情感我们无法细细体会。

然而，当你手捧这本书的时候，会马上发现一个全新的世界，拥有一份意外的收获，它将帮助你在古今中外的时空隧道里任意驰骋，在人生情感的喜怒哀乐里信步徜徉。

关于幸福、关于快乐、关于成功、关于爱情、关于婚姻等等话题，本书里每一篇美文向你娓娓道来。

点点滴滴的哲理感悟与情感体验，清新、温暖、隽永。

它们就像一道道穿透忧伤的阳光，悄无声息地温暖着你我的心房。

你的心灵因此而更加朗润，你的生活因此而更加幸福，你的人生因此而更加成功！

## &lt;&lt;心灵鸡汤大全集&gt;&gt;

## 书籍目录

第一辑 我的人生哲学 生命的意义（节选） 人生的真谛 人的价值（节选） 人生的意义在于修炼灵魂 人生真义 生命的烙印 我的人生哲学 人生的真理 生命的恩赐 人是什么第二辑 心灵的对白 生命的思索 自然与人生 时间 镜花水月思 心灵的对白 论人生 论人的尊严（节选） 人生七期 我生命的核心 对人生的看法 生活的本源不在肉体，而在灵魂 生命第三辑 给抱怨生活者的信 生命的归宿 思考是生存的一部 应该做好人，或者向好人学习 热爱生命 给抱怨生活者的信 生存的理由 圣洁的死（节选） 自由的死 死亡与永生（节选） 死之默想 我已经看到了死神的眼睛第四辑 幸福的真谛 幸福的真谛 幸福意味着自我满足 幸福的秘密 幸福在哪里 人都可以成为自身幸福的建筑师 对幸福的追求 什么是幸福 幸福是尽享眼前拥有的一切 幸福的秘诀（节选） 幸福的本质就在于完成工作 幸福的三个来源 幸福的本质 对幸福不屑一顾 幸福妙语第五辑 金钱并非万能 金钱并非万能 贫穷是一种状态 清贫 奢华与幸福 阔人幸福吗 幸福与财富 钱和苦恼 命运什么都算不上 人世与知足第六辑 不享受生活就是罪孽 不享受生活就是罪孽 人生享乐的寓言 论快乐 快乐是幸福的开端和归宿 唯一真正幸运的人，是那些以工作为乐的人 人生的乐趣 什么都快乐 无知的快乐 悠闲 人，诗意地栖居（节选） 极乐生活指南（节选）第七辑 把吹口哨的心情找回来 把吹口哨的心情找回来 让忧郁转瞬即逝 变苦为乐，其乐无穷 我们不欣赏那种怯懦安逸的人 人生就是战斗 勤奋生活论 活出意义来（节选）第八辑 活着就是爱 活着就是爱 我为什么要继续工作 儿子让我懂得幸福的含义 我们家的幸福故事 幸福的家庭 只要有爱，就值得活在世上 解脱 不死鸟第九辑 人的第一个责任 理想与幸福 人企求什么，就得到什么 幸福·目标 道德与幸福（节选） 至善与幸福 正直和公允使人幸福 我的世界观 人的第一个责任 活出你自己 心之静是上帝为他特别的子民保留的礼物第十辑 爱情就像这梦一般 什么是爱情 爱情的含义 论爱情（节选） 爱情与理念 伟大的灵魂一旦开始恋爱，就超乎寻常的热烈 爱情就像这梦一般 我在那里看到了爱情 爱情与艺术一样 爱情二题 爱情幸福第十一辑 我经常在心里和你交谈 情爱无价（节选） 没有服从和忠诚，也就没有爱情 把爱我放在一切事物之上 两片树叶的爱情 归来的温馨 纯净的幸福 爱情是幸福的巨大源泉 我经常在心里和你交谈 我定会平安地回到你的身边 你的灵魂就是我的后盾 我愿我们变为翩翩起舞的蝴蝶第十二辑 我心中的理想姑娘 爱恋是欣赏 爱的原理是一样的 致爱兰·黛丽的情书 哭摩 我心中的理想姑娘 我喜欢的女人 爱情是选择 我全部的“不可胜数的艳事”第十三辑 别做情感的奴隶 恋爱不是游戏 恋爱上的几个问题 别做情感的奴隶 爱情八件事 我们绝不会第二次染上恋爱病第十四辑 性爱的哲理 性爱的哲理 爱的本能（节选） 打破处女迷信 爱情的深层价值 异性相吸 爱情与性爱（节选） 女性——牌坊要大，金莲要小 从目的看恋爱【日本】第十五辑 爱情常在，生命不老 爱情常在，生命不老（节选） 情爱理想 夫妇完全是一种知己朋友的关系（节选） 夫妻之间的深厚情谊 我的婚姻 家有“名妻” 席慕蓉 虽是远离着你，但是可以梦着你 我的爱情犹如怒潮 我唯一爱的人 守候的孤独 任何东西都不能分开你我（节选） 家的实质第十六辑 为什么要结婚 为什么要结婚 爱情和婚姻 婚姻是友谊的最亲密的结合方式 未来的爱情与婚姻 好的妻子能使生活过得恬适 在考虑到婚姻的时候 嫁衣 女人与家庭 妻子是气候，丈夫是风景 结婚的重要因素是爱情的持续性第十七辑 夫妇公约 夫妇公约 我突然感到我爱上他了 向情人坦白 致妻子 论怕老婆 怕老婆哲学 性情相投第十八辑 走出爱的歧途 走出爱的歧途 维持婚姻并不难 婚姻中的忠贞问题 离婚与结婚 都是当事人自己的事情 谈不幸的婚姻 贞操问题 不同人生阶段的外遇（节选） 单身汉生活 一个单身汉的控诉

## &lt;&lt;心灵鸡汤大全集&gt;&gt;

## 章节摘录

生命的意义(节选) 【奥地利】阿尔弗雷德·阿德勒 如果我们问一个人：“生命的意义是什么？”

“他很可能哑口无言。

绝大多数人根本不会思考这个问题或试图寻求其答案。

这个问题确实自有人类以来就存在了，而且在我们的年代，有时候年轻人——老人亦如此——会这样发问：“活着为什么？”

什么是生命的意义？”

“但是也可以说他们只有在遭遇挫折后才会想起这个问题。

倘若一切都一帆风顺，人们不曾经历逆境的考验，这些问题就绝不会被提出来。

人们在自己的行为中提出这些问题并找到答案，这不可避免。

假若我们对一切言词都充耳不闻，而只专注地观察行为，我们会发现：任何人都有自己“生命的意义”，而且他的所有观点、态度、行为、表情、礼貌、抱负、习惯及个性等都与这一意义吻合无疑。

任何人的举止都表明他似乎只对生命的某种阐释深信无疑。

他的一举一动都蕴藏着他对这个世界及自身的看法。

这是他的断言：“我就是这样，世界就是那样。”

这便是他赋予自己生命的意义。

仁者见仁，智者见智。

生命的意义不胜枚举，而且如我们所说，每种意义都可能有其不实之处。

既然无人知晓生命的绝对意义，任何能为人所用的意义就不是完全错误的。

所有意义都介于这两个极端之间，然而我们也知道：有些意义很有效，有些却较糟糕，有些错得小些，有些却错得大。

我们还能发现什么是较好的阐释所共同具备的，什么是那些稍欠人意的阐释所缺少的。

我们可以从中找到真理的一个公共尺度，一个公共的意义。

该意义能帮助我们解释与人有关的现实社会。

在此，我们必须牢牢记住：“真”是针对人类而言的，针对人类的计划和意图而言。

除此之外，别无真理。

即使另有真理，也与我们无关。

我们既无法知道这些真理，而这些真理也毫无意义。

人生的真谛 【美国】亚历山大·辛德勒 人生的艺术，只在于进退适时，取舍得当。

因为生活本身即是一种悖论：一方面，它让我们依恋生活的馈赠；另一方面，又注定了我们对这些礼物最终的弃绝。

正如先哲们所说：人生一世，紧握双拳而来，平摊双手而去。

最近的一件事又启发了我。

一天早上，我住在医院，得去对面病区接受几个辅助检查，于是我坐轮椅穿过一个院落。

一出病房，迎面的阳光震撼了我的整个身心，我所有的感受只有太阳的光辉！

多么美好的阳光啊——那样温煦，那样明亮，那样辉煌！

我留神看了看，是否还有人欣然沉醉于这金光灿烂之中。

没有，人人都来去匆匆。

我想到了自己平时也是如此，总是沉湎于日常事物之中，而对大自然出现的胜景则全然无动于衷。

这一经历所导致的顿悟，其实与这经历本身一样，是极普通的：生活的馈赠是珍贵的，只是我们对此留心甚少。

由此可知，人生真谛的要旨之一，乃是告诫我们：不要只是忙忙碌碌，以至忽视生活的可叹可敬之处。

虔诚地等待每一个黎明吧！

## &lt;&lt;心灵鸡汤大全集&gt;&gt;

拥抱每一个小时，抓住宝贵的每一分钟！

执著地对待生活，紧紧地把握生活，但又不能抓得过死，松不开手。

人生这枚硬币，其反面正是那悖论的另一要旨：我们必须接受“失去”，学会怎样松开手。

这种教诲确是不易领受的。

尤其当我们正年轻的时候，满以为这个世界将会听从我们的使唤，满以为我们用全身心的投入所追求的事业都一定会成功。

而生活的现实仍是按部就班地走到我们的面前，于是这第一条真理，就缓慢而又确凿无疑地显现出来。

我们在经受“失去”中逐渐成长，经过人生的每一个阶段。

我们在失去母体的保护后来到这个世界上，开始独立的生活；而后又要进入一系列的学校学习，离开父母和充满童年回忆的家庭；结了婚，有了孩子，等孩子长大了，又只能看着他们远走高飞；我们还要面临双亲的谢世和配偶的亡故；面对自己精力的逐渐衰退：最后我们必须面对不可避免的自身死亡——我们过去的一切生活，生活中的一切梦都将化为乌有！

但是，我们为何要屈服于生活的这种自相矛盾的要求呢？

明明知道不能将美永远留存，可我们为何还要去造就美好的事物？

我们知道自己所爱的人早已不可企及，为何还要使自己的心充满爱恋？

要解开这个悖论，必须寻求一种更为宽广的视野，透过通往永恒的窗口来审度我们的人生。

一旦如此，我们即可醒悟：尽管生命有限，而我们在世界上的“作为”却为人织就了永恒的图景。

我们建造的东西将会留存久远，我们自身也将通过它们得以久远地生存。

我们所造就的美，并不会随我们的湮没而泯灭。

我们的双手会枯萎，我们的肉体会消亡，然而我们所创造的真、善、美，则将与时间同在，永存而不朽。

这就是创造的永恒。

也是人生的真谛。

人的价值(节选) 【埃及】萨达特 一个人同另一个人的使命可能有区别，但在所有情况下

，使命的目标都在于实现真主想要实现的东西——使每个人都承担伊斯兰天命。

如果一个人生活中缺少了应尽的使命，这就意味着他背叛了天命。

但是为了人类能履行其使命——人类正是为了这一使命才被创造出来的，他的存在必须依赖于他的自身，而不是依赖外界的因素。

只有这样，人类才能忠诚地信奉比他自身更为伟大，更能永恒存在的东西，在生活中才有他应尽的使命。

这是我在五十四号牢房中得出的一个信念。

它成了我之存在的一个不可分割的一部分。

如果在我对比我更伟大、更完美的个性无所作为的情况下，白白地让某一天过去了的话，那么，我自己就很不满意，我要问，我在这一整天内对我所承担的天命做了什么呢？

毫无疑问，人的价值是绝对的，因为假如它是相对的话，它就会根据人们所持不同的利害观，在不同的人之间，在不同的社会之间，在不同的时间内都将是有所不同的。

有些人认为某一事物是非常有益的，另外一些人认为它是没有好处的，或许认为它是很大的损失，以至于人失去作为一个人的价值，从而失去他自身的存在。

这就是在法西斯社会中所发生的情况：在那里，人的价值一向取决于这些社会的需求，从而毁坏了人类，或使人们变成执政党手中的木偶，或使人成为他们唯命是从的奴仆，或成为没有意识的只会做工的机械。

## <<心灵鸡汤大全集>>

### 编辑推荐

成功路上的心灵佐餐，生命途中的智慧读本。

充满温情的文字，感动你我的心灵！

她能给许多充满爱的心灵倾注更多爱的勇气与能量，也会让缺少爱的心灵变得勇敢、充实。

温暖心灵的情感美文，改变命运的励志鸡汤。

打开《心灵鸡汤大全集》吧，尽情享受一场爱的饕餮盛宴。

一书在手，尽览人生哲理触类旁通，领悟生命真谛在现实生活中，我们常自认为怎么样才是最好的，但事与愿违，使我们意不能平。

我们必须相信目前我们所拥有的，不论顺境、逆境，都是对我们最好的安排。

若能如此，我们才能在顺境中感恩，在逆境中依旧心存喜乐。

人生的事，没有十全十美，我们应认真地活在当下。

著名的心理学家马斯洛曾说：心若改变，你的态度跟着改变；态度改变，你的习惯跟着改变；习惯改变，你的性格跟着改变；性格改变，你的人生跟着改变。

<<心灵鸡汤大全集>>

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>