

<<感谢折磨你的人>>

图书基本信息

书名：<<感谢折磨你的人>>

13位ISBN编号：9787506464307

10位ISBN编号：7506464306

出版时间：2010-7

出版时间：中国纺织出版社

作者：胡坤

页数：260

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>>

### 前言

每个人的生命都是独一无二的，每个人的生活都不是一帆风顺的，在大千世界中行走，我们会遇到各种各样性格迥异的人。

然而也正是因为有了他们的陪伴，我们的人生旅途才不会过于孤单，无论他们曾带给我们怎样的伤害和折磨，我们都应该真诚地感谢他们。

就像一首诗中所说：感谢伤害你的人，因为他磨练了你的意志；感谢绊倒你的人，因为他强壮了你的双腿；感谢欺骗你的人，因为他增进了你的智慧；感谢嘲笑你的人，因为他激发了你的自尊……是的，我们应该学会看到事情美好的一面，学会看到别人带给我们的积极影响。

人的一生之中，难免会遇到坎坷，难免会遭受折磨，每当这些时候，我们是放纵自己，让内心仇恨的火焰燃烧，还是轻轻一笑，感谢磨难呢？

有人说：“光明使我们看见许多东西，也使我们看不见许多东西，假如没有黑夜，我们便看不到天上闪亮的星辰。

”那些曾经带给我们痛苦和折磨的人，在让我们看到黑夜的同时，也让我们知晓了星空的魅力。

因此，我们没有理由去怨恨，痛苦和折磨让我们意志更加坚定，思想更加成熟，心态更加沉稳，目光更加长远，也让我们不停地激励自己，去奋斗，去学习，去成长。

我们就像一棵棵刚刚把根植入土中的树苗，需要风雨的折磨来使我们茁壮成长。

我们要感谢痛苦磨砺了我们的心智，感谢失败坚定了我们的信心，感谢折磨我们的人，使我们终有一天成为参天大树。

## <<感谢折磨你的人>>

### 内容概要

人生在世，不可避免的磨练是成长、成熟的催化剂，感谢折磨是一种积极的心态，那些常为难你，看似与你为敌的人，实际上往往是你的贵人。

如果你与之对敌，对其抵触、怒视、仇恨，那你就是自己最大的敌人。

本书强调心态对于各种磨难、挫折的积极意义，指导读者将各种折磨看成对自己能力提升的锻炼，让你从全新的角度审视自己，摆正心态，激发潜能，在折磨中调整情绪，充满动力地实现事业的成功和人生的幸福。

本书犹如心灵的止痛片，帮你从人情世事的折磨中走出来，当你迷茫、无助时，给予你鼓励；在你痛苦时给予你奋起的力量。

## &lt;&lt;感谢折磨你的人&gt;&gt;

## 书籍目录

上篇：战胜自己，不折磨不争气 第1章 人生中最大的敌人是自己 最折磨你的其实是你的内心 惧怕折磨，人生中就只剩下“逃避”二字 重要的不是折磨本身，而是被折磨之后得到什么 出人头地，你必须调整自己的消极想法 一个人最糟糕的就是庸庸碌碌地度过一生 经历过折磨的痛苦，才能体会到获得的喜悦 每个人都要给自己一片危崖 有新的开始，才有机会修正错误 拥抱痛苦，更能体会幸福 别为了面子而丢失自己 每一种折磨或挫折，都隐藏着让人成功的种子 第2章 常常为难你的人其实是你的贵人 一个人的潜能会因为折磨而被激发 感谢伤害，它让你的心志得到磨炼 感谢跌倒，你的双腿得到了强化 感谢藐视，它让你的自尊心得以觉醒 感谢欺骗，你的智慧得到了增进 感谢遗弃，它让你学会了独立行走 感谢斥责，批评就是一面镜子 感谢羞辱，羞辱促人迅速崛起 感谢施压，压力越大成长越快 感谢中伤，它砥砺了你的人格 跳下悬崖，才能长出翅膀 第3章 刀不磨不锋利，人不磨炼不成器 微笑面对折磨，拓展生命厚度 让折磨带来一次次心灵的蜕变 处变不惊，迎接不幸才是大幸 面对折磨，摆正心中的指南针 一切困难都是为我们成功而存在的 折磨孕育成功，希望就在前方 恐惧终需面对，逃避无济于事 强者总是选择走泥泞的路 成功的捷径是勇敢地走最艰辛的路 最不幸的那个人不会是你 把折磨当财富，泥泞的路上才会有脚印 第4章 不怕被利用，就怕你没用 被成功者支配其实是经验的索取 感谢他人的利用，微笑面对世事 和上司对弈，被利用而不被欺骗 利用要忍，但役使决不可忍……下篇：非凡人生，愈折磨愈奋进参考文献

## <<感谢折磨你的人>>

### 章节摘录

恐惧源自于想象，折磨源自于内心。

对现实的恐惧，对未来的绝望，更能折磨一个人。

世界上自杀最多的人是诗人、画家、哲学家，并不是因为他们面对了更多的折磨，而是他们感知折磨的心最敏感。

内心不敏感，就不足以捕捉生活中的异相从而成就作品；内心过于敏感，就更容易感知痛苦与折磨，更容易厌世。

折磨分为两个方面，一方面是你肉体、心灵实际受到的折磨，一方面是你的内心对这种折磨的感知程度。

我们内心的屈辱、恐惧、绝望就是一个放大镜，他会让你受到的实际折磨无限扩大，直到觉得无法承受。

一个人最大的敌人就是自己，最大的折磨，就是内心的感知。

这并不是要我们麻木无知，而是要我们锻炼心理的承受能力。

既然折磨是我们人生中不可缺少的一部分，那就让自己享受折磨，在折磨中变得更加坚强，更加沉着和成熟，收获更加坚韧丰富的人生。

因此，我们面对折磨要有宽广的心胸。

俗话说“心底无私天地宽”。

我们也要有更加宽广的心胸，才能够更加客观地看待生命中的折磨。

知晓它是每个人的生命中必定经历的，不可缺少的，我们就能够更加坦然地去面对它。

## <<感谢折磨你的人>>

### 编辑推荐

《感谢折磨你的人:自己是最大的敌人》：刀不磨不锋利，人不磨不争气，能够战胜自己的人，折磨无处不开怀。

常常为难你，看似与你为敌的人，实际上往往是你的贵人。

如果你与之敌对，对其抵触、怒视、仇恨，那你就是自己最大的敌人。

被别人折磨是一种成长，被自己折磨则是一种愚行。

承受各种苦难，才能拓展生命的张力。一次次的折磨，让你更坚强，让生命更昂扬，让人生更嘹亮！

折磨是人生中不期而至的礼物，每一次都给你添加脱颖而出的动力！

而那些生活中的折磨。

正是使你变得杰出和伟大的根本原因。

折磨是命运给予的一种先苦后甜的特殊恩赐。成功者往往都会在巨大的折磨中诞生。他们常常把折磨当做一种考验、一种砥砺、一种鞭策、一种激励、一种教训……生活中的折磨永无止境。

我们要与突然的厄运作战，要与心灵的痛苦作战。

与自身的贪欲作战，要与命运的磨难作战。

逃避就意味着失去和沦落。

人生会不断面对种种或大或小的困难和挑战，是伤心、头痛，还是迎难而上。

不同的态度决定了不同的人生历程。

请相信，如果你微笑。那么世界也会跟着你笑。

《感谢折磨你的人:自己是最大的敌人》犹如智慧的灯塔，让你看到人生中另一处柳暗花明!《感谢折磨你的人:自己是最大的敌人》犹如心灵的止痛片，帮你从人情世事的折磨中走出来!《感谢折磨你的人:自己是最大的敌人》更是一面放大镜，让自己更开怀，让生活中的阳光更灿烂!

<<感谢折磨你的人>>

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>