第一图书网, tushu007.com

<<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：9787510403354

10位ISBN编号：7510403359

出版时间：2009-6

出版时间：新世界出版社

作者：梁文静

页数：291

字数：300000

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

那些让你感到不舒服的人，在你的生命中川流不息，让你应接不暇，他们像一根根尖锐的刺扎在你的皮肤里，让你隐隐作痛，让你暴跳如雷，甚至怀恨在心。
你的亲人，你的敌人，你的老板，你的同事，你的爱人，你的对手，他们有的满怀善意，有的心怀鬼胎，这些让你又爱又恨的人们，在你的生命中设置了一个又一个障碍，让你不得不打起精神，拼尽全力赶路，然而，当疲于应对的你仍然追赶不上他们的速度，无法满足他们的要求时，你难免焦虑抱怨，甚至感到痛苦万分，你的人生为何充满了挫折和无奈?甚至，你觉得这些让你不舒服的人应该统统消失。
是的，这些让你不舒服的人是你人生路途上预示着磨难的危险信号，他们会让你感到羞愧愤怒、让你咬牙切齿甚至痛不欲生。
然而，终有一天，当你站在人生的下一个站台回望，所有曾经承受的委屈和压力都将释然，你会发现，他们是你发挥潜能、全力以赴的动力，让你一次又一次地突破自我，让你的人生拥有了更多的可能，他们才是你最应该感激的人。
感谢折磨你的人，正是由于他们的存在，才使得你的生命充满了机遇和挑战，充满了转折和收获，当你能够用这样成熟的心态来面对生活中的起起伏伏，那么，你不再是一个面对苦难掩面哭泣的人，而将成长为一个无法战胜的勇士。

<<感谢折磨你的人>>

内容概要

只有把抱怨别人和环境的心情，化为上进的力量，才是成功的保证。

只有感谢曾经折磨过自己的人或事，才能体会出生命的意义；只有懂得宽容自己不可能宽容的人，才能看见心胸宽阔带来的种种好处，才能重新认识自己。
本说将立足于独特的视角，告诉读者，感谢生命中那些折磨你的人，他们是你生命中不断进步的动力，是提升你个人魅力的最佳拍档。

作者简介

梁文静，女，北师大新闻专业。
有过多部励志、文史类图书撰稿经验。
著有《秘密（女人版）》等书。

<<感谢折磨你的人>>

书籍目录

第一章　刀不磨不锋利，人不磨不成器
1.每处伤疤都代表着成长
2.那条路上，最大的果实已被摘走了
3.想要少受折磨，先要自我折磨
4.不是逆来顺受，而是主动承受
5.翻手为“胜”，覆手为“负”
6.煮沸的水唤醒咖啡的香
7.感谢你，让我不舒服的人
第二章　没有敌人，比没有朋友更可怕
1.敌人越强大，成长越迅速
2.把敌人当成最好的老师
3.让“假想敌”成为“助燃气”
4.挺起腰板迎接新的挑战
5.最强的敌人住在你心里
6.打不倒的敌人就是朋友
第三章　接受不公平韵爱
1.先爱自己，别承诺永远
2.你的爱情伤口为何不愈
3.爱或不爱，又何必追究
4.爱错了人，请转身离开
5.恨，并不是爱的反面
6.被你排除掉的那类人
7.如鱼饮水，冷暖自知
第四章　承受越多折磨，越应感谢上天
1.出身并不能影响成功
2.穷人最怕带上“穷心态”
3.摆脱情感这个顽固的敌人
4.磨难才是你最好的情人
5.尘埃中开出花朵，苦难中看到恩赐
6.每一次苦难，都可能是一种收获
第五章　忽略收获，只要还在成长
1.待遇不公，更要奋发向上
2.跌倒了，请爬起来再哭
3.抱怨时，幸运已经转身
4.别让放弃成为你的遗憾
5.失望走开，希望才上门
6.在折磨中你会学到更多
第六章　释放心灵的重重禁锢
1.自己才能拯救自己
2.你在天堂还是地狱
3.别让欲望泛滥成灾
4.换一个角度去思考
5.还差一点点就够了
6.放下才能真正收获
7.智慧来自磨难之后

第七章　别把自己太当回事儿
1.顾及面子，但不是自己的
2.不“舍”不“得”，不得不“舍”
3.叫醒耳朵，不让它沉睡
4.把自己当“泥巴”
5.审视你真正的需要
6.把杯子放在茶壶下
第八章　唤醒你心中的巨人
1.“心盲”是最可怕的事情
2.对于你，一切皆有可能
3.行动是生命真实的体验
4.迎着阳光才能背对阴影
5.知之者易，行之者难
6.卸下痛苦才能轻装上阵
第九章　不近人情，不尽的情意
1.不必抱怨，只需报恩
2.父母教你生存的本领
3.朋友为你善意的提醒
4.折腾你，进步的良方就全了
5.对手激发你求胜的信念
第十章　别用他人的错误折磨自己
1.调整心灵的空间
2.健全成熟的人格
3.拓展生命的宽度
4.增加缓行的余地
5.放弃憎恨的可能
6.选择微笑地面对
第十一章　换一种看待世界的眼光
1.抬头望天不如低头看路
2.为人生寻找另一个起点
3.换一种看待世界的眼光
4.用你想得到的方式对待别人
5.降低对人要求，提高对己标准
6.看准拒绝背后隐藏的机会
第十二章　在坠落过程中学会飞翔
1.翅膀背负起梦想的重量
2.左手阴影，右手光明
3.小问题会变成大麻烦
4.态度将决定你的高度
5.坚守信念不轻易屈服
6.没人能决定你的命运

章节摘录

插图：第一章　刀不磨不锋利，人不磨不成器1.每处伤疤都代表着成长他们是不受欢迎的人，他们给你的那些痛苦经历如影随形，让你仿佛看到自己的身体被划开一道长长的伤口，那些丑陋的伤口是你的耻辱，你只是感受到疼痛，只是感到绝望，却不曾想到，你的身体还有自动复合的能力，伤口总有愈合的时候，而且当它愈合之后，你的直觉将会告诉你，下一次该如何绕开同样的错误，避免产生同样的痛苦。
伤口并不可怕，可怕的是你纠结的心，迟迟不肯让它愈合。
我们都曾暗暗许愿：希望人生之路能够坦荡无阻，希望得到细心体贴的关怀，希望一切烦恼和痛苦都远离我们。
然而，我们的愿望没有被满足，我们仍然在红尘中挣扎，生命中那些源于心灵的痛苦时时折磨着我们，让我们不愿意面对，却又无法逃避。
无论你是位高权重的成功人士，还是蝇营狗苟的贩夫走卒，天真无邪的蓬头稚子，或是学贯中西的饱学之士，都无法回避生命中那些让你深恶痛绝或是焦头烂额的事件，你将要面对的一切屈辱和不甘，不能重来，对此，有人倍感折磨，有人却能淡然处之。
如果你有兴趣追究这一现象的真相，将会发现道理其实再简单不过，关键就是，你用何种眼光看待这个世界，如果你愤怒不满甚至试图掩饰，痛苦将会加倍困扰你，如果你接受事实坚定信仰，希望就会在下一个路口等待你。
从一个一掷千金的大商人，变成一个家徒四壁的穷光蛋，洛克在经历了破产的遭遇后，深切体会到生活的冷酷无情，他心灰意冷，萌生了结束生命的想法。
洛克回到了承载着他童年美好时光的乡间小镇，也许这里才是离上帝最近的地方，洛克很想质问上帝，为何偏偏选中他来承受命运的作弄？
走累了的洛克在一片瓜地旁边小憩，这正是丰收的时节，空气里充盈着香甜的味道。
好客的瓜农看到风尘仆仆的洛克，豪爽地请他品尝地里的瓜。
瓜农开始喋喋不休地对洛克讲述，前几年收成如何不好，总是遇到天灾虫患，甚至突如其来的一场霜冻，让即将收获的成果毁于一旦，一年的辛勤劳作全都白费了。
洛克感到有些意外，他脱口而出：“收成不好你怎么活下去，赚不到钱耕种还有什么意义？
”憨厚的果农咧嘴一笑：“再怎么艰难不都这样挺过来了，你看，这不是丰收了么，而且，正是之前的歉收，才让这次丰收显得更有意义。
”看着这个心事重重的年轻人，果农意味深长地继续说道，“所有的经历都是有意义的，只要你没有放弃继续依靠自己的双手。
”一席话似一阵风吹走了洛克心头的灰尘，让他顿时醍醐灌顶。
洛克驱车返回，决定重新来过，5年后他的公司遍及全球，他成了行业内呼风唤雨的人物。
在我们的一生之中，总会遇到一些不愿去面对的事情，给我们带来身心疲惫的感受，让我们像受伤的小袋鼠一样，想要逃回母亲温暖的口袋里。
然而，能否在种种折磨和煎熬中挺过来，坚持原本的目标和理想，却是你迈向成功人生的重要一步。
尼采曾说过：“极度的痛苦才是精神的最后解放者，唯有此种痛苦，才强迫我们大彻大悟。
”面对生活中种种苦难的鞭策，面对那些让你痛不欲生的经历，如果你就此放弃了，那么，失败者的头衔将和你如影随形，而如果你能够从心灵的痛苦中解脱出来，主动承受各种折磨带给你的问题，认真审视痛苦的根源，那么，你将知道自己究竟有多强大。
法国著名化学家维克多?格林尼亚年轻的时候，耽于玩乐，曾在一次宴会上遇见一个让自己一见倾心的美丽姑娘，当他走过去跟这个心仪的女孩搭讪的时候，却被高傲的姑娘冷漠地拒绝：“先生，请你站远一点，我最讨厌被花花公子挡住视线了。
”格林尼亚感到羞愧不止，这似乎成了他人生中的奇耻大辱，但姑娘说的没错，那个时候的他，就是一个名副其实的花花公子，只是从来未曾有人如此轻慢他而已。
格林尼亚离开了家乡，独自一人到外地求学，他时刻牢记姑娘的讽刺，发誓摆脱花花公子的形象，他付出常人无法想象的努力刻苦学习，最终获得了1912年的诺贝尔化学奖，成为一个闻名世界的著名化

学家。
生活中的磕磕碰碰在所难免，每一个人都要独自处理自己的伤口，没有人会守在你的身边随时准备为你疗伤。
对此，你必须有清醒的认知，接受苦难的洗礼，并且做好独自承担的准备，为更美好、更丰富的人生积蓄能量。
塞涅卡曾说：“没有谁比从未遇到过不幸的人更加不幸，因为他从未有机会检验自己的能力。
”我们的人生不可能像茶杯里的水一样波澜不惊，若是，这样的人生未免太过单调无趣。
我们总是在得到与失去的交替中，在渴求与放弃的转变间，经历着痛苦，同时也感受着快乐。
贝尔是一个父母早逝的孤儿，虽然吃了很多的苦，但依然保持着乐观的天性，当他好不容易凭借自己的努力拥有了一个小农场，然而持续的干旱让他再次受到破产的威胁，他像一头愤怒的公牛，言辞激烈地质问上帝，为何不留条活路给他。
上帝微笑地回应他：“难道你想自杀吗？
”贝尔愤怒地回答：“我不会自杀的，已经没什么能让我感到害怕，你休想让我结束生命。
”上帝仍然保持着微笑：“那你比他幸运多了。
”上帝让贝尔看到地狱里正在受苦的另外一个人，“他一生幸运，但当他遇到你现在遇到的状况时，自杀了。
”要知道，正是这些经历，这些感受，丰富了我们的人生，而且，让我们的性格趋于完善，在成长的过程中，让我们学会了发现，懂得了珍惜，对于那些在心中化解不开的结，对于那些让我们承受痛苦的人，淡淡一笑，学会欣赏，学会包容。
只有洒脱地转过身，才能发现新的风景。
成长是一种痛，痛过才知道幸福的真相；成长是一种蜕变，经历了磨难才能破茧而出。
2. 那条路上，最大的果实已被摘走了成功不能被复制。
每条成功的道路都是不一样的，而我们常常忽视了这一点，总觉得别人走过的那条路上还存在着巨大的诱惑。
我们试图从别人走过的道路上，也能顺利地摘取到幸运的果实，可我们却忽视了，环境已经改变了，最大的果实已经被摘走了，而我们也和曾经走过这条路的人有着太多的不一样。
的确，不能否认的是，万事万物都存在着一定的规律，任何事情都是有迹象可循的，可是，我们也并不能因此机械地认为，可以依葫芦画瓢，从别人成功的例子上，省下很多去探索和寻找的力气。
成功不是一个数学公式，它不可能被无限制地套用复制。
每个人都是不同的个体，都存在着走向成功的无限可能，关键在于你是否已经为此做好准备。
而现在，越来越多的人却走进了一个误区，怀揣着所谓的成功法则，以为这就是自己迈向成功的砝码，甚至，踩着别的成功人士的脚印，亦步亦趋，小心翼翼地向前走。
这样做的结果，不但不能靠近理想，反而会离目标越来越远。
轰动世界的投资大师巴菲特有一套独特的投资手段，他是全世界投资者的标杆，世界上想复制他的人比比皆是，然而，世界上仍然只有一个巴菲特，没有人能利用巴菲特的手段超越他本人或者真正地复制他的成功。
在日本东京曾举办过一次规模空前的青少年书法展，这次比赛因众多书法名家的加盟而备受关注。
然而，在所有作品中，最受人瞩目的是一位9岁少年的作品，他的四幅书法甚至被收藏家以高达1400万日元的天价买走。
当时的著名书法家小田村夫甚至预言：在日本未来的书法界中，必将升起一颗璀璨的新星。
然而，时间很快就过去了二十年，很多曾经不被看好的少年都已经脱颖而出，成为可圈可点的新生代书法家，可那位天才少年却销声匿迹了。
很多人甚至都已经忘记了那个曾经让人眼前一亮的名字，只有小田村夫对此念念不忘，他甚至花了很多功夫，寻找当年的天才少年。
小田村夫急切地想要知道，到底是什么原因断送了天才少年的锦绣前程。
当他费尽周折地找到天才少年，看到他的近作时，不禁仰天长叹：“右军啊，你害了多少天才儿童！
”右军是对中国书法大师王羲之的称呼，小田村夫之所以如此感慨，是因为那位天才少年在这近二十

年的时间里，一直在临摹王羲之的帖子，他现在的水平足以以假乱真。
可是在鉴赏家的眼里，没有加入个人特色的作品，已经不再是艺术，即使再精致不过，也只是赝品而已。
我们能够看到别人的成功经历，听到他们振奋人心的演讲，甚至他们曾经所处的环境和我们何其的相似，只是这一切并不能让你成为另一个他。
在你的人生历程中，真正能够帮你的只是你自己，你需要做的是不断地学习完善，而不是盲目地跟从别人的步伐，做别人的影子。
有人这样说：“ 估量命运的秘诀就是不可估量。
”没有人能够准确地预测未来，如果真的能够成功地遇见未来，那么未来还有什么价值呢？
停下你跟随别人的脚步，寻找属于自己的路，才能让你活出真正的精彩来。
一年一度的动物集会就要开始了，这一天森林里张灯结彩，十分热闹。
所有的动物都十分重视这次集会，因为在这个舞台上，所有的动物都可以表演拿手的节目，展示自己的风采。
如果表演得十分精彩，不但能够得到大家的热烈掌声，还能够获得价值不菲的奖品呢！
猴子和骆驼是不错的朋友，它们一同早早地来到了集会上。
猴子悄悄地告诉骆驼，为了这次集会，它精心准备了一个舞蹈，可是现在又有些胆怯了。
骆驼鼓励猴子大胆地上台表演，这没什么好害羞的，再说，它还等着为猴子喝彩呢！

<<感谢折磨你的人>>

媒体关注与评论

令你忍受痛苦的事情，可能令你有甜蜜的回忆。
——福莱 幻想出来的痛苦一样可以伤人。
——海涅 多受痛苦的折磨，见闻会渐渐增多。
——荷马 困难越大，荣耀也越大。
——西塞罗 能克服困难的人，可使困难化为良机。
——丘吉尔 去做你害怕的事，害怕自然就会消逝。
——爱默生

<<感谢折磨你的人>>

编辑推荐

《感谢折磨你的人》：折磨你的人比提拔你的人更值得你感谢刀不磨不锋利，人不磨不成器你应该感谢那些折磨你的人，不管他们是善意还是恶意，因为，在折磨你的同时，他们同时也在成全你。
正是他们让你成长、成熟、成功！
宽恕别人，心怀感恩，不论他有多坏，甚至曾深刻地伤害过你，你一定要放下，才能得到真正的快乐。

第一图书网, tushu007.com

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