

<<感恩的心>>

图书基本信息

书名：<<感恩的心>>

13位ISBN编号：9787802498006

10位ISBN编号：7802498007

出版时间：2011-9

出版时间：工商联

作者：谈砚明//段玮

页数：172

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>

<<感恩的心>>

前言

## <<感恩的心>>

### 内容概要

懂得感恩是一个员工优良品质的重要体现。这样的人方能成为优秀的员工，因为他知道感恩，知道如何去感谢一个组织，知道如何去感谢帮助过他的人，这是其做好工作的一个起码的基础。在职场生活中，感恩既是一种良好的心态，又是一种奉献精神。当你以一种感恩图报的心情工作时，你会工作得更愉快，工作也会更出色。

但遗憾的是，在现实职场中，真正懂得感恩的员工并不多。一个心中不知感恩的人，是永远不会满足的人，也是一个不懂得珍惜现在所有的人。怨天尤人是他们的习惯，忌妒是他们内心的火焰，在这样的人心中，别人的收获与成功都是靠运气得来的。他们整天被怨恨的情绪所吞噬，自己也痛苦不堪。

相反，如果一个人心存感恩，那么他所收获的不仅仅是心灵的宁静，生活也将赋予他最大的回报。

一位成功的职业人士曾说：“是一种感恩的心情改变了我的人生。当我清楚地意识到我无任何权利要求别人时，我对周围的点滴关怀都怀抱强烈的感恩之情。我竭力要回报他们，我竭力要让他们快乐。结果，我不仅工作得更加愉快，所获得的帮助也更多，工作更出色。我很快获得了公司加薪升职的机会。”

## <<感恩的心>>

### 作者简介

#### 谈砚明

香港谊鸿国际集团总经理，上海谊鸿感恩文化俱乐部创始人，世界华人教育家协会理事，中国人生科学学会会员，上海演讲研究会会员，“国际粉红丝带十月关爱女性健康”活动大使。

出生于上海，从事教育工作多年，后移居香港。

1997年开始创建自己的企业，是一位优秀的企业家。

在教育事业和企业管理中，她始终贯穿和融合诚信感恩的人文主题，并以传播感恩文化为终身事业目标。

#### 段玮

中华教育艺术研究会会员，国家二级心理咨询师，现就职于某国际公司上海分公司，从事管理工作。

曾在北京、上海、杭州、深圳、长沙等地从事过教育和培训工作；2001年开始感恩教育的研究和探讨，得到过我国当代著名的教育艺术家曲啸、李燕杰、景克宁等大师的教诲和指点；曾参与策划和组织首届“和谐中国”博鳌高峰论坛。

## <<感恩的心>>

### 书籍目录

#### 第一章 懂得感恩，让自己拥有一颗感恩的心

人人都要有一颗感恩的心

感恩是一种精神高度

感恩是一种多赢哲学

用感恩的心去对待工作

对拥有的一切心怀感激

#### 第二章 调整心态，用感恩之心代替抱怨之声

感恩是根治抱怨的良药

抱怨会把感恩越抛越远

与其抱怨，不如去改变

用感恩的心驱逐抱怨“恶魔”

扭转思维方向，让地狱变天堂

#### 第三章 快乐工作，微笑因感恩的心而绽放

感恩是幸福快乐的源泉

付出比索取更令人快乐

会感恩的人，才能享受工作

用感恩的心对待当下的生活

送人玫瑰，手留余香

#### 第四章 爱岗敬业，用忠诚诠释你的感恩情怀

感恩是一种奉献精神

忠诚与感恩如影随形

跳槽，伤害自己更深

多问能做什么，少问能得什么

与你的企业同患难，共命运

#### 第五章 拒绝借口，履行职责是发自内心的感恩

履行职责是自发的感恩行为

借口的实质就是在推卸责任

漠视责任是对感恩的最大亵渎

用感恩的心填补“责任空白”

感他人之恩，责自身之过

#### 第六章 价值导向，感恩要体现在优异的业绩上

业绩是所有企业生存的底线

没有业绩，感恩便成为空谈

以感恩为动力，打造一流业绩

借助团队合作，攀登业绩高峰

认真只能把事做对，用心才能把事做好

#### 第七章 与人为善，带着感恩的心去应对竞争

竞争并不意味着战争

庆幸自己有一个强大的敌人

感恩能让对手成为朋友

给别人留路就是给自己留路

用感恩的心架起宽容的桥

#### 第八章 超越自我，用感恩的心成就精彩人生

感恩是卓越与平庸的分水岭

每一项任务背后都是成长的机会

## <<感恩的心>>

用感恩的心唤醒你最大的潜能

日行一善，助人即是助己

感恩的人永远是企业重点培养对象

第九章 知足惜福，感恩自己身边的每一个人

感恩于父母的抚养和教育

感恩于妻儿的体贴和关怀

感恩于朋友的理解和帮助

感恩于领导的培养和赏识

感恩于同事的支持和信任

感恩于客户的抱怨和选择

感恩于对手的竞争和挑战

附录

感恩文化的典范

感恩名言

感恩歌曲

## &lt;&lt;感恩的心&gt;&gt;

## 章节摘录

第一章 懂得感恩，让自己拥有一颗感恩的心人人都要有一颗感恩的心感恩，是一种歌唱生活的方式，它来自对生活的爱与希望。

每个人都要有一颗感恩、知恩的心。

感谢生命、感谢生活的每一分钟和每一份赠予，你的生活会好起来，你的人生会更加多姿多彩。

人人都要有一颗感恩的心，感恩世间的一切——感谢明月照亮了夜空；感谢朝霞捧出的黎明；感谢春光融化了雪冰；感谢大地哺育了生灵。

感谢母亲赐予我生命；感谢生活赠友谊和爱情；感谢苍穹藏理想幻梦；感谢时光常留永恒公正。

感谢收获、感谢和平、感谢这一切一切的所有。

生活中有太多的人和事值得我们感谢，而我们却并没有表达感谢之情。

忙碌是借口，忘却实情，追根溯源是因为缺乏一颗感恩的心。

当你拥有一颗感恩的心，会使你对世间的诸多事情改变看法，让你少一些怨天尤人和一味索取。

滴水之恩，当涌泉相报。

父母的养育之恩，亲友之间的知遇之恩，同事之间共同工作的缘分，这些都值得我们感恩。

不要等到失去了，才懂得珍惜。

感恩，不仅是一种心态，更是一种美德。

“知恩图报”这个成语大家一定都不陌生，因为这是人之常情，一个人应该具有的良好品质。

不懂得知恩图报的人，会是一个埋没良心的人；不懂得知恩图报的人，会是一个被朋友排斥的人；不懂得知恩图报的人，会是一个难以在社会上立足的人；不懂得知恩图报的人，会是一个最终没人理睬的人。

爱因斯坦说过：“不要希图成为一个成功的人，而要努力成为一个有价值的人。”

一个有价值的人必定对他人有贡献，一个对他人有贡献的人必定是一个知恩图报的人。

或许你的一生中没有成功，但是你的“知恩图报”，你的有情有义，会永远留在朋友们的心中。

在美国得克萨斯州的一个风雪交加的夜晚，一位名叫克雷斯的年轻人因为汽车“抛锚”被困在郊外。

正当他万分焦急的时候，有一位骑马的男子正巧经过这里。

见此情景，这位男子二话没说使用马帮助克雷斯把汽车拉到了小镇上。

事后，当感激不尽的克雷斯拿出不菲的美钞对他表示酬谢时，这位男子说：“这不需要回报，但我要你给我一个承诺，当别人有困难的时候，你也要尽力帮助他。”

于是，在后来的日子里，克雷斯主动帮助了许许多多的人，并且每次都没有忘记转述那句同样的话给所有被他帮助的人。

许多年后的一天，克雷斯被突然暴发的洪水困在了一个孤岛上，一位勇敢的少年冒着被洪水吞噬的危险救了他。

当他感谢少年的时候，少年竟然也说出了那句克雷斯曾说过无数次的话：“这不需要回报，但我要你给我一个承诺……”克雷斯的胸中顿时涌起了一股暖暖的激流：“原来，我穿起的这根关于爱的链条，周转了无数的人，最后经过少年还给了我，我一生做的这些好事，全都是为我自己做的！”

这个故事告诉我们：人类的文明发展，人与人之间的情感维系，人的一生之所以能有意义和价值，其实都是因为有了“感恩”。

因为感恩是生命的活力与营养的保障，感恩是生命的喜悦与健康的依靠，感恩是生命的幸福与财富的源泉，感恩是生命的美善与升华的动力。

一次，美国前总统罗斯福家失盗，被偷去了许多东西，一位朋友闻讯后，忙写信安慰他，劝他不必太在意。

罗斯福给朋友写了一封回信：“亲爱的朋友，谢谢你来信安慰我，我现在很平安。”

感谢上帝：因为第一，贼偷去的是我的东西，而没有伤害我的生命；第二，贼只偷去我部分东西，而不是全部；第三，最值得庆幸的是，做贼的是他，而不是我。

对任何一个人来说，失盗绝对是不幸的事。

可是罗斯福却从中找出感恩的理由，他的优秀人格和处世哲学，不正是提醒我们要学会感恩吗？

## &lt;&lt;感恩的心&gt;&gt;

人生不会一帆风顺，我们会遇到种种挫折和失败。

如果我们不敢勇敢地面对，旷达地处理，而是一味地埋怨生活，这只会使自己变得消沉、萎靡不振。拥有一颗感恩的心，像罗斯福那样换种角度去看待人生的失意和不幸，你就会保持健康的心态、完美的人格和进取的信念。

在一个闹饥荒的城市，一个家庭殷实而且心地善良的面包师把城里最穷的几十个孩子聚集到一块儿，然后拿出一个盛有面包的篮子，对他们说：“这个篮子里的面包你们一人一个。

在上帝带来好光景以前，你们每天都可以来拿一个面包。

”瞬间，这些饥饿的孩子一窝蜂似地涌了上来，他们围着篮子推来挤去大声叫嚷着，谁都想拿到最大的面包。

当他们每个人都拿到了面包后，竟然没有一个人向这位好心的面包师说声谢谢就走了。

但是有一个叫依娃的小女孩例外，她既没有同大家一起吵闹，也没有与其他人争抢。

她只是谦让地站在一步以外，等别的孩子都拿到以后，才把剩在篮子里最小的一个面包拿起来。

她并没有急于离去，她向面包师表示了感谢，并亲吻了面包师的手之后才向家走去。

第二天，面包师又把盛面包的篮子放到了孩子们的面前，其他孩子依旧如昨日一样疯抢着，羞怯、可怜的依娃只得到一个比头一天还小一半的面包。

当她回家以后，妈妈切开面包，许多崭新、发亮的银币掉了出来。

妈妈惊奇地叫道：“立即把钱送回去，一定是面包师揉面的时候不小心揉进去的。

赶快去！”

”当依娃拿着钱回到面包师那里，并把妈妈的话告诉面包师的时候，面包师慈爱地说：“不，我的孩子，这没有错。

是我把银币放进小面包里的，我要奖励你。

愿你永远保持现在这样一颗感恩的心。

回家去吧，告诉你妈妈这些钱是你的了。

”依娃激动地跑回了家，告诉了妈妈这个令人兴奋的消息，这是她的感恩之心得到的回报。

世间难免有诸多不幸，但是只要有一颗感恩的心，冬天将不再寒冷。

每个人都要有一颗感恩、知恩的心。

感谢生命、感谢生活的每一分钟和每一份赠予，你的生活会好起来，你的人生会更加多姿多彩。

让我们每个人都学会感恩，学会在生活中寻找属于自己的快乐。

我们用一颗感恩的心去迎接每一天早晨、每一项事情、每一个令你感动的细节。

英国作家萨克雷说：“生活就是一面镜子，你笑，它也笑；你哭，它也哭。

”你感恩生活，生活将赐予你灿烂的阳光；你不感恩，只知埋怨，就会一事无成！

感恩并不是要你给自己心理安慰，它也不是对现实的逃避。

感恩，是一种歌唱生活的方式，它来自对生活的爱与希望。



<<感恩的心>>

媒体关注与评论

## <<感恩的心>>

### 编辑推荐

《感恩的心》编辑推荐：世界500强企业感恩文化教育最佳心灵读本；做一个懂得感恩的员工；不知感恩是因为麻木 不懂感恩是因为无知；不会感恩是因为迷茫 不能感恩是因为软弱；感恩是生命的活力与营养的保障，感恩是生命的喜悦与健康的依靠，感恩是生命的幸福与财富的源泉，感恩是生命的美善与升华的动力。

<<感恩的心>>

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>