

<<心灵鸡汤员工读本>>

图书基本信息

书名：<<心灵鸡汤员工读本>>

13位ISBN编号：9787802506275

10位ISBN编号：7802506271

出版时间：2012-1

出版时间：向亚云 中国言实出版社 (2012-01出版)

作者：向亚云

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>

<<心灵鸡汤员工读本>>

前言

如果说人生的幸福和成功是珍藏在宝塔顶层的桂冠，那么健康的心灵就是握在我们手中的一柄利剑。只有磨砺好这柄利剑，才能一路披荆斩棘，最终夺得人生的桂冠。

而随着社会、经济的快速发展，生活花团锦簇、物质极大丰富的同时，生活节奏也越来越快，社会竞争越来越激烈，人们越来越忙越来越累，压力也越来越大，负累也越来越多，心却越来越疲累、越来越找不到依靠。

红尘纷扰、市井喧嚣，如梦的繁华背后，游荡着的，是无数浮躁而空虚的心灵，疲惫、寂寞、消极、懒散、悲观、绝望……信仰在各种观念的冲击下一点点磨蚀，信念在无边的压力和社会的痼疾中慢慢迷失，进取心、上进心、事业心渐渐消失，工作效率低下、生活质量下降，幸福和快乐离我们越来越远。

每一个人都如浮在尘世之上的飘萍，在时代的繁华里沉浮起落，找不到方向，更找不到一个可以落脚的安稳的地方……工作枯燥无味，曾经的激情已被负累压得不知所踪；梦想遥不可及，渴望的成功渐行渐远、越来越不可能实现；生活疲惫不堪，幸福和快乐就像传说中的仙境一般可望而不可及……现代员工心灵的累，绝不是丰富的物质生活所能缓和的。

那么，用什么来医治我们灵魂中的迷茫，滋养我们心灵中的空芜，安慰我们内心里的浮躁和不安，激励我们继续向前、永不退缩、直到摘下宝塔顶上的桂冠？

心的病，要用心的药来医。

“心灵鸡汤”就是最好的良方。

回归心灵深处最朴素的本真，触摸灵魂中最温暖的感动。

本书撷取的100多个干净纯美的小故事，就像一碗一碗的鸡汤一样，温润，可口，营养丰富。

轻轻地喝进去，暖胃，暖心，无限舒坦。

轻轻驱走孤寂和迷茫，找回激情和梦想，让我们把平常的日子也过得幸福和安然。

喧嚣的生活，忙碌的工作，谁都会累的。

那么，停下来吧，歇一会儿，放下肩上那些沉重的负担，把紧绷的神经松弛下来，坐着、歪着或是躺着都无所谓，轻轻地拿起这本书，随心而翻，跟随书中一个个精致优美、韵味悠长的小故事，品味最精彩的工作心得，学习最简捷的成功秘诀，思索最幸福的平凡人生。

在轻松愉快的阅读中参透工作的禅、了悟成功的道、念会幸福的经。

这样的“鸡汤”，正是心灵最鲜美可口又营养丰富的大补汤；这样的鸡汤，一定可以滋养每一名员工风雨兼程中的辘辘饥肠，抚慰每一名员工生活中的失意痛伤，并为他们带来充足的营养、新鲜的空气、灵动的色彩和美丽的风景，让所有尘封污垢的心灵，都回复初始的光彩和活力；让所有压抑和疲乏的心都得到充分的释放和休养，重新找回激情和能量；让所有迷茫和青涩的员工，都能跟随本书，一起走过困苦，走过悲痛，走过荒芜，也走过迷途，顺着心灵指引的方向，一直走向成功的远方！

<<心灵鸡汤员工读本>>

内容概要

忙碌的人生需要激励，疲惫的心灵需要滋润，贫乏的思想更需要补给。

向亚云编著的《心灵鸡汤员工读本》精选了许多感人至深的心灵故事和引人深思的哲理小品，《心灵鸡汤员工读本》的这些故事或小品让我们笑着动物的聪明狡猾、品味凡人的平淡生活、观赏哲人的精彩世界、倾听名人的成功心得、洞悉深刻的工作寓意……每个故事都能让我们在心底荡起情感的波澜。

其中总有一个故事或道理，让我们或警醒、或彻悟、或释然，让我们找回失落的理想、重拾生活的自信，得到一个充满激情的新的自己！

<<心灵鸡汤员工读本>>

作者简介

向亚云 人力资源师，职业策划师，撰稿人。

从事成功励志、职场生存、职工素质教育与婚姻家庭等方面的研究工作多年，致力于为广大企业提供员工培训服务，对员工素质提升和职业化修炼方面的研究颇有见解。

先后出版《如何做一名好员工》、《停止抱怨努力工作》、《女性礼仪与魅力修养》、《中华国学智慧员工读本》、《左手工作右手生活》等多部专著，并有部分图书成功登上畅销书排行榜。

<<心灵鸡汤员工读本>>

书籍目录

上卷 工作禅 第一章 了悟工作的秘密 1.工作也需要开悟 2.没有更好,只有最好 3.当好自己的角色 4.天道酬勤 5.努力是唯一的秘密 6.使自己成为珍珠 7.做好每一天的工作 8.推托工作只会害自己 9.尽忠职守 10.做自己的工作,让别人说去吧 11.为自己工作 12.有特长就要尽情发挥 第二章 找到工作的方法 1.事情并没有你想象的那么难 2.工作要扎实 3.越是紧急越需要冷静 4.工作不能盲目 5.能干还要巧干 6.想办法就会有办法 7.心中有点子工作就有路子 8.改掉工作坏习惯 9.化繁为简 10.魔鬼就藏在细节里 11.天使也藏在细节里 12.绝不拖延 13.劳逸要结合 第三章 端正工作的态度 1.三天画一幅和三年画一幅 2.谨守规则 3.没有任何借口 4.找借口只会害自己 5.抛开心中的猴子 6.一生只写一个字 7.正确看待压力 8.态度决定结果 第四章 为工作装上激情的马达 1.激情是根植于心的火种 2.激情是工作的灵魂 3.热情从心而生 4.像马云一样热血沸腾 5.点燃工作的激情 6.用热情激发内心的潜能 7.有热爱,就没有什么不可能 第五章 给工作一个快乐的理由 1.与工作约会 2.珍惜自己的工作 3.工作就是乐趣 4.发现工作中的乐趣 5.享受工作的过程 6.让工作快乐起来 7.做自己喜欢的工作就是幸福 8.为兴趣工作最快乐 第六章 与同事友好相处 1.团结起来力量大 2.无谓的竞争最不可取 3.工作需要合作 4.有对手不是坏事 5.利人又何妨 6.学会分担 7.没有全能的个人 8.给对方显示的机会 9.学会倾听 10.学会尊重身边的每一个人 11.一声问候 12.自私的剑只会伤害自己 13.学会包容 14.不能以貌取人 15.人脉就是财脉中卷 成功路 第七章 让梦想和目标指引人生的方向 1.成功从梦想开始 2.梦想指引人生 3.在心里种一颗梦想的种子 4.梦想有多高就能飞多高 5.梦想能创造出奇迹 6.一切成功都从设定目标开始 7.让目标为梦想指引方向 8.给自己定一个目标 9.紧紧盯住自己的目标 10.目标比努力更重要 11.不实际的目标就和空想一样 第八章 给梦想一个落脚的地方 1.梦想需要行动 2.行动才能成功 3.坚持内心的信念 4.为梦想找一个落脚的地方 5.为自己的梦想努力 6.把梦想化作切切实实的行动 7.只为目标努力,不为挫折伤心 8.任何努力都是有价值的 第九章 用自信的力量打开成功的天窗 1.没有什么是我不能做的 2.自信来自心中 3.自信的力量 4.相信自己,我能行 5.你就是自己的圣人 6.自己一定要看得起自己 7.信心十足得天助 8.并没有不同 9.赶走你的自卑 第十章 把命运紧紧握在自己手中 1.成功者永不放弃,放弃者永不成功 2.让自己成为自己的依靠 3.一毛钱也是奋斗的资金 4.成功的关键 5.成功的门都是虚掩着的 6.推开机遇的门 7.用希望之火激发生命的潜能 8.心态决定行动 9.有勇气就有机会 10.勇敢迈出第一步 11.不要安于现状 12.下定决心就没有不可能 第十一章 用勇气和毅力迎接困境与失败 1.任何厄运都不是退缩的理由 2.不是每个人都能够穿拖鞋的 3.困难又有什么了不起 4.把每一个苦难都当成机遇 5.越是逆境越需要我们坚持 6.1850次拒绝之后就是成功 7.没有什么能让我退缩 8.几经沉浮的茶更香 9.再生的勇气 10.做个摔不坏的钢化玻璃杯 11.不能流泪就学着微笑 12.他们都是伟大的人 13.我可以从头做起 14.在黑夜里为自己寻一盏希望的灯 15.自助者才有人助 16.永远不要失去希望下卷 幸福经 第十二章 爱是幸福最明亮的底色 1.只有爱永恒不败 2.不管发生什么事,我都会在你身边 3.爸爸在看着 4.爱如灯盏 5.爱的勇气 6.哥哥的礼物 7.大声说出你的爱 8.你是我最重要的人 第十三章 快乐不在别处 1.快乐并不取决于物质 2.快乐不在别处 3.负累少,快乐就多 4.快乐需要分享 5.朋友越多,快乐越多 6.微笑可以化解一切 7.何必吝啬赞美 8.不必生气 9.良言一句三冬暖 10.信任是相互的 11.帮人就是助己 12.施比受更有福 第十四章 拥有一颗平常心 1.放下该放下的 2.珍惜该珍惜的 3.幸福就在当下 4.找到自己的幸福钥匙 5.顺其自然最好 6.该享受时就享受 7.乐观心态最重要 8.我就是我,不是别人 9.幸福源于平和的心态 10.何必计较 11.别忘了沿路的风景 12.适合自己的生活就是最好的 13.一切在于自己 14.不必羡慕别人 第十五章 克服人性的弱点 1.冲动是魔鬼 2.贪心不可长 3.嫉妒是心灵的毒瘤 4.害人之心不可有 5.太自负伤自己 6.当争的要争 7.善待自己的缺陷 第十六章 学会选择,懂得放弃 1.放弃是一种智慧 2.该放弃的就要放弃 3.选择与放弃 4.人生只有一次选择 5.此路不通转个弯 6.人生需要不断地给自己定位 7.懂得放弃 8.放弃才会得到附录 关于心态是否积极的小测试

<<心灵鸡汤员工读本>>

章节摘录

阿难尊者是释迦牟尼的十大弟子之一，也是释迦牟尼佛的堂弟，跟随佛陀出家，佛陀55岁时，选阿难为常随侍者。

阿难在这个重要岗位上一干就是25年。

因为他博学强记、过耳不忘，对佛的一言一语都能谨记无误，是所有比丘中记得佛法最多的人，他能像录音机一样背诵所有佛经，因此被称为“多闻第一”。

他也了解所有的修行方法，但是却阿难一直没有下苦功去修炼，他的心总静不下来，莫名的烦恼像影子一样跟随着他，直到佛陀圆寂，阿难也未能开悟。

佛陀涅槃90天后，大迦叶尊者召集499名罗汉，在王舍城附近的七叶窟集会，要将佛陀生前所说的经文和戒律结集起来。

出席结集会的标准清晰而严格：只有真正开悟、证得罗汉果位的人才可出席。

阿难虽是多闻，并且能背诵所有佛经，但是由于尚未证悟，因此被摒弃在结集的石窟外。

阿难向大迦叶尊者苦苦哀求，甚至哭泣下跪。

但未开悟者不能进，这是死规定。

大迦叶尊者以长老身份教育阿难，说：“你跟随佛陀最久，却未能证得佛陀正果，看看这门上的钥匙孔，你若能从此小孔中进去，你就有资格参加结集了。”

阿难羞愧难当，含泪退出。

阿难把自己反锁在房间里，开始反省：“我一直以为自己是佛陀最爱的弟子和侍者，只要多闻佛法，不必苦修，有佛的神力，早晚能登堂入室。

没想到结果是这样啊！

这时，佛陀现身说法，指出觉悟要靠自己的道理。

阿难大声说：“佛陀，我知道自己错了。”

一刹那，心中的烦恼尽脱，朗月临窗，心空澄明，阿难豁然开悟了。

沐浴着朝阳，阿难步伐轻快，他自然大方随手推开七叶窟的大门，微笑而入——法本自然，推门而人就是最大的神通。

阿难被大家推上狮子 工作也是一样的，如果不用心去体会、去开悟，不管处在怎样重要的岗位上，到最终也会一事无成。

有文凭、有本领、有才能，如果不能了悟工作的真谛，洞悉工作的秘密，也难取得成绩。

所以，工作也需要开悟，也需要我们时时用心去感受，去理解，去消化，去吸收，才能真正把知识转化成能力，把本事运用到正途，才能如鱼得水，如虎添翼，把工作做到完美。

一个富翁请了一伙木匠替他制作家具，他们是六个木匠和一个包工头。

一个木匠因为出门时太匆忙，把锤子忘在了家里，而他的家离这里有几百公里。

于是木匠来到铁匠那里，对他说：“给我做一把好锤子。”

铁匠回答：“没有问题，一定包您满意。”

锤子打造好了，对木匠来说，它的确是一把好锤子。

和从前的锤子相比它不仅更好使，而且装上的锤柄不管是多大劲都不会松动。

木匠的同伴看到见到这么好的锤子，都跑到铁匠那里，要求定制一模一样的锤子。

当包工头得知这个消息后，也来到了铁匠铺，对铁匠说：“我要两把锤子，要比前面给木匠们做的锤子更好。”

“对不起，我做不到！”

铁匠回答说，“我给予你们每一位的，都是最好的，没有更好的了。”

我不会因为是谁要而有什么不同。

包工头无奈地走了。

<<心灵鸡汤员工读本>>

编辑推荐

回归心灵深处最朴素的本真，触摸灵魂中最温暖的感动。

向亚云编著的《心灵鸡汤员工读本》撷取的100多个干净纯美的小故事，就像一碗一碗的鸡汤一样，温润，可口，营养丰富。

轻轻地喝进去，暖胃，暖心，无限舒坦。

轻轻驱走孤寂和迷茫，找回激情和梦想，让我们把平常的日子也过得幸福和安然。

<<心灵鸡汤员工读本>>

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>