

<<心灵鸡汤十年精选>>

图书基本信息

书名：<<心灵鸡汤十年精选>>

13位ISBN编号：9787811205688

10位ISBN编号：7811205688

出版时间：2009-1

出版时间：星汉 汕头大学出版社 (2009-01出版)

作者：星汉

页数：481

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>

<<心灵鸡汤十年精选>>

前言

给心灵的鸡汤，给自己的幸福这个时代是人人面临压力的时代，社会的飞速发展和变革，给身在其中的每一个人都带来了无数机遇和挑战。

我们拥有更多的物质财富和享受，接受更多的感官刺激，却渐渐忘记快乐是什么感觉。

我们通过各种不同的方式寻找着心灵的宁静和幸福，努力倾听内心深处的声音。

其实，心灵的需要往往很简单、很平常，它难以消化塞满欲望的饕餮大餐，而只需要一碗香浓的鸡汤。

对很多读过、品尝过“心灵鸡汤”的人来说，“心灵鸡汤”已经成为了一种生活态度，一种对生活充满热情、努力向上并享受幸福的态度。

“心灵鸡汤”在不知不觉之中感动了很多人，影响了很多。

“心灵鸡汤”虽然只是涓涓细流，但却一直滋润着我们的心田，让我们相信：真正的人生需要梦想，有梦想谁都了不起，所以我们要放飞梦想。

每一个追求自己梦想的人其实都是自己的英雄，不要做成功者的模仿者，做你自己。

要成功，必然有对手、有竞争，学会享受竞争，让对手帮你约会成功。

无论有成功路上有多少困难，应当牢记：人生靠自己。

靠自己，先要相信自己，走向自信才能抓住机遇，为人生增添最绚烂的颜色，让自己散发出生命之光。

实际上，人最缺少也最渴望的还是简单的幸福，这种幸福和财富、权力无关，它来自人与人之间的爱。

我们常说大爱无声，每个人都是在爱中成长，父母的爱，朋友的爱，还有最让我们心动的纯爱之爱。

领略生活真谛，从体味亲人的爱开始，一点一滴地还原生活，最终才能回归心灵。

只要你勇于尝试，懂得珍惜，就一定能获得幸福，在为幸福而战的人生战场上，胜负由你。

十七个有关生命的主题，十七个改变生活的关键词，让我们对幸福有了更深的体会，对成功有了更深的理解。

《心灵鸡汤十年精选》汇聚了十年心灵智慧的精华，堪称目前最全面、最丰富、最经典、最权威的版本。

相信其中的每一个故事、每一种心情、每一份体会，都能为你带来对人生新的体验。

希望《心灵鸡汤十年精选》能够为你的生活打开一扇希望的门，让心灵的宁静和幸福一直伴随你。

<<心灵鸡汤十年精选>>

内容概要

《心灵鸡汤十年精选》集中了十年心灵智慧的精华，汇编为梦想、成功、自信、勇气、友情、爱情、幸福等十七个主题，经典感人的故事、改变命运的智慧在这里重现。

《心灵鸡汤十年精选》让你摆脱现代高强度、快节奏生活的束缚与重压，经历一次心灵的旅行，重温爱、友谊、幸福和梦想。

在阅读的过程中，你可以汲取继续前进的力量，找到幸福的秘方。

也许幸福不那么容易，也许生活不那么完美，但一颗勇于追求的心却可以成为完美幸福生活的基石。

“心灵鸡汤”系列图书自从问世以来，在全球销售过亿册，帮助无数读者找到了自己心灵的宁静和幸福，已经成为汇聚人生智慧的经典。

“心灵鸡汤”在中国同样受到广泛欢迎，那些意味隽永的小故事曾经陪伴我们度过了懵懂的岁月，那些充满哲理的话语曾经为苦闷的心灵照进一缕阳光。

<<心灵鸡汤十年精选>>

书籍目录

第一章 有梦想谁都了不起心在哪里，财富就在哪里没有谁能阻挡你追寻梦想的路野心是生命的动力点滴就是大海我要当老板人生的绿灯总会为你亮起不能让心灵失败财富就在自己手中灵感青睐会思考的头脑令人得益的社交坚持的丰厚回报失误带来的收益上帝会帮助你一次有益的谈话人生中的如果梦想构造生活，点燃一盏希望的明灯成功的失败者第二章 每个人都是自己的英雄我的人生我做主角就是你自己你比想象中还要优秀找准自己的人生起点在做和学中认识自己劣势也会变成独特优势别让旁人决定你的一生认清自己做自己自卑者注定与成功无缘难有自己能打败自己下一个轮到你讲了学会每天淘汰自己自制能力分数是多少坎坷中炼就精彩的人生敢于砸破自己的饭碗第三章 对手，实现梦想的另一只手向你的对手道声感谢你也需要唱反调的人要正确看待他人的成功生气是拿别人的错误惩罚自己请握住我的手讨厌我就是敌人？

请给对手掌声在自己的脸上“点灯”其实，对手更是朋友可怕的不是跌倒多为对方留一点余地面对错误才能进步没有对手就没有发展人一定要走出习惯的牢笼直面内在的敌人放下架子试试看在心间播种一粒“克拉”生存游戏与恶人共舞第四章 你就是你想成为的那个人你生来就是冠军成功就在下一次从身边的小事做起还是做自己好总统是怎么炼成的出手迅捷是成功的秘诀稻草富翁成名在101岁你不是我想象中的老板信心是职场生存的底线你就是百万富翁寻找适合自己的鞋子昂首走出失败的阴霾只贷1美元偏执的成功者把苦难视为上帝的礼物你做得很好点子就是金钱第五章 做自己人生的设计师加长自己的起跑线调整自己手中的杯子学会对自己说“不要紧”成功需要你的智慧负重才不会被打翻做自己人生的设计师新鲜人成功6招人生不需要太多的行李退一步真的就会海阔天空不要寄希望于下一次你是千里马，但你还得叫做好身边的小事努力了就会有希望有时慢跑才能达到终点勿以“钱”小而不赚彩虹总出现在风雨后邮差的花儿看清真相站对位置第六章 美与丑只隔一层薄薄的纸我并不比你矮你的侧影好美身体缺陷并不能阻挡成功黑气球同样会飞起来有些缺陷你不必太在意不完美也是一种美愿世世为矮人认识到自己的好爱永远是开不败的美丽你想什么时候比赛缺陷往往就是优势时刻敲响你的进军鼓豁达能让心灵保持明亮沙子与珍珠口吃的经理人原谅自己的缺陷跌倒常在优势上缺憾是另一种完美和总统做一笔小生意第七章 机遇就在你的左手边机会只眷顾满怀希望的人不要让机遇悄悄溜走成功要靠自己把握目光一定要看得长远失败也是新的起点人生需要再坚持一点勇气寻找灯光的福勒伸出手抓住属于你的机会把困难当成机遇没有风险也就没有机会意料之外留意身边的风景把木梳卖给和尚做事讲方法才有高效率每天都是崭新的开始跳出不如意的怪圈人生总有两个机会不幸也是一种成功的机会将错就错的智慧打开你心中的那扇门第八章 活着是一件美好的事情生命的热忱为自己开一扇窗生命中的最后一天推己及人每个生命都有其独特的价值你要支配自己的命运生存还是毁灭苦难也是一笔宝贵的财富破釜沉舟才有出路论命运松一松生命的发条第九章 推开幸福那扇门幸福是一种习惯快乐总在放弃后后院的金币幸福是什么良心的微笑因为我们是朋友找寻属于自己的幸福错出一段美丽来没有什么不可以改变错过的生日幸福的秘密学会与人分享请记住特殊的日期内心的羁绊办公室里的垂钓者彩色土豆泥同情百万富翁第十章 有一种力量叫感动从爱到爱的距离让时间来理解爱吧母爱可以创造奇迹请为我守住这个秘密生命的时钟父爱没有力学父爱的力量我终于读懂了您那一年，面包飘香人人都有一个家多一句赞美一瓶水打败对手爱的真谛谁是你心中的佛及时表达你的爱真正的爱不是那样的他让我学会飞翔一杯牛奶的力量亲亲那个姐姐六个馒头第十一章 执子之手，与子偕老种在心里的爱情完美的恋爱特殊的表白浪漫的意义别让婚姻绊倒了爱情爱情琐谈什么是爱情致失恋者被爱改变性格和爱情的关系爱情箴言请别影响了别人的心情学会奉献才能有爱一封虾红色的情书我和叶莉婚姻需要你准备充分第十二章 那些生活教会我们的事儿其实生活很简单要生活得写意不懂时请保持沉默生活需要合理分配敢于认错也是一种美丽朝三暮四还是朝四暮三世界上最难说的字学会与邻居共处原来这么简单弯曲的雪松懂得生活掉进井里的驴子长颈鹿与鹅卵石生活的此刻生活不相信眼泪感谢挫折蚂蚁的救助控制好你的脾气嫉妒只怪你没听他的话起步就有进步生活需要理解攀比的后果第十三章 请留意身边的风景旅途处处有美景欣赏生活中的美最本质的出发点最美的风景就在你的身边画外人生想停的时候就停心灵的镜子别败给悲观的自己我选择活下去电梯里的镜子最美丽的山路尊重不是强迫得来的自制小心身边的陷阱放弃的魅力保持乐观之心学会谅解跑出心里的圈子幸福的天使时光美妙的大自然四个过桥人没打算辞职第十四章 别给心灵绑上“夹板”让阳光拐个弯儿微笑能给生活带来阳光不要轻易拔去

<<心灵鸡汤十年精选>>

杂草把自己放低一点你的烦恼不比别人多不要为情绪左右给心理做个“美容”钻到别人的伞下去躲雨别给心灵绑上“夹板”赞美改变一生别让诱惑自己的东西太多心中的垃圾点燃心烛固执的神父打开你的心窗第十五章 跳出框框才显风光别太遇到麻烦打破束缚你的条条框框一分钟都不要浪费苹果的味道从失败中寻找新的希望黄金距离三英寸跟随自己整装上路，要向前走跳出框框才显风光你在为什么工作今天只有一名顾客上帝给谁的都不会太多天使没腿也能飞放弃假设从改变自己开始学会利用自己的欲望第十六章 别忽略了生活中更重要的东西该停的时候就要停比病更可怕的芬克斯酒吧不要被虚名所累在思考中成长感激生活中每一根稻草10招提升幽默感系紧你的鞋带阳光洒在我身上魔鬼钱袋的诱惑抓住今天学会和自己交谈我为快乐而打球注意力也是一种能量第十七章 要想赢，就不能怕输拿得起，还要放得下在内心装一个“罗盘”要想赢，就不能太输向动物学习放弃网，不一定只捕鱼我们只是实在木鸡其实并不呆坚持自己的信仰低调做人，高调做事抑郁症是病，不是灾难一匹马的命运牧羊人与断角羊小教堂的晨祷善说理免争执拖船的智慧让生活充实起来帕帕斯蒂岛上的锁安与患

<<心灵鸡汤十年精选>>

章节摘录

第一章 有梦想谁都了不起心在哪里，财富就在哪里有一位昆虫学家和他的商人朋友一起在公园里散步、聊天。

忽然，他停住了脚步，好像听到了什么。

“怎么啦？”

“他的商人朋友问他。

昆虫学家惊喜地叫了起来：“听到了吗？”

一只蟋蟀的鸣叫，而且绝对是一只上品的大蟋蟀。

“商人朋友很费劲地侧着耳朵听了好久，无可奈何地回答：“我什么也没听到！”

“你等着。

“昆虫学家一边说，一边向附近的树林小跑了过去。

不久，他便找到了一只大个头的蟋蟀，回来告诉他的朋友：“看见没有？”

一只白牙紫金大翅蟋蟀，这可是一只大将级的蟋蟀哟！”

怎么样，我没有听错吧？”

“是的，您没有听错。

“商人莫名其妙地问昆虫学家：“您不仅听出了蟋蟀的鸣叫，而且听出了蟋蟀的品种——可您是怎么听出来的呢？”

“昆虫学家回答：“个头大的蟋蟀叫声缓慢，有时几个小时就叫两三声。

小蟋蟀叫声频率快，叫得也勤。

黑色、紫色、红色、黄色等各种颜色的蟋蟀叫声都各不相同，比如，黄蟋蟀的鸣叫声里带有金属声。

所有鸣叫声只有极其细微，甚至言语难以形容的差别，你必须用心才能分辨得出来。

“他们一边说，一边离开了公园，走在马路边热闹的人行道上。

忽然，商人也停住了脚步，弯腰拾起一枚掉在地上的硬币。

而昆虫学家依然大踏步地向前走着，丝毫没有听见硬币的落地之声。

没有谁能阻挡你追寻梦想的路1943年，第二次世界大战已经进入了最为激烈的时候。

即使在牛津大学的校园里也不例外，那里到处弥漫着战争的气息。

学生们不得不把正常的学习放了下来，为打败法西斯德国而做着各种神秘又激动人心的活动。

面对这样严峻的情况，仍有一个人希望能到牛津大学学习，她的名字叫玛格丽特。

当时玛格丽特才只有十七岁。

一天，玛格丽特来到女校长古利斯小姐的办公室，对校长说：“校长，我想现在就去考牛津大学的萨默维尔学院。

“女校长皱着眉头说：“什么？”

你说什么？”

你太有意思了，难道你不知道吗，你连一节拉丁语课都没有上过，你又怎么可能去考牛津大学呢？”

你还是老老实实地待在这儿吧！”

“我可以现在就去学拉丁语，这不算什么大问题，”“亲爱的玛格丽特，这是很难办到的，你才十七岁，而且你还有一年的学业要完成，还是把这件事放在你毕业后再去考虑吧。

“我想，我可以去申请跳级！”

“不，这是绝对不可以的，你是办不到的。

“古利斯小姐说着笑了起来。

“校长，你这是在阻挠我的理想！”

我一定要到牛津大学去！”

“玛格丽特生气地对校长说。

说完这句话后，玛格丽特头也不回地冲出了古利斯小姐的办公室。

不久以后，玛格丽特就开始了备考工作，她每天都要进行艰苦的学习，她付出了比别人多好几倍的努力。

<<心灵鸡汤十年精选>>

她的努力没有白费，她提前几个月得到了学校的毕业证书，并顺利地参加了大学入学考试。

几个月后，她终于如愿以偿地拿到了牛津大学的入学通知书。

野心是生命的动力巴拉昂是一位年轻的媒体大亨，以推销装饰肖像画起家，在不到10年的时间里，迅速跻身于法国前50位富豪之列。

1998年他因前列腺癌在法国博比尼医院去世。

临终前，他留下遗嘱，把价值4.6亿法郎的股份捐献给博比尼医院，用于前列腺癌的研究；另将100万法郎作为专项资金，奖给揭开贫穷之谜的人。

法国《科西嘉人报》在他去世后，刊登了他的遗嘱。

遗嘱中写道：我曾是一个穷人，去世时却是一个富人。

在去世前，我不想把我成为富人的秘诀带走，现在秘诀就锁在法兰西中央银行我的私人保险箱内，保险箱的3把钥匙在我的律师和两位代理人手中。

谁若能回答“穷人最缺少的是什么”而猜中我的秘诀，他将能得到我的祝贺。

当然，那时我已无法为他的睿智而欢呼，但是他可以从那只保险箱里荣幸地拿走100万法郎，那就是我给予他的掌声。

《科西嘉人报》刊出遗嘱之后，就收到大量的信件，也收到了各种各样的答案。

绝大部分人认为：穷人最缺少的是金钱，除此之外还能缺少什么？

还有一部分人认为：穷人最缺少的是机会，一些人之所以穷，就是因为没遇到良机。

另一部分人认为：穷人最缺少的是技能，现在能迅速致富的都是有一技之长者，穷人就是因为学无所长。

还有的人认为：穷人最缺少的是帮助和关爱，每个党派在上台前，都给失业者大量的许诺，然而上台后真正关心他们的又有几个？

另外还有一些其他的答案，比如：穷人最缺少的是美貌，是皮尔·卡丹外套，是宽敞的住房……总之，答案千奇百怪。

在巴拉昂逝世周年纪念日，律师和代理人按他生前的交代，在公证部门的监督下打开了那只保险箱。

在48561封来信中，有一位叫蒂勒的小姑娘猜对了巴拉昂的秘诀。

蒂勒和巴拉昂都认为：穷人最缺少的是野心。

在颁奖之日，《科西嘉人报》带着所有人的好奇，问年仅9岁的蒂勒，为什么不是其他的答案，而想到是野心？

蒂勒说：“每次，我姐姐把她11岁的男朋友带回家时，总是警告我说：‘不要有野心！’

不要有野心！

’我想，也许野心可以让人得到自己想得到的东西。

”巴拉昂的谜底和蒂勒的回答见报后，引起了世界性的震动。

一些好莱坞的新贵和其他行业年轻的富翁在就此话题接受采访时，也都毫不掩饰地承认：野心是永恒的生命动力，是所有奇迹燃烧的火种。

点滴就是大海有一位年轻人在一家石油公司里谋到一份工作，任务是检查石油罐盖焊接好没有。

这是公司里最简单枯燥的工作，凡是有出息的人都不愿意干这件事。

这位年轻人也觉得，天天看一个个铁盖太没有意思了。

他找到主管，要求调换工作。

可是主管说：“不行，别的工作你干不好。

”年轻人只好回到焊接机旁，继续检查那些油罐盖上的焊接圈。

既然好工作轮不到自己，那就先把这份枯燥无味的工作做好吧！

从此，年轻人静下心来，仔细观察焊接的全过程。

他发现，焊接好一个石油罐盖，共用39滴焊接剂。

为什么一定要用39滴呢？

少用一滴行不行？

在这位年轻人以前，已经有许多人干过这份工作，从来没有人想过这个问题。

这个年轻人不但想了，而且认真测算试验。

<<心灵鸡汤十年精选>>

结果发现，焊接好一个石油罐盖，只需38滴焊接剂就足够了。年轻人在最没有机会施展才华的工作岗位上，找到了用武之地。他非常兴奋，立刻为节省一滴焊接剂而开始努力工作。原有的自动焊接机，是为每罐消耗39滴焊接剂专门设计的。用旧的焊接机，无法实现每罐减少一滴焊接剂的目标。年轻人决定另起炉灶，研制新的焊接机。经过无数次尝试，他终于研制成功了“38滴型”焊接机。使用这种新型焊接机，每焊接一个罐盖可节省一滴焊接剂。积少成多，一年下来，这位年轻人竟为公司节省开支5万美元。一个每年能创造5万美元价值的人，谁还敢小瞧他呢？由此年轻人迈开了成功的第一步。许多年后，这位年轻人成了世界石油大王——他就是洛克菲勒。我要当老板美国20世纪商界风云人物罗森沃德，是全美最大百货公司西尔斯—娄巴克公司的最大股东。

可是，做服装生意起家的这位大富翁也经历了许多创业的艰辛与失败。1862年，罗森沃德出生于德国一个犹太人家庭。他少年时随家人移居北美，并在伊利诺伊州斯普林菲尔德市定居。罗森沃德的奋斗目标是“要当一个服装老板”。为了实现这个目标，在工作中，他除了留心学习和注意观察外，还利用全部的业余时间学习商业知识，找有关的书籍来读，进行学习。直到1884年，他觉得自己有些经验和小额本金了，于是想自己开家服装店。结果他的商店门可罗雀，生意不怎么样，经营一年多，就把多年辛苦积攒的血汗钱全都赔光了。没办法商店只好关门，他垂头丧气地离开纽约，重新回到了伊利诺伊州。面对自己的失败，罗森沃德毫不气馁，决心改进，继续学习和研究服装的经营方法。他一边到服装设计学校去学习，一边进行服装市场考察，特别是对世界各国时装进行专门研究。仅仅一年后，他不仅对服装设计有了自己的心得，对市场行情也很熟悉了。于是，他决定重新开始创业，他先向朋友借了几百美元，在芝加哥开设了一间只有10多平方米的服装加工店。这个服装店除了展出他亲自设计的新款服装图样外，还可以根据顾客的需求对已定的服式加以改进，甚至完全按顾客的口述要求进行个性化的设计。因为他的服装设计新颖精美、具有创意、款式齐全，再加上他的灵活经营，生意很快就好起来，并且获得了很多客户的欣赏。

<<心灵鸡汤十年精选>>

编辑推荐

《心灵鸡汤十年精选》堪称目前最全面、最丰富、最经典、最权威的版本。
相信其中的每一个故事、每一种心情、每一份体会，都能为你带来对人生新的体验。
希望《心灵鸡汤十年精选》能够为你的生活打开一扇希望的门，让心灵的宁静和幸福一直伴随你。

<<心灵鸡汤十年精选>>

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>