

<<感激磨难>>

图书基本信息

书名：<<感激磨难>>

13位ISBN编号：9787506459587

10位ISBN编号：7506459582

出版时间：2009-10

出版时间：中国纺织出版社

作者：长征

页数：235

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>

## <<感激磨难>>

### 前言

生命自呱呱坠地后，就注定一生将遭遇各种各样的磨难，尝遍“酸甜苦辣咸”万般滋味。

面对磨难，有的人表现积极，靠自己的努力去化解磨难；而有的人却破罐子破摔，不仅抱怨老天对自己不公，更抱怨周围人没有给自己机会。

这种做法当然是不正确的。

正所谓“不经历风雨就见不到彩虹”，如果人生没有了磨难，我们的生活虽然会一帆风顺，但却会平淡得像白开水一样没有颜色更没有味道。

其实，磨难从某种意义上说是一种催化剂，它能激励人自强不息，唯有那种将不幸和磨难置之度外并战胜它的人，才是胜者。

哲人康德说过：“如果谁能走出人生一重又一重的磨难，那他必定是天才。

”只有勇于面对困难和挫折，并把这种困难作为磨练自己的良方，我们经受的磨难才有了意义。

世间没有过不去的坎儿。

人的生命就像洪水奔流，不遇着岛屿、暗礁，便难以激起美丽的浪花。

罗曼·罗兰认为：“痛苦这把利刃，一方面割破你的心，一方面掘出了生命新的水源。

”相信这就是生命所能赋予我们的“不求事事如意，但求问心无愧”的坚强品质。

## <<感激磨难>>

### 内容概要

面对磨难，你是怨天怨地、破罐子破摔，还是坦然接受呢？

其实磨难对于我们来说并不是一种灾难，相反却能带给我们很多人生经验和智慧。

通过磨难，我们获得了再次成长的机会。

本书介绍了当缺憾、失败、贫穷、压力、嘲笑、批评、打击、抛弃等磨难来临的时候，我们应该怎样坚强地面对，如何把磨难转变为人生的一种财富。

## &lt;&lt;感激磨难&gt;&gt;

## 书籍目录

第一章 为什么是我 上天考验你的方法 吃得苦中苦，方为人上人 多难兴邦，磨难养人 自古英雄多磨难，从来纨绔少伟男 跨过人生的磨难必能完成人生的超越

第二章 感激生命的缺憾 残缺是一种正常的现象 身体的残缺不等于心灵的残缺 上帝关上了一扇门，必定会再开一扇窗 正视自身的不足，笨鸟要先飞 由自卑到自信，道路崎岖却辉煌

第三章 感激逆境与失败 即便身处逆境，也要相信会出现转机 只有经历过苦难的人才会成功 失败是成功之母 好事多磨，成功需要坚持 失败教我们调整策略，找到新的契机 感谢失败，它让我们学会看清和肯定自己

第四章 感激贫穷 穷人的孩子早当家 贫穷是一种财富 金钱并不是人生最重要的东西 物质贫穷造就精神的富有 贫穷让我们学会用双手创造财富 贫穷告诉我们：知识可以改变命运 贫穷教会我们珍惜时间 贫穷让我们树立正确的金钱观

第五章 感激压力 适当的压力有利于健康 压力就是动力 压力让我们学会以退为进 乐力能激发我们的斗志 压力越大，反压力越大 善待自己的压力

第六章 感激嘲笑与讽刺 嘲笑催人上进 嘲笑告诉我们要自知之明 忍辱能成就大事 学会视而不见 羞辱让我们更快突破自我的界限 气愤之余要自省 嘲笑让我们更加自尊 谨言慎行：不给别人嘲笑我们的机会 尊重别人才不被别人嘲笑 嘲笑让我们学会自省

第七章 感激批评 批评是一面镜子 批评能够磨掉我们自负和嚣张的气焰 批评也是一种激励 批评是自我成长的“添加剂” 批评让我们懂得自律

第八章 感激打击和报复 打击和报复让我们越挫越勇 打击和报复让我们审视自己的对错 打击和报复让我们学会调整自己的心态 打击和报复让我们认清对手，克敌制胜 人生的打击增加了我们的智慧 借助外力，争取成功 仇恨是走向成功的沉重的负担

第九章 感激抛弃和失去 感谢失恋 如果得不到，那就放弃 因为失去，我们懂得珍惜 抛弃造就我们独立的意志 因为失去，我们懂得什么是人生 失去也是一种重生

第十章 战胜磨难的条心理策略 正确地处理人际关系 做本分人，行本分事 保持坚强的意志也是对敌人的另一种打击 适时清理情绪垃圾，保持好的心态 培养自己宽容的心境 用自律去避免苦难，解决问题 与时俱进，随机应变 迎头赶上，不逃避 换个新方向或新环境 反思总结，避免磨难的再次出现

## &lt;&lt;感激磨难&gt;&gt;

## 章节摘录

第一章 为什么是我 上天考验你的方法 很多人一提起磨难，都面带恐惧，好像要受“抽筋剥皮”的大刑一般。

其实，人们是让磨难给吓怕了，因为过多的磨难让他们失去了很多原本美好的东西。

但所有的事物都是把“双刃剑”，磨难也是如此。

的确，磨难给我们带来无尽的痛苦，但生命却因为有了坎坷才美丽。

经过磨难之后的我们，不仅获得了成长，而且会变得更加理智和成熟。

这一点，我们的老祖先早就有先见之明。

孟子在《孟子·告子下》这样写道：“舜发于畎亩之中，傅说举于版筑之间，胶鬲举于鱼盐之中，管夷吾举于士，孙叔敖举于海，百里奚举于市。

故天将降大任于斯人也，必先苦其心志，劳其筋骨，饿其体肤，空乏其身，行拂乱其所为，所以动心忍性，增益其所不能……” 孟子的这段话，向我们揭示了苦难的真相，即磨难是上天考验我们的方法。

上文中提到的舜、傅说、胶鬲、管夷吾、孙叔敖、百里奚这些人都是从磨难中成长起来的。

可以这么说，如果没有经过磨难，他们也绝不会拥有以后的成就。

正所谓“吃得苦中苦，方为人上人”。

要成为一位受人尊敬的人，必须经过重重磨炼，吃尽千辛万苦，才能享受丰硕的果实。

在动物世界里，也有这样经受磨难而成长的例子。

在茫茫的非洲草原上，当黎明的曙光刚刚划破夜空，一只小羚羊就被妈妈的呵斥声“孩子赶快起来！”

惊醒。

“可是妈妈，天还没有完全亮，我能再睡一会儿吗？”

“不行，孩子，赶快跑！”

如果你跑慢了，就可能被狮子吃掉！

你的父亲刚才去觅食时就因为年纪大了跑不快而被狮子吃掉了！

”羚羊妈妈流着泪说道。

“要知道，我们跟其他动物相比，唯一可以活命的优势就是奔跑。

只有比狮子跑得更快，你才有活命的机会。

虽然练习跑步很累，但总比被狮子吃掉要好！

”与此同时，一头小狮子也在母亲的督促下练习跑步：“孩子，赶快跑！”

我们好几天都没有吃过东西了。

这些羚羊们太聪明了，不断地练习奔跑。

我们也必须练习，只有跑得过羚羊，我们才有食物！

”这个故事从另一个侧面向我们展示了自然界的法则：适者生存。

无论磨难多么重，无论压力多么大，为了能活下去，我们就要不断地练习，不断地提升自己，否则只能被淘汰。

百兽之王的狮子尚需要不断练习，更何况我们这些平凡人。

自然界的竞争是残酷的、血淋淋的。

就搏斗的力量对比而言，羚羊是弱者，它不堪一击；而整个羚羊群之所以能够繁衍生息，却证明了它们是强者。

它们正是通过不断地奔跑练习，才让自己的物种得以延续。

由此，我们很容易想到人类自身，想到生活，虽然现实生活中我们看不到刀光剑影、鲜血淋漓的斗争场面，但就生存的严峻程度而言，人生的过程何尝不是一场残酷的斗争呢！

正如“钢琴曲有波澜起伏，水彩画有鲜明黯淡”一样，生活也不是一帆风顺的，挫折和磨难会不时地成为你生活的一部分。

那么你将以何种心态去面对挫折呢？

## &lt;&lt;感激磨难&gt;&gt;

面对挫折，有人叹息，有人彷徨，有人哀叹老天的不公、命运的多舛。

但这些都改变不了什么。

你只需勇敢地正视挫折，奋力地回击挫折，并坚信命运掌握在自己的手中，用“勤奋”、“汗水”和“积极向上”去改变人生，主导命运。

磨难不过是上天考验我们的方法。

正是通过这种方法，我们在适者生存的考验中不断地经受磨难，战胜磨难，从而走向成功。

明白了这个道理，我们就应该勇敢地面对和抗击磨难，这才是对自己负责的最好方法。

事实也告诉我们：过去无数有成就的政治家、科学家、作家大都有过小时候饱受磨难的经历，这也是他们日后成功的关键所在。

所谓“玉不琢，不成器”、“千锤百炼方成钢”正是对磨难的肯定和称颂。

只有经历过磨难，我们才会懂得珍惜眼前幸福的生活，才能在挫折和失败面前永不气馁、勇往直前。

吃得苦中苦，方为人上人 在清代李宝嘉的《官场现形记》里面有这样一句俗语：“吃得苦中苦，方为人上人。”

它的意思是只有经历千辛万苦的人，才能获取功名富贵，成为别人敬重的人。

这句俗语正好印证了我们的生活。

的确，每个人都会遭遇环境不好、坎坷不断、工作辛苦的时候。

说得再严重一点，几乎每个人在降生到这个世界时，就注定了要背负起经历各种困难折磨的命运。

但这并不意味着人间没有乐趣，或生命没有价值。

我们虽然注定了要靠劳力、靠工作来维持自己的生活，虽然注定了要通过七情六欲来品尝人间各种各样的离合悲欢，但另一方面，我们将会拥有成就感，有机会欣赏这鸟语花香的世界，甚至可以通过对人对世冷暖的看法而增加我们的智慧，体味人间苦乐的真谛。

有了悲欢，我们才有了爱、同情、善良等美丽的举动。

在某次大陆和台湾两岸共同举行的十大杰出青年座谈会上，一位杰出青年的发言震动了所有在场的人，他就是赖东进。

谁也没想到这么优秀的他曾经受过那么多磨难。

通过他的故事，大家深深体会到 磨难是成就他的最大原因。

他的家庭可以说是一个残缺不全的家庭：父亲是个盲人，母亲也是个盲人弱智，除了姐姐和他，几个弟弟妹妹也都是盲人。

生活在这样一个家庭里，他们没有好的生活条件，甚至只能住在乱葬岗的墓穴里。

他能有幸读书，源于9岁时别人对他父亲说的一句话：“如果不让你的儿子去读书，将来他长大了还是要跟你一样做乞丐。”

于是，父亲再苦再累也要送他去读书，但毕竟经济能力有限，才13岁的姐姐为了能让弟弟有出头之日，自愿到青楼里卖身。

姐姐走了，照顾一家人的重任就落在他的身上，他既要读书，又要照顾失明的父母弟妹，甚至还不得不忍受同学们歧视的目光。

但是他从来没有缺过一天课。

每天一放学就去讨饭，讨饭回来就跪着喂父母，甚至失明且弱智的母亲每次来月经，都是他给换草纸。

后来，他上了一所中专学校。

也许是他的优良品德和命运对他的垂青，他竟然获得了一份纯真的爱情。

但从一开始就受到未来丈母娘的阻拦：“天底下找不出他家那样的一窝窝人”，为了阻止自己的女儿跟赖东进交往，她甚至不惜动用暴力，把女儿锁在家里，然后用扁担一次次把来找她女儿的赖东进打回去……但这些都没有击退赖东进对生活的热情。

相反，经过一次次的磨难，他开始感恩生活，甚至感谢苦难的命运。

在他看来，正是苦难的命运给了他磨炼，给了他这样一份与众不同的人生。

他甚至感谢他的丈母娘，正是她的扁担，让他知道要想得到爱情，必须奋斗、必须有出息…… 通

## &lt;&lt;感激磨难&gt;&gt;

过和磨难的抗争，赖东进从一个生活在乱葬岗里的小乞丐变成了台湾一家专门生产消防器材公司的厂长，并被选为台湾第37届十大杰出青年。

看完这个故事，相信我们很多人都明白了这样一个道理，那就是：磨难能够造就一个人。总之，和我们所付出的代价比起来，我们的收获是值得的。

人生就是一次旅行。

在这次旅行中，我们不如把所受的辛劳和所经历的苦难当作是不能不花的旅费。

而在这一趟旅程中，我们可以得到各种各样有用的经验。

当我们痛苦的时候，我们可以把它看成是旅途中的涉水跋山、走狭路、过险桥。

而当我们快乐的时候，那就是我们到达了风光明媚的处所，卸下了行装，洗去了风尘，欣赏留连。

也正如旅行一样，我们路过每一片风景，却永远不为某一个而停留，只能在驻足一阵之后，背起行囊去寻觅另一处佳境。

人间的苦苦乐乐，我们不妨把它看作理所当然。

做生意顺利的时候，财源滚滚而来，那是顺境。

一旦遇上风险、逆境，那就准备过节衣缩食的苦日子来渡过难关。

在这样的人生旅行中，不够坚强的人往往会匆匆结束旅行，提早承认自己的失败；而足够坚强的人却明白，我们的旅行就是为经历这些风险而来。

作为一个旅行家需要勇气，也唯有有勇气承担旅途风险的人才可以到达人生的胜境，才可以领略到一般人所领略不到的“化险为夷”、“柳暗花明又一村”的乐趣。

因此，遭遇逆境时，我们要忍一忍、熬一熬，多拿出一份勇气和信心。

不要只看到旅途的艰苦，而要把希望的灯光点亮，让梦想照进现实。

每一个人都有受到环境阻挠的时候，这时候与其悲伤流泪，不如默默耕耘，一旦机会来临，自己不仅有足够的条件去应对，还能东山再起，让自己的境遇有所好转。

许多事实也证明，生活需要人们在非常有限的条件下一样保持乐天达观的心情。

只要你不让自己消沉颓废，任何磨难和逆境都不能击倒你。

懂得旅行乐趣的人，往往不愿意去走那些平坦好走、容易达到的路途。

在他们看来，去那些险峻的山、未开发的林或没有人烟的孤岛才是他们真正的乐趣所在。

旅行的乐趣在于克服途中的困难，在于到达别人所不易到达的地方，更在于发现新的佳境。

.....

<<感激磨难>>

媒体关注与评论

经过磨难的好事，会显得格外香甜。

——莎士比亚 在人生的道路上，谁都会遇到困难和挫折，就看你能不能战胜它。战胜了，你就是英雄，就是生活的强者。

——张海迪 忍耐对挫折是积累力量的宝库，对友人是包容一切的大海。人类的伟大决定于失意时所能忍耐的程度，人应当做点错事，做错事就是长见识。

——罗曼·罗兰 天将降大任于斯人也，必先苦其心志，劳其筋骨，饿其体肤，空乏其身，行拂乱其所为，所以动心忍性，增益其所不能。

——孟子 顺境也好，逆境也好，人生就是一场对种种困难的无尽无休的斗争，一场以寡敌众的斗争。

在这个世界上，尽如人意的事并不多，咱们既活着做人，就只能迁就咱们所处的实际环境，凡事忍耐些。

——泰戈尔

<<感激磨难>>

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>