

<<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：9787508056012

10位ISBN编号：7508056019

出版时间：2010-1

出版时间：华夏出版社

作者：李娜

页数：303

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

为了替父还债，他17岁就出道，开始了自己的演艺生涯。接的第一部电影，是古惑仔系列，他要跟三百多人打斗。因为太过入戏，他一脚踢在了废铁上，血顿时流了出来，脚面上一个很长的伤口吓坏了工作人员。导演喊停，要送他去医院。

可是他知道，如果去了医院，这部戏恐怕就不能继续拍了，而自己的演艺生涯也可能就此中断。所以，他很坚定地对导演说：“没关系，我可以坚持，等拍完了再去！”

他将酒精洒在脚上，简单地包扎了一下伤口，就投入到影片的拍摄中。换了四次纱布，每一次都是沾满了鲜血，那部片子终于拍完了。

送到医院，他疼得几乎要昏倒。大夫说，如果再晚来一会儿，可能就没救了。即使是能挽救过来，也很有可能会得破伤风。为了缝那个伤口，医院跟他的家人签了“生死状”。

大夫给他缝针的时候，他不哭也不喊，没有用麻药，就那样一针一针地缝，身边的人都很佩服他的勇气。可是，当他跟别人讲起这件事情的时候，他却说：“我知道人生是怎样的，遭受痛苦的时候，叫喊是没用的。

如果能挺过去，那么这些痛苦就会成为我记忆里最珍贵的部分，因为它让我懂得了珍惜我自己的生活。我不抱怨任何磨难，相反，我感谢那些曾经让我痛苦的岁月，因为是它让我学会了成长。

说这话的人是谢霆锋，他从很小的时候就格外受人关注，可是出道之后并不是被看好的80后艺人。

相对来说，谢霆锋的演艺之路要比别人坎坷得多。

因为父母都是艺人，所以人们都以为他不过是靠着父母和那张帅气的脸出来混口饭吃，而对于他在事业上的表现，人们并没有给予更多的认可。

而且，更多的时候，人们习惯于责骂这个孩子，因为他太叛逆，也太容易登上那个很多人都梦寐以求的舞台。

“我不恨那些曾经骂我的人，因为他们的话让我看到了自己的不足。

”在获封金像奖的新人奖时，谢霆锋说出了这样的话。

<<感谢折磨你的人>>

内容概要

本书立足于感恩，通过全新的案例和说理，告诉人们：折磨你的人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。

只有感谢那些曾经折磨过你的人和事，才能真正体会到生命的意义；只有宽容那些曾经折磨过你的人，才能重新认识自己，获得更加美妙的人生。

本书为你精心甄选最经典的励志故事，剖析最实用的人生哲理，是你通往幸福人生必备的心灵能量书。

<<感谢折磨你的人>>

书籍目录

第一章 折磨是指引你走向成功的恩赐 成功是从挫折和失败中建立起来的 经历浮沉, 生命才能散发芬芳 磨砺练就了腾飞的翅膀 苦难, 让生命之火更加绚烂 在坎坷的路上留下一个坚实脚印 成功, 就是无数个“错误”的堆积 挫折和厄运都是强者的起点 不幸是一所最好的大学

第二章 成长是历经磨难的过程 经历折磨, 你的人生会成长得更快 抓住机会, 用苦难磨炼自己 被批评不是什么坏事 不挨骂, 长不大 每一次丢脸都是一种成长 失恋的折磨可以激起你的斗志 家人的折磨是你成长的营养品

第三章 感谢折磨你的人就是感恩命运 常怀一颗感恩的心 感谢疼痛, 是它让你清醒 得到别人的好处要想到回报 不懂感恩的人就会与快乐绝缘 感谢折磨你的人, 他们让你更动人 计较得少, 快乐得多 嘲笑面前不失雅量 用笑脸去迎接生命中的每一个人

第四章 感恩的心, 带你走进“不抱怨的世界” 感恩的心, 让人放下了抱怨 你抱怨的事情也许没你想的那么严重 抱怨是世上最没有价值的语言 怨天尤人不如改变心态 人生需要积极的心理暗示 内心有阳光的人看不到世界的阴霾 即使是绝境, 也能看到生机 幸福就在当下

第五章 别气馁, 谁的人生都会有一点坎坷 生活苦多于乐, 何必太在乎 逆境到了极点就会向顺境转化 别被无常的命运打倒 人生没有过不去的坎 真正顽强的生命不会屈从于命运 日子难过, 更要认真地过 不要把自己禁锢在眼前的苦痛中 屡战屡败, 但还是要屡败屡战 失败, 是一种幸福的痛

第六章 失败是强者与弱者的试金石 从失败的阴影里爬出来 这次的失败是下一次的开始 失去并不意味着失败 不放弃万分之一的成功机会 任何时候都不要放弃希望 成功经常是误打误着 再试一次就能跨过失败的沼泽地

第八章 带着负荷才能飞得更高 没有压力的生活就失去了滋味 找一个竞争对手“盯”自己 压力是助我们奋起的东风 因为压力, 我们才“跑”得更快 危机感是个人成长的信号 在压力中寻求动力 有准备才有成功的机会

第九章 部分的瑕疵不会影响整体的完美 世界并不完美, 人生当有不足 因为残缺, 生活才变得完整 微笑着走向残缺的生活 有缺点没什么可羞愧的 缺憾也是一种美 不必把一个污点放大到全身的不是 不必为过去犯过的错误谴责自己 莫因害怕“出丑”而禁锢生活

第九章 “蘑菇经历”是人生最难得的磨砺 “蘑菇经历”是一笔宝贵的人生财富 耐得住寂寞, 才能等来成功 不要让自己成为那扇“破窗” 主动晋升, 绝不安于现状 突破老经验的限制 进取者永不满足 耐心地做你现在要做的事 多一些务实, 少一些浮躁

第十章 在逆境中不妨微笑 坏牌不一定坏结果 抱怨逆境是在遗弃幸运 心里拥有阳光就会拥有机会 别人可能比你更不幸 再苦也要笑一笑 别让悲观挡住了生命的阳光 成功没你想象中的那么难 历练太少, 就会被挫折绊倒 有勇气的人永远不会被逆境打败

第十一章 感恩磨难, 生气不如争气 生气不如争气, 翻脸不如翻身 在哪里跌倒, 就在哪里爬起来 别被他人的话击倒 反省自己胜于埋怨环境 与人争辩, 你永远不会真赢 与其抱怨, 不如努力 用汗水代替泪水 提升自己是对别人最有力的反击

第十二章 学会低头, 才能出头 机遇并不总在前方 谦卑者其实最高贵 把自己放在最低处 明白也要装作不明白 做不到的, 先后退 豁达之人漠视个人得失 遇事以忍为上 吃亏的人往往是最大的赢家

第十三章 拥抱好心情, 主动排解“情绪毒素” 适时发泄, 不让怒气折磨自己 改变不了事实就改变情绪 做自己情绪的主人 小事不小, 越在意越成灾 不要顺着怨气燃烧自己 争吵只会给你带来不幸 冷静的心能够应对一切难题 让自己的精神快乐起来

第十四章 感恩职场, 在折磨中不断超越自己 工作的障碍都在你心里 让问题止于自己的行动 不拿借口当“挡箭牌” 注重细节, 小事也可能影响你的前途 工作中的折磨使你不断超越自我 不肯“低人一等”, 哪有“高人一筹” 顾客把你磨炼成上帝的天使 体谅老板, 未来才能做好老板

第十五章 对手不是敌人, 而是朋友 感谢你的竞争对手 越是敌人和仇人, 给予的越多 是对手让你变成了强者 欣赏你的对手, 他就是一路风景 败在冠军手下的人, 最容易成为冠军 跟高手对弈, 才能变成高手 笑着面对“厮杀” 远离虚荣, 与对手走向双赢

第十六章 家庭的磨砺, 让我们读懂了责任 家庭是要用“心”经营的 以感恩的心营造二人世界 低头的瞬间就成全了爱 要“示弱”不要“示威” 抱怨和指责只会酿成家庭的悲剧 只有温柔才能滋润爱情 微笑面对有“不是”的父母 用你的快乐去感染孩子的心灵

<<感谢折磨你的人>>

章节摘录

第一章 折磨是指引你走向成功的恩赐 成功是从挫折和失败中建立起来的 一天夜里，一场雷电引发的山火烧毁了美丽的万木庄园。

这座庄园的主人迈克一筹莫展。

面对如此大的打击，他痛苦万分，闭门不出，茶饭不思，夜不能寐。

转眼间，一个多月过去了，年已古稀的外祖母见迈克还陷在悲痛之中不能自拔，就意味深长地对他说：“孩子，庄园成了废墟并不可怕，可怕的是，你的眼睛失去了光泽，一天一天地老去。一双老去的眼睛，怎么能看得见希望呢？”

迈克在外祖母的劝说下，决定出去转转。

他一个人走出庄园，漫无目的地闲逛。

在一条街道的拐弯处，他看到一家店铺门前人头攒动。

原来是一些家庭主妇正在排队购买木炭。

那一块块躺在纸箱里的木炭让迈克的眼睛一亮，他看到了一线希望，急忙兴冲冲地向家中走去。

在接下来的两个星期里，迈克雇了几名烧炭工，将庄园里烧焦的树木加工成优质的木炭，然后把它送到集市上的木炭经销店里。

很快，木炭就被抢购一空，他因此得到了一笔不菲的收入。

他用这笔收入购买了一大批新树苗，一个新的庄园又初具规模了。

几年以后，万木庄园再度绿意盎然。

一个人若缺乏勇气，很容易就会倒下。

而一个充满勇气的人，则无所不至、无坚不摧。

世间没有死胡同，就看你如何去寻找出路。

正视困境，不在困难面前退缩，才不会让心灵荒芜，才不会无路可走。

成功，是从不断的挫折和失败中建立起来的，它不仅是一种结果，而且是一种不怕失败、在磨难中永不屈服的能力。

成功是一位贫乏的教师，它能教给我们的东西很少。

我们在失败的时候，学到的东西最多，因此，不要害怕失败，失败是成功之母。

没有失败，我们就不可能成功。

那些不成功的人是永远没有失败过的人。

若每次失败之后都能有所“领悟”，把每一次失败都当做成功的前奏，那么就能化消极为积极，变自卑为自信。

作为一个现代人，应具有迎接失败的心理准备。

世界充满了成功的机遇，也充满了失败的风险，所以要树立持久心，不断提高应付挫折与干扰的能力，调整自己，增强社会适应力，坚信“失败乃成功之母”。

成功之路难免坎坷和曲折，有些人把痛苦和不幸作为退却的借口，也有人在痛苦和不幸面前寻得复活和再生的机会。

只有勇敢地面对不幸和超越痛苦，永葆青春的朝气和活力，用理智去战胜不幸，用坚持去战胜失败，我们才能真正主宰自己的命运，成为掌握自身命运的强者。

.....

<<感谢折磨你的人>>

媒体关注与评论

苦难对于天才是一块垫脚石，对能干的人是一笔财富，对弱者是一个万丈深渊。

——巴尔扎克 人生布满了荆棘，我们想的唯一办法是从那些荆棘上迅速跨过。

——伏尔泰 对于害怕挫折和危险的人，这个世界总是危险的。

——萧伯纳 快刀不磨要生锈，胸膛不挺背要驼。

——闻一多 我认为挫折磨难是锻炼意志、增加能力的好机会，讲到这一点，我还要对千方百计的诬陷者表示无限的谢意。

——邹韬奋

<<感谢折磨你的人>>

编辑推荐

提升自我、感悟人生的心灵能量书 很多时候，将我们送上领奖台的，并不是我们的朋友，而是我们的对手；促使我们一点点进步的，不是让我们感到舒服的人，恰恰是折磨我们的人。

含泪播种的人一定能含笑收获 两个被关在同一间牢房里的人，透过铁窗看外面的世界，一个看到的是美丽神秘的星空，另一个看到的是地上的垃圾和烂泥，这就是区别。

《感谢折磨你的人（甄选典藏版）》传达给您的理念： 别害怕受折磨 因为那些不经风雨的人，就像温水沏的茶叶，只在生活表面漂浮，根本浸泡不出生命的芳香；那些栉风沐雨的人，如同被沸水冲沏的茶，在沧桑岁月里几度沉浮，才有那沁人的清香。

要敢于犯错 因为你犯下的错误越多，学到的知识和经验就越多，你进步的可能性就越大。

要相信自己的能力 因为不论担子有多重，每个人都能支持到夜晚的来临；不论工作多么辛苦，每个人都能做完一天的工作，每个人都能很甜美、很有耐心、很可爱、很纯洁地活到太阳下山，这就是生命的真谛。

要学会珍惜当下 因为体会了没有脚的痛楚，才明白为没有鞋子穿而哭泣是多么浅薄；经历了归途的风雨坎坷，蓦然回首，才发现来时的路却是怎样美丽的一种风景。

要用积极的心态看待压力因为常言道：“井无压力不出油，人无压力轻飘飘。

”生活中，人们经常有这样的感觉，挑着重担的人比空手步行的人要走得快，其中的奥妙，便是压力的作用。

世上没有绝望的处境只有对处境绝望的人

<<感谢折磨你的人>>

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>