第一图书网, tushu007.com

<<遇见内在的自己>>

图书基本信息

书名：<<遇见内在的自己>>

13位ISBN编号：9787122153524

10位ISBN编号：7122153525

出版时间：2013-1

出版时间：化学工业出版社

作者：金洪信

页数：143

字数：110000

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

<<遇见内在的自己>>

前言

仅仅为了一个人的灵魂几年前，一位美丽的女钢琴家从大巴上走下来的时候，经历了一场严重的意外事故。
她的衣角不幸被门夹住，大巴拖着她行驶了一段距离，致使她右手受伤。
因为这次事故，她再也不能轻盈地敲打琴键了。
一直沉浸于失望与挫折中的她，有一天突然给我发了一条短信，她说自从读了我的随笔集《遇见内在的自己》（平装版）后，决定原谅这几年里从未忘记过的那位大巴司机。
看到这句话，我突然热泪盈眶，并给她打了电话。
“原谅那位大巴司机的同时，您已成为一个天使。
有天使在我们的身旁，怎能不幸福呢？
”人在体会爱的时候，会分泌一种叫做“后叶催产素”的激素。
研究表明，孕妇生产时之所以能够忍受剧痛，也是因为身体分泌了“后叶催产素”。
这种母性本能而产生的“后叶催产素”对其他哺乳动物也有相似的作用。
“后叶催产素”因为具有稳定心绪、迅速治愈伤痕、调节血压和缓解疲劳的功效而广为人知。
母亲抚摸婴儿的肚子，就能减轻疼痛也是因为“后叶催产素”。
神奇的是，轻轻地抚摸就能让“后叶催产素”的分泌量增加百分之二十。
当人在感受爱的时候，体内分泌的“后叶催产素”，在一段时间之后就会消失。
能不能使其像四季更替一样，持续一辈子呢？
承诺永恒的人心，很可能瞬间就突然改变，我们人类为什么如此善变呢？
突然想到，这个世界上有太多值得我们去爱的东西。
天空、太阳、月亮、星辰、云彩、雾、风、雪和雨滴这些自然现象。
山、江水、大海、鸟、鲜花、大树、草、落叶这些大自然本身。
还有那些美丽的歌声、正在哺育婴儿的母亲那温暖的眼神、刚出生婴儿的哭泣声、一段温暖人心的诗句、一篇杰出的小说、完全展现出作者灵魂的随笔、一口解渴润喉的清凉泉水……因为在电视里了解到，还有很多人正在过着痛苦的人生，我马上拨打电话自动捐助了2000元。
还有很多人，同我有一样的心情拨打了电话，使得募捐数额得以不断攀升。
值得我们去爱的事物无穷无尽，几天几夜也罗列不完。
虽然这些爱终究会消逝，但只要付出爱，就能让“后叶催产素”不断地涌现。
让我感到自豪的是，有些读者在看了我的书之后，感觉自己的灵魂比之前更加自由与平和了。
因此，只要能够多售出一本书，就能让我感到无比幸福，因为谅解与爱是产生“后叶催产素”的源泉。
金洪信

<<遇见内在的自己>>

内容概要

带着信念和热情赖以生活的作者金洪信，通过本书，描述了自我人生的重要性、让人欢喜、对社会产生帮助等内容的他带着更高一层次的生动信息回来了。

此书以有意义地度过人生每一个瞬间，作为社会性的存在而产生的个人的作用为主轴讲述了一系列内容。
通过详细描述自己作为作者经历的故事和周边的人生以及社会话题，表明了如何正确的看透我们自身的内心世界，与他人良好地息息相通。
读者们通过这些内容可以理解和实践真正有血有肉的世界并不是以自我为主导的，而是结合自我和他人一起产生幸福的世界，通往理想世界的力量与责任在于自我。

<<遇见内在的自己>>

作者简介

金洪信作为韩国历史上，第一位售书超过百万的小说家，他没有任何从政经验，却连续八年成为议政评价第一的国会议员（第15、16届）。
这位传奇式的人物，以信念与热情构筑起了自己的人生，1947年，金洪信出生在忠南的公州，成长在论山，毕业于建国大学国文系。
随后被母校授予了文学博士学位，以及名誉政治学博士学位。

1976年，依靠《现代文学》成名后，凭借《人间市场》、《代哭》等作品，掀起了一场小说风暴，席卷了韩国。
被授予韩国小说文学奖、小说文化作品奖。

此外，包括翻译的《三国志》、《水浒传》等中国古典名著，以及《让人生有滋味的智慧》、《脚尖不能久立，大步所行不远》等随笔集在内，共出版了130多册书籍。

金洪信现任建国大学言论宣传学院的研究生导师。
作者为了帮助我们在人生道路上，找到热情的价值，并过上最幸福的人生，而笔耕不辍。

第一图书网, tushu007.com

<<遇见内在的自己>>

书籍目录

第一章 现在最想要的是什么
　让年轻的灵魂复苏的地方
　青春、信念和精彩的人生
　值得永久相伴的朋友
　诊断鹦鹉综合征
第二章 你现在是什么样的心态
　我们所有人的烦恼
　不是顽症，而是可治之症
　心里产生矛盾的原因
　年龄在增长
第三章 今天要从哪里得到安慰
　藏在枕头里的爱
　弱点也有竞争力
　拾起希望的方法
第四章 失败的反义词是什么
　困难将我们磨砺得更加耀眼
　危机是另一个机会
　年轻就是最大的希望
　现在正是需要一起流泪的时候
　“右手认可左手”的心态
结束语因为有你，生活才有滋有味

章节摘录

让年轻的灵魂复苏的地方二十岁的时候，我的灵魂被空虚所占据。
因为家境的变故，我不得不放弃复读，进入了一所普通的大学。
在回到家乡之后，我的眼前尽是不明方向的迷雾。
脑子里全是对未来的恐惧与不安，我渐渐跌到了生活的谷底。
当年在农村，大学生是凤毛麟角的稀缺人才，所以当时考上大学的孩子，不知道有多自豪。
但是因为家里实在太穷，甚至到了要卖掉房子的地步，使我不得不选择休学。
屋漏偏逢连阴雨，船迟又遇顶头风。
就在我还不能确定是否可以复学的情况下，我收到了参军体检通知书。
夏日初至，我和朋友一起背上了旅行包。
他在被女朋友抛弃后，曾一度想要自杀。
很难对这个世界上的痛苦做出比较，但残酷的现实对于年轻的我们，仿佛是不能承受的重量。
于是，两个向往逃避的年轻灵魂，最后找到的地方，就是升级为国立公园的边山半岛。
闭着眼睛，站在海边，用心去感受大海的脉搏。
那永不停息的海浪，伴随着我们接连不断的呐喊声，在空旷的海边形成一首青春的奏鸣曲。
波涛汹涌而至，海浪开始升高、拍岸、碰撞、破散、席卷、混乱、吵闹、咆哮，随即又轻抚海滩，变得单薄、窃窃私语、低吟、调侃，仿佛要把我们的灵魂也一口吞掉。
燃烧的太阳、炽热的海岸、巨大而又庄严的波涛，没有任何东西让我感到畏惧。
抱着必死的念头来到这里，觉得没有任何事情可以将我击倒。
但是我们没能撑过两天，就不得不把帐篷收起来了。
太阳就像要焚烧我们的身体一样，就算挥动一下衣袖，也会觉得烫手，倒在沙滩上，感觉自己就像铁板烧上的海鲜。
沙子像无数锐利的刀尖，又像是粗糙的竹竿，不断刺痛我们的身体。
原本抱着必死心态来到这里的我们，只好在附近的松树荫下扎起帐篷。
为了生存，我们还在身上涂抹了各种药物。
全身像被焚烧过一样，身体上的痛苦慢慢磨灭了我们的抑郁、愤怒和挫折。
一位善良的渔夫，见到我们狼狈的样子，不由想起了远在他乡受苦的孩子，于是给了我们一些粮食和干鱼片。
我至今还记得他那黝黑的脸，笑的时候可以看到他洁白的虎牙。
我们拿着蘸上了油的火把和铁桶，跟着渔夫来到了泥潭，那里是螃蟹的天下，小的有拇指那么大，大的甚至超过半个拳头。
渔夫戴着手套，灵巧地抓起那些在地上乱窜的螃蟹。
他抓螃蟹的手艺非常好，不一会儿就抓了很多。
虽然我们的技术差到了极点，但在一些螃蟹的配合下，我们还是抓到了不少。
偶尔在泥坑里还会发现一些退潮时没能逃出去的小鱼。
一番追逐之后，虽然累得腰酸腿疼，但却觉得非常有意思。
比抓螃蟹更开心的事情，就是享用渔夫的老伴给我们准备的晚餐。
美味的拌菜和晒干的海鲜，几乎撑破了我们的肚皮。
滑过喉咙的烧酒，让我们渐渐敞开了心扉。
整个晚上，我们都因渔夫低沉的曲调而思绪万千，听他讲述生活的艰辛而心酸不已，听渔夫的老伴感叹几代人依海而生的命运而流泪。
可能是凉爽的海风治愈了我们被灼伤的身体，于是我们决定跟着渔夫到大海里去捕鱼。
闲暇的时候，我们还学了游泳。
有一天晚上，夜已经深了，我们喝了些酒，借着醉意说出了我们来到这里的原因，坦白了我们想寻死的念头。
渔夫大笑着说道：“既然已经下定决心抛弃生命，你们怎么还会因为灼伤身子而求救呢？

肚子饿了吃得比谁都多，还要学游泳。
你们是怕淹死在海里前，还能挣扎着抓住我吗？
就算你们死了，这个世界会因此而大声痛哭、悲伤至极吗？
从没听过要自杀的人还会去到处宣扬的。
哈哈！
你们真是太幼稚了。
”我们屏住呼吸，低着头。
渔夫大声喝道：“既然抱着必死的念头，那就得去死！
走吧，让自己的肚子灌满海水，鱼儿们会很高兴的。
走！
”渔夫做出的架势，就像要把我们拉到海里去一样。
我们只好向他求饶，说我们知道错了。
第二天，渔夫给我们包了一大兜干鱼片，让我们赶紧回家乡去。
我把这个夏天的回忆，珍藏在心里。
经过诸多迂回曲折后，我终于复了学，经过刻苦学习，最终拿到了毕业证。
大学生活的最后一个寒假，为了筹备旅行费用，我与我带领的文学社团成员，在光化门茶楼开办了一个诗画展。
旅行资金到手后，为了再次看到冬天的大海，我和我的学妹、学弟们，从首尔出发，坐上了开往丽水市的火车。
我们的计划是穿过丽水，在太仁岛停留一下，再到南海去看锦山和尚州海水浴场，再顺路去釜山。
我们之所以制订这个计划，正是因为丽水的梧桐岛、突山岛、向日庵以及其周边宽阔的蓝色海洋。
那些美味佳肴和天下绝景，我们向往已久。
在星空下迎着海风，伴着篝火畅饮美酒，一直幻想着旅游行程的我们，却忘了自己资金的情况。
假如真的没有买到去往太仁岛的四张船票，我们肯定会沦落为乞丐。
我们之所以坚持将太仁岛纳入这次行程，是因为学弟的舅舅在这里做生意，他的舅舅是海鲜养殖场老板，还同时经营着烧锅和杂货铺的生意。
在我们到访后，他舅舅为我们准备了丰盛的菜肴和想喝多少就有多少的美酒，还有很多手掌那么大的扇贝和生蚝。
我从来没有想过，自己有一天能吃到如此奢侈的酒席。
过了几天养尊处优的日子，让我们都有点舍不得离开。
但为了不耽误行程，我们不得不告别了太仁岛，奔向南海。
有个学弟的爸爸在南海小学当校长，他热情地接待了我们，请我们去吃南海的特色佳肴，既丰盛，又充满了情义。
号称“小金刚山”的锦山，在碧海蓝天的衬托下，尽情展示着她的美丽，让每个来到这里的游客，都觉得不虚此行。
菩提庵名扬天下，是僧人们为了得道而去祈祷拜佛的地方。
我们在去往菩提庵的途中，看到了李成桂为了建国而祈祷百日的李氏祭坛。
想到先贤在此为了民族伟业而自强不息，那从祭坛门前和树下吹过的风，仿佛都变得异样起来。
风，带着几缕历史的愁思，拂过我的胸膛，沁入我的心灵。
“会当凌绝顶，一览众山小。
”我们终于登上了山顶，看见了只有在传说中才会出现的绝色风景。
山峰耸峙，重峦叠翠，广阔的南海一直延伸到天际。
虽然是寒冬，但菩提庵的泉水却是四季同温，一点也不觉得冰牙。
据说，在菩提庵中许下的愿望往往都会灵验。
所以这里的游客非常多，香火很旺。
我们也借此机会，在这里许下了很多愿望。
下山的路上，我们还去了因银色沙滩而闻名的尚州海水浴场。

站在银色的沙滩上，望着无际的海面，以及低空盘旋的飞鸟，我突然明白了，为什么人们会说，抑郁的时候看海会让心灵重新飞起来。
我们在海边安顿好了以后，写了几首诗，向着大海大声地朗诵出来。
我们仿佛看见，那些诗歌随着波涛和海风，飘到了大海的另一边。
不知道是不是因为年轻时养成的习惯，每当我郁闷心慌的时候，我总会踏上去江原道的路，到东海、江陵、束草，去看大海，直到觉得无聊为止。
在我的长篇小说写到末尾的时候，我会拿着稿纸、钢笔、词典和作家笔记，跑到海边去完成它。
我每年都会跑去海边看海，只有这样我才会觉得安心，只有这样我才会觉得内心更加平和。
如果一定要为这种行为做出解释的话，我想可能是因为我永远也忘不了，那个在边山半岛被渔夫责骂的夜晚，以及那来自南海之滨先贤的浩然之气。
不论过去还是现在，虽然早已物是人非，但海涛依旧，坚毅的民族精神永存。
当受挫于世事时，能够温暖你心灵的地方在哪里？

编辑推荐

《遇见内在的自己》为韩国第一位百万畅销书作家最强力作！
人生没有假如，但你可以重走青春！
一本能帮你找回自己的书！

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