

<<发现一个全新的自我>>

图书基本信息

书名：<<发现一个全新的自我>>

13位ISBN编号：9787505421899

10位ISBN编号：7505421891

出版时间：2009-10

出版时间：朝华出版社

作者：罗亚杰

页数：286

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>

<<发现一个全新的自我>>

内容概要

你是一个对人生充满期待与渴望的人吗？

你知道潜藏在自己内心深处的巨大能量吗？

一个人如果不去关注自己的内心世界，那么，他的一生可能除了外表的变化以外永远都不会有其他的改变。

相反，擦亮人生的透视镜，从内心深处审视自己，通过自省发现一个全新的自我，从而突破自己，改变自己，迎接你的将是一个别样的人生。

太阳每一天都是新的，它着凉了人生的底色，塑造出一个又一个坚强而全新的生命。

在这个石阶上，人最难了解和认识的不是别人，正是我们自己。

当心底的坚冰渐渐消融，世界以崭新的姿态向我们微笑，激励我们寻着太阳初升的方向，一路引吭高歌，拾阶而上，迸发出生命蓄势的力量。

<<发现一个全新的自我>>

书籍目录

Chapter 1 喧嚣中，庆幸没有迷失自己 面对孩子澄澈的眼睛 迷茫·抉择 比较，让我们遗失了自我 只有我还在工作 职场生涯有时候像骡子推磨 你被解雇了 给自己装上“暂停按钮” 我们是否太在意自己的感受 学会尊重每一个人 记住更多人的名字 最短的路未必最快 月亮水晶球 魔戒 保持本色的美丽 青枣与玻璃碎片 不要在必败的领域里和人竞争 沉淀生命中的杂质 拔不出来的钉子 鼯鼠为什么饿死在粮堆上 下了天文蛋的母鸡 三个旅人的雨天哲学 两廓城堡 大力士和哲学家打赌 做变色龙还是做恐龙 在赌场门口经营肠粉

Chapter 2 你还有冲击挡板的激情吗 你还有冲击挡板的激情吗 让我们如此享受的慢性毒药 思维的枷锁 你想尽办法了吗 坏同学咋都当了老板 被自己淘汰 小象的挣扎 永远也织不完的毛衣 可怕的水雷 小猎人之死 心理暗示的力量 “冻”死在冰柜里 梦想与现实的差别 活着的最高境界 买次品得大奖 不带钱去旅行 迎接潮水 生命之流里的挣扎 将脑袋打开一毫米 企鹅的哲学 挑战“不可能”的目标 给生命一个出口 湖畔上的两棵树

Chapter 3 寻找幸福的真谛 谁是世界上最幸福的人 幸福藏在糊涂里 简单就是幸福 需要的时候得到满足，就是一种幸福 幸福的标准：17cm和4 寻找幸福，不如经营幸福 简单的生活就是幸福 平凡的幸福没有套路 寻找下一个幸福 幸福有时候只需要一个台阶 幸福很小 让心灵飘溢出清香 真正的幸福 幸福的心灵 幸福的木匣子 最幸福的吻 幸福的七分裤 幸福的青鸟 把握一颗珍珠的幸福

Chapter 4 给疲惫的心灵找个家 把时间花在心灵上 害怕寂寞就不要追逐梦想 让心灵没有残缺 换个颜色又何妨 沙子的哲学 生命是一捧沙 别为打翻的牛奶哭泣 珍惜人生的每一种滋味 不去羡慕别人的生活 为自由算计 总会轮到你 一只破水桶的启示 水终有澄清的那一天 梅香 简单的智慧 笑口常开 快乐隐藏在琐碎生活的每一个细节里 熟悉的地方有风景 一家闻名全球的鱼铺 房子与馅饼 放下布袋，何等自在 清晰的蟋蟀声 地球村现状 别把臭牌摆在心灵的平台上

Chapter 5 换一种思维诠释人生 静待别人就是善待自己 善待每一颗心 我们应该要生活而不是生存 咖啡和杯子 苦瓜变甜 向窗外看的人是欢乐的 你不能只为别人鼓掌 弯曲，并不是低头或失败 心有多大 在脚下多垫些石头 人生无常，当下最真 慢慢地欣赏路边的风景 让世界变绿 抱怨不如改变 快乐生活比第一重要 宽容的福报 换一种思维诠释人生 最妙的人生 最好的就要来了 王子在做日光浴，乞丐也在晒太阳 获得太少与拥有太多 “一代名厨” 求职记 钻石就在你家后院 好运是这样降临的

Chapter 6 生活是一个大课堂 生活是自己创造的 兴趣是最好的老师 给欲望设定底线 修剪欲望 天底下没有免费的午餐 境由心生 态度决定一切 胜败之间 并非弱者 无须抱怨 尊重人性的不完美 做好本分 积极的心态 发挥潜能的舞台 错过又何妨 心宽路广 不习惯的时候就是成长的时候 不要破坏“生态平衡” 做事有时需要再忍耐一下 计划不如实践 昂贵的誓言 你不来，我去 画马与处世 被炒鱿鱼的女孩 生病的狮子 狗的友谊

Chapter 7 信任，价值与分享 别人不是你的镜子 不要让“真诚”伤害别人 我要为你修剪草坪 心灵折旧费 对待孩子的态度 你吃的是第几只鸭 说谎的代价 被人相信是一种幸福 沙漠尽头 让别人开口说“是” 淡绿色的头花 对金钱的好心态令生活快乐 真正的百万富翁是这样算帐的 石头值多少钱 从“无用”中发现“有用”的价值 真正淘到金子的人 别人的感受 瘸腿的小狗 贫寒寺院的老僧人 人们不拒绝微笑 改掉习惯还是牺牲“生命” 人性的特点 分享的意义 残疾的士兵 真正的朋友 最深的感悟 帮助别人。 你才会得到更多 一毫米的自信 姚明的800万美元

Chapter 8 聆听爱的箴言 手术费=一杯牛奶 是谁借走了我的眼镜 我们只不方便3小时 所谓爱人就是和你抢巧克力吃的人 一秒钟的浪漫 智慧的美丽 最好的快乐 有花儿记得一路的温情 把爱情种成白菜 清粥小菜话人生 胖天使也很美丽 马里亚纳海的爱情灯 给她多一度温暖 世上最美味的泡面 四个人与一个箱子的故事 只赚一天菜钱 你的处境并不算最糟糕的 生命的柠檬茶 珍珠翡翠白玉汤 迷失的热带鱼 生活到底是什么 一张忘取的汇款单 借一扇窗发现爱 得不到和已失去 清水与婚姻 面对生命的态度 爱盼银行账户

Chapter 9 撑起生命的支点 生命的支点 把命运转换成使命 树木的生存智慧 无畏的希望 带上特长出发 别把困难在想象中放大 相声艺术家坐车 不经意的美好 争执的美丽 机会只有3秒钟 试一下把自己的生命折叠51次 打杂的艺术 做自己的贵人 困境即是赐予 突破自己，改变人生 做个屡败屡战的斗士 卖辣椒 将自己的双脚包起来 梦结束的地方 从低处开始

Chapter 10 超越自我的力量 大海里的船 做一个没有鱼鳔的鲨鱼 只管向前奔跑 谁更有资格寻找借口 完美的战胜 超越失败是一种更大的成功 用智慧叩开财富的大门 把拉面卖到一碗1000美元 孩子们给了她修复生命的力量 如何烧开一壶水 人，确实有无限的潜力 让“不可能”安

<<发现一个全新的自我>>

息吧 使你自己成为珍珠 成功者自救 想成功就要打碎心中的“玻璃” 狼不敢吃的羊 给自己一片悬崖
带着梦想起飞 没有天生的傻瓜 梦想的高度 学会转弯 站着做人跪着做事 成功秘诀——砍掉99%的产品
独自飞上蓝天 让“伤口”开出美丽的花

<<发现一个全新的自我>>

章节摘录

Chapter 1 喧嚣中，庆幸没有迷失自己 月亮水晶球 有个女孩偶然得到了一个做工精美而神秘的匣子，那是在一个有美丽月色的晚上，女孩好奇地把玩这匣子，幻想着其中的神秘物品。

匣子是那么不容易开启，以致女孩在竭尽全力开启匣子后，手一滑匣子跌落在了地上。瞬间，一个发着月光般光芒，变换异常的永晶球滑过黑夜闪着神秘的折光掉在了地上，刹那间成了无数不同截面的水晶块。

水晶已碎，但那一闪即逝的美丽却永远留驻在了女孩的情怀中，完美而经典。

为了重新找到那份绚丽，女孩将匣子留在了身边，希望有一天重新找到一颗同样的水晶球放在里面。

倘若找不到就让匣子成为一种曾经拥有的见证。

过了很多年，女孩的匣子依旧空着。

这期间有许多希望得到女孩青睐的人送来了各种大而美丽的水晶球，但在女孩看来那些纯正，光亮的水晶球都无法发出那绚丽的光芒，所以女孩拒绝了他们。

就这样女孩日复一日地苦苦等待心中的那颗水晶。

又是一个同样的夜晚，女孩已经不知道是多少次独自来到那块曾经获得水晶的地方，孤独和寂寞已经远远无法驱散女孩对那颗水晶球的痴心。

面对那些曾经要博取自己欢心的男孩，已经将他们连同他们的水晶球一并送给了别的女子。

她只是冷傲地一笑，认为那些女子太容易满足，不懂得什么叫经典。

又是一个多么不寻常的夜，就在女孩默默祈祷奇迹快来临时，她惊奇地发现脚下出现了一个同样的水晶球，一切的一切如此熟悉，璀璨依旧、神秘依旧，女孩此时感到世界如此美好，那匣子和自己的心都永远不会再空了！

太阳升起时，女孩又捧起水晶球，此时她竟然发现日光下水晶球已经不再闪亮，透明的外表被涂了一层紫荧光粉，擦去荧光粉，手中的居然是随便在哪个小摊上都可以找到的玻璃球，也正是女孩平时不屑一看的那种。

天哪。

为什么这样，难道几年来自己所心仪、所等待的仅仅是一个玻璃球，不可能的呀——女孩去问世界上最聪明的智者。

智者告诉女孩，涂了荧光粉的玻璃球在夜晚都如此美丽，但在白天就是玻璃。

看一件物品要从多个方面看，夜幕下看到的往往不是真实的。

人不应追求一个虚幻的经典，更不能为它而错过了所有真实的季节和美丽。

人生就是这样，无论事业、爱情、生活都在进行着如此的故事…… 魔戒 所罗门王的侍卫长叫比拿雅，智勇双全，凡是上头吩咐下来的事，没有他办不到的，因此深得国王宠信，大臣们也都纷纷讨好他。

比拿雅曾经是个谦虚谨慎的人。

但天长日久，便开始有些飘飘然。

一次所罗门王听见他对手下的侍卫们说：“国王给我的任务从来都难不倒我。

”偏巧这天早上所罗门王跟妻子吵架，正憋着一肚子火，听了比拿雅的话很不受用，“这分明是藐视我的能力！

今天非要派给他个无法完成的使命，灭灭他的威风。

”所罗门王暗想。

于是国王冥思苦想，打算狠狠教训教训侍卫长。

晚饭前，所罗门王召来比拿雅，对他说：“有一种戒指，我很想要，你能帮我找来吗？”

”比拿雅自信地说：“您的愿望就是我的使命！

这戒指有什么特征？

我马上去给您找来。

”国王脸上立刻露出得意的神色：“我想要一枚能让快乐者悲伤，让悲伤者快乐的戒指。

<<发现一个全新的自我>>

给你半年时间，如果完不成任务，就永远不要回来了。

”比拿雅顿时傻了眼，这样的戒指他听都没听说过，到哪里去找啊！

两个月过去了，他走遍了耶路撒冷所有的集市、访遍了金匠银匠，但没人听说过这样一枚魔法戒指。接着，比拿雅走遍了大大小小的客栈，访遍了远道而来的客商，但仍旧一无所获，就这样两个月又过去了。

比拿雅每天守在海边，问过往商船上的水手是否见过一种能止快乐者悲伤，让悲伤者快乐的戒指，但他们都摇头说不知道。

6个月期限只剩下一天的时候，比拿雅所有的积蓄都耗尽了，事情却一点儿进展也没有，看来自己真的无法完成使命，就要沦为乞丐了。

想起以往春风得意，仆从成群的日子，比拿雅悲从中来，忍不住痛哭失声。

他的哭声被路边干活的老铁匠听见了。

老人关切地问：“年轻人，你为何如此悲伤？”

”比拿雅就把所罗门王的要求和自己的遭遇讲了一遍。

“或许我有你需要的东西。”

”铁匠从手上摘下一枚普通戒指，往上面刻了一行字，递给比拿雅。

比拿雅一看，心里顿时觉得豁亮了许多，绝望和悲伤之情渐渐褪去，取而代之的是宁静与快乐。

“是的，这正是我要找的宝贝！”

”他自言自语地说。

第二天，比拿雅来到王宫，所罗门王正跟亲信宠臣们饮酒作乐，心情格外好。

派比拿雅找戒指本来是一时冲动，他跟王后早就和好如初了，气消了，不免有些后悔。

现在看见侍卫长回来了，心里更别提多高兴了。

比拿雅深深一鞠躬，双手把戒指献给所罗门王。

国王一看那戒指，刚才兴高采烈的劲儿一扫而光，他突然想到自己终究要告别眼前的一切步入死亡，竟对着满堂灯红酒绿叹起气来。

身边有个大臣接过戒指一瞧，也顿时收敛了笑容，怎么也高兴不起来了，他想到伴君如伴虎，担心今天的高官厚禄难以长久。

这枚戒指的魔力还真不小！

从此所罗门王随身带着它，时常用它来警示自己和周围的人，这就是传说中所罗门王的戒指。

心灵感悟 戒指的魔力来自老铁匠刻的一句话：“这一切都将过去。”

”对于在苦难中挣扎的人，这句话能带来希望和慰藉。

对于沉浸在快乐幸福中的人，这句话会带来忧愁和恐惧。

保持本色的美丽 2004年度诺贝尔文学奖获得者、奥地利女作家埃尔弗里德·耶利内克在知道自己获奖后，宣布她不会去瑞典的斯德哥尔摩领取诺贝尔文学奖。

她并不期待着自己成为一个万众瞩目的名人，她觉得这不是她极力追求的目标。

她本人曾说，在得知获得这一如此崇高的奖项之后，自己第一感觉到的“不是高兴，而是绝望”。

耶利内克说：“我始终没有想过，我本人会获得诺贝尔奖，也许，这一奖项最应颁发给另外一位奥地利作家——彼杰尔·汉德克。”

”我们不一定认同这位获奖者的反应是最好的，然而难能可贵的是，她在面对巨大的荣誉时，完全保持了自己的本色，很清楚自己是谁，应该做些什么。

耶利内克写作的本意不是为了得奖，并且认为有比她更该得奖的作家，这显示了她的诚挚，也体现了她的超凡勇气。

确实，诺贝尔奖是加在一个人头上的光荣桂冠，它使获奖者沐浴着荣誉的阳光，可它绝不会从根本上改变一个人：你本来怎么样，现在还是那样。

不少诺贝尔奖获奖者在荣誉到来之后表现出来的本真性，更让人体会到他们人性的伟大。

他们是受之无愧的获奖者，从这个意义上说，诺贝尔奖评奖委员会没有选错人。

当我们将对诺贝尔文学奖及其获奖者了解得越多，我们就会越加坚信这个世界上的最高奖是实质和形式最为统一的奖项。

<<发现一个全新的自我>>

瑞典文学院在公布这一评选结果时，附上了授予她这一荣誉的原因：“她用音乐般畅快的表达，以充满激情的语言揭示了社会中一切陈规旧俗的荒谬以及这些枷锁对人施加的可怕压力。

” 尽管埃尔弗里德·耶利内克已经57岁，然而那一刻，人们感觉到她很美，是那种保持本色的美丽。

心灵感悟 想培养平安、消除忧虑的心理，就不应刻意地去模仿别人，而应找回自己，保持本色。

保持自己的本色，做最真实的自己，这样的人最富有人情味与亲和力。

你要懂得，假如你具备所有人的优点，那么你得到的将是前所未有的孤独和寂寞。

青枣与玻璃碎片 曾经有一段时间，我的事业和家庭都遇到了麻烦，嫉妒、浮躁、忧虑整日困扰着我。

一个朋友看着我沮丧的样子很着急，于是告诉我去附近山上一座禅院找住持无智禅师帮忙开解一下，也许会有所帮助。

禅房里，面对慈祥、超然的无智禅师，我一股脑儿地倒出了自己的困惑和烦恼。

无智禅师笑笑，伸出右手，握成拳头，“你试试看”。

我照做。

“再握得紧一些”，“再紧一些”。

于是我把拳头捏得越来越紧，指头几乎攥进手心了。

“感觉如何？”

”他慈祥地问我。

我茫然地摇了摇头。

“把拳头伸开。”

”我舒开手掌，无智禅师拿起桌上的一枚青枣和一片玻璃碎片放在我的手中，说道：“握紧。

”我把青枣和碎片握在手心。

“握紧一些”，“再紧一些”。

“不行了，禅师，我的手都快要被割破了。”

”我感到手掌的疼痛。

这时，无智禅师突然喝道：“那你还不赶快把拳头松开！”

”
.....

<<发现一个全新的自我>>

编辑推荐

《发现一个全新的自我》：滋养心灵，感悟人生，激扬斗志，引导成功。

当心底的坚冰渐渐消融，世界以崭新的姿态向我们微笑，激励我们寻着太阳初升的方向，一路引吭高歌，拾阶而上，迸发出生命蓄势的力量。
受益一生的心灵鸡汤，值得读一辈子的好书。

<<发现一个全新的自我>>

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>