

<<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：9787508059198

10位ISBN编号：7508059190

出版时间：2010-1

出版时间：华夏

作者：李娜

页数：302

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300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，可是出道之后并不被看好。

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。

他说得没错，别人的批评和责骂，反而会让一个人变得清醒。

那些曾经折磨过我们的人，往往会让我们更加明晰自己的方向。

可是，很多人并不能用积极的心态去面对那些折磨。

他们会把外界的折磨看做人生中纯粹消极的、应该完全否定的东西。

当然，外界的折磨不同于主动冒险，冒险有一种挑战的快感，而我们忍受折磨总是迫不得已的。

但是，人生中的折磨，它总是完全消极的吗？

清代金兰生在《格言联璧》中写道：“经一番挫折，长一番见识；容一番横逆，增一番气度。

”由此可见，那些挫折和横逆的折磨对人生不但不是消极的，还是一种‘促进你成长的积极因素。

那些人们平日里最惧怕的东西：贫穷、羞辱、困难、失败……都能够从侧面锻炼人们的意志，刺激人们进步。

<<感谢折磨你的人>>

内容概要

任何一种处境——无论是好是坏——都会受到我们对待处境的态度的影响。

所谓失败、挫折并不可怕，正是它们才教会我们如何寻找到经验与教训。

只有历经折磨，才能够历练出成熟与美丽，抹平岁月给予我们的皱纹，让心保持年轻和平静，让我们得以成长，并取得成功。

感谢折磨你的人，就是感恩命运。

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>>

作者简介

李娜，毕业于吉林师范大学新闻专业，曾参与了多本励志书的写作和策划，经验丰富，代表作品有《学会感恩，懂得包容》、《学会选择，懂得放弃》、《丑女无敌》、《学会感恩，拒绝抱怨》等暖心书籍。

<<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

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，是它让你清醒感谢折磨你的人，他们让你更动人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

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，更要认真地过屡战屡败，但还是要屡败屡战

第六章 失败，是一种幸福的痛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成功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再试一次就能跨过失败的沼泽地

第七章 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危机感是个人成长的信号在压力中寻求动力

第八章 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，生活才变得完整缺憾也是一种美莫因害怕“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，才能等来成功主动晋升，绝不安于现状突破老经验的限制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有坏结果抱怨逆境是在遗弃幸运再苦也要笑一笑别让悲观挡住了生命的阳光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与其抱怨，不如努力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把自己放在最低处做不到的，先后退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小事不小，越在意越成灾不要顺着怨气燃烧自己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是对手让你变成了强者欣赏你的对手，他就是一路风景跟高手对弈，才能变成高手远离虚荣，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

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。

转眼问，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，则无所不能、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。

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。

只有经历了风雨的彩虹才会放出美丽的光彩，只有从困境中走出的人才是真正的强者。

“宝剑锋从磨砺出，梅花香自苦寒来。

”你是否在遭遇困难与痛苦时，总是认为自己根本无力承担，更没有办法去解决？

假若你这样认为，就犯了极大的错误。

就像文中的迈克一样，如果他在失去一切后没有积极思考，想办法克服重重困难，那也就不会有后来辉煌的人生。

你有相当丰富的经历，而且也有着宝贵的才华，为什么发生在你身上的事，就无法解决呢？

其实，最主要的还在于，你是否能够在面对困难的时候，既不回避，也不沮丧，而是正视困境，寻求解决的办法，坚韧执著地走下去。

经历浮沉，生命才能散发芬芳一位大学者说过：“苦难是一所学校，真理在里面总是变得强有力。

”一位屡屡失意的年轻人不远万里来到一座名刹，慕名寻到老僧慧圆，沮丧地对他说：“人生总不如意，活着也是苟且，有什么意思呢？

”慧圆静静地听着年轻人的叹息和絮叨，最后吩咐小和尚说：“施主远道而来，烧一壶温水送过来。

”少顷，小和尚送来了一壶温水，慧圆抓了茶叶放进杯子里，然后用温水沏了，放在茶几上，微笑着请年轻人喝茶。

杯子冒出微微的水汽，茶叶静静地浮着。

年轻人困惑地询问：“宝刹怎么是温茶？

”慧圆笑而不语，年轻人喝一口细品，不由摇摇头：“一点儿茶香都没有。

”慧圆说：“这可是闽地名茶铁观音啊！

”年轻人又端起杯子品尝，然后肯定地说：“真的没有一丝茶香。

<<感谢折磨你的人>>

”慧圆又吩咐小和尚说：“再去烧一壶沸水送过来。”

”稍顷，小和尚便提着一壶冒着浓浓白气的沸水进来。

慧圆起身，又取过一个杯子，放进茶叶，倒沸水，再放在茶几上。

年轻人俯首看去，茶叶在杯子里上下沉浮，丝丝清香不绝如缕，让人望而生津。

年轻人欲去端杯，慧圆作势挡开，又提起水壶注入一线沸水。

茶叶翻腾得更厉害了，一缕更醇厚、更醉人的茶香袅袅升腾，在禅房里弥漫开来。

慧圆如是注了六次水，杯子终于满了，那绿绿的一杯茶水，端在手上清香扑鼻，入口沁人心脾。

慧圆笑着问：“施主可明白，同是铁观音，为什么茶味迥异？”

”年轻人思忖着说：“一杯用温水，一杯用沸水，冲沏的水不同。”

”慧圆点头说：“用水不同，则茶叶的沉浮就不一样。”

温水沏茶，茶叶轻浮水上，怎会散发清香？

沸水沏茶，反复几次，茶叶沉沉浮浮，最后释放出四季的风韵：既有春的幽静、夏的炽热，又有秋的丰盈：和冬的清冽。

世间芸芸众生，又何尝不是沉浮的茶叶呢？

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。

”人生路漫漫，充满了鲜花，也充满了荆棘；充满了幸福，也充满了痛苦。”

<<感谢折磨你的人>>

编辑推荐

《感谢折磨你的人》：提升自我、感悟人生的心灵能量书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。

化解人生磨难的良方，实现自我超越的指南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什么是MBook即Mobile Book，译为便携书，特点是方便携带，精巧实用，可随时随地阅读，极为便捷。

为日益忙碌的现代人推出的“新功能”图书。

当漫长的差旅和上下班路途日复一日地将你囚系在拥挤、喧闹、狭仄的各种交通工具内，你，是否感到特别的烦躁、无聊？

当纷繁的世事几乎耗尽了你所所有的时间、心力疲惫的你，内心是否透出一丝日益荒芜的隐忧？

阅读可以静心、充电、启迪智慧。

MBook能为你提供什么兼顾实用与发展的特色服务从读者的实际阅读需求出发，不论是人生规划、职业发展，还是个人修为，我们都相应推出了针对不同领域的特色服务，力求给读者带来切实的帮助：

【职场充电】让你轻松提升职场竞争力，从而在职场发展中如鱼得水，步步高升。

【成功激励】为你指引人生的前进方向，助你超越险阻，走向成功【自我实现】帮你全面提升自身素质，使你在生活的各个方面皆能左右逢源，无往不利。

【心灵修养】助你解析人生的种种困惑谜团，让你澄心静志，超然洒脱。

MBook由谁来为你打造高水平、专业化的作者团队为了突出优质、实用的特点，我们甄选了众多世界级的激励大师和国内各领域的知名作者，和读者共同分享他们的切身经历和精彩讲述，从而实现以智慧启迪智慧、用成功带动成功的愿望。

让阅读的快感愉悦身心，让知识的获益提升自我。

<<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>