

<<心灵整容>>

图书基本信息

书名：<<心灵整容>>

13位ISBN编号：9787800843914

10位ISBN编号：7800843912

出版时间：2001-9

出版时间：金城出版社

作者：老巴

页数：431页

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>

## <<心灵整容>>

### 内容概要

本书首先介绍了失恋心语，接着介绍了生存哲学、生命本相、夫妻真经、爱的力量、教子传真等内容。

<<心灵整容>>

书籍目录

第一幕 生命是一盘棋，需在进退与取舍间抉择 01．没有什么比轻松更重要 02．永恒是需要条件的  
03．其实，我们都在不断地错过 04．诱惑面前，稀释你的欲望 05．比较，是一口深不见底的陷阱 06  
．为自己的精彩而活着 07．改变别人不如改变自己 08．生活没有名人讲得那么复杂 09．跨过生活的  
临界点第二幕 反省、梳理才会凝结出思想与灵动 10．人生不存在死胡同 11．放下即是从容 12．生  
活是一面镜子” 13．活着便是希望 14．生活，就是一个接受叠着另一个接受 15．给不如你的人留点  
余地 16．善待生命 17．好看的不一定好用 18．真爱不需要表达第三幕 最滋养心灵的良药莫过于轻  
松与坦荡 19．婚姻，不是把自己卖给谁 20．经常想想别人的好 21．把心放在正午阳光下 22．谁也不  
会永远的幸运 23．孩子不仅属于母亲，也属于世界 24．留住你的枝枝蔓蔓 25．累，因为想得太多 26  
．社会的，必须还给社会 27．需要的，才是最好的第四幕 理解与宽容永远是人性最美的音符 28．有  
些爱，你未必理解 29．身在繁华时，心里别荒芜 30．拯救自己 31．求人不如求己 32．有一种角色不  
能忘记 33．自卑就意味着放弃 34．成功，经不住算计 35．希望，不在别人身上 36．走出别人的视线  
第五幕 摩擦与沟通能测出友情的含金量 37．快乐，不需要理由 38．指责别人总是很容易 39．有一  
种礼物叫孤独 40．时常给心灵整整容 41．伸一只手给别人 42．给自己留些思考的时间 43．爱生活，  
就能爱一切 44．拆掉心中自编的栅栏 45．你无私，别人才坦诚 46．存在就有合理性

## &lt;&lt;心灵整容&gt;&gt;

## 章节摘录

我的内心世界逃不过父亲的眼睛，他知道我要去送张明，特意把我叫到跟前，问我怎样打算。

我说我决定把这件事告诉他，他迟早会知道的，况且我们是最好的朋友。

父亲没有说什么，只是给我讲了一个发生在他身上的真实的故事。

在父亲幼儿时曾经有一个非常要好的朋友，但是他很不幸，在十一岁那年，家中发生了火灾，不但房子没了，连妈妈也没了。

这样的双重打击实在太沉重了，从此，他变得低迷、消沉，始终无法走出那痛苦的阴影。

作为最好的朋友，父亲觉得有责任和义务帮助他，让他重新快乐起来。

于是便经常把他带到家里来做客，准备许多好吃好玩的东西，可他总是拒绝，实在无法推迟，勉强来了，也不是很开心，父亲不明白是为了什么。

直到有一天，父亲和他的这位好友从家里出来要到外边玩的时候，奶奶追了出来，给父亲披上了一件外套，很关心很体贴地说：“天凉，披上，别冻着。”

只是这普通的一个动作一句话，刺激了他，他流着泪，撒腿就跑掉了。

从此便再也没有来过家里，和父亲也一日一日地疏远，最后竟同陌生人一样。

虽然父亲讲的故事和我现在面临的境遇是风马牛不相及，但我知道，他是想告诉我一个道理，向他人显示自己拥有的正是他人失去的，那么不论你的出发点如何，对他人都是一种伤害。

人最欠缺或者最脆弱的地方，往往是不堪一击的，况且，即将成为我妻子的女孩是张明曾经的女友。

父亲知道我一直对此事心存愧疚，更知道我多么珍惜和张明这份十几年的友情，他怕我失去这份友谊，所以才提醒我。

也许，父亲的担心不是多余的。

把这件事交给时间，才是最好的办法。

一路上，我的心都无法平静。

如果我把这件事尘封起来，给张明一点平衡，那么，若干年后再见面，对于这件事又从何谈起呢？

我想，那时我在张明的眼中，不仅是一个明火抢劫的强盗，而且是自私自利的骗子。

对于我个人而言，我可以接受任何对手的挑战、欺侮甚至打骂，可我却无法接受最值得信赖最值得尊重的人在背后温柔的一刀。

我可以承受对手正面野兽般的疯狂，却无法面对背后微笑的一击。

我这样，张明大概也是如此。

我是那种允许自己做错事却不允许别人原谅自己的人。

我一向认为，当我做一件必然要伤害别人的事之前，就必须考虑到后果。

如果做了，也就丧失了请求别人原谅的权利。

我曾想过退出这场没有规则的游戏，可是我十分矛盾与迷茫。

即将成为妻子的女友对我的感情是真挚纯洁的，不掺杂任何色彩，那种圣洁，我看得见，也触摸得到。

面对这份沉重的情感，我无法拒绝也不想拒绝，但我却无法面对张明对我的信任。

难道世界任何事物都要遵循守恒定律，得到的东西必须用自己失去的换取？

谁能告诉我，为什么当我面对阳光的时候背上又背上了沉重的十字架？

也许父亲说得对，如果我现在把这件事告诉张明，一定会刺激他敏感的心灵，在离乡的愁绪上会加些痛苦，无形中，我们之间的距离也会越拉越大。

这样，对我，对他都没有好处。

结婚的事是迟早要告诉他的，但我想绝不会是现在，等到他在深圳站住脚，有了新的情感寄托，再告诉他也不迟。

相信那时候，他是不会怪我的。

左右权衡认真考虑以后，我决定暂且先不告诉张明。

在车站，张明孑然一身，身边只有空空如也的行囊。

脸上，没有对养育他二十几年的城市的眷恋，只有一点点沧桑，那是天涯孤旅的愁。

## &lt;&lt;心灵整容&gt;&gt;

离开车的时间尚早，我便请张明到车站旁边一家茶坊小坐。

此时此刻，不追求夕阳折柳的悲壮苍凉，不追求执手相看泪眼的相惋相惜，只想坐下来，谈一谈与我都无关的事情。

但我在悠扬的音乐声中，却无法轻松。

淡淡的清茶，包容不了离别的那份难舍，包容不了我的内疚不安。

我无法从容面对张明，谈话内容显得毫无章法，话也是前言不搭后语。

张明端着茶杯，默默地盯着我。

那目光是凉凉的、冷冷的，几乎能穿透我的肌体。

他最后笑了，淡淡地说道：“你和以前不一样！”

“我不是演员，没有那么高超的演技，心里有事根本是无法掩饰的。”

张明这么无意一说，我更觉得心里有一种说不出的滋味，仿佛自己已暴露无遗地呈现在他面前了。

我像一个打光子弹的俘虏，被人从碉堡里拎出来。

我不想垂死挣扎，只想快点结束这尴尬的场面。

“你要结婚了吧？”

和她，对吗？”

”问话中的语气几乎全是肯定的成分，似乎他已经知道了这件事，我点点头。

我以为他一定会非常气愤，并且也做好一切迎接暴风骤雨的准备，可出乎我意料的是他竟是非常非常的平静。

那种平静，是战争爆发前的平静。

在平静中，我心慌意乱，不知所措。

过了好久，张明呷了一大口茶，然后缓缓地说：“祝贺你，你们举行婚礼的时候，我会参加，作为你和她的朋友参加。”

”听着他的话，看到他目光中的真诚，我一时间竟不知说些什么。

“你真的不怪我吗？”

”我问道。

此时我莫名其妙地希望张明能大声地指责我骂我，那样我会好受些。

张明摇摇头：“不怪你，她不是我的私有财产，也不是我身体的某一部分，她就是她自己。”

对于爱情与婚姻，她有权利按着自己的原则进行选择。

她淘汰了我，只说明我身上还存在着她无法包容的缺点；她选择了你，证明你的确比我优秀。

她是个聪明冷静的人，有很强的判断力。

”张明接着往下说，他的话说给我也是说给他自己。

他说：“在这场不能叫做竞争的竞争中，我要比你优势，我占据天时地利人和，可是我却陷入了一个误区，一味地让她付出让她奉献。”

对她的付出和奉献，我没有丝毫的感动，总是认为自己很优秀，她又太爱自己。

“爱情的鲜花是两个人共同培育的，而我却一边欣赏着一边摧残着。”

幼稚地认为鲜花会年复一年地开下去，就没有想到鲜花在没有土壤没有空气没人精心呵护的情况下不能存活。

当最后一朵花在我手中被捻碎时，鲜花枯萎了。

”张明拍拍我的肩：“哥们儿，你知道大清王朝的八旗子弟吗？”

我就是八旗子弟，认为自己有高贵的血统，坐在别人赏赐的平台上享受，廉价地典当自己的拥有，也典当着自己的灵魂。

最后输了，一无所有。

”“你别太难过了，我真的不是故意的！”

”我毫无底气地说。

<<心灵整容>>

编辑推荐

《心灵整容》由金城出版社出版。

<<心灵整容>>

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>