

Chicken Soup for the Soul at Work

心灵 关于工作 鸡汤

百则关于工作的动人故事、滋润心灵、补充活力!



【原著】 杰克·坎菲尔/马克·汉森

【译者】 郭宛玲

中国城市出版社

心灵鸡汤

关于工作

Soup for the Soul at Work

百则关于工作的动人故事、滋润心灵、补充活力!

图书在版编目(CIP)数据

心灵鸡汤:关于工作/(美)坎菲尔,(美)汉森编;郭苑玲译.

-北京:中国城市出版社,1998.4

ISBN 7-5074-0824-8

I.心… II.①坎… ②汉… ③郭… III.职业-通俗读物 IV.C913.5

中国版本图书馆 CIP 数据核字(98)第 06811 号

本书由博达著作权代理有限公司(国际)授权出版发行

原名/Chicken Soup for the Soul at Work

©1996 Jack Canfield, Mark Victor Hansen, Jennifer Read
Hanthorne and Marci Shimoff

©1998 中文简体字版专有出版权属中国城市出版社

Published by arrangement with

China City Publishing House

HEALTH COMMUNICATIONS, INC

责任编辑:李青

美术编辑:蒋宏 屈剑峰

责任设计编辑:张建军

出版发行:中国城市出版社

地 址:北京市朝阳区和平里西街 21 号

邮编:100013

电 话:64235833 64281366

传真:64238264

经 销:新华书店

印 刷:北京通州大中印刷厂

字 数:130 千字 印张:10.5

开 本:850×1168(毫米) 1/32

印 次:1998 年 4 月第 1 版

1998 年 4 月第 1 次印刷

印 数:00001-11000 册

定价:20.00 元

·版权所有 翻印必究·

中文出版前言

提起《心灵鸡汤》，中国的读者早已不再陌生，那些优美动人的故事伴我们度过了生命的每一刻，给我们的心智、灵魂带来一缕安慰、轻松。不论是在旅途中、浴室里还是医院的候诊厅里，它使我们懂得如何珍惜生命，关怀他人……人们把它称作《大脑麦片》，比作《廊桥遗梦》。

值得欣慰的是，两位全美知名的畅销书作家炖制的这浓香滚烫的“鸡汤”让全世界众多的人都能得以品尝。的确，谁能抵御我们的总厨师杰克·坎菲尔和马克·汉森的新意，又有谁能抗拒这美丽故事的诱惑。

今天，我们再也不用去刻意介绍《心灵鸡汤》，在读者眼里，它就好像一个知名的品牌，深受广大读者的偏爱。

用作者的话来说，“《心灵鸡汤》真的使我们越来越激动，这种热情仍将持续下去……”此次我们与台湾晨星出版社同步推出《心灵鸡汤——关于工作》及《心灵鸡汤——关于成长》。深奥而隐喻的主题——跨越性别、文化、年龄和语言障碍，把这些书与读者紧紧联系在一起，它汇集了 101 则感人的故事，为每个人的生活补充营养。我们比任何时候都更加确信，故事是演绎生命意义的一个强有力的途径，使我们从日复一日、平凡的生活中摆脱出来，鼓励我们去梦想，激发我们的潜能去经营更有意义的超越想象的事业。

此次这两本《心灵鸡汤》单卷本能如此之快的与中国读者见面，更说明了爱没有国界，人类相互挚爱的真情和执着追求互通着全世界每一个人的心。

我们企盼《心灵鸡汤》系列作品陆续在中国出版。食补、药补不如心补，来一份《心灵鸡汤》

吧！滋润你的心灵，丰富你的生活。这世界级的感动让人类共同享用心灵的智慧。

在此还要特别感谢台湾晨星出版社和中国城市出版社给予的大力支持。

孙怡雪

孙蔚冉

1998年3月于北京

译者序

把自己当作主角

今年3月才刚揭幕,初春的空气就忍不住躁动起来,才刚转晴,一霎时就热了起来,把原本低凉的温度直往上抬,再加上春风迟迟,不肯露脸驱散空气中的烦闷,更令原本穿惯冬衣的人,一时间无法适应这种变化。一位负责企业训练的讲师,此时到台北某处“公卖局”出租的场地替学员上课。他虽然已经脱下冬衣,换上薄薄的衬衫,却还是觉得室内闷热难耐,于是请教场地管理员,能不能打开冷气。“不行,温度一定要达到28摄氏度才能开冷气,现在温度只有27摄氏度多一点,不能开,这是规定!”讲师尽管挥汗如雨,还是得打起精神为学生上课。他鼓励大家热心参与活动,看能不能用热情把

空气加温到 28 摄氏度,好让冷气能名正言顺地运转。

早上的课程刚进行没多久,冷气的引擎就嗡嗡地响了起来,室内也随之清凉不少。讲师心想,大家的努力还真有用,这么快就让室内的温度达到标准。可惜的是,午休时间刚过,大家回到教室,空调却关了,室内的气温再度升高,闷热如烤箱。讲师不死心,又跑去找管理员。

“冷气是不是坏了?为什么又不动了呢?”

“没有啊,今天的温度本来就不应该开冷气嘛!”

“那早上为什么有冷气呢?”

“那是因为早上有官员来巡视啊!”

讲师哑然,无言以对。

真希望这不是真实的故事。

遗憾的是,这个故事千真万确,而且就发生在你我的身边。我们每天在办公室里,都得面对太多的规定,太多的制度,太多无法打破的枷锁。执行规定的人与接受规定约束的人都不是主角,规定本身才是主角。当然这当中有一个例外,那就是长官:只有长官才可以当主角;只有长官才可以依照自己的需要,决定要不要开冷气;只有长官可以作为主体,可以真正当个

人,可以清楚表达自己的需要,并掌握指挥周围的情况。

也许你会说,长官可能没有主动开口要求,是管理员见长官来了,自动把冷气打开。

如果是这样,那就更可悲了。

管理员坚持规定,不肯通融,或许还情有可原。但他懂得长官来该开冷气,显然他明白当时“人”的需要,而且规定也不见得不能通融,只不过在他的观念里,除了长官之外,其他人的需要都可以牺牲,其他人——包括他自己在内,都不算人。

类似的事情时常出现在我们的生活里。但其实只要我们改变一下观念,换个角度来看事情,很多问题都可以迎刃而解。你的工作环境或许不那么尽如人意,但你只要改变一下自己的想法,就可以转换整个办公室的气氛与重心,改善人与人之间的互动关系,让自己工作起来更愉快,别人也更乐意和你合作相处。

这碗“心灵鸡汤”,富含的就是种种改变旧有观念的精神养分。透过一□□浓郁香滑的“鸡汤”,我们看到许多人如何转变原有的观念,以创意与关怀开拓工作的天地。鼓起勇气、面对困难,固然是工作历程中过关斩将的不二法

门,但更值得注意的是,这些创意与勇气,其实都源自一个“以人为本”的观念:因为以人为本,所以能真心付出关怀;因为视人的需要重于一切,所以能提供最佳服务,顾及自己与他人的需要与利益。而要做到以人为本,就必须先把自己当主角。你就是那个可以掌握一切、关怀别人需要的人,你就是影响周围环境的关键人物。只要你多付出一点心,多花一点时间去倾听,周围一切就可以变得更美好、更美妙。只要你懂得聆听别人的声音,就可以顾及别人的需求,激荡出人性的光辉,并进而让这份光辉照亮自己的路途。

即使你只是个小职员、小人物,也能凭一颗主动温暖的心,创造出灿烂恢宏的大世界,让原本暗淡无光的每日工作,骤添神采与光辉。

这碗“心灵鸡汤”,就是用一个个这样的故事熬炖而成。

郭菟玲

1998年3月

作者介绍

杰克·坎菲尔

Jack Canfield

杰克·坎菲尔是畅销书作者，也是美国促进潜能发展的顶尖专家。他善于启发、引导听众敞开心灵，热烈地去爱人，更大胆地追求自己的梦想，他的演说不但充满活力、生动有趣，提供的训练课程也广受欢迎。

杰克青少年时期在俄亥俄州的马汀费立，以及西维吉尼亚州的晖陵，和姊妹金伯丽，以及另外两个兄弟瑞克和泰勒一起度过。他们把毕生精力都投注于教育、启发青少年，给青少年建议与鼓舞方面。瑞克在亚历桑纳州的凤凰城担任心理治疗师，多年来专以青少年为辅导对象；泰勒目前则在佛罗里达州做特殊教育老师。杰

克承认自己在念高中的时候,个性内向害羞,缺乏自信,但经过一番努力后,他总共得过三次校内体育奖章,并以全班第三名的成绩毕业。

大学毕业后,杰克在芝加哥市中心以及爱荷华的高中教书,之后他大部分的职业生涯,都用来教导教师要如何鼓舞青少年培养自信、追求梦想。近年来,杰克更扩大教授范围,把教育界以及一般公司企业的成人员工,都纳入传授的对象。

杰克创作、口述了好几个畅销的录音、录影带节目,其中包括《自尊与巅峰表现》、《如何建立高度自尊》以及《目标》等。他是电视、广播节目时常访问的潜能专家,出版过 14 本书——无论哪一类,本本畅销,其中包括 10 本《心灵鸡汤》系列、《阿拉丁因素》、《用心工作》、《在课堂上建立自我观念的一百种方式》以及《勇敢去赢》等。

杰克每年要做一百多场的演讲,对象包括同业人员、教育界人士、政府机构、教会和公司企业等,演讲足迹遍及全美 50 个州的校园、一百多个教育单位(包括美国教育咨询协会、加州同业咨询协会、加州反青少年吸毒协会等),以及美国电话电报公司、坎培尔鲜汤公司、克来洛

公司、达美乐比萨、通用电气公司、新英格兰电话公司、香吉士公司、维吉尼亚唱片公司等知名大厂商。

杰克每年都会为心理专业从业人员,举办一个8天的训练营,讲授如何建立自尊,让自我表现达到颠峰。许多教育界人士、专业顾问、亲职教育人员、公司企业训练讲师、专业演讲人士、部长级人物,以及其他希望在相关领域培养演说与团体领导能力的人,都深受吸引。

若想进一步了解杰克的书籍、录音带与训练课程,可请他前来讲课,请和以下地址联络:

The Canfield Training Group

P. O. Box 30880, Santa Barbara, CA 93130,
USA

电话:0021—800—237—8336

传真:0021—805—563—2945

E-mail: soup&soul@aol.com

心灵鸡汤

关于工作

译者序

把自己当作主角

作者简介

卷一 工作中的爱

杰西的手套/3

医院的春天/6

“需要什么,尽管开口”/9

通往天堂的天梯/11

一个小小的声音/15

我的圣诞老人/17

心灵鸡汤

关于工作

一生的工作/21

父亲的爱/24

卷二 关怀

父亲的教训/31

用心工作/34

爱在巴黎/40

门口的天使/43

琼安的圣诞/48

弧形天使/51

以人为本/54

心灵鸡汤

美
于
工
作

“谢谢你相信我是健康的”/56

仁善的行为/59

一句好话/61

亚历桑纳的年轻警探/65

卷三 肯定的力量

鲸鱼的故事/71

极端富有/74

莉莉/77

“你的工作表现受到肯定!”/81

爱的剪贴簿/83

心灵鸡汤

关于工作

用心的教练/87

最佳银行/90

卷四 服务革命

满怀热忱的空姐/95

菜单之外的服务/97

按摩传递的信息/100

重新来过/103

“喔，班比尼”/106

海鲜高手/109

传下去/113