

烹一碗生活的鲜汤 调料就是你我他

Classic books  
19.9元  
超值典藏

# 心灵鸡汤



## 小生活大道理

张绿竹◎编著

100%

CHICKEN SOUP FOR THE SOUL



吉林出版集团有限责任公司

超值典藏

# 心灵鸡汤 小生活大道理

张绿竹 编著



吉林出版集团有限责任公司

## 图书在版编目(CIP)数据

心灵鸡汤 小生活大道理 / 张绿竹编著; 一长春:  
吉林出版集团有限责任公司, 2010.12

ISBN 978-7-5463-4365-5

I. ①心… II. ①张… III. ①人生哲学—通俗读物  
IV. ①B821-49

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2010) 第 234238 号

# 心灵鸡汤 小生活大道理



### 【出版策划】

孙亚飞

### 【封面设计】

夏 鹏

### 【责任编辑】

赵晓星

### 【版式设计】

阮剑锋

### 【特邀审校】

陈胜河 李向荣

### 【美术编辑】

张鹤飞 罗小玲 于 蕾

### 【文图编辑】

肖贵平

### 【插图绘制】


孙至付 乌日娜

出 版：吉林出版集团有限责任公司（[www.jlpg.cn/yiwen](http://www.jlpg.cn/yiwen)）

（长春市人民大街4646号，邮政编码 130021）

发 行：吉林出版集团译文图书经营有限公司（<http://shop34896900.taobao.com>）

电 话：总编办 0431-85656961 营销部 0431-85671728

制 作：（[www.rzbook.com](http://www.rzbook.com)）

印 刷：北京京都六环印刷厂

开 本：889×1194mm 1/16

印 张：16

字 数：250千字

版 次：2011年1月第1版

印 次：2011年1月第1次印刷

定 价：19.90元

# 前言

生活是什么？有人说，生活就是过日子，看似平淡，却往往有五彩缤纷的颜色，让人眼花缭乱。其实，生活就是繁琐的日常小事，也许是一个人辛苦打拼的奋斗历程，也许是一个人辛勤耕耘后收获的硕果累累。对于学生来说，努力学习就是他们的生活；对于教师来说，教书育人就是他们的生活；对于医生来说，救死扶伤就是他们的生活；对科学家来说，创造发明就是他们的生活……其实，生活并不仅仅如此，它有着更丰富多彩的一面。无论愉快也好、伤心也好、失落也好、痛苦也好，我们都不得不承认，这就是生活。

在这充满哲理与智慧的生活中，有些人用十年、二十年甚至是一辈子的时间，去探究人生到底代表着什么？意味着什么？生活难道就真的如此玄妙？其实，生活在于思考，只要你善于观察和思考，生活将会变得非常有意义。从平凡的小事中，也能悟出大道理。

本书汇集了200个人们日常生活中的小故事，内容涉及修养身心、成就事业、学习能力、做人做事、人际交往、爱情婚姻等各方面，讲述了我们应该如何面对生活中所遇到的各种情况。它就像是一个历经沧桑的老者，向你传授着人生的哲理，向你耳语着幸福的真谛、成功的秘诀。

记得有人曾这样说过：“生活中并没有什么该怕的事情，只有该懂的事情。”我们都知道生活是丰富多彩的，也是博大精深的，那么我们了解身处的这个环境吗？懂得生活的全部吗？阅读本书之后，相信你会亲手打开幸福生活的大门，让自己徜徉在生命女神所馈赠的瑰丽的风景和灿烂的阳光中。

生活中有快乐、幸福、爱、价值、辉煌，也有挫折、磨难、苦难。或许，这一切的一切，都是为了让人们学会适应人生，发现人生：生活不在于索取，而在于付出；生活不在于回首过去，而在于把握现在；面对生活的选项要学会选择，更要懂得放弃；幸福不在于拥有的多，而在于计较的少……

将这本书放在枕边、案头，当你闲暇无聊或彷徨无助的时候，翻翻它，或浅尝，或细品，让你在小生活中发现人生的大道理，相信你的人生旅途一定会少一分迷茫、徘徊，多一分睿智、豁达。

心灵鸡汤

# 小生活大道理

## 目录

### 第一章 ▶ 8

#### 付出，是一种无意识的播种

- ◎生命的意义在于付出 / 8
- ◎每个人都拥有的财富 / 10
- ◎冬天不要砍树 / 11
- ◎一个人的价值 / 12
- ◎荷兰花草商的双赢战略 / 13
- ◎奉献的果实 / 15
- ◎不断索取的人生是乞丐 / 16
- ◎因为付出而杰出 / 18
- ◎羊群的智慧 / 19
- ◎被人需要的美 / 21
- ◎死去的贝壳 / 22

### 第二章 ▶ 24

#### 把握当下的力量

- ◎被怠慢了风景 / 24
- ◎生命也有保质期 / 25
- ◎回忆过去不如改善现在 / 27
- ◎忘掉今天的人将被明天忘掉 / 28
- ◎最幸福的生活方式 / 29
- ◎如果明天是世界末日 / 30
- ◎把现在交给自己 / 32
- ◎珍惜每一次机会 / 33
- ◎背向太阳只会  
看到自己的阴影 / 34
- ◎拥抱现在就是拥抱未来 / 35
- ◎不要为打翻的牛奶哭泣 / 36
- ◎特别的東西不要珍藏 / 38

### 第三章 ▶ 40

#### 走出迷失的自我

- ◎把自己的杯子放低些 / 40
- ◎跳出你心中的高度 / 42
- ◎从四十七到五十三 / 43
- ◎把所有的错误都扔进去 / 45
- ◎别让门关上你自己 / 46
- ◎努力使自己成为一颗珍珠 / 48
- ◎拼出正确的世界地图 / 49
- ◎成功者选择了正确 / 51
- ◎给自己树一面旗帜 / 52
- ◎忘掉自己的优势 / 53
- ◎满足现状是人生的绊脚石 / 54
- ◎弱者在等待中萎靡 / 56
- ◎打开你心中的那扇门 / 57

### 第四章 ▶ 58

#### 当上帝说不的时候

- ◎把困难当做人生的转机 / 58
- ◎积累人生旅途上的反面硬币 / 60
- ◎苦难是人生的必修课 / 62
- ◎感谢你的敌人 / 63
- ◎厄运是人才的孵化器 / 64
- ◎对冷遇说声谢谢 / 65
- ◎再苦也要笑一笑 / 67
- ◎生比死更需要勇气 / 68
- ◎让目光永远向前 / 70
- ◎风雨过后见彩虹 / 71
- ◎从灾难中找出价值 / 73
- ◎不幸是最好的大学 / 74
- ◎耐心接受岁月的雕琢 / 76

### 第五章 ▶ 78

#### 学会选择，懂得放弃

- ◎选择是生活的起点 / 78
- ◎吻合螺钉的才是  
真正的“螺母” / 79
- ◎把握命运的伟大力量 / 81
- ◎人生就是不断地选择和放弃 / 82
- ◎是什么阻碍了你的发展 / 83
- ◎人生不能负重前行 / 86

- ◎丢掉多余的东西 / 87
- ◎错过太阳，你将收获月亮和星星 / 88
- ◎放弃才能收获美好 / 90
- ◎有一种幸福叫放弃 / 91
- ◎把自己的杯子倒空 / 93

## 第六章▶

94

### 学习，是一辈子的事

- ◎从身边开始认识世界 / 94
- ◎学习力才是竞争力 / 95
- ◎问题不是你做了多久 / 97
- ◎书籍是全世界的营养品 / 98
- ◎学习永远不会太晚 / 100
- ◎认真做好每一件事 / 101
- ◎潜移默化的力量 / 103
- ◎学会抓重点才是真正的人才 / 104
- ◎每天进步一点点 / 105
- ◎磨刀不误砍柴工 / 107
- ◎学习是挖掘智慧的铁锹 / 109
- ◎虚心好学的孔子 / 110

## 第七章▶

112

### 成功也可以有捷径

- ◎成功没有想象的那么难 / 112
- ◎对失败最大的报复 / 113
- ◎蚁球漂流的故事 / 114
- ◎双赢才是真正的赢 / 115
- ◎反省也是一种美 / 117
- ◎一直走在成功的路上 / 118
- ◎能用人无敌于天下 / 119
- ◎下对注赢一次，跟对人赢一世 / 120
- ◎走自己的路，让别人去说吧 / 121
- ◎推销自己是门艺术 / 123
- ◎方向决定成败 / 124
- ◎为自己创造成功 / 125
- ◎一生干好一件事 / 126
- ◎抓住万分之一的机会 / 128
- ◎多走一步就是天堂 / 129
- ◎成功就在下一次 / 130

## 第八章▶

132

### 低调做人，潜心做事

- ◎适时低下你高贵的头 / 132
- ◎不要拿诚信开玩笑 / 133
- ◎弯曲是生存的哲学 / 135
- ◎不要让金钱伤了你的自尊 / 136
- ◎放低姿态 匍匐前进 / 137
- ◎不要让眼睛长在头顶上 / 139
- ◎弱者同样需要尊重 / 140
- ◎勇敢地走在自己的路上 / 142
- ◎多点雅量面对嘲笑 / 143
- ◎凡事要尽力而为，也要量力而行 / 144
- ◎人生不冒险便是最大的冒险 / 146
- ◎要用100%的热情做事 / 147

## 第九章▶

150

### 人际交往，从心开始

- ◎矛盾是双方共同的坟墓 / 150
- ◎信任是一张永远保值的长期支票 / 152
- ◎伤害别人就是伤害自己 / 153
- ◎别把自己囚禁在仇恨里 / 155
- ◎宽容带你走出沙漠 / 156
- ◎控制好欲望 / 157
- ◎推倒冷漠的心墙 / 159
- ◎用心灵去沟通 / 160
- ◎好咖啡要和朋友一起分享 / 162
- ◎用望远镜看别人，用放大镜看自己 / 163
- ◎你无法独自面对人生 / 164

## 第十章▶

166

### 会说话，少奋斗30年

- ◎会说话，幸福源源不断 / 166
- ◎忠言并非一定要逆耳 / 168
- ◎不要轻易许诺 / 169
- ◎一句话打动人心 / 170
- ◎说话要懂得包装 / 172
- ◎别人失意时少谈自己的得意 / 173

- ◎说服别人是成功的开始 / 174
- ◎巧妙说不，拒绝也动听 / 176
- ◎幽默是你的吸引力 / 177
- ◎到什么山上唱什么歌 / 179
- ◎当众讲话让你脱颖而出 / 181

## 第十一章▶

182

### 天才都是注重细节的人

- ◎对于成大事而言，小事不小 / 182
- ◎注重细节，洞悉人间百态 / 184
- ◎小数点并不小 / 185
- ◎每一个细节背后的故事 / 186
- ◎不能打折的小细节 / 188
- ◎一个马掌钉子打败一个国家 / 189
- ◎你的形象价值百万 / 191
- ◎事业从点滴开始 / 192
- ◎把握每一分钟 / 193

## 第十二章▶

194

### 最难破译的爱情密码

- ◎爱是一种久违的心痛 / 194
- ◎不要错过恋爱的季节 / 196
- ◎爱需要勇敢地说出来 / 197
- ◎给爱情一个吹风的机会 / 199
- ◎怎样诠释我们的爱情 / 200
- ◎爱情是两个人的事 / 202
- ◎爱是一捧沙 / 203
- ◎浪漫，让爱情保鲜 / 204
- ◎爱就这么简单 / 206
- ◎永不逝去的爱情 / 207

## 第十三章▶

208

### 婚姻，一项终生的投资

- ◎婚姻是一种体力劳动 / 208
- ◎幸福的一百万 / 209
- ◎赞美应该说出来 / 211
- ◎谁是我们最重要的人 / 212
- ◎别让婚姻成为爱情的坟墓 / 214
- ◎婚姻不是 $1+1=2$ ，而是 $0.5+0.5=1$  / 215
- ◎家是人生的避风港 / 217

- ◎原谅是婚姻肿瘤的手术刀 / 218
- ◎婚姻的殿堂里没有自私 / 219
- ◎婚姻需要用心经营 / 220
- ◎三十年的婚姻悲剧 / 221
- ◎抓不住就放手吧 / 222
- ◎婚姻需要保持一定的距离 / 223
- ◎爱让婚姻长久 / 225

## 第十四章▶

226

### 每个孩子都是一座宝藏

- ◎发掘孩子的宝藏 / 226
- ◎留一些时间给孩子 / 228
- ◎让孩子变得优秀 / 229
- ◎谁拿走了孩子的幸福 / 230
- ◎母亲之间的较量 / 232
- ◎扫去身上的雪花 / 233
- ◎两种不同的教育 / 234
- ◎真正的男子汉 / 235
- ◎孩子的权利 / 237
- ◎贵重的东西总是藏在不起眼的地方 / 238
- ◎孩子是上帝派来教育父母的 / 239

## 第十五章▶

242

### 幸福不在拥有的多，而在计较的少

- ◎没有人注定不幸福 / 242
- ◎幸福没有标准答案 / 243
- ◎别让心里扎了刺 / 245
- ◎养成幸福的习惯 / 246
- ◎快乐无处不在 / 248
- ◎越简单越幸福 / 249
- ◎不要错失身边的美景 / 250
- ◎神秘的“月经不调” / 252
- ◎幸福是一种感觉 / 253
- ◎心存感恩才能让幸福开花 / 254

## 第一章

# 付出，是一种 无意识的播种

## 生命的意义在于付出

生命的意义在于付出，在于给予，而不是在于接受，也不是在于争取。

——巴金

一生中，我们会遇到许多人，许多事，悲悲喜喜，离离合合，有人说，我明明付出了，却没有得到应有的结果。这样的说法本身就是对“付出”的不公。付出，要心甘情愿，要竭尽全力，如果我们付出了，却没有得到想要的结果，这只能说明我们做得还不够，还需要再努力。

生命的意义就在于付出，穷则独善其身，达则兼济天下，能力不同，付出的程度也不同。我们可以心系父母、心系女友、心系孩子、心系工作、心系社会、心系国家，每一次真诚的付出，都是一次精神境界的提升。

有一个女孩在找工作的时候屡屡碰壁，没有一个公司肯录用她，原因是——她是一个哑巴。命运对她也许有点不公平，可是她并不这样觉得，她一直拼命地努力着，直到这一天降临。

这天，天气阴暗，她再次跑遍了招聘会，还是没有人录用她，唯一的答复就是：你回去等消息吧。天开始下大雨，女孩突然觉得有些无助和绝望。她在这座城市举目无亲，孤零零一个人。走在雨里，很快她的衣服就被雨水淋湿了。就在这时，一个男孩撑起雨伞，遮住了她。男孩的出现，就像黑暗中的灯光，给女孩带来了希望和光明。

男孩对女孩的关爱，足以证明他的真心。其实，男孩第一次遇到女孩的时候，已经对她一见倾心。很自然的，两个人顺利交往起来。

男孩是一个富二代，家里有无数资产，父亲的公司已经上市，正是春风得意的时候。所以，男孩的父母自然反对他们两个人的交往。男孩的父亲觉得，自己的儿子哪里都不差，而女孩不但贫穷，还有残疾，这怎么能配得上他的儿子？可是，父亲越是反对，男孩的立场就越坚定。女孩越是楚楚可怜，男孩就越想保护女孩。这天，男孩对女孩说：“我想要离家出走，和你一起奔赴另外一个自由的国度。”听到这话，女孩感动地流下眼泪。

可是，天降厄运，在躲避父亲的追寻时，男孩因为一次意外，眼睛受伤，导致双目失明。这时候的男孩觉得自己已经没有照顾女孩的能力，于是他选择暗暗地离开，离开女孩的视线。女孩并不知道这些，可是，从此以后她再也找不到男孩了……

两年后的一次偶然，女孩在街上遇见男孩，她拼命地奔跑，终于追到了男孩。她紧紧抱住男孩，可是传来男孩莫名其妙地问话：“你是谁啊？”女孩突然觉得很伤心，她竟然无法像普通人那样说出那句话：“我就是你曾经爱着的女孩啊！”就在此刻，女孩突然下定了决心，她决定，要让男孩重见光明。

这一天，男孩从手术室里出来，他真的又重新见到了光明。这一刻，他想起他曾经深爱的女孩，可惜女孩已经远在天边了。大夫兴奋地对他说：“手术很成功，真要谢谢那个捐献眼角膜给你的人啊！”的确，之前男孩就想过要手术，可是医院里一直没有适合的眼角膜。男孩太兴奋了，他说：“大夫，她在哪里？我一定要亲自谢谢那个捐献眼角膜给我的人。”大夫回答：“她就在你隔壁病房。”男孩兴奋地打开门，却看见了那张异常熟悉的面容。此刻的女孩，满脸憔悴。多么可怜的女孩，不仅不能说话，现在又失去了光明……男孩抱着女孩痛哭起来。女孩听到声音，心中一股暖流涌过，她在本上写下这样的话：“你终于知道我是谁了！虽然我现在又盲又哑，可是，你终于认得我了！”

女孩的付出没有白费，她的付出又牵起这段缘分。男孩在女孩耳边轻声说：“嫁给我好吗？”这一次，女孩认真地点了点头。脸上，满是幸福的笑容。

这是故事，也是生活中真实存在的美好爱情。生活中很多“劳燕分飞，树倒猢猻散”的悲哀情节，都是因为从一开始，他们就没有掏出真诚的心，不遗余力地为对方付出。

**★智慧灯** 生命的意义就在于付出，每一次心情愉悦的付出，都能让人心中涌起一股小小的暖流，这样的暖流让人生变得美好，让我们看世界的眼睛更加动人。





## 每个人都拥有的财富

我们能尽情享受的，只是施与的快乐。

——穆克

人生在世，有得有失。生活的本质，是让我们看通而非看透，若是能懂的，就会知道，其实付出就是播种，懂得付出就会变得强大和富有。

幸福是一种不求回报的付出。因为付出，自己的心会变得宽慰，别人的心也会受到安慰，在整个付出的过程中，幸福感一步步形成。

有这样一个关于付出的小故事，人们从这个故事中能读出更多人生哲理。

从前，有一片很大的森林，里面生长着各种各样的树木。这些茁壮的树在春天开花，秋天结果。每天树上都会休憩着很多鸟儿，它们在大树的枝丫上尽情玩耍，开心地放歌，时常帮大树捉虫。它们喜欢在树上待上一段很长的时间，然后再离开，飞去遥远的世界。每一次这样的旅行，都要经历数月。

有时候，恰巧赶上鸟儿找不到食物，饥肠辘辘。很多树都拒绝为鸟儿献上自己的果实，除了其中的一棵大树外。这棵大树表面看来和其他树没什么区别，可是，它内心与其他树完全不同，它热情奔放，它舍得用自己的果实招待鸟儿，它总是欢快地对鸟儿们说：“来吧，来吧，填饱了肚子，再飞向更高更远的地方。”只要有鸟儿求助，它都会无私地给予。

鸟儿们吃饱后，理理羽毛，站在最高的树枝上，为大树送上一曲动听的歌，再不然，就用嘴巴用力地啄出树洞里的虫子。

几年之后，因为鸟儿们把大树的种子带到了全国各地，大树的家族四处安家，并且逐渐兴旺发达起来。这件事，成了森林中大家争相讨论的事情，也成为森林中最荣耀的事。

到了这个时候，那些拒绝了鸟儿的树才恍然大悟：原来，帮助别人，并不只是帮助别人，更在无形中成全了自己啊！

多帮助别人一次，就能让自己行走的路更宽广一些。大树做到了，它无私的给予，不知不觉中让它的家族遍布各地。

**★智慧灯** 只要懂得付出，就是一种富有。即使只是微乎其微的小事，它依然会成为我们看不见的财富，在某一天凸显出来，呈现出巨大的价值。



## 冬天不要砍树

一个机会、一声鼓励、一次帮助，对于受助的人，它们不仅意味着付出，更意味着人生的全部希望。

有些时候，人生不需要重来，命运也不需要被颠覆，我们需要的，只是一次机会。这样的机会，对于施助的人，也许第二天就忘记了，可是对于受助的人，却是改变一生的际遇。

对别人多一些付出，是谦谦君子的作为。有人感慨地说：世界这么乱，付出给谁看？也许不是给谁，只是给自己的内心。人们都有过自己和内心交谈的时候，付出就像和一个智者在对弈，表面看来是输了棋艺，其实是在循序渐进中成了得道的高人。

有这样一个故事，叫做《冬天不要砍树》。

小孩和爸爸出去游玩，来到一个小农场。这时候正是冬天，孩子在玩耍的时候无意中看到几棵无花果树，树皮已经剥落，树干也失去了原有的色彩，完全是枯黄的状态，看样子已经死了。孩子伸手一碰，就听咔嚓一声，树干顷刻折断了。

孩子跑过去把爸爸拉过来说：“爸爸，那棵树老早就死了，不如我们把它砍下来，然后再种一棵吧！”可是，这个建议却被爸爸立刻否决了。爸爸对孩子说：“孩子，看起来也许它真的是不行了，但是，要等到冬天过后才知道呢！也许过了冬天，它就会重新萌芽抽枝，一片葱茏呢。说不定，树现在正在睡觉，正在养精蓄锐呢！以后你一定要记住，冬天不要砍树。”

果然，和爸爸猜测的一样。第二年的春天，那棵看起来已经死掉的无花果树竟然重新发芽了，它和其他的树木一样，在春风里快乐地跳舞。其实，这棵树死去的不过是几根枝杈，到了春天，它又变得树繁叶茂，和其他树木一样，一点都看不出有什么不同。

后来，这个孩子成了一位小学老师。在他从教的二十多年生涯中，他遇到了许多类似的情形：那个说话结结巴巴的小明，长大以后竟然成为一名优秀的律师；那个当年最淘气的小虎，不但名牌大学毕业，后来还创建了自己的公司，听说最近还上市了。

最让人觉得不可思议的是自己的儿子，虽然在小时候不幸患了小儿麻痹症，几乎就要成了废人。可是，就是因为小学老师记得爸爸的那番话，对儿子从来没有失去信心。现在，儿子已经完成了全部大学的课程，并在一家公共图书馆做管理员。小时候，他还只是一个左手只有三只手指能动，连扶起眼镜都那么困难的小孩子啊！

“冬天不要砍树”，就是这句话，一直鼓励着当时的那个小孩子，鼓励了他的一生。如今，他又把这样的话教给自己的孩子。每当遇到人生中不如意的事情，他都靠着这句话度过一个又一个危机。

无论是给自己多一次机会，还是给别人多一次机会，都意味着转机，那些看似毫无生机的树，不过一个季节的转换，就成了绿满枝丫。小孩子就像是小树，或是调皮捣蛋，或是身体残疾，到了春天，他们还是骄傲地向世人展示出他们的成绩。

**★智慧灯** 在一切还来得及的时候，尽自己的全力多做一些事情。付出是一辈子的事情，就好像福音会时时滋润着自己葱茏的人生。



## 一个人的价值

一个人的价值，应该看他贡献什么，而不应当看他取得什么。

——爱因斯坦

有一种付出，发自内心，从来没有奢求过回报，这样的付出，会在无形中汇集能量，在将来的某一天发挥出巨大的价值。这样的付出，是一种无形的帮助，帮助别人，也是在帮助自己。

也许我们没有这样的意识，我们会因为有所求才有所牺牲，这是无可厚非的。但是，当有一天，因为你曾经对外界的付出而间接使自己受助时，你就会知道，自己无意间播种的果实，已经成长为茁壮的参天大树。

有这样一个故事，说的就是这样的道理。

两兄弟进城赶集市，想把家里编的篮子全都在集市上卖掉。一路上，他们又是爬坡又是过河，任凭太阳暴晒，还忍受着饥饿一点点往前赶路。

就在这时，弟弟突然脚一滑，跌在地上。原来，是因为货品太重，他实在没有力气了。可是又不想求哥哥帮忙，毕竟，哥哥也已经负重在身。

哥哥一边帮弟弟拍去身上的尘土，一边安慰着弟弟：“傻弟弟，重就和哥哥说，有什么事情是不能解决的呢？”于是，立刻抢过弟弟手上的货品。两只手一起用力，抬起两份重物。

弟弟在后面跟着，心里非常不好受，因为他看到哥哥的手指都开始发紫，是勒出来的。他觉得是他让哥哥受累了。

走着走着，突然遇到卖扁担的人，哥哥灵机一动，用一个篮子换了一个扁担。将两大捆货物分别系在扁担的两头，瞬间，身体感觉轻松很多。

哥哥回头朝弟弟笑了笑，告诉弟弟：“现在倒是省力，比刚出门的时候还要轻松呢！”弟弟不好意思地笑了，他心里非常感激哥哥。

哥哥挑起了扁担，两堆货物竟然比一个人拎的时候还要轻松。他帮助了弟弟，也解放了自己。付出就会有收获，付出越是慷慨，回报就越是丰厚。付出的是小溪，收获的可能是大江。

在人际交往中，我们应该把每个人都看成是一座宝塔，因为在他们身上，都有着不同于他人的人生阅历。我们可以接受帮助，接受讨教，让自己的性格更加完美，处事更加成熟。但是，付出也要讲究方式和方法，做得不对或者做得不好，都会带来不必要的麻烦。所以，付出要讲究一定的方法，才会被别人接受和喜欢。

### ● 永远记得，单方面的付出要以不期待对方回报为前提。

不要因为看重回报才去付出，这样一旦结果低于你的期许，心中就会觉得失落，会影响情绪。凡事尽力而为，量力而行，不要不顾及能力而超范围付出，也不要太计较得失而舍不得付出。

### ● 帮助别人之前，一定要降低对方对于成功的期望值。

如果你帮助了别人，但是失败了，就会陷入很尴尬的境地，所以，要学会先在帮助别人之前降低他对成功的期望程度。这样，即使结果不太理想，对方也不会责怪于你。

### ● 付出以前，一定搞清楚，对方是不是真的需要帮助。

可以主动提出想要帮忙的意向看看对方的反应。因为究竟要不要接受帮助，只有对方才能知道，不要强迫别人的意愿，有的人会觉得你这样做是在怜悯、同情他。

要多帮助别人，又要注意帮助别人的方法，这样才会帮人帮到“点子”上。所谓，帮人帮到底，送佛送到西。

**★智慧灯** “爱出者爱返，福往者福来”，永远记得，帮助别人也是在帮助自己。所以，不要吝啬你的能力，就在别人需要帮忙的时候，大方伸出你慷慨的援手，然后真诚地说上一句：让我来帮你吧！



## 荷兰花草商的双赢战略

分享是一种收获，你给予他人多少，它不止同样数额地回赠你，有时候，它回赠的甚至更多。

我们都希望好的东西可以当众炫耀却不想给别人使用，我们太在乎自己的心理感受，所以时常会忘记字典里有一个词汇叫做“分享”。所以，我们经常闷闷不乐，并忘

记了，其实分享是可以使人快乐的。

分享是一个能让人获得精神愉悦的魔法词。分享并不只意味着大家用同一样东西，还意味着共同地承担和收获。分享不只是为了成全别人，还能帮助自己。下面的故事，说的就是这个道理。

有个花草商在荷兰当地很有名，也很精明。一次，他千里迢迢跑到非洲，就为引进一种名贵的花卉。他想在自己的花圃里培育这种花，准备以后卖个好价钱。

花卉买回来以后，他精心照料，呵护备至。有朋友来到花圃跟他索要，他吝啬得不给他们一粒种子。他暗自计划着，三年，只要繁育三年，他就有了上万株花卉，这时就可以售出和馈赠了。

时间过得很快，一晃就是三年。到第三年的春天，商人的花卉已经繁育了上万株。可是，这时，意外的事情发生了——花朵变得很小很小，色泽相对刚引进的时候也差了很多。在非洲看到的那种雍容华贵、富丽堂皇的感觉完全不见了，总之一切都很糟糕。如此下去，他不但赚不到钱，还会赔上所有家当。难道是花儿退化了？可是非洲那么多人种植，怎么就没见出一点问题呢？他带着疑问找到了一位植物学家。

植物学家与他一起来到花圃，很认真地看完花，问他：“隔壁的花圃种的是什么？也是你家的么？”

他回答：“不是的，那个是邻居家的花圃，与我种的不同。他们种的都是郁金香，我的可是非同一般的品种，整个荷兰就只有我在种植。”

植物学家恍然大悟，然后无比感慨地说：“原来这样……要知道，虽然你的花圃

里种的是名贵花种，可是因为邻居种的

是其他品种，你的花种被风传授花粉以

后，再粘上邻居花圃中的花粉，

导致你的花卉一年不如一年，这

样下去，你的花圃就彻底完了！”

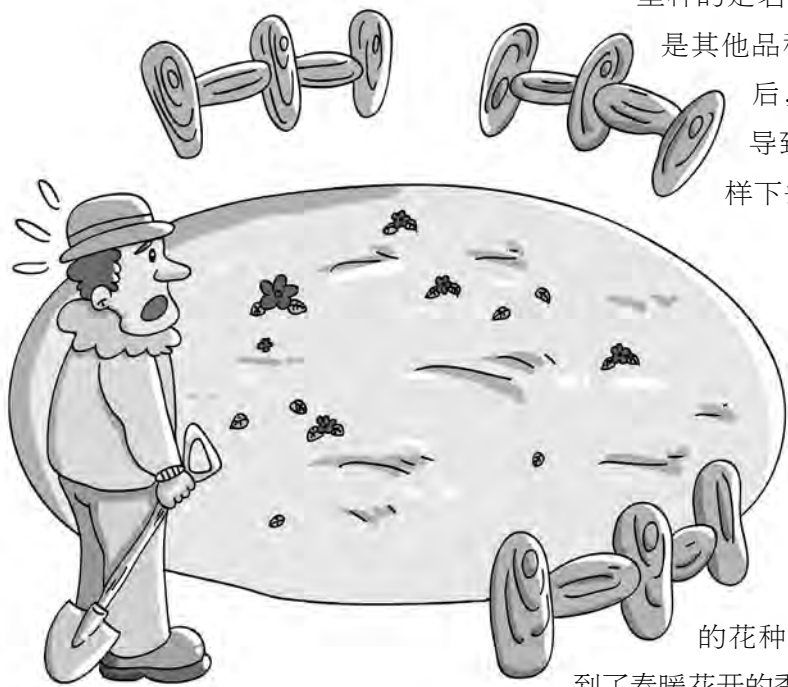
商人大叫：“难道没有解决的办法了吗？”

植物学家回答：“有。

可惜没人能阻碍风传授花粉，除非，你让邻居也都种上这种花，就会彻底杜绝这种现象。”

商人立即采取行动，把自己的花种免费发给周围的邻居。很快又

到了春暖花开的季节，商人的花圃里长满了雍容



华贵的名贵花卉，色泽诱人，花姿典雅，漂亮极了。这种花刚一上市就被抢购一空。

没过几年，商人和他的邻居都成了非常富有的花草商家。

商人的分享救活了他的花圃，也许这时候他才真正意识到——帮助别人也是帮助自己吧！

**★智慧灯** 分享，是一种高度，无私心灵的高度。这种高度能够让你和别人一起播种，一起收获，一起快乐。拿出好的东西和别人分享，就会让人充满无限期待。



## 奉献的果实

爱，首先就意味着奉献，意味着把自己心灵的力量献给所爱的人，为所爱的人创造幸福。

——苏霍姆林斯基

爱是一种至高无上的权利，它摒弃了世俗，抛开了权力，踢开了贵贱。父母之爱，夫妻之爱，朋友之爱，爱是一种促人成长的力量，这种力量能够让人们的内心变得强大。

爱是一种无私的付出，目的是为了创造幸福。爱是一种平等的行为，真诚是它的出处。爱心从不虚伪、不做作，善良是它永恒的品性。在每一次爱的奉献中，都有股巨大的力量涌现出来。

有一个踌躇满志的年轻人，在一次晚宴中，向一位成功企业家、也是社会公益慈善家请教了很多关于人生的道理。听完之后，这个年轻人受到很大的鼓舞，十分感动。他信誓旦旦地对企业家说：“等我像您一样成功以后，也要成为您这样充满爱心，对社会无私奉献的人！”这个企业家意味深长地笑了笑。他对年轻人说：“像我一样？以后？为什么不是从现在就成为充满爱心、对社会无私奉献的人呢？你可以现在就怀有这样的心态，然后去努力追求，在这条路上，我相信，你会离成功越来越近。充满爱心的付出，会让你一生都觉得无比的快乐和幸福。”

付出的动力是一种主动的探求，爱就应该有这样的姿态。友善地向别人付出，给予别人帮助，向别人主动示意你想要有所付出的愿望，这样才能收获幸福快乐。

小琼斯只有五岁，每次爸爸、妈妈和哥哥一起到田里劳动，他总要在后面像个小尾巴一样跟着，这天也是这样。

可惜天公不作美，就在小琼斯兴奋的当下，天空突然下起雨来。这时的他们，手中只有一件雨披。小琼斯看到爸爸将雨披给了妈妈，妈妈又把雨披给了哥哥，哥哥将雨披

赶紧拿到小琼斯那里，唯恐他被雨水淋湿。

小琼斯不解地问：“爸爸，为什么你把雨披给了妈妈，妈妈又给了哥哥，哥哥又给了我呢？”

爸爸笑着说：“因为爸爸比妈妈强大啊，但是妈妈又比哥哥强大，哥哥又比你强大，你最弱小，所以，我们都要保护弱小的你！”

小琼斯若有所思地点了点头，将自己的雨披解下，撑开，挡在了一朵风雨中岌岌可危的娇弱小花上面。

爸爸、妈妈看到这一幕，开心地笑了。

就像小琼斯的故事一样，爱心其实是可以传递的，而传递的通道就叫做“奉献”。爱心在奉献中给人以无限的帮助，不一定是多大的财富或者多强的能力，爱心就是爱心，人人都能感受得到。

**★智慧灯** 爱在奉献中开花结果，然后谱写出美丽的篇章。每个人，只要有一颗火热的心，都有资格去主动奉献，帮助别人，而这种付出，也一定会收获无穷的幸福和快乐。



## 不断索取的人生是乞丐

虽然不求回报，但是终有回报，这就是人生的玄妙之处。

每个人都想拥有幸福的人生，我们也希望可以少一些努力就能荣登幸福的宝座。人的成功，并不只是贫富的差距，有时幸福，是决定于对自己的定位。付出越多，收获越大，获得幸福的概率也就越高。

卓越的人生是奉献的人生，是付出的人生，只顾索取的人是人生的乞丐。这个世界上，你付出了多少，就决定了你的成就大小。

有这样一个令人深思的故事。

两个人都因为遭遇车祸而走进天堂。在天堂里，他们有幸遇见了上帝。他们对上帝哭诉：“我们活着的时候，并没有做过什么坏事，您能不能再让我们回到人间呢？”

上帝看了看他们，回答说：“我倒是能让你们重回人间，可是，你们得换个身份继续生活了。我这里有两个选择，你们看看，要选择哪个，第一个——时刻付出的人生，第二个——时刻索取和接受的人生。你们看看要怎么选择吧！”

这时，其中一个比较聪明的人想：索取，那就是说可以什么都不做，也不用那么辛

苦、劳碌喽！我真是太幸运了，竟然有这样的机会！于是，他抢先一步对上帝说：“请伟大的上帝赐给我接受和索取的人生吧！”

另一个是个老实人，他只想回到人间，接受什么样的人生对他来说并无二致。所以，他接着聪明人的话说：“那，我愿意接受付出的人生，只要让我回到人间就行！”

于是，上帝满足了他们的愿望，让他们重新回到人间。

结果，聪明人过着索取的人生——成了一名标准的乞丐。每天，他就天桥下面接受别人的给予，痛苦地活着。而那个老实人，因为过着时刻付出的人生，成为了一个富翁。他资助过许多人，其中，就包括那个天桥下面乞讨的乞丐。

过多地在乎回报，往往会扭曲“付出”的本意。付出没有那么痛苦，真心实意地付出会让你身心都感觉到快乐和满足。故事里的聪明人自以为聪明，却沦为乞丐，乞讨过世，这又何尝不让有着同样心理的人感到惭愧呢？

想要拥有幸福的人生，让我们时刻准备好有所付出吧，这应该是每个人每天养成的好习惯。

要成功，就马上准备有所付出吧！下面就是你每天应该养成的习惯。

- ◆ 第一反应：遇到事情，找方法，不找借口。不要为了不想接受而说“不可能”。
- ◆ 遇到挫折，勇于接受，对自己说一句：太好了，机会终于来了。
- ◆ 不说消极的话打击自己，不让自己落入消极的情绪中。
- ◆ 做事情，首先要树立目标，做好计划。
- ◆ 工作时要有效率，每一分一秒，

都要做有益于工作的事情。

◆ 用那些零碎的时间去做零碎的事情。

◆ 不要太依靠记忆，好记性不如烂笔头。

◆ 走路的速度比平时提高30%，因为肢体的行为能让人变得健康有力，不懒散。

◆ 无论是在疲劳的时候，还是紧张的时候，听自己一分钟的心跳，再继续做事情。

◆ 开会的时候坐前排，积极发言。

- ◆ 用心倾听，不要打断别人的话。

