

LOVE YOUR ENEMIES

感谢折磨你的人

凌越
编著

LOVE YOUR ENEMIES

感谢折磨你的人



B821-49
L566

738

感谢折磨你的人

LOVE YOUR ENEMIES

凌越 编著

B821-49
L566



天津教育出版社
TIANJIN EDUCATION PRESS

Qazob/os

图书在版编目 (CIP) 数据

感谢折磨你的人 / 凌越编.

—天津: 天津教育出版社, 2005.1

ISBN 7-5309-4276-X

I. 感… II. 凌… III. 人生哲学—通俗读物 IV. B821-49

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2004) 第 134608 号

感谢折磨你的人

出版人 肖占鹏

作者 凌越

责任编辑 杜平

装帧设计 第四工作室

出版发行 天津教育出版社

天津市和平区西康路 35 号

邮政编码 300051

经 销 新华书店

印 刷 北京纪元彩艺印刷有限公司

版 次 2005 年 1 月第 1 版

印 次 2005 年 1 月第 1 次印刷

规 格 32 开 (880 × 1230 毫米)

字 数 150 千字

印 张 8.75

书 号 ISBN 7-5309-4276-X/C · 66

定 价 18.00 元

前言

再艰难，也不要放弃心中的信念

唯有坚强的信念，才能激发生命的热情与对梦想的坚持。唯有自信心，我们才能靠着自己的力量，建筑起坚固的信念。

思想家卢梭曾经写道：“人要是惧怕痛苦，惧怕折磨，惧怕不测的事情，那么他的人生就只剩下‘逃避’二字。”

其实，重要的并非你受到什么折磨，而是被折磨之后得到什么。接受折磨并不难，接受折磨之后如何善加利用，那才是真正的困难。

如果你想出人头地，就必须调整自己的想法，让积极的想法代替消极的看法，如此，才能看见自己生命的阳光。

为自己树立一个信念吧！因为，那不仅是生命的导航，更是我们幸福人生的重要基础。

发现西印度群岛的那一年夏天，航海家哥伦布率领着“圣玛丽号”，从海地岛海域朝着西班牙胜利返航。

启航当天早上，“圣玛丽号”甲板上，一群历经劫难的船员正在默默地祈祷着：“上帝呀！请让这煦和的阳光，一路陪伴我们返回西班牙吧！”

但是，上帝似乎没有听见他们的祈祷，因为船刚进入恐怖的百慕大三角不久，天气就骤然变化，不仅天空布满乌云，远方还不时传来闪电与雷鸣。

巨大的风暴似乎正从远方朝着船队扑来，而这也将是哥伦布在航海经历中遭遇的最大一次风暴。

当时，哥伦布意识到，也许这次真的要船毁人亡了。

只见他叹了一口气，对船长说：“我们可能在这次风暴中消失，但是，我必须把资料留给后人。”

哥伦布说完，便立即钻进船舱里。在剧烈摇晃的船舱里，他迅速将最珍贵的资料缩写在纸上，接着塞进一个玻璃瓶里，用蜡密封后，再将玻璃瓶抛进波涛汹涌的大海中。

哥伦布充满自信地对船员们说：“也许是一年，也许是两年，也许要好几个世纪之后，这个资料才会被人们发现。但是，我相信，它一定会漂回到西班牙去，这是我的信念。我可以牺牲生命，却绝对不会辜负生命里应该坚持的信念。”

很幸运的是，哥伦布和大部分船员在这次风暴中死里逃生了。

至于那个玻璃瓶，也如哥伦布所预料的，在1856年，随着海水漂流到西班牙的比斯开湾。

唯有坚强的信念，才能激发生命的热情与对梦想的坚持。

不论是在航向新大陆的途中，还是在返回西班牙的航路上，哥伦布的信念是信仰所产生的力量，也是他自我激励之下的支持力，正因为那份无法撼动的信念，奇迹自然而然地发生了。

每个人都需要自信，因为唯有自信心，我们才能靠着自己的力量，建筑起坚固的信念。当这一切转化为动力时，也正是我们实现目标的重要时刻。

法国文豪罗曼·罗兰曾说：“从远处看，人生的不幸折磨还很有诗意呢！一个人最怕庸庸碌碌地度过一生。”

的确，我们必须体验折磨的痛苦，才能体会到获得的喜悦，一个真正的成功者，能够忍受折磨，因为，害怕大雨的，只不过是假花而已。

PART ONE

成功与失败往往只有一步之差

- 不要因为小钱而感觉受辱 /3
- 成功与失败往往只有一步之差 /6
- 尽心尽力就会创造奇迹 /9
- 为自己播下希望的种子 /11
- 有开始，才有机会修正错误 /13
- 万事俱备不一定抓得住机会 /15
- 梦想就是通往成功的桥梁 /17
- 相信自己，就能激发无穷潜力 /19

PART TWO

拥抱痛苦，一样可以幸福

- 尊重别人等于尊重自己 /23
- 竭尽所能突破眼前的困境 /25
- 贪婪是难以闪躲的明枪 /28
- 不要为了小事斤斤计较 /31



- 不要用情绪来面对问题 /34
- 抱怨只会让生活更不如意 /36
- 拥抱痛苦，一样可以幸福 /39
- 学会“以牙还牙”的黑猩猩 /41

PART THREE

改变心境，勇敢面对逆境

- 摒除杂念，就能通过各种考验 /45
- 利用“同理心”化解心防 /48
- 改变心境，勇敢面对逆境 /51
- 挫折，往往来自错误的选择 /54
- 不懂得变通，就不可能成功 /57
- 目标明确才不会原地打转 /60
- 过度的赞美是另一种虚伪 /62
- “互相利用”也是不错的生存技巧 /64

PART FOUR

勇于负责，才会活得自在快乐

- 忙碌工作不是最好的生活 /69
- 每个人都要了解自己的缺点 /71
- 若要人不知，除非己莫为 /73
- 何必为了面子与人争执 /75

让别人的建议成为经验的累积 /77

别让好心成为一种错误 /80

勇于负责，才会活得自在快乐 /82

说得出口就一定要做得到 /84

PART FIVE

你就是自己的上帝

积极寻找生命的转机 /89

停止寻找另一只耳朵 /91

害怕受伤，就很难充分享受人生 /93

期待别人不如期待自己 /96

你就是自己的上帝 /98

别让小问题变成大麻烦 /101

让孩子学会独立生活的能力 /104

别让赞美冲昏了头 /106

PART SIX

决心克服，就能走过人生低谷

人生终会有“苦尽甘来”的时候 /111

命运会随着意志改变 /114

多一个朋友不如少一个敌人 /117

机会总是藏在最不起眼的地方 /119

决心克服，就能走过人生低谷 /122

人生要不断突破自己 /125

相信，就一定能成真 /128

PART SEVEN

幸福就是做自己想做的事

无私的付出会得到宝贵的回报 /133

每个人都有自己的一片天 /136

把你的真诚与热情表现出来 /139

用心观察，创意就在你身边 /142

以最真诚的心推销自己 /145

从错误中看见新契机 /148

幸福就是做自己想做的事 /151

家庭教育是人格养成的基础 /154

态度是激发创意的重要元素 /157

PART EIGHT

靠自己的力量改变命运

价值来自于不断付出 /163

靠自己的力量改变命运 /166

肯定自己才能看见成功 /169

不害怕，人生才会精彩绝伦 /172

- 踏实地跨出你的每一步 /175
人生随时都可以重新开始 /178
享受成功之前的磨炼 /181
以适合自己的方式生活 /183
“还有明天”的死亡陷阱 /186

PART NINE

充满热忱，机会就会上门

- 有付出才会有收获 /191
人生本来就会有高低起伏 /194
充满热忱，机会就会上门 /197
“转移目标”也是一种劝架妙方 /200
把希望化为前进的力量 /203
把平凡事变成不平凡 /206
懂得灵活运用，就会发挥最大效用 /208
真诚是赢得信任的不二法门 /210
轻松沟通就能成功 /213

PART TEN

大胆地实践你的梦想

- 转换情绪，生活就会充满乐趣 /217
摆脱不了诱惑，就会自食恶果 /220

- 大胆地实践你的梦想 /223
- 临危不乱才能解决问题 /226
- 严肃的事不妨用幽默方式表达 /228
- 抓住人性共通的弱点 /231
- 利用心理暗示，刺激消费意愿 /233
- 帮助别人就是帮助自己 /235
- 失去的往往是无价的 /237

PART ELEVEN

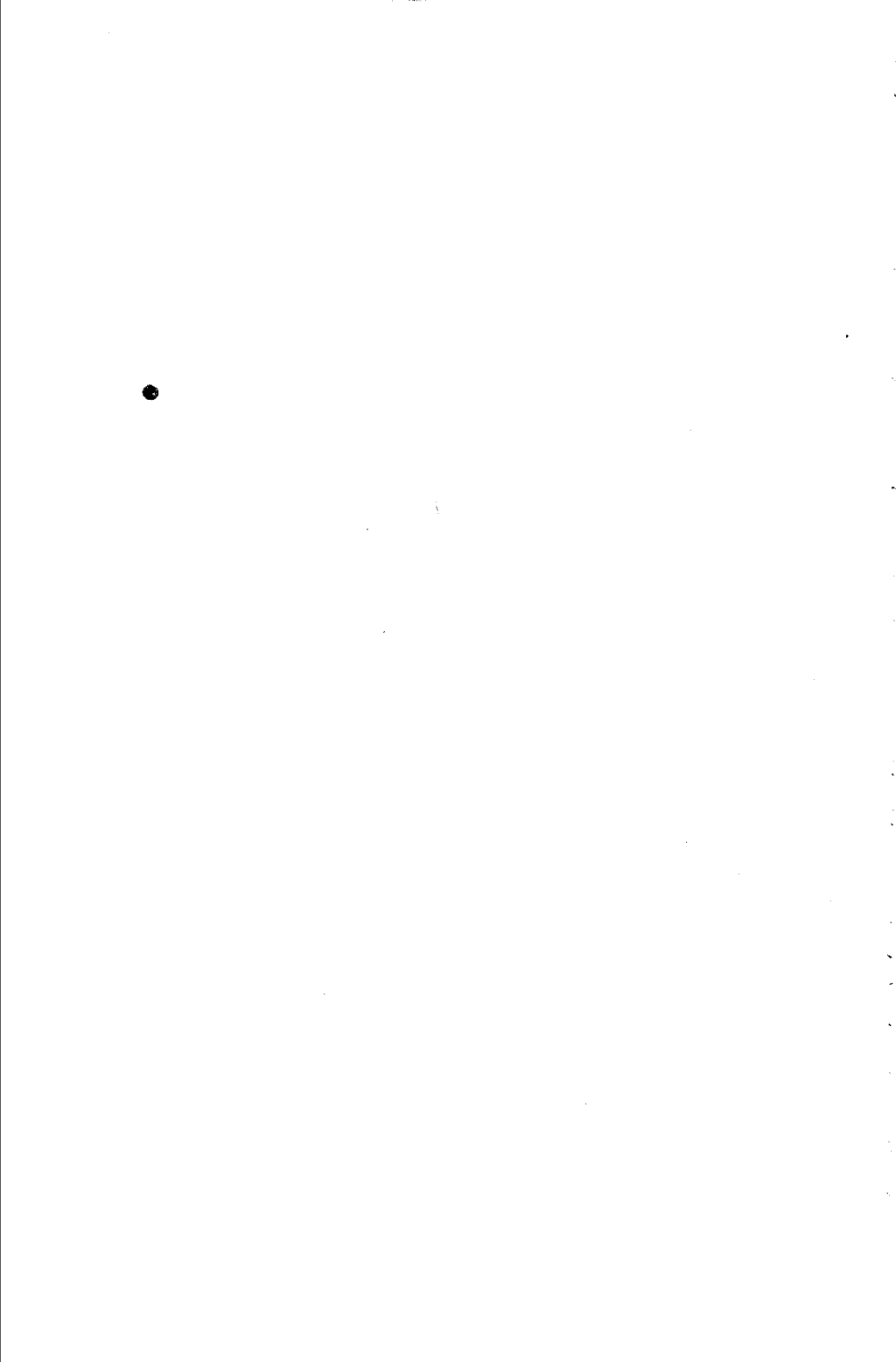
相信你能，你就无所不能

- 不必羡慕别人的生活方式 /241
 - 自我暗示的无限力量 /243
 - 遇到麻烦，不必心烦 /245
 - 相信你能，你就无所不能 /248
 - 用积极的态度面对每一天 /251
 - 尽力做好每一件事 /254
 - 要求别人之前，请先要求自己 /256
 - 心中想要报复，生活必定充满痛苦 /258
 - 你可以为自己创造机会 /260
 - 别为假设性的问题烦恼 /262
- 最后的叮咛 只要不放弃，就会有转机 /265

PART ONE

成功与失败往往只有一步之差

只要多坚持一下，完成最后关键的这一步，我们一定能轻松地站立在成功的殿堂里，享受甜美的成功滋味。



不要因为小钱而感觉受辱

生活中的每一个小动作都有着无限意义，是羞辱还是尊重的赏赐，施者与受者可以有不同的感受。

我们用自己的劳动来养活自己，也用自己的劳动创造这个世界。

正因为如此，每当付出一分劳动，我们都能够正大光明地争取那些属于我们的报酬与收获。



从莫斯科到波良纳约有200千米，有个旅者却很喜欢步行走过这段长长的旅途。他总是背着一个大背包，沿途与那些流浪的人结伴而行。

虽然，大家对这位旅者很熟悉，但是，没有一个人知道他的姓名与来历，只知道他是个喜欢步行的旅者。

这段路程要花五天的时间，旅者的食宿都在路上解决，或随便向农家借宿，偶尔他也会走进火车站，到三等车厢的候车室里歇

息。

有一回，他又准备进入候车室里小歇，但是这时候候车室里挤满了人，于是他便到月台上走走，想等人少以后再进去休息。

就在这个时候，旅者忽然听见有人招呼他。

原来是车上的一位夫人在叫他：“老头儿！老头儿！”

旅者连忙转身，看见有人朝他不停地招手，便上前去询问：“夫人，请问有什么事吗？”

坐在火车上的太太，着急地说：“麻烦您，快到洗手间去，我把手提包遗落在那里了！”

旅者一听，连忙跑到洗手间寻找，幸好手提包还在，于是他连忙把它拿了出来。那位太太一见，非常开心地说：“谢谢您了！这是给您的赏钱。”太太递给了旅者一枚五戈比的铜钱，而旅者也欣然接受。

旅者转身准备离去，就在这时，这位太太身边同行的旅伴却问：“你知道你把钱给了谁吗？”

太太不解地看着她的伙伴，只见她的朋友带着惊喜的口吻说：“他是《战争与和平》的作者——托尔斯泰啊！”

这位太太一听，吃惊地说：“是吗？真的吗？天哪，我在做什么呢？托尔斯泰啊！看在上帝的份儿上，请原谅我的无知，请把那枚铜钱还给我吧！唉，我把它给了您，真是不好意思，哎呀，我的天，我是在做什么呢？”

旅者听见太太的呼喊声，便转过身，笑着说：“您不必感到不安，您没做错任何事，这五戈比，是我自己赚来的，所以我一定要收下！”

火车鸣笛了，开始缓缓启动，虽然那位太太仍内疚地请求归还，然而，托尔斯泰却带着满脸微笑，目送着火车远去。