

学会施恩 懂得感恩

Learn
Benefaction
and Learn
Thanksgiving

人生最高深的智慧就是施恩

人生最无价的财富就是感恩

一个“恩”字是世界上最无法标价而又最珍贵的东西，是最普遍而又最能撼动人心的东西。它无时无刻不显，随处随地都在。

学会感恩 懂得感恩

品读一个个令你感动
的故事，感悟一份份至
善的人间真情。你会默
然醒悟——原来人生是
如此简单，只要懂得了
施与和感恩，你就拥有
了成功的智慧和人生的
幸福。

崔雪娇 / 编著

中国档案出版社

总 策 划/马双才

责任编辑/井婉君

封面设计/东 仔

图书在版编目(CIP)数据

学会施恩 懂得感恩/崔雪娇编著. —北京:中国档案出版社,2006

ISBN 7-80166-667-4

I. 学... II. 崔... III. 人生哲学—通俗读物

IV. B821-49

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2006)第 024632 号

学会施恩 懂得感恩(XUEHUI SHIEN DONGDE GANEN)

出版/中国档案出版社(北京市宣武区永安路 106 号 100050)

发行/新华书店

印刷/河南龙华印务有限公司

规格/787×1092 1/16 印张/19 字数/200 千字

版次/2006 年 5 月第 1 版 2006 年 5 月第 1 次印刷

印数/3000 册

定价/26.00 元

我社已委托中华版权代理总公司代理本书的稿酬支付,请相关作者直接与我社或中华版权代理总公司联系付酬事宜。

前言

一位哲人说，“对于施恩于你的人，你应当感谢他；对于感激你的人，你应当向他施恩。如果你感恩，恩惠会源源不断，如果不感恩，再多的恩惠也将用尽枯竭。”

施恩，感恩，是为人之最高品质。在物欲横流的生活里，如果你没有一颗感恩、施恩的心，你必然迷失方向。

施恩者不图报，是一种高尚的美德。施恩者所以不望报，是认识到了施恩只是履行应尽的责任，应尽的义务，应做的奉献；不是放债，不计算利息，投桃并不要求报李。而世界就是那么奇妙，有时候，你的付出，冥冥之中，竟会得到意想不到的回报！

被施恩者知报，也是人的一种高尚的美德。一草一木，皆为生物；一禽一兽，皆有感情。作为万物之灵的人类，是否应该常常的反思一下，自己是否太自私了？自己是否对这个世界投入了爱心？只有这样，这个世界才能变得美好。受惠者也应抱有“滴水之恩当涌泉相报”的思想，只有心里长存这种道德观者，待人处事才能怀有一种友善的态度，品行也会因此而端正，心胸也会因此而开阔。

感恩是一种处世哲学，是生活中的大智慧。

感恩是一个人与生俱来的本性，是一个人不可磨灭的良知，也是现代社会成功人士健康性格的表现。

在感恩的空气中，人们可以认真、务实地从最细小的一件事做起；在感恩的空气中，人们会自发地真正做到严于律己宽以待人；在感恩的空气中，人们能正视错误，互相帮助；在感恩的空气中，人们将不会感到自己的孤独……

而施恩呢？施恩是一种善良，是一种宽容，是一种鼓励，是一种大将风度，是一种长者风范……

施恩是慰藉我们心灵的甘露。因为施恩，我们才拥有爱，因为施恩我们才精神富足，生活充实！





学会施恩 懂得感恩

施恩是宽阔的胸怀与无私的奉献，感恩是良知的思考与善意的态度；施恩者以快乐而付出，感恩者以真诚而报答，施恩与感恩是人与人之间充满“诚信”的最和谐的因子。

有的人把自己的一生都花在谋划、算计别人身上，不仅给社会带来了极大的内耗，更为严重的是，这种谋划和算计似乎已上升为一种根深蒂固的处世态度和人生观，这确为全人类的一大憾事。

要知道，智慧的根源是文化，智慧只是文化的一种表现方式。更高意义上的处世智慧在本质上是一种至为深刻的文化，而中国几千年来的文化最重要的就在于强调一个“善”字，与人为善，才能成就自己。要想真正拥有这种智慧、理解这种文化，我们首先要做到的就是心存善念，拥有一颗懂得施恩感恩的心。只有如此，我们才能让自己真正的融入这种文化，而也只有我们的身心内外都渗透了这种文化，才能自然而然地达到内谋谋圣，外谋谋智的境界，才能成为真正的圣智兼备的大谋略家、大智慧家。

因此，施恩和感恩不但是是一种大智慧，更是人性中最高贵的品质，是一个社会的希望！

我们中华民族历来都是一个重视人际交往的民族，施恩不图报、知恩图报是我们的传统美德。让我们清楚地认识施恩的内涵，培养出感恩的心态，这样才能使这一传统美德千古流传下去。

世界之所以美好，是因为凡人都有一颗施恩、感恩的心，并以这样的心去处世待人，那么，就让我们以这样的心灵，去感恩世界的万物，去感恩这世界上生存着的每一个人吧！心存感激的生活着，你会发现，你给予生活多一个微笑，生活也会给予你多一天幸福的笑容！学会这些，你更会拥有人生的大智慧，让你在微笑中走向成功，在成功中永远微笑！

目 录

前言	1
----------	---

第一章 施恩感恩——最完美的生活态度，最理想的处世哲学

- | | |
|-----------------------|-------------------------|
| 1. 关于感恩的思考/2 | 19. 日行一善/35 |
| 2. 以德报怨才是上策/4 | 20. 回报/37 |
| 3. 把库存的商品热销出去/7 | 21. 请别单独用餐/38 |
| 4. 乌鸦猜羊/9 | 22. 先退一步，再往前跳/39 |
| 5. 施恩有时候就是一种宽容/11 | 23. 大错误和小错误/40 |
| 6. 哈里逊“施恩”化解灾难/13 | 24. 让人高兴做你想做的事/41 |
| 7. 学不会宽容，你就永远被领导修改/14 | 25. 罗布是一个活生生的人/43 |
| 8. 用感恩的心做人，每天进步1%/15 | 26. “聋子”卡罗琳/45 |
| 9. 把半杯水给别人/17 | 27. 荷包蛋/46 |
| 10. 牌是上帝发的/19 | 28. 让别人保住面子/47 |
| 11. 开门第一笔生意按本钱卖/20 | 29. 智海小偷/48 |
| 12. 退避三舍谢不杀之恩/22 | 30. 化干戈为玉帛/50 |
| 13. 感谢微软提供工作的机会/24 | 31. 你过去的情义，我今天都看到了/51 |
| 14. 胸怀宽广，才能广纳贤才/26 | 32. 施大恩：口渴之后再送水/54 |
| 15. 敌人变朋友/28 | 33. 无私心地帮助，为人脉关系加砝码/56 |
| 16. 赞扬就是一种力量/30 | 34. 把名声给别人/58 |
| 17. 成败5元钱/31 | 35. 对于狼，不能像东郭先生般实施兼爱/60 |
| 18. 乔·吉拉德的玫瑰花/33 | |





第二章 施恩感恩——人生的一堂必修课

- | | |
|-----------------|----------------|
| 1. 老板和员工都要感恩/64 | 11. 真假耶稣/84 |
| 2. 感恩一切/66 | 12. 我们都需要帮助/86 |
| 3. 感恩节的由来/68 | 13. 不怪上帝/88 |
| 4. 感恩的内涵/72 | 14. 感谢训斥和羞辱/89 |
| 5. 知恩图报的狼/74 | 15. 用仇人当宰相/92 |
| 6. 他说了谢谢/76 | 16. 顺从的仆人/94 |
| 7. 下跪的市长/77 | 17. 一瓶水的修养/96 |
| 8. 霍金的感恩/78 | 18. 在公平的世界里/97 |
| 9. 爱的别名叫感恩/80 | 19. 学会尊重/98 |
| 10. 把鲜花献给对手/82 | 20. 承担的力量/100 |

第三章 施恩感恩——得与失之间的选择

- | | |
|------------------|--------------------------|
| 1. 其实你很富有/102 | 13. 财富/125 |
| 2. 上帝的手/104 | 14. 让孩子学会感恩/126 |
| 3. 举世无双的报酬/105 | 15. 感谢伤口/129 |
| 4. 活在当下，感恩生活/107 | 16. 忠诚的哈齐/131 |
| 5. 陌生人的一碗面/110 | 17. 关于感恩的随想/132 |
| 6. 一袋土豆/112 | 18. 狐狸的遭遇/134 |
| 7. 感恩节荆棘花束/113 | 19. 可以做的还有很多/135 |
| 8. 请帮助帮助过你的人/116 | 20. 上帝没让我变成一只火鸡/137 |
| 9. 幸运/118 | 21. 假如没有狮子/138 |
| 10. 给别人一点微笑/120 | 22. 上帝已经爱你/139 |
| 11. 划算的交易/122 | 23. 真正的原谅——对他人和自己的施恩/141 |
| 12. 感恩生命/124 | |

- 24. 第二次宽恕/143
- 25. 困境是一所最好的大学/145
- 26. 有时需要施恩图报/147
- 27. 清点你的财富/150

第四章 施恩感恩——双赢才是最大的胜利

- 1. 施恩与受恩/152
- 2. 四季变幻的店门/154
- 3. 一枚硬币改变命运/156
- 4. 对自己施恩/158
- 5. 辗转的回报/160
- 6. 宝贵的回报/163
- 7. 野人报秦恩/165
- 8. 人人都要有一颗感恩的心/166
- 9. 行善/167
- 10. 感恩节的礼物/169
- 11. 最佳记者/171
- 12. 一言救世界/173
- 13. 在美女和女巫之间的选择/174
- 14. 穆律罗的骄傲/176
- 15. 请带着善良上路/177
- 16. 绝美与绝丑/178
- 17. 十个毛病/180
- 18. 工作的态度：就像天堂与地狱为邻/181
- 19. 天堂和地狱/184
- 20. 忘记报复，向自己施恩/186
- 21. 生活中的考试/188
- 22. 手术费：一杯牛奶/190
- 23. 施恩让我觉得生活美满/191
- 24. 施恩其实是增加资产/193
- 25. 舍己树的启示——在施与中得到快乐/195
- 26. 明天照样会有报纸/197
- 27. 为父亲骄傲/198
- 28. 哥哥的礼物/200
- 29. 有一颗感恩的心/202
- 30. 施比受更有福/204
- 31. 桥/206

第五章 施恩感恩——做最好的自己

- 1. 认识感恩的时代内涵/210
- 2. 别忘了谢谢/213
- 3. 己所不欲，勿施于人/216
- 4. 解读诸葛亮的职业生涯/218





5. 亲自送几朵玫瑰花/221
6. 弯弯腰, 拾起你的尊严/223
7. 你不能只为别人鼓掌/224
8. 曼德拉的宽容/225
9. 我为什么不能借钱给你/226
10. 感恩自然的“长木公园”/227
11. 让我来当个句号吧/229
12. 感恩苦难, 你会更幸福/231
13. 应听听乌龟的意见/233
14. 转身想想, 经济不景气对我影响太小了/234
15. 高贵的施舍/236
16. 记住的和忘却的/238
17. 被人相信时, 你得学会感谢/241
18. 慷慨的吝啬/243
19. 免费而珍贵的礼物/244
20. 感恩生活的一种方式——珍惜你拥有的/245
21. 珍贵的礼物/248
22. 施恩的最高境界应该是保持人的尊严/250
23. 只为施与而快乐/252
24. 有时欣赏也是一种施恩/254
25. 给你的朋友留点面子/257
26. 施恩感恩需要社会平台/260
27. 改变人生的四个字/262
28. 报答和奖赏/264
29. 及时行乐不如及时行善/265

第六章 施恩感恩——人人都要有一颗善良的心

1. 两个人的心脏/268
2. 一千零六个硬币/271
3. 爱心投标/272
4. 把伤害留给自己/273
5. 购买上帝的小孩/274
6. 施恩不图报/275
7. 马尔克斯的报恩/277
8. 爱心的馈赠/279
9. 棉袄与玫瑰/281
10. 结草衔环和一饭千金/283
11. 三轮车夫的捐赠/285
12. 抱一抱我/287
13. 中国的施恩, 犹太的报恩/289
14. 施恩与感恩/290
15. 暂停你的脚步, 请帮助不幸的人/295

第一章

施恩是一种生活态度,是一种处世哲学,是一种优秀品质,是一种道德情操;感恩是生活中的大智慧,也是一种歌唱生活的方式,它们来自对生活的爱和希望。一个懂得施恩并知恩图报的人,才是天底下最富有的人。

施恩感恩
——
最完美的生活态度,
最理想的处世哲学





1. 关于感恩的思考

感恩的关键在于回报意识。回报，就是对哺育、培养、教导、指引、帮助、支持乃至救护自己的人心存感激，并通过自己十倍、百倍的付出，用实际行动予以报答。

“感恩”二字，牛津字典给的定义是：“乐于把得到好处的感激呈现出来且回馈他人”。“感恩”之心，就是对世间所有人所有事物给予自己的帮助表示感激，铭记在心；“感恩”之心，是我们每个人生活中不可或缺的阳光雨露，一刻也不能少。无论你是何等的尊贵，或是怎样的自觉卑微；无论你生活在何时何处，或是你有着怎样特别的生活经历，只要你胸中常常怀着一颗感恩的心，随之而来的，就必然会不断地涌动着诸如温暖、自信、坚定、善良等等这些美好的处世品格。自然而然地，你的生活中便会拥有一处处动人的风景。

“感恩”是一种对恩惠心存感激的表示，是每一位不忘他人恩情的人萦绕心间的情感。学会感恩，是为了擦亮蒙尘的心灵而不致麻木，学会感恩，是为了将无以为报的恩情永铭于心。

“感恩”是一种生活态度，是一种品德，是一片肺腑之言。如果人与人之间缺乏感恩之心，必然会导致人际关系的冷淡，所以，每个人都应该学会“感恩”，这对于现在的孩子来说尤其重要。感恩教育让孩子知道每个人都在享受着别人通过付出给自己带来的快乐的生活。当孩子们感谢他人的善行时，第一反应常常是告诉自己今后也应该这样做，这就给了孩子一种行为上的暗示，让他们从小懂得去爱别人、帮助别人。

“感恩”是一个人与生俱来的本性，是一个人不可磨灭的良知，也是现代社会成功人士健康品格的表现，一个连感恩都不知道的人必定拥有一颗冷酷无情的心。在人生的道路上，随时都会产生令人动容的感恩之事。且不说家庭中的，就是日常生活中、工作中、学习中所遇之人给

予的点滴的关心与帮助，都值得我们用心去记恩，铭记那无私的人性之美和不图回报的惠助之恩。感恩不仅仅是为了报恩，因为有些恩泽是我们无法回报的，有些恩情更不是等量回报就能一笔还清的，唯有用纯真的心灵去感动、去铭刻、去永记，才能真正对得起给你恩惠的人。

“感恩”是尊重的基础。在道德价值的坐标体系中，坐标的原点是“我”——我与他人、我与社会、我与自然，一切的关系都是以主体“我”作为出发点。尊重也是以自尊为起点，尊重他人、社会、自然、知识，在自己与他人、社会相互尊重以及对自然和谐共处中追求生命的意义，展现、发展自己独立的人格。

感恩是一切良好非智力因素的精神底色，感恩是学会做人的支点；感恩让世界这样多彩，感恩让我们如此美丽！我们都生活在一个多层次的社会大环境之中，都从这个大环境里获得了一定的生存条件和发展机会，也就是说，社会这个大环境是有恩于我们每个人的。

感恩，说明一个人对自己与他人和社会的关系有着正确的认识；报恩，则是在这种正确认识之下产生的一种责任感。没有社会成员的感恩和报恩，很难想像社会还能够如何正常发展下去。在感恩的空气中，人们对许多事情都可以平心静气；在感恩的空气中，人们可以认真、务实地从最细小的一件事做起；在感恩的空气中，人们会自发地做到严于律己宽以待人；在感恩的空气中，人们能正视错误，互相帮助；在感恩的空气中，人们将不会感到自己的孤独……

人生道路，曲折坎坷，不知有多少艰难险阻，甚至遭遇挫折和失败。在危困时刻，有人向你伸出温暖的双手，解除生活的困顿；有人为你指点迷津，让你明确前进的方向；甚至有人用肩膀、身躯把你擎起来，让你攀上人生的高峰……你最终战胜了苦难，到达光明幸福的彼岸。那么，你能不心存感激吗？你能不思回报吗？感恩的关键在于回报意识。回报，就是对哺育、培养、教导、指引、帮助、支持乃至救护自己的人心存感激，并通过自己十倍、百倍的付出，用实际行动予以报答。

感恩是一个人所应具备的基本品德。一个经常怀着感恩之心的人，必然心地坦荡，胸怀宽阔，也会自觉自愿地给他人以帮助，助人为乐。而那些不会感恩的人，带给社会的只能是冷漠和残酷，这样的人如果多了，社会就会变成冷酷且毫无希望的沙漠。





2. 以德报怨才是上策

志向高远的人，必定事业开阔。豁达大度的人，必能以大局为重，不计较一时一事的得失荣辱。以德报怨，化敌为友，这也是迎战那些终日想要让你难堪的人所能采用的最上策。

一位名叫卡尔的卖砖商人，由于另一位对手的竞争而陷入困境。对方在他的经销区域内定期走访建筑师与承包商，告诉他们：卡尔的公司不可靠，他的砖块不好，生意也面临即将歇业的境地。卡尔对别人解释说他并不认为对手会严重伤害到他的生意。但是这件麻烦事使他心中生出无名之火，真想“用一块砖来敲碎那人肥胖的脑袋作为发泄”。

“有一个星期天早晨”，卡尔说，“牧师讲道时的主题是：要施恩给那些故意跟你为难的人。我把每一个字都仔细听了。就在上个星期五，我的竞争者使我失去了一份 25 万块砖的订单。但是，牧师却教我们要以德报怨，化敌为友，而且他举了很多例子来证明他的理论。当天下午，我在安排下周日程表时，发现住在弗吉尼亚洲的我的一位顾客，正因为盖一间办公大楼需要一批砖，而所指定的砖型号却不是我们公司制造供应的，却与我竞争对手出售的产品很类似。同时，我也确定那位满嘴胡言的竞争者完全不知道有这笔生意机会”。这使卡尔感到为难，是要遵从牧师的忠告，告诉给对手这项生意的机会，还是按自己的意思去做，让对方永远也得不到这笔生意？卡尔的内心挣扎了一段时间，牧师的忠告一直盘踞在他心田。最后，也许是因为很想证实牧师是错的，他拿起电话拨到竞争对手家里。

接电话的人正是那个对手本人，当时他拿着电话，难堪得一句话也说不出。卡尔还是礼貌直接地告诉他有关弗吉尼亚洲的那笔生意。结

果，那个对手很是感激卡尔。

卡尔说：“我得到了惊人的结果，他不但停止散布有关我的谎言，而且甚至还把他无法处理的一些生意转给我做。”卡尔的心里也比以前好受多了，他与对手之间的阴霾也获得了澄清。

志向高远的人，必定事业开阔。豁达大度的人，必能以大局为重，不计较一时一事的得失荣辱。以德报怨，化敌为友，这也是迎战那些终日想要让你难堪的人所能采用的最上策。

二

魏国边境靠近楚国的地方有一个小县，一个叫宋就的大夫被派往这个小县去做县令。

两国交界的地方住着两国的村民，村民们都喜欢种瓜。这一年春天，两国的村民又都种下了瓜种。

不巧这年春天，天气比较干旱，由于缺水，瓜苗长得很慢。魏国的一些村民担心这样旱下去会影响收成，就组织一些人，每天晚上到地里挑水浇瓜。

连续浇了几天，魏国村民的瓜地里，瓜苗长势明显好起来，比楚国村民种的瓜苗要高不少。

楚国的村民一看到魏国村民种的瓜长得又快又好，非常嫉妒，有些人晚间便偷偷潜到魏国村民的瓜地里去踩瓜秧。

魏国的村民发现后特别生气，就请宋县令替他们讨回公道。宋县令忙请村民们消消气，让他们都坐下，然后对他们说：

“我看，你们最好不要去踩他们的瓜地。”

村民们气愤不已，哪里听得进去，纷纷嚷道：“难道我们怕他们不成，为什么让他们如此欺负我们？”

宋就摇摇头，耐心地说：“如果你们一定要去报复，最多解解心头之恨，可是，以后呢？他们也不会善罢甘休，如此下去，双方互相破坏，谁都不会得到一个瓜的收获。”

村民们皱紧眉头问：“那我们该怎么办呢？”

宋就说：“你们每天晚上去帮他们浇地，结果怎样，你们自己会看到。”

村民们只好按宋县令的意思去做，楚国的村民发现魏国村民不但不





记恨，反倒天天帮他们浇瓜，惭愧得无地自容。

这件事后来被楚国边境的县令知道了，便将此事上报楚王。楚王原本对魏国虎视眈眈，听了此事，深受触动，甚觉不安，于是，主动与魏国和好，并送去很多礼物，对魏国有如此好的官员和国民表示赞赏。魏王见宋就为两国的友好往来立了功，也下令重重地赏赐宋就和他的百姓。

这种以德报怨的行为，不仅古代有，现代也有：

1994年10月4日，意大利总统斯卡尔法罗将一枚金质奖章授予一对来意大利旅游的美国夫妇。就在几天前，在意大利境内的一条高速公路上，这对美国夫妇带着他们的儿子正兴致勃勃地向一个旅游区进发，突然，一辆菲亚特轿车超过了他们，一串罪恶的子弹射向这个美国人的家庭，父母死里逃生，可他们7岁的儿子永远地闭上了眼睛。

其实这对美国夫妇完全有理由痛恨意大利人，痛恨这块让他们失去爱子的土地。但是，他们没有这样做。悲伤过后，他们作出了一个惊人的决定——把儿子尼古拉斯的健康器官捐献给意大利人。于是，一个15岁的意大利少年，接受了尼古拉斯的心脏，一个19岁的意大利少女，得到了他的肝脏，另两个孩子分别得到了他的两个肾，一个20岁的意大利女青年换上了尼古拉斯的胃。

以德报怨，也是一种想自己想得最少、想他人想得最多的责任感，一种令人肃然起敬的无比高尚的人间情怀。

3. 把库存的商品热销出去

成功无定律，幸运从来不主动光顾你，要靠自己去寻找。有时候，给别人帮助的同时，其实也为自己创造了最好的成功机会。

20 世纪 50 年代初期，有个叫丹尼尔的年轻人，从美国西部一个偏僻的山村来到纽约。走在繁华的都市街头，啃着干硬冰冷的面包，他发誓一定要闯出一片属于自己的天空。

然而，对于没有进过大学校门的丹尼尔来说，要想在这座城市里找到一份称心如意的工作，简直比登天还难：几乎所有的公司都拒绝了他的求职请求。

就在他心灰意冷之时，有一天，他接到一家日用品公司让他前往面试的通知。他兴冲冲地前往面试，但是面对主考官有关各种商品的性能和如何使用的提问，他吞吞吐吐一句话也答不出来。说实话，摆在他眼前的许多东西他从未接触过，有的连名字都叫不出来。

眼看唯一的机会就要消失，在转身退出主考官办公室的一刹那，丹尼尔有些不甘心地问：“请问阁下，你们到底需要什么样的人？”

主考官彼特微笑着告诉他：“这很简单，我们需要能把仓库里的商品销售出去的人”。

回到住处，回味着主考官的话，丹尼尔突然有了奇妙的感想：不管哪个地方招聘，其实都是在寻找能够帮自己解决实际问题的人。既然如此，何不主动出去，去寻找那些需要帮助的人？他想，总有一种帮助是他能够提供的。

不久，在当地一家报纸上，登出了一则颇为奇特的启事。文中有这样一段话：……谨以我本人人生信用作担保，如果你或者贵公司遇到难处，如果你需要得到帮助，而且我也正好有这样能力给予帮助，我一定

