第一图书网, tushu007.com

<<学会选择学会放弃>>

图书基本信息

书名：<<学会选择学会放弃>>

13位ISBN编号：9787531722021

10位ISBN编号：753172202X

出版时间：2007-9

出版时间：北方文艺

作者：唐汶博士

页数：247

字数：180000

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

<<学会选择学会放弃>>

前言

之所以名为《学会选择学会放弃》(特别版），是源自对上一本书的反 思，不可否认，《学会选择学会放弃》曾一度成为超级畅销书，但它同时 也是一部仓促之作、应时之作、遗憾之作，作为作者，总希望能重新写出 一部面目一新的作品来。
在出版方的安排下，最近我接受了鹏泰文化传播有限公司的采访，为 的是要在媒体上发布一项声明，内容如下 一度被疯狂复制滥用的《学会选择学会放弃》书名(据调查，版本达18 本之多。
实际上，四年中我再未写过与此内容相关的作品）及作者名“ 唐汶 ”(被复杂地用在五花八门的图书上，仿佛是一个被念过咒的名字）已经注 册，再出现类似冒用现象，出版方将予以追究。
说实在的，时值今日，身为作者的我对自己真工：的权益仍然相当糊 涂。
面对各种歇斯底里地仿冒，我只能无言以对，一笑了之。
但那些仿制 的东西的确太糟糕，甚至使我无颜再用“ 唐汶 ”一名——读者一定会把这 个全能型的作者当做一个丧心病狂的家伙。
我们会面的地点是在一家名为“ 浮士德 ”的法：式餐厅里，选择这样 的地方谈 ”选择 ”再恰当不过——这让我想起曾经在中央人巨：广播电台 接受的一次心理访谈节目，题目就是“ 《浮士德》与人生 ”，半个小时中 我一直在大谈关于“ 人生的选择 ”的问题，因为浮士德的选择代表着相当 普遍的意义。
一般媒体对所谓的畅销书作者都有着某种偏见，认为不过是才智浅薄 、见钱眼开、自我吹嘘的平庸之辈，所以在这次会面中我尽量表现得像个 落落大方的正常人。
鹏泰文化公司的罗生晖先生问我：“ 新写的这一本与 过去的那一本有什么不同？
”“ 完全不同。
”我说，”我基本坚持原创，新书中大量的内容来自我 个人的人生体验，形式上也不是那种小故事与哲理的类型。
”我想让读者 看到的是真真切切的生命，而不仅仅是浮浅的娱乐读者的作品——那些东 西没有多少价值可言。
人们普遍都太不喜欢目前的生活一也许是出于我们无数次错误选择的 结果。
在场的人都不明白“ 选择 ”与 ”放弃 ”为什么这么吸引读者，然而 我想，“ 选择 ”与“ 放弃 ”的魔力来自干人们的懒惰，大家总希望有一种 简单有效的方法，可以一劳永逸，可以彻底地卸下沉重的生存压力，就像 选对了一支股票，很实际。
这让我联想到曾在电视节目中看到的一个典型事件：毕业于北大，如 今沦为卖肉的个体摊主陆先生被当作嘉宾邀请来做访谈节目，在场的还有 一大帮成功的企业家、职业生涯规划师、学者。
大多数人都痛惜他的悲。
渗命运，为他出谋划策，好让他脱胎换骨、有朝一日成为一名与他们同列 的优质现代人。
这时，角落里突然响起一位学者微弱的声音：”人为什么 不能不成功？
难道不成功就不正常了？
一个北大毕业生为什么不能卖肉？
”可惜，他的声音很快就被淹没了。
几乎所有的人都会毫不迟疑地告诉你：你要成功。
目前的现实就是，不成功已经成为罪过，而且是莫大的罪过。
一个人可以允许自己腐化堕落，允许自己以违法投机的手段获利，但不允许自己不成功，成功已经成为 可怕的魔咒。
“ 那你想告诉读者什么？
”鹏泰文化公司的编辑窦静女士好奇地问。
要点不在于选择的本身，而是选择背后那一颗清醒、稳定、不受困扰 的心，这样选择起来就简单得多了。
现实生活中，我们总是面临着太多选 择与放弃，选择与放弃已成为大家最大、最直接的困惑——不是我们不够 聪明，而是由于我们过于功利，急于想实现自己强烈的物质欲望。

人们过 度地滥用欲望、金钱和时间，如同不加节制地滥用资源一样。
因此，迷失 在过多的选择之中而无法自拔是自然而然的事。
在我谈到“ 心灵内省 ”、“ 内在的生活 ”之类的话题时，在场的人只 是礼貌地点点头，无暇关注内在与外在的和谐问题，却对心理咨询的内容 相当感兴趣。
他们更希望我是一位专业的心理咨询师，随时能够答疑解惑 。
我的回答是：心理治疗的效果是相当有限的，不要指望接受一种观念就 能瞬间改变人生，或是一种治疗方式就可以根治心理疾病。
在“ 浮士德 ”里的谈话让我加深了自己的看法，人们对所谓自我的探 索多么不以为然！
为什么人们在谈及面对自己的恐惧、孤独、焦虑这样的 问题时，就会变得缄默不语？
大家已经习惯将内在世界与外在世界断然隔 开，却把希望寄托在心理励志书上，好像这类图书惟一的功能就是告诉人 们如何成功。
至于内心的困扰，忙碌的我们对此无暇问津，就让它自消自 灭吧。
由于我们对心灵无情的漠视，毫无疑问会带来严重的后果，因为即使 所谓明智的选择给我们带来一时的成功，却不会带来自由快乐的生活。
选择的迷失就是自我的迷失，选择本身并非那么迫切那么重要，重要 的是一个人如何寻找自我，真正实现选择的自由。
我们太在乎现实选择的 准确无误，希望拥有先见之明、超出他人的聪明，因为我们需要的是世俗 标准的成功，似乎这样幸福就伸手可触，这是一个极其幼稚的想法。
在本书中，我尽量用自己真实的生活体悟讲述对生命的理解，给读者 提供参考。
也许你已经厌烦了陈词滥调和那些歇斯底里的苍白之作，所以 在这里我不想谈成功，也不想讲如何让你怎么成为一个富人，只想谈心， 而这正是我一直想要写的——会以系列的方式继续写下去。
感谢读者多年的信任和支持，特别感谢孙业钦先生的勇气和挚友小黑 的激励。
唐汶 2007年7月20日

内容概要

书中150个感人至深的小故事，简明生动，荡气回肠，帮助你找到隐藏在心中的满满的爱。
积极的成功处世哲学，温馨的亲情爱情故事，您只需要静静阅读五分钟，就能学会珍惜，学会豁达，学会爱与被爱，学会选择，学会放弃，学会把握一念之间的幸福。

作者简介

薇薇，毕业于企业管理系，AB型血。
现任多家企业的销售及人力资源顾问，曾任热门媒体的主持人。
拥有AB型血的敏感与管理人的精准，理论和风格上展现了自己独特的风采。
让人们拥有更多的精神，也是他一直追求的。

<<学会选择学会放弃>>

书籍目录

成功并不像你想像的那么难　1.野心是成功的动力　2.我很重要　3.在搏杀中成功　4.坚持是成功的代名词　5.成功并不像你想像的那么难　6.爱带来财富和成功　7.不敢成功　8.别把挫折当借口　9.祈祷不如行动　10.跳蚤的潜能　11.压力面前适度放松　12.勇往直前也是一种智慧　13.靠公平竞争赢得成功　14.真正的成功者　15.不可替代的价值 积极心态的力量 生命中的奇迹 上帝不会在意你的出身 学会选择，懂得放弃 人生处处有机遇 生命中的另一扇窗 让爱自由飞翔 幸福在一念之间 每天多一度温暖

章节摘录

不要相信媒体上报导的那些“富裕生活”，浮华的生活不一定带给人安宁、快乐与满足。
媒体并没有告诉社会大众，拼命追求奢侈糜烂的生活，常会导致紧张、焦虑、冲突、负债和破产等的后果，拥有富裕生活的人即使遇到可以体验快乐与满足的机会，也常与之擦肩而过。
正如好莱坞名星斯莉克所说：“不管你的床铺多么宽大、多么柔软、多么温暖，你还是得起床。”　　不知节制，是人类普遍共同的心理。
美国出版家福布斯提醒我们：“成功之道在于：努力尝试。
失败之道则是：尝试太多。”佛家劝世人：“饥则食，渴则饮，困则眠。”一般人却是不饥而食，不渴而饮，不困而眠，有些人甚至没有性欲，也想做爱。
无论你喜欢做爱、看电视，还是睡大觉，不知节制，会产生灾难性的后果。
美国著名记者霍姆斯说：“新鲜空气与天真无知都有好处，只要有限度地接受它们。”任何东西都是过犹不及，水喝太多，也会伤身。
过于沉溺于某些东西——包括维他命、工作、食物、派对、运动、球赛、饮食、娱乐、舒适等等一无法让人产生成就感。
德国诗人歌德说：“艺术大师展露的第一个特质，就是自制。”我们也要懂得自我节制，一旦走火入魔，将来就得花上很长一段时间才能恢复平衡。
有首歌的歌词说：“我们就要成功，却还是不满。”这正是大多数人的写照，他们从来不知道什么叫满足，因为他们什么都想得到——要名要利，还想拥有华厦豪宅、别墅、名车、迷天的生活。
现代社会中，每一项活动都成了一项交易。
吃饭、娱乐、社交、保健，甚至信仰——全都成了可销售的日用品。
它要我们用消费取代个人品德和友谊，它还试图用物质商品满足人们的非物质需求，这是一个相当失败的策略。
要想获得幸福，我们拥有的真正财富越多——比如朋友、技能、图书馆、野生世界和午睡——所需金钱就越少。
为了生活和消费更多东西而埋头工作，并不是我们该做的事。
在我们试图满足这些需求的过程中，我们常常把自己从人变成机器。
真正的有品质的生活是，拥有自由的时间，丰富自己的心灵。
创造所带来的满足感，还有知识、意义、美好和平衡，都在混乱中丢失了。
下面是个看似简单却值得深思同时也很难回答的问题：你到底要什么？
那么，你想要的是什么呢？
当然是英俊貌美、幸福快乐、生活悠闲、位高权重等等，但从现实情况来看，你不可能拥有这一切，即使就算全部到手，也不会得到预想中的满足。
作家赫洛德说：“不知道自己要什么，却拼命想满足欲望，就会得到痛苦。”许多人的确是在拼命追求他们不需要的东西，却从来不停下来仔细想想自己要什么。
迷恋金钱的人有两种：富人与穷人。
人只要想到钱，似乎就会失去平常的理智。
心理学家发现，情色关难逃，钱关更难过。
仔细想想人类遭遇的种种金钱问题，金钱无处不在，甚至在睡前的心思意念中，金钱已经渗进了我们的血肉之中。
……

编辑推荐

《学会选择 学会放弃》作者唐汶博士潜心四年再携新作感动上市！
中国本土最高销量的心灵励志作家连续20周占据各大书店的销售排行榜！
力邀50位社会名流超豪华作者阵容结合自己切身的人生体悟，为大家寻找一条提升自我、走出困境的道路。
自我实现意味着充分、忘我、集中全力、全神贯注地体验生活。
自我实现不仅是一种终极状态，而且是随时随地、点点滴滴地实现个人潜能的过程。
——马斯洛

第一图书网, tushu007.com

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