第一图书网, tushu007.com

<<峰与谷>>

图书基本信息

内容概要

这是一则关于超越与发展的寓言。

最善于为复杂问题提供简单有效的解决方案的智者、享誉全球的著名作家斯宾塞•约翰逊博士，在书中与我们分享了他的最新体悟——峰谷理论，可以帮助我们：诚实地面对客观事实——无论顺境还是逆境；从低谷中迅速崛起，登上高峰；尽量延长高峰期；攻克下一座高峰？

峰谷理论也为企业如何保持可持续发展，提供了行之有效解决方案：不要被外在的荣誉或者嘲笑所迷惑，要把注意力放在对事实的研究和判断上；保持谦虚谨慎的工作风格，及时发现问题，及时解决问题；永远比竞争对手领先一步；热情帮助他人，用以培养友爱互助的人际关系；提前为可能出现的危机做准备。

作者简介

斯宾塞•约翰逊博士是全球最受欢迎和最受尊敬的作家之一，他的作品作为效果极佳的的工作指南和培训工具，被世界顶尖企业和知名组织广泛使用，很多人从中受益。

约翰逊博士善于用生动的故事讲述现实的智慧，轻松活泼的寓言风格既让人深受鼓舞，又让人深受震撼，被誉为“最善于为复杂问题提供简单有效的解决方案的智者”。

他的作品《一分钟经理人》、《谁动了我的奶酪》、《礼物》、《让顾客主动来敲门》、《孩子，你真棒！
》、《孩子，你为什么不听话》、《为什么幸运的人总幸运倒霉的人老倒霉》、《给你自己一分钟》、《一分钟教师》等，长居《纽约时报》《出版家周刊》等各大畅销书排行榜，并被CNN、BBC、《时代》杂志、《商业周刊》、《纽约时报》、《读者文摘》、《华尔街日报》、《财富》、《今日美国》等广泛报道。
目前，他的著作已被译成47种文字，创下了全球发行逾亿册的惊人记录！

斯宾塞•约翰逊博士长期服务于哈佛商学院，现任哈佛大学肯尼迪政治学院公共管理中心顾问。

第一图书网, tushu007.com

书籍目录

讲故事之前 峰与谷的故事 第一章 山谷里的年轻人 第二章 在高高的山顶上 第三章 从高峰到低谷 第四章 荒原之旅 第五章 心电图的启示 第六章 越过山谷 第七章 感悟与分享 第八章 人生的实证 第九章 山顶上的快乐生活 讲故事之后

章节摘录

变得消沉起来。
事情全都乱套了，我感到前所未有的压力，整天都焦躁不安。
这就是我当时所面临的逆境，我必须去应对它，你知道吗？
” 迈克问：“ 那么，你是怎么做的呢？
” 安卡儿回答说：“ 所有的改变都来自于一则故事。
当我从一位德高望重的同事那里听到这则故事后，便改变了我对顺境和逆境的看法，我的处事方式也因此得到了很好的改善。
无论是工作还是生活，无论是如意还是不如意，每当我开始温习这则故事，我的心态就会变得平和起来，因而能够从容不迫地面对一切。
” “ 噢，那是一则怎样的故事呢？
” 迈克好奇地问。
安卡儿沉思了一会儿，回答说：“ 先说说你的事吧！
你究竟为了什么事情来找我？
我能够帮你做些什么呢？
” 迈克感到有些难为情，吞吞吐吐地把自己的遭遇告诉了安卡儿。
他觉得自己在工作上的处境很糟糕，家庭生活也很不顺心。
“ 好吧！
” 安卡儿善解人意地笑了起来，“ 看样子，我应该把那则故事告诉你—它能给你许多妙不可言的启示。
” 她又告诉迈克，这则故事值得跟每一个人分享，但在听故事之前，需要做一些必要的准备。
“ 准备什么呢？
” 迈克问。
“ 准备好你虔诚的心！
” 安卡儿说，“ 通过这则故事，你能够很好地理解你的人生，以及那些起起伏伏的遭遇。
可是，你需要全神贯注地倾听，才能懂得其中的寓意。
同时，为了能学以致用，你还应该把自己的生活体验跟这则故事结合起来。
这样，你才能够产生心灵上的震撼，从而领悟到关于生命的大智慧。
” “ 你是说，在这则故事里蕴含着非常有价值的人生哲理吗？
” “ 当然。
” 安卡儿肯定地说，“ 故事里的那些人生哲理，将会通过不同的表达方式，不断地得到强化。
” “ 为什么？
” 安卡儿再次笑了起来：“ 呵呵，我觉得这样才能够加深印象。
你知道，很多人并不愿意改变自己。
我也是这样，需要反复地接受那些新观念的碰撞，才能抛开各种各样的质疑和不以为然的抵触情绪，不断地加深理解，直到深入内心，最终使它成为我自己的人生理念。
而我的工作和生活，也因为人生理念的改变，变得焕然一新了。
我相信，只要你愿意接受它，它也同样会给你带来好的改变。
” “ 一则寓言故事，居然能够带来这么大的变化？
” 迈克疑惑地看着安卡儿，“ 而今我已是山穷水尽，它能够给我带来新的转机吗？
” 安卡儿回答说：“ 既然你已经山穷水尽，还有什么是你放不下的呢？
这则故事的妙处恰好应验了中国古代诗人的一首禅诗：‘ 行到水穷处，坐看云起时。
’ 当然啦，并不是所有人都能够领悟到故事里的禅意。
比故事更重要的，是你自己的领悟能力。
” 迈克感叹地说：“ 我想我明白你的意思了 —现在，请把那则故事讲给我听吧！
” 安卡儿点点头，一边细细地品着咖啡，一边从容不迫地开始了她的讲述——

媒体关注与评论

编辑推荐

《一分钟经理人》《谁动了我的奶酪》《礼物》作者斯宾塞·约翰逊博士最新力作！
《峰与谷》---个人不断自我超越、企业永葆持续发展的原动力！
---席卷《纽约时报》、《出版家周刊》、《华盛顿邮报》、《商业周刊》、《今日美国》等各大畅销书排行榜！
无论是个人还是企业，都难免会陷入发展的“低谷”。
我们如何才能迅速走出低谷，攀上高峰？
约翰逊博士在《峰与谷》中用一个寓意深刻的故事告诉我们答案。
读完此书，我们会发现:其实生活中永远没有萧条期，只要应对得当，顺境和逆境都是成长的助推器。
峰谷相连不分。
今日顺境之错，换得他日逆境；今日逆境之智，换得他日顺境。
《水煮三国》作者成君忆倾情译介！
在就业成为难题，大多数人的工资一年都没有得到增长的经济环境下，无论是个人还是企业，很多都陷入了发展的“低谷”。
我们如何才能迅速走出低谷，攀上高峰？
约翰逊博士在《峰与谷》中用一个寓意深刻的故事，为我们提供了一个简明有效的答案。
从这本书中，你将能学到：真实的面对你的生活——无论顺境还是逆境；从低谷中迅速崛起；登上颠峰；攻克下一座颠峰；用自己的经验去帮助他人。
读完此书后，我们会发现，其实生活中永远没有萧条期，只要应对得当，顺境和逆境都是自己成长的助推器。

名人推荐

这本书真的能给人灵感，它的形式如此简单，但蕴含的智慧却如此深刻。
看了这本书后我上亚马逊网站继续买了斯宾塞的所有的书。
我强烈推荐这本书！
我向所有人推荐这本书，尤其是那些渴望改善自己生活方式的人。
强烈渴望自我提升的人看了这本书会更有收获。
这是一本必读书，我想不到更好的词来赞美这本书了，它帮助我反思我的整个职业形势。
读一读它吧！
约翰逊博士的又一杰作。
《峰与谷》延续了《谁动了我的奶酪》的成功模式，用一种简单的方式传递了意义深远的信息。
是的，读完《峰与谷》之后我理解了生活中永远没有萧条期，所以，让我们做一个贫民窟的百万富翁！

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