

<<人生的关键是态度>>

图书基本信息

## <<人生的关键是态度>>

### 前言

“事在人为，莫道万般都是命境由心违，退后一步自然宽”——当东方遇见了西方一个身居海外的中国人想到向西方学习时，脑子里必然想的是中国。

取人之长、补己之短，是这个世界走向美好的必由之路，也是我们中国趋于完善的必然过程。

论西方强国们的长短，说东方中国的短长，题目浩如烟海，专家、学者们的巨著在不断地丰富着这一宝库。

而我在这里奉献给我的同胞的只是这个百花园中开得最经久的花朵——谈论人生而且告诉我们“人生的关键是态度”。

如果说文如其人，书如其人，那么我所译的这本书的作者道蒂·比林顿博士的的确确就是她自己所写的这本书的一个活生生的典范。

我是先认识她而后读她的书的。

2000年大选日，一个大部分人们都关注着电视的冬夜，安静的书店中，我与比林顿博士和她丈夫相识与交谈，我们谈到读书的重要；美国和中国教育不同；她十几年前访华的观感。

我对她热情洋溢的态度，机敏、好奇的童心及在美国人中不那么多见的灵活、健美的身材留下了深刻的印象。

但使我大吃一惊的是：后来我才知道那天站在我面前的并不是我印象中的“中年人”，而是一个70岁的老太太。

她不但没有任何“老”的迹象，她的生活热情仍然像一团正在燃烧的火，从色彩到活力——这就是《人生关键是态度》作者：道蒂·比林顿博士。

道蒂是一个40年代成长，50年代初结束大学的普通妇女。

大学毕业后，她曾想继续学法律。

但50年代初，一个妇女是不会被法学院接受的。

学院认为女人读法律仅仅是占去男学生的位子，她们读了也没用，毕业了还不是一样的结婚、生孩子。

按当时美国的社会标准，同样，一个好女人要被人称颂或接受就是要在家里相夫教子。

她遵从了社会的习俗，在家中带孩子，照顾做工程师的丈夫，做家务。

在道蒂40岁时，孩子逐渐长大独立了。

她走出家门，开始工作。

像一只刚刚练习飞行的鸟儿，她既害怕又兴奋，同时又感到飞出笼子的快活。

在房地产业内一年的学习、实践，她与丈夫就创立一个自己的房地产公司。

她热爱这工作中的分分秒秒，全身心地投入了新的事业。

但在与顾客打交道的过程中，除了生意本身，她更感兴趣的是来买卖房子的顾客们的生活态度。

## <<人生的关键是态度>>

### 内容概要

一个人对待工作、生活的态度，决定了他事业成就的大小和生活世界的颜色。

人生是一种态度，一个态度的转换，就是一次新的人生契机！

每个人都拥有让自己快乐、让所爱的人幸福的内在力量！

本书列出了46种简单易行的方法，令你在最短的时间内变得充满活力，从而对人生有一个正确的态度。

## <<人生的关键是态度>>

### 作者简介

道蒂·比林顿，以前是商务人士，现在是作家、顾问、教师以及培训师。  
中年时获得博士学位，主要从事成人发展研究。  
她对“为什么有些人在中年后依然会成长”的研究引起了学界广泛的关注。  
廖晓华，目前在美国从事科学研究工作。  
长期关注中西文化和教育的比较研究，在海外报刊发表过相关文章。

## <<人生的关键是态度>>

### 书籍目录

第一部分 一生中最好的另一半 第1章 你的最好时光仍然存在 第2章 发展？还是止步？

第3章 内在的力量 第二部分 发现自己的长处 第4章 开阔自我 第5章 生活需要欢乐和趣味 第6章 切断自己设置的障碍 第7章 发现你自己的目标 第8章 创造你自己的未来 第9章 发现你的热忱，并追求它 第10章 积极的态度是上策 第11章 神奇的欢乐时刻 第12章 给别人留下愉快 第13章 回报 第14章 立足于今天 第三部分 获胜的态度 第15章 决定要高兴地生活 第16章 豁达宽容的精神 第17章 让孩子独立 第18章 你永远都能够吸引人 第19章 你能够选择你自己对人、对事的反应 第20章 超越求同 第21章 顺水行舟 第四部分 成人发展的习惯 第22章 留心习惯的力量 第23章 倾听内在的不和谐 第24章 学会解脱的艺术 第25章 你可以变得更富有创造性 第26章 微笑的力量 第27章 微妙的武断 第28章 收敛自我 第五部分 健康是财富 第29章 减轻你的烦恼，淡化他们 第30章 沉思和冥想 第31章 锻炼你的身体和你的大脑 第32章 没有什么比身材好感觉更良好的了！

第六部分 成人发展的过程 第33章 设想未来的自我 第34章 发展自己意味着冒险 第35章 发展你的大脑 第36章 学习是成长、成长也是学习 第37章 调整步调会帮助你发展 第七部分 有效交流的力量 第38章 倾听的力量 第39章 学会理解：共鸣的力量 第40章 将别人的反馈作为宝贵礼物 第41章 对话：一个交流的好方式 第八部分 朋友和你所爱的人 第42章 你的前三分钟 第43章 增添你的浪漫 第44章 不要怕单身生活 第45章 真正的友谊使你散发光辉 第九部分 尾声 第46章 你如何衡量自己是否发展了？  
作者译者问答录

## <<人生的关键是态度>>

### 章节摘录

插图：在我的研究之中，每一个生机活力不断发展的人都很清醒地思考他所想要的生活的方向，而且一步步地向前去达到自己的目标。

我印象十分深刻的是他们细心地计划他们生活中的几乎每一个部分和每一步骤，包括他们的人际关系、个人发展、体力和脑力的灵活训练，他们的工作，甚至他们的游戏、娱乐。

像玛丽，一个很漂亮的74岁的教育家说：“生活就像坐在帆船中，我们既可以让风任意地控制船的方向，也可以运用风力去达到我们的目的。

” 在一些很简单的事情上。

像去面试之前，你完全可以尽可能地有所准备，发现所有有关公司的资料，这不仅是帮助你明白你是否真想为这家公司工作，确定这个工作是否与你的目标一致，而且你也可以用这种完善性使参与面试的人得到好印象。

在买一座新房子或租新房子之前，你也可以事先做最大准备，调查邻居、社区状况、摸清学校、交通便利与否，以及所有你所关心的事。

从长远目标来看，你应尽可能做出积极计划。

当你退休之后，你需要多少钱才能满足于一种你认可的舒适生活，然后安排一个储蓄和投资计划去达到这个目的。

像沃伦·巴菲特所说：“你看见某人今天坐在树荫之下，那是因为他早在多年前种了这棵树。

”

<<人生的关键是态度>>

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>