

<<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>

## &lt;&lt;学会选择学会放弃&gt;&gt;

## 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——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。

## <<学会选择学会放弃>>

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

## <<学会选择学会放弃>>

### 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。

## <<学会选择学会放弃>>

### 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

## <<学会选择学会放弃>>

### 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。正如好莱坞明星斯莉克所说：“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，还想拥有华夏豪宅、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：“不知道自己需要什么，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。

.....

## <<学会选择学会放弃>>

### 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

<<学会选择学会放弃>>

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>