

《生活的节奏》

图书基本信息

书名：《生活的节奏》

13位ISBN编号：9787506040914

10位ISBN编号：7506040913

出版时间：2011-1-1

出版社：无东方出版社

作者：(美)马修.凯利

页数：255

译者：肖亚男

版权说明：本站所提供下载的PDF图书仅提供预览和简介以及在线试读，请支持正版图书。

更多资源请访问：www.tushu111.com

《生活的节奏》

内容概要

《生活的节奏》内容简介：你是否想过，怎样才能更加幸福、健康，工作更有效率，生活也充满更多的关爱？如果你希望过一种充盈着热情和目标的生活，《生活的节奏》就是为你准备的。著名作家、演讲人马修-凯利教你策略和方法去辨识你自身独一无二的天赋，教你如何成为最好的自己。他帮助你聚焦于你是谁？为什么你在这儿？以及你的面前有何种机遇？正如凯利所写到的：

- 历史赋予我们许多颠扑不破的训示，其中有一条就是：对于那些明白自己想要什么、想去哪里的人，全世界都会给他们让路。
- 选择无处不在，这是生命最伟大的真理，也是最艰难的课程。它之所以是最伟大的真理，是因为它让我们意识到我们有能力让自己过想要的生活；它是最艰难的课程，是因为它让我们意识到我们刚刚过去的生活也是我们自己选择的。
- 衡量生活就是衡量你自己的勇气。是恐惧，而不是缺乏能力和资源阻止了許多人追求自己的梦想。
- 作为人类的我们有一个最大的失败，就是无力出席我们自己的生活。这话听起来可能很荒诞，但却是实实在在的。

《生活的节奏》

作者简介

马修·凯利，《纽约时报》心灵畅销书排行榜上榜作家，出生于澳大利亚的悉尼；在过去的十年，有五十多个国家的三百多万人听过他的演讲或参加研讨。凯利目前是贝里斯福德咨询公司的总裁。

《生活的节奏》

书籍目录

第一章 生命中你想得到什么？ 选择无所不在 你果真知晓自己的心愿吗？ 有关幸福的悖论 如此忙碌为何事？ 死寂 关于人的五个问题 生活的意义 七个梦想 全新的展望 充满激情地活着

第二章 发现自己的天分 内在的轻柔声音 理解我们的合理需求 超越我们的欲求 利用我们的需求和渴望之力 每个人都是天才

第三章 最好的自己 被专家们弄得不知所措 选择幸福 最大的敌人：最低限度规则 你是自由的吗？ 跟随你的星星 庆祝你的独特自我

第四章 发现生命的韵律 如此忙碌为哪般？ 来自造物主的启示 优先级 时机

第五章 与活力相关的 我们最有价值的资源 创造韵律 三件工具 睡眠：活力之基 第一件工具 神圣的时刻 第二件工具 第七日 第三件工具 慢下来的艺术

第六章 通往卓越之路 孩提时的课程 成功对你意味着什么？ 为何他们事事成功？

一、知识准则 二、梦想准则 三、远见准则 四、人生准则 五、思考准则 六、奉献准则 七、信念准则 八、待人准则 九、沟通准则 十、决胜准则 抵达卓越的十个准则

第七章 过你生来当过的生活 享受旅程 成为不同的人，让生活变得不同 领导者、批评家、梦想家和未来 你如何看待这个世界？ 你能听到这音乐吗？ 你的勇气的量度会成为你生命的量度 让你的光照耀世界！译后记

《生活的节奏》

章节摘录

版权页：我不晓得有多少女人在寻求我的建议，针对她们那一心扑在工作上、心无旁骛的丈夫。这个问题的实质在于，那些丈夫看不到他们的妻子儿女与他们的人生目的之间有何关联。他们将其目的定义为工作方面的成功与佳绩。在这个目的体系里，唯一与妻儿相关的是，他们把自己工作所得的经济收入提供给家庭。为什么人们生育得越来越少？如果你有钱有闲，并且准备好暂时停止甚或彻底牺牲掉自己的职业生涯，那么你很适合生孩子——这就是我们的现代文明对生养孩子的普遍看法。如今的年轻夫妻并不把生儿育女的神赐之福看作自己人生的真正意义的一部分，而视之为以经济自由为条件的准目的。对于今天大多数人来讲，与生活目的相关的乃是职场上的成就和经济上的优裕。此观念导致的结果就是我们在现有世界里耳闻目睹并且自己也身陷其中的一种恐慌性的狂热——人们匆忙地四处奔波，过度工作，过劳工作，过频工作，只为了在全球经济大潮中浪掷金钱：偿付那些他们实际不可能承受的房屋抵押贷款；穿戴那些因带有设计标签而昂贵得离谱的服饰；驾驶那三年之内必然要被另外的全新车辆取代，从而被转手到中介市场的汽车。同时在自己深爱或在意的人身上所花的时间越来越少；忽视其真正的、合情合理的需求；装作对其内心深藏已久的、没有表达出来的不满一无所知。还有，想尽办法以各种噪音、嘻嘻哈哈、娱乐活动来转移自己的注意力，逃避面对那骇人的事实：一种庞大无边的无意义，正笼罩着自己的人生。

《生活的节奏》

编辑推荐

《生活的节奏》：我们置身于永不停止的匆忙当中，却极少了解所有的一切要将我们带向哪里。

《生活的节奏》

精彩短评

- 1、节奏，生命本身的美好，韵律。
- 2、智慧的文字，总能在人生的不同阶段给予希望和指引，值得反复阅读！
- 3、翻译的挺不错的，买着送人
- 4、鞭策我，让我养成一试再试的习惯。教我使用平衡法则的方法。让我保持敏感，得以抓住机会。赐给我耐心，得以集中力量。让我养成良好的习惯，戒除不良嗜好。赐给我同情心，同情别人的弱点。让我知道，一切都将过去，却也能计算每日的恩赐。让我看出何谓仇恨，使我对它不再陌生。但让我充满爱心，陌生人也变成朋友。
- 5、其实至少有3星半吧，前半部分读得很糙，没怎么看进去，可后来作者本人条件和家境环境都不错，自己也很上进，分享的经验很可信。所以决定放着以后还可以再看。
- 6、有些书是含有知识的，但不是所有知识都可以成为智慧。这是本充满智慧的书。
- 7、閱讀時間：2014/02/10 —— 2014/02/25 23:37
- 8、虽然语言有些啰嗦，很适合拿去演讲，但细细品味还是很有收获，最好的自己？自己擅长什么？真正想要的是什么

《生活的节奏》

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：www.tushu111.com