

# 《向死而生》

## 图书基本信息

书名：《向死而生》

13位ISBN编号：9787508652843

出版时间：2015-7

作者：李开复

页数：250

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](http://www.tushu111.com)

# 《向死而生》

## 内容概要

李开复曾任职苹果公司，创建微软中国研究院，之后转战Google, 2009年离职创办创新工场，这些不同的角色让他的人生富有传奇色彩，但命运总在不经意间转折。一场疾病让他对生命有了新的理解和体悟。

《向死而生：我修的死亡学分》是李开复对过去一年的动情回顾，情真意切，字字珠玑。真实地再现了作者在病中的所思所想，让读者看到了他重生之后日渐成熟的人格魅力与价值观。不忘初心，心怀感恩，随缘随喜，这是当身边人问及他抗癌心路历程时，他给出的唯一答案。这本书写出了作者患病期间的人生感受，可谓劝世贤言。读之，能从中获益匪浅。

# 《向死而生》

## 作者简介

# 《向死而生》

## 书籍目录

推荐序 未来自己主宰

自序 意外的假期

楔子 噩耗

第一部分 死亡交手

01 末日悄然来临

02 徘徊在地狱门前

03 26个肿瘤

04 未知死，焉知生

05 确诊

06 彷徨歧路

07 自己研究病情

08 开始化疗

09 我的人工血管

10 最后阶段的治疗

第二部分 病中觉悟

01 与过世的父亲“偶遇”

02 如果生命只剩100天

03 与星云大师对谈

04 从容和自己竞赛

05 审视墓志

06 放下骄傲

07 学会感恩

08 生命是最严厉的导师

第三部分 最有价值的人生

01 每天都是“最特殊的一天”

02 放开手，你就拥有全世界

03 做最真实的自己

04 乐助有缘人

05 平衡，让人生更丰富

第四部分 健康，我对自己的承诺

01 我的重生之路

02 癌症给我的礼物

03 天天睡得好，烦恼自然少

04 吃出健康

05 运动，活力的源泉

06 从追求100分到只要80分

07 涓滴储蓄正能量

08 幽默感是我的良药

第五部分 家人，教我懂爱

01 追随父亲

02 我的老小孩儿

03 六位老天使

04 古之真人

05 我的开心设计师

06 守护一个快乐摄影师

07 设计我的家

后记

# 《向死而生》

# 《向死而生》

## 精彩短评

- 1、2017年第二本书 记住你即将死去。只有真正直面死亡的恐惧，才会有那些点点滴滴的感想，才会真诚的写下一笔一笔的感念。感受自己的身体，留下最难忘的时刻，感恩亲人的爱。
  - 2、通化图书馆借的书，很快就看完了，果然是书非借不可读也。读的过程给了我一些启发，很多时候我对情绪的掌控不好，从前愿意发怒，现在愿意焦虑。有时候还会悲伤和忧郁，担心很多事情。其实我是个很注重养生的人了，从大学开始关注养生，到工作以后更加注意。不过养生用在我身上，不太合适，更合适的应该室惜命，哈哈，再过点儿，就是疑病症了。其实对于功成名就的李教授，他在病愈后，有这样的想法，其实还挺容易理解的。而像我这样踌躇满志的选手，想大展身手，想事业有成，想身体健康，想轻松愉快。反正想法很多，实现的不算多。但是书中提到平衡和适度，我相信，一定可以在这其中找到平衡点，让我们实现梦想的过程中，并不是身心苦痛的。
  - 3、名利与影响力一线之隔；尽力做好自己，不必改变世界；时间有限，为自己而活；有容德乃大，无求品自高；做某个特殊又有用的领域的顶尖人才；
  - 4、向死而生是作者在死亡边缘的思想和行动过程，读完此书，让我想起了很多身边的人，死是每个人的终点，人生就像过山车，无论过程多么激烈、曲折，滑向终点的那一刻似乎平静的居多。大难不死必有后福，指的就是在死亡边界走一遭后的心态变化吧。
  - 5、爱是一切的良药
  - 6、电头毛打发时间看的，一下午就看完了。李的书看来总觉得是由他人代笔，所以中规中矩、乏善可陈，生病的人总觉得是不是自己哪里做错了才会遭此不幸，但事实上书里写了更大的可能性是运气不好而已。
  - 7、如果想写自己的琐碎，写成博客就好。如果想要给大家带来点什么，你可以写书。但是，请不要把博客写成了书，一股脑的鸡汤，道理大家都懂，你说再多，大家也不会改变多少的。
  - 8、人必得受过挫折，才能了解骄傲的含义；必得接近死亡，才能知道时间真正的意义
  - 9、健康很重要，别拿健康当做成就的祭品。
- 渐渐走出藏身的洞穴，坦然面对自己独特的价值，找回自信。
- 10、要注意健康问题
  - 11、真诚，朴实，无求品自高。 —2017.2.4京东
  - 12、说来惭愧，我是喝着《世界因我不同》的鸡汤度过高三的。
  - 13、健康的活着
  - 14、扫了一眼样章，鸡汤味太浓就没读下去。相信感悟是一致的，生过一场大病才知道慢下来，有多重要。
  - 15、心存感激，珍惜每一天。
  - 16、当作一个警醒吧，健康最重要
  - 17、看到了一个不一样的李开复。最大的启发是，生活是要平衡，但追求仍然不止。
  - 18、挺好的，读读净心！
  - 19、在高铁上看完了龙泉寺的《烦恼都是自找的》和李开复的《向死而生》。两本书都很适合在路上读，时候忍不住大笑，时而眼眶含泪，时而让人有所思。
- 向死而生里面的感情特别真挚，不要自负，不要骄傲，要与自己的身体和内心和谐相处，要顺从本心去做事，常怀一颗感恩之心。
- 龙泉寺的漫画则充满禅理，放下我执才能得到真正的快乐。
- 类似的还有一些灵修类的书，比如张德芬的，读完以后都能让我很安静。
- 书虫写的书也能让我内心平静，比如王强，詹宏志的。
- 还有一本念念不忘的是沈从文的边城，我现在连情节都记不太清了，但我总能想起他笔下水乡潺潺的流水。
- 20、一个在某种意义上改变了中国经济的人 在这个竞争力为先的时代可以通过自己对自己的自我管理和控制做出自己的成就我觉得是一件非常了不起的事 因为大多数人都会输在惰性上 李开复先生很厉害 但是在疾病面前人人平等 我深有体会 这一年我也算是疾病缠身不得安宁 但是我是因为矫情和无意义的熬夜 而李开复先生也是为了自己的事业 我讨厌无意义的生活
  - 21、不知道为什么大家黑他

## 《向死而生》

- 22、药医不死者
- 23、灰常不深刻啊，对于送别3位至亲以后的我完全没有感觉。
- 24、开复老师的文笔还是那么好，修过死亡学分后世界观的转变让人感动。
- 25、我觉得挺有感悟的
- 26、中午和间隙时间翻看完了。能写出来就说明还没放得下，太理想化，不太相信，也许没接触过这个阶层的，但我一直相信我们是人，就会有阴暗面。最后的家庭那段还有点人的气息。最后最后：老天对所有人都是公平的！
- 27、生命本身并没有意义，而生活却是丰富多彩的！
- 28、读过之后感觉对生活多了一分理解
- 29、全书基本上都在抒发李先生对生命意义的新感悟，读起来虽然没有什么非常引人深思的感觉，但或许是自己尚未到达此境界。所以关于对生命的领悟，本书值得一读，四星。
- 30、主要是谈了自己生病期间的感悟
- 31、自视甚高这件事，鸡汤大师还是丢不掉自己的ego
- 32、喝了这碗鸡汤。
- 33、死亡其实是一个将自我彻底消解的能量蜕变过程，是物质肉身的能量转化，使人回归到另一个能量体系。
- 34、记住你即将死去
- 35、我觉得这本书就挺好的，满分，很真实，很正面，正能量。
- 36、一年前读过，好像就是这个时候
- 37、死亡最有魅力的地方在于活着的我们无法体验它的感觉。开复老师最感动我的地方在于他的感恩之心。但全书还是像一本关于生死，关于博爱的鸡汤，有感而已，触动少了些。
- 38、老实说，没有想象中那么好，感觉一般 虽然他说顿悟，但字里行间还是能感受到他骨子里的骄傲与优越感。文中有多处重复段落，确实有鸡汤拼凑之感，不值这个定价。
- 39、刚开始看时，感觉李开复确实好像有所顿悟，对人生有新的理解，可是看到后半部分，抛开他那些感觉特别虚情假意的对家人的忏悔不说，最后的忠告竟还是“用更大的能力去承担更多的责任”诸如此种的功利化人生观。人啊大概就是这样吧，当老天把你的时间期限一延长，你就又忘了到底什么东西真正重要了。
- 40、还是有收获
- 41、茧子在哪？
- 42、元旦期间看完的，提醒我生命中最珍贵的东西是什么
- 43、追求事业成功的同时要兼顾亲情和健康。
- 44、我只想好好的过完这一生。
- 45、未知死，焉惜生？
- 46、所以不要加班。。。
- 47、真诚剖析
- 48、人生中最重的病中读的，之前的人生也是一帆风顺，不在乎身体健康，而现在一切都不同了。我的人生就是缩小版的开复老师的人生，很幸运年轻时就生病有了这些感悟，更幸运有了开复老师关于死亡的见解加深了我的感悟。一段时间内对我来说最好的书，没有之一。
- 49、可推荐给父母看。
- 50、一口气读完，颇能体会病后新生之感。珍惜健康和已有。适时放空。@20170305

# 《向死而生》

精彩书评



## 章节试读

### 1、《向死而生》的笔记-第1页

反求诸己。everything happens for a reason。—另一种思考方式：混乱才是世界的常态，生活就是一系列意外。睡眠时细细回忆小时候一条熟悉的路。—是不是真的有助于睡眠不清楚，但是提升了幸福感~我总是在打扫，因为我的心是脏的，我看到的都是脏的，我在扫自己的内心啊。—我总是在整理，因为我的心是乱的，我在整理自己的内心啊。真的有几分道理。看到李开复对太太的描述，“天使”“有她我就安定了”等等，原来世界上真的有相濡以沫的爱情，不会因为你年老他有钱有地位就变化。不要怕。

### 2、《向死而生》的笔记-11页

直面死亡初期的愤怒，烦躁。

### 3、《向死而生》的笔记-第73页

当一个人自命不凡、自视甚高时，其实就是把同辈人都看扁了；越是这样，高傲、傲慢之心就会越来越膨胀。所以，当我企图“改变世界”时，我就有了“世界不完美”“我有能力改变世界”的假设；而这种企图心的背后，其实还有一种更为不堪的心态，就是“我比这个世界上的大多数人优秀！”“我要惩恶扬善，救济天下！”这种“救世主情结”，很可能来自我潜意识深处的傲慢—虽然我表现出来的可能是热心助人、热心公益和关注时事……世俗的成功，很容易让我们自以为高人一等，殊不知这只是“小聪明”，甚至可以叫作“世智辩聪”，是学习佛法的八种阻碍之一，会遮蔽我们开放自己、接受更多信息的可能性。我不知道在未来的人生中是否能将“骄傲”从我的本性中彻底拔除，至少目前，我看见它了，我会随时提醒自己，也希望朋友们能随时提醒我。要把“骄傲”从我的本性中一点一点拔除，很重要的一门功课，就是学会感恩。因为唯有感恩，才能把盘踞在我心里的“自我重要感”去除，让自己走下高台，走入人群，与大家融为一体。

### 4、《向死而生》的笔记-第119页

五个压力调整秘诀，特别是第五点：

- (1) 自己认为没有病，然后结果相符合，就相信了。
- (2) 必须做的就做，其它的一概拒绝。
- (3) 多交点正向朋友，补充正能量。
- (4) 烦的时候就去睡觉。
- (5) 碰到不好的事情，就想：跟癌症比，这真不是回事儿。

### 5、《向死而生》的笔记-第40页

过去，我会从自己的角度当面提出质疑，但我越来越清楚，每一种认知、观点，都因角色、立场而有所不同，无关是非对错。

### 6、《向死而生》的笔记-第78页

这场病告诉我：不要把每件不如意的事都看成一个“果”（像是自己做错了什么，受到惩罚），而或许这个灾难其实是一个“因”，是让自己学习成长的机会。

## 《向死而生》

.....最后是付出之后不求回报，也完全不在乎是否会得到回报。因为我为一个人付出了爱与关怀，这个“付出”的行为就已经完成了，而我也只是在某一个时刻不假思索地做了该做的事。

对于过去曾经伤害我、打击我的人，我不仅宽恕他们，也感恩他们。因为他们是在不够完满、不够成熟的状态下，可能内心还有恐惧，还有很多欲望，所以才做出了伤害别人的行为。而我在对人性失望、质疑之后，渐渐从中提炼出这样一种体会，反而使我对各种负面行为充满了同情和理解，让我的内心更为强大。最后，那些伤害不但渐趋消散，我还可以怀着深挚的祝福，希望他们早日脱离恐惧的威胁，让自己更趋圆满。

### 7、《向死而生》的笔记-第53页

如果生命只剩最后100天，为什么不从现在开始每天都这么过呢？

### 8、《向死而生》的笔记-12页

然而，人间世事之荒谬，就在于你明知道它是荒谬的，可是又非做不可。人生在世有很多事情是无奈的，没有人能真正地恣意妄为。有太多人一直都活在别人的眼睛里，得以认知却无可奈何。

### 9、《向死而生》的笔记-第85页

.....亚历山大医生描述的天堂是没有时空概念的，只有三条规则：（1）你没有恐惧；（2）你不怕犯错；（3）你被爱拥抱。（《天堂的证据》）

.....就像巴菲特所说的：“每个人都是上帝安排到人间的天使。他们的存在，都有一定的道理，并不是可有可无的，尊重身边的每一个人，就是尊重上帝。”

.....“体验人生，相信感觉，追随你心，世界将更好。”但不必衡量影响力，因为一个人太渺小了；更不要把优化你的影响力当作一生的追求。“体验世界，提升自己，让自己更富有经验和智慧。”但不必衡量每天的进步，小心潜在的竞争心态。

如果人生真要留下什么，那就为世界留下心存善念的孩子，让他们一代又一代地将世界的希望与爱传递下去。

### 10、《向死而生》的笔记-第42页

我才发现，压力不一定来自忧虑、紧张、急躁、愤怒等情绪；争强好胜、期望、等待、兴奋，甚至像我过去一直怀的“改变世界”、“让世界因我不同”的企图心，稍有不慎，就会在体内留下难以清除的“毒素”。

### 11、《向死而生》的笔记-第236页

“你们有责任做出明智的选择。在技术的选择上，要致力于能把世界变得更美好的技术，而不能仅仅局限于先进或很酷。在工作的选择上，要选择能拯救生命的工作，而不是破坏生命的工作；要选择强化人类的工作，而不是取代人类的工作。选择老板时，要选择有大爱之人，而不是贪婪小人；要选择想帮助世界的善人，而不是想征服世界的戾气之人。”

### 12、《向死而生》的笔记-第87页

人生不是一场物质的盛宴，而是一次灵魂的修炼，使它在谢幕之时比开幕之初更为高尚。

## 《向死而生》

### 13、《向死而生》的笔记-第69页

因病觉悟后，我不再在乎这些。我不认为再过50年，这个世界还会有人记得我！我也不在乎是不是还有人记得我，因为那都不重要了，我现在最在意的是，我能否让身边的人感受到我的温暖、善意；我是否能够不问智愚优劣、毫无差别地对待每一个跟我有缘相见的人。

我从我的“墓志铭情结”里发现，即便是“想要留下什么”，也有一个小陷阱，一不小心，就会成为一种欲望，一种“求”，会让我的心念不纯粹，做法上就难免有瑕疵。

### 14、《向死而生》的笔记-第97页

本来我一直最重视个人形象，现在，我只管做好自己，做事问心无愧，对人真诚平等，不求改变别人，只求改变自己，让自己每天都比前一天有所成长，于是，“形象”这个空壳子就完全没了意义，外界的批评毁誉，也都渐渐不在意了。

我们生命中的一切所愿，其实不应该用“追求”，而应该用“吸引”。佛说：“有求皆苦，无求乃乐。”……“追求”是从自我的角度考虑，忽视了事物内在的微妙规律，所以常常事与愿违。“吸引”则是从完善自我、奉献自我出发，顺应了天理，投其所好，因而皆大欢喜。“你若盛开，蝴蝶自来；你若精彩，天自安排。”

生命最重要的成就，其实是把自己内在独特的本质开发出来。我们应该花更多的时间，来挖掘自己内心深处真正想要成为什么样的人，做什么样的事情。否则，努力争取出人头地、唯恐落后、追逐名利的欲望就会像一头野兽一样，霸占我们的灵魂，很容易让我们像机器似的超速运转，有名还要更有名，有钱还要更有钱，看不到自己的初心，忘了我们孩童时代最想做的事情是什么。

### 15、《向死而生》的笔记-第93页

在经历了大病折磨，与死神擦肩而过的震撼之后，我常常在想，怎样的人生才是没有遗憾的人生？  
我的体会是：（1）拥有健康；（2）创造“难忘时刻”；（3）尽力做好自己，不必改变世界；（4）活在当下。

### 16、《向死而生》的笔记-第57页

“……病痛最喜欢的就是担心、悲哀、沮丧。病痛最怕的就是平和、自信，以及对它视若无睹。”

“一个人倘若一心除恶，表示他看到的都是恶。如果一心向善，尤其是发自本心地行善，而不是想要借着行善来博取名声，才能导正社会，对社会产生正面的效益。”

“要珍惜、尊重周遭的一切，不论善恶美丑，都有存在的价值。就像一座生态完整的森林里，有大象、老虎，也一定有蟑螂和老鼠。完美与缺陷本来就是共存的，也是从人心产生的分别。如果没有邪恶，怎能彰显善的光芒？如果没有自私的狭隘，也无法看到慷慨无私的伟大。所以，真正有益于世界的做法不是除恶，而是行善；不是打击负能量，而是弘扬正能量。”

### 17、《向死而生》的笔记-推荐序

人生有追而无求。

## 《向死而生》

### 18、《向死而生》的笔记-第6页

每个人都应有自己对生活的追求，不要只会跟在别人的后面走同样的路，重要的恰恰在于展现自己的性格，走出与众不同的道路，活出属于自己的生活，却并非要在墓志铭上留下些什么。

### 19、《向死而生》的笔记-第127页

人生有两个主要的财富：才华和时间。我们的一生可以说是用时间来换取才华；才华越来越多，但时间越来越少。如果一天天过去了，时间少了，才华却没有增加，那就是虚度了光阴。所以，必须节省时间，高效地利用时间。

### 20、《向死而生》的笔记-第77页

我们所有的遭遇，必有其道理，或许这个灾难是一个“因”，是让自己学习成长的机会。好比生病可能点醒我们应该活得更健康；受苦使我们更珍惜美好的日子；无助让我们学会接受不能改变的事情；面临死亡能教会我们分辨哪些是真正重要的事情。

### 21、《向死而生》的笔记-第57页

一个人倘若一心除恶，表示他看到的都是恶。如果一心行善，尤其是发自本心地行善，而不是想要借行善来博取名声，才能导正社会，对社会产生正面的效益。

### 22、《向死而生》的笔记-第15页

生死哲学大师伊丽莎白库伯勒罗斯指出，人在面对疾病、死亡、悲伤等重大失落时，会产生“五个阶段”的心理反应——否认、愤怒、讨价还价、沮丧和接受。

### 23、《向死而生》的笔记-第86页

巴菲特说的：每个人都是上帝安排到人间的天使。他们的存在，都有一定的道理，并不是可有可无的，尊重身边的每一个人，就是尊重上帝

### 24、《向死而生》的笔记-第49页

我这一生最大的错误是，我彻头彻尾地舍本逐末，把最要紧的事搁到最后，却把人生最弥足珍贵的时光，浪费在追逐那些看起来五彩斑斓的泡沫。

### 25、《向死而生》的笔记-第60页

### 26、《向死而生》的笔记-推荐序

许多人常常在抱怨自己的命运，抱怨学习与生活的环境，抱怨自己没有获得成功，没有荣誉，缺少财富，因而抱怨整个社会的不公平。其实他们最缺少的正是对自我的理解和对人生未来的追求。这个世界没有人可以帮你，真正要面对一切困难的是你自己。如果自己都对未来失去了基本的信任和努力，那你又怎么会有未来呢？

## 《向死而生》

### 27、《向死而生》的笔记-第127页

我们的一生可以说是用时间来换取才华；才华越来越多，时间越来越少。如果一天天过去，时间少了，才华却没有增加，那就是虚度了光阴。

# 《向死而生》

## 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](http://www.tushu111.com)