



领导送给员工的书，长辈送给晚辈的书，朋友送给朋友的书

人生何处不 绽放

潘习龙/著



中国人民大学出版社



人生何处不 绽放

潘习龙/著

 中国人民大学出版社
· 北京 ·

图书在版编目 (CIP) 数据

人生何处不绽放/潘习龙著.
北京:中国人民大学出版社,2010
ISBN 978-7-300-12560-2

- I. ①人…
II. ①潘…
III. ①人生哲学-通俗读物
IV. ①B821-49

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2010) 第 147423 号

人生何处不绽放

潘习龙 著

Rensheng Hechu Bu Zhanfang

出版发行	中国人民大学出版社		
社 址	北京中关村大街 31 号	邮政编码	100080
电 话	010-62511242 (总编室)		010-62511398 (质管部)
	010-82501766 (邮购部)		010-62514148 (门市部)
	010-62515195 (发行公司)		010-62515275 (盗版举报)
网 址	http://www.crup.com.cn http://www.ttrnet.com (人大教研网)		
经 销	新华书店		
印 刷	北京联兴盛业印刷股份有限公司		
规 格	160 mm×235 mm 16 开本	版 次	2010 年 9 月第 1 版
印 张	16 插页 1	印 次	2010 年 9 月第 1 次印刷
字 数	172 000	定 价	29.00 元

版权所有 侵权必究 印装差错 负责调换

导 读

人从出生、成长、强壮、衰老到死亡，是一个短暂而又奇妙的旅程。但是，心境可以不受身体的盛衰而跌宕起伏，一直处于生机勃勃的绽放之中。80岁的人，无论如何锻炼，都不可能具备18岁年轻人的体格；但80岁的人，通过心理调整与修炼，完全可以拥有18岁年轻人的心态。

本书从人生态度、价值取向、工作方法、人际关系等方面探讨心志的修炼。但本书不是一本普通的励志书，更不是政治思想教育书，而是以文学的手法、幽默的文风探讨这些貌似空洞的话题，从畅快淋漓的语言中让您沐浴思想的阳光、抓拍工作的闪光、品味人生的绽放。

婴儿呱呱坠地，便是一簇绽放的太阳花；历经挫折，遭遇坎坷，更像一枝绽放的腊梅花；渐入暮年，笑看人生，夕阳竟是别样红。莫叹凄凉，待到终时回头望，用一生绽放的阳光，换一世爱恨情长。

作为教师，我深知教育的重要，但教育不等于老生常谈；我反

感老师痛斥打瞌睡的学生，而不检讨让人昏昏欲睡的教案；我讨厌“你要”、“你不要”的词汇，以及“倒胃口”的文章。

作者完成的初稿很厚，出版的书却很薄，可上可下的文章一律“拿下”，可写可不写的一律不写，因为我知道您很忙，抽点时间读书也不容易。

本书小文，老幼皆宜。饭后一篇，温水送服，提神醒脑，不宜过量，不慎上瘾，尚无解药。

《成长——从校园到职场》

谢耘 著

出版日期:2010年4月 定价:29元

- 职业生涯规划真的重要吗?怎么去规划?
- 毕业后,去大企业还是去小企业?
- 如何看待热门行业与冷门行业?
- 什么是你找到好工作并胜任好工作最重要的素质?

年轻人在成长过程中,常常面临理想与现实、情感与理智、自我意识与社会需要等多重困惑。本书从认识自我写起,用极具亲和力的语言讲述了青年人如何加强性格修养、提高自身素质、适应从校园到职场的转变。书中既有作者少年时代的经历,也有多年职场奋斗的感悟,作者将其娓娓道来,帮助年轻读者在纷繁的社会浪潮中迈向更成熟、更成功的人生。

成长

谢耘 著

CL

中国人民大学出版社

《转基因食品——天使还是魔鬼》

一民 编著

出版日期:2010年5月 定价:29元

中国人说,“吃什么补什么”,老美说,“吃什么决定了你是什么样的人”(you are what you eat),看来全球有共识:要想身体健康,首先吃的得健康。

我们身边,不知不觉已经有了很多转基因食品,未来,也许会有更多的转基因食品甚至转基因粮食登上我们的餐桌。

转基因食品究竟是什么?

它跟传统食品一样吗?

长期食用转基因食品对人们的健康究竟有没有危害?

种植转基因作物对环境有什么影响?

.....

本书汇集了当前关于转基因争论的主要观点、争论,讨论了转基因食品的安全性、转基因粮食对国家粮食安全的影响、转基因作物对环境和生态的影响、跨国生物公司的掠夺、转基因专利陷阱、转基因主粮推广过程中人民的知情权等问题,旨在启发读者关注这一问题,了解转基因食品的知识及相关争论,进而做出自己独立的思考和判断。

转基因食品

一民 编著

CL

中国人民大学出版社

我的职场十年

我的职场十年

谢耘 著

中国人民大学出版社

中国人民大学出版社

《我的职场十年》

谢耘 著

出版日期:2010年5月 定价:29元

本书讲述了一个工科博士毕业之后的十年职业生涯,真实记录了一个优秀的职业经理人的成长经历。这十年间,他从初入职场到跻身企业高层,经历了从技术人员到管理者的角色变化,经历了从基层管理者向高层管理者的职位升迁。

作者在职业经历中有种种典型遭遇和思考,如:个人职业化、在混战中学习到的项目管理要诀、学习放权、团队管理的成败,职业心态上的挣扎、疑惑和坚持以及对管理本质和管理问题的深刻反思。他的经历有广泛的普遍性,每个职业经理人都能在其中找到相似的自己,并引发内省;他的工作方法和体悟来自实践第一线,给读者带来的是强烈的共鸣和巨大的启发;他的反思是独到的,这种独立和严肃让本书有了更大的价值。

也许一个人只有具备了面对自己的勇气,才有持续卓越的动力。从一个经理人原生态的成长中,我们获得的也许比僵硬的教材多得多。

注意力曲线

注意力曲线

露西·乔·帕拉迪诺 著

中国人民大学出版社

中国人民大学出版社

《注意力曲线——打败分心与焦虑》

Find Your Focus Zone

By Lucy Jo Palladino. 苗娜 译

出版时间:2009年9月 定价:29.8元

你能否集中注意力做你想做的事情?你是否常常流连在网络上,最后发现自己该做的事情一样没做?你是否在电视机前坐了一晚上,频道换来换去,关上电视的时候却感觉还是那么累?在工作需要你限期完成的时候,你是否会焦虑不安,觉得反应反而比平时慢了?你是否常常同时进行好几件事情,却往往忙中出错,一件事儿都没干好?是啊,这些都是过度刺激或者无聊的情形,在这些情形下,注意力都不是处于最佳状态,我们因此感到慌乱、焦虑、疲劳和无所事事。

怎样才能让自己的注意力保持在最佳状态,从而游刃有余地掌控自己的生活和工作呢?作者露西·乔·帕拉迪诺用她自己多年以来帮助人们提高注意力的经验,在书中提供了8付叮当作响的钥匙串,每个钥匙串上有几把神奇的钥匙。你只要针对自己的问题,纯熟地运用其中一把或者几把钥匙,就能掌控自己的注意力,进而掌控自己的工作和生活。如果你是孩子的父母或者长辈,本书还有专门的章节告诉你怎样才能帮助孩子们改善注意力,养成良好的学习习惯。

目 录

第一篇 不遗余力地绽放

不遗余力地绽放	3
一万小时定律	6
活着,就要有一种精神	10
快乐无须理由	13
本色	18
生命的火种	22

第二篇 思想,绽放的奇葩

精神家园	29
一份宁静	33
思想的“毛毛虫”	36
慎独	40

“大我”与“小我”	44
金钱这玩意儿,算啥呀?	48
社会公德	52
感恩	57

第三篇 谁给了你凋谢的权利?

如鱼得水的 Q 哥	65
风凉人	69
有位小姐叫范丽	72
酒疯子张扬	75
名人芙蓉姐姐	80
尘埃人	84
玻璃人	87
小和尚撞钟	90

第四篇 你我他,剪不断

一颗没有下毒的糖	97
是谁在乱搞“男女关系”?	100
“空降兵”如何安全着陆?	103
“报一报”与“抱一抱”	107
分分合合为哪般?	110
比海宽广的胸怀	114
血缘关系	118
都是攀比惹的祸	121

第五篇 荒野的无名花

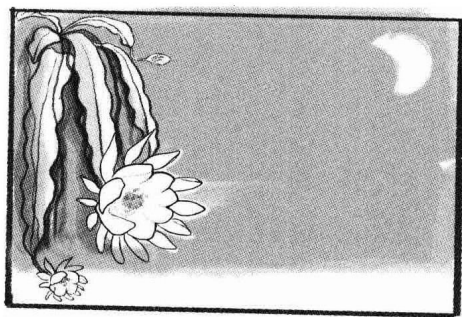
我们是一群流星雨	127
奔放的国春	130
“原生态”小霞	134
老黄牛老刘	140
配角	144
请为自己画像	149
挑山工的信念	152
千里马只是日行千里的“马”	156
张颖的推荐信与自荐信	159

第六篇 工作原来如此绚丽

渴望否定	165
制度只是底线	167
会场“现形记”	170
几分资本?	173
在其位,谋其政	176
汇、报与汇报	179
0.96 元的人文关怀	182
计划没有变化快	186
NBA 的忠诚	189
读懂老板	194
别拿自己当大王	199
扫地就像写作文	202

第七篇 生活,如风中摇摆的诗卷

给自己留白	207
向善的报酬	210
从“臭美”到“香美”	213
好人不要当成了傻好人	217
难道鼻子不能像樱桃吗?	220
有心插柳柳成荫	224
“面子”与“里子”	228
领导之忙	231
仪式	234
数字的泥潭	240
死亡,物质循环中的一个驿站	243



【第一篇】

不遗余力地绽放

生命如破土的种子，
充满希冀，沐浴阳光。
风雨飘摇之中，
缓缓起航。
渐入暮年回头望，
夕阳似火，竟是别样……
一生梦想，一点痴狂，
人生何处不绽放？



不遗余力地绽放

“秋丛绕舍似陶家，遍绕篱边日渐斜。不是花中偏爱菊，此花开尽更无花。”菊花君子之气，被唐代诗人元稹描绘到了极致。漫步在菊花丛中，轻吟着优美的诗句，我被菊花不遗余力的绽放所感动。

难得有个忙里偷闲的机会，我参加了一次菊花展。端详一簇簇菊花，花瓣向四周伸展着，片片婀娜挺拔，娇艳中暗藏铮铮傲骨。娇小玲珑的嫩芽簇拥在花心处，堆砌出黄金般的颜色。再看看整朵花，只觉得它要把花心吐露，以朝阳般的气势喷薄而出，不遗余力地绽放它的美丽。我深深地被这种绽放所感动：花期如惊鸿，转瞬即逝去。在这短暂的花期，它们全力以赴地将自己最美丽的生命绽放，留给人们充满神韵的视觉感受，这就是菊花绽放的价值。

大自然的绽放之美无处不在：摇曳在翠绿的枝头，悬挂在柔嫩的草尖，游荡在深山幽谷，闪烁在浩渺的海滩……这般洒脱的绽放，

慰藉了我们脆弱的情感，松弛了我们紧张的神经。可惜的是，很多人置身于这种美境之中，却对不遗余力的绽放熟视无睹。

生命原本就应该绽放。在奥运赛场的“百米飞人”大赛上，比赛的过程只有短短几秒钟，却成了田径场上夺目的焦点，多少人千里迢迢赶赴体育场，就是为了感受“飞人”瞬间爆发的激情。从起跑到发力，从挺起胸膛到张开双臂，运动员不遗余力的绽放吸引了人们的眼球。多少短跑选手花上几年、十几年的时间苦练，也就是为了向世人展示这几秒钟的绽放，自己也在绽放之中享受到生命的价值与成功的喜悦。

未经绽放的夭折是可悲的。有一幅名为《挖井》的漫画：一个人埋头挖井，他挖了或深或浅的五口井，但都没有找到水源。而事实上有些井离水源只有咫尺之遥，只是挖井人在关键的时候懈怠了、放弃了。挖井人徒劳无功并不可怕，可怕的是他得出了一个错误的结论：“此处无水！”

在现实生活中，要做到不遗余力地绽放绝非易事。或因忽视，或因骄傲，或因泄气，我们总是在应当全力以赴的刹那，习惯性地懈怠一下：

对待父母懈怠一下，忽视了青丝变白发，留下了“子欲养而亲不待”的遗憾；

对待爱人懈怠一下，很多需要表达的感情，常常因为“懒得说”变成了“没必要”，慢慢地，夫妻之间只剩下柴少米贵之类的共同语言；

对待工作懈怠一下，做到六分就想歇歇脚，歇下脚就再也提不起神，最后只能以“残缺美”而草草收场，最终不了了之；

对待生活懈怠一下，几十年的光景飞逝而过，八十高龄时才发现自己已风烛残年，韶光不再，只留下无限的惆怅与悔恨。

曾经有这样一位司机，驾龄也不短了，但开车总是大错不犯，小错不断，有一次倒车时，直接撞到了墙上。我问他为什么会这样，他告诉我：“开车就是一份磕磕碰碰的活儿，出现刮伤是很正常的。”我一直认为他说的是对的。但当我自己拿到驾照后，才发现他的观点是多么愚昧，完全是工作不投入的借口。一位安全驾车几十年的老司机告诉我：“开车永远没有师父，一秒钟的疏忽足以毁灭你一辈子的荣耀。当你实在没有把握的时候，朝后视镜多看几眼，甚至下车看看路况。”投入的态度不同，收获的绽放自然不一样。

像菊花一样，竭尽全力地绽放。每天达到自己当日人生的制高点，你会发现生活原本如此绚丽，阳光总能照进心里的每个角落，迎接我们的是彻头彻尾的充实和快乐，带着满足的笑容安然入睡，如此踏实、如此坦荡……

让我们重新温习曾经影响几代人，而渐渐被人遗忘的一句名言：“人最宝贵的东西是生命，生命属于每个人只有一次。人的一生应当这样度过：当他回首往事的时候，不因虚度年华而悔恨，也不因碌碌无为而羞耻……”

要灿烂，就要不遗余力地绽放！



一万小时定律

一名专业围棋选手与业余棋手对弈，据说前二十步棋没有太大的区别。差距是在不断的推进过程中表现出来的，在坚持与相持的过程中，慢慢地展现出棋手的功力。高手之间对弈更是在打劫、收关等细微之处产生一目、半目的差距，决定最终的胜负。

6

世间最容易做的事是一锤子买卖，最难做的事是一辈子的坚持。

“不积跬步，无以至千里；不积小流，无以成江海。”大家都在讴歌大海的浩瀚的时候，却往往忽视了其源头的山间清泉和涓涓细流。有人在通往成功的途中选择了放弃，是因为他们把坚持的过程等同于寂寞与枯燥，体会不到坚持给生活带来的充实与快乐。

古希腊大哲学家苏格拉底曾经让学生做一个简单的健身动作，把胳膊尽量向上举，然后再尽量往后甩，每人每天做 300 次。

这种动作被认为是操作简单、效果明显的健身运动，同学们纷