

赵鹏
著



当下的活法

幸福人生的经营之法

北京日报报业集团
同心出版社

目录 (410) | 目录 (410)

主编：李开复、俞敏洪、王石、马云、史丹妮、王石、马云、史丹妮
副主编：李开复、俞敏洪、王石、马云、史丹妮、王石、马云、史丹妮
北京：中信出版社，2013年
ISBN 978-7-121-20111-2

当下的活法

幸福人生的经营之法

李开复
俞敏洪
王石
马云
史丹妮
王石
马云
史丹妮

北京日报报业集团
同心出版社

图书在版编目 (CIP) 数据

当下的活法：幸福人生的经营之法 / 赵鹏著. --
北京：同心出版社，2011. 9
ISBN 978-7-5477-0171-3

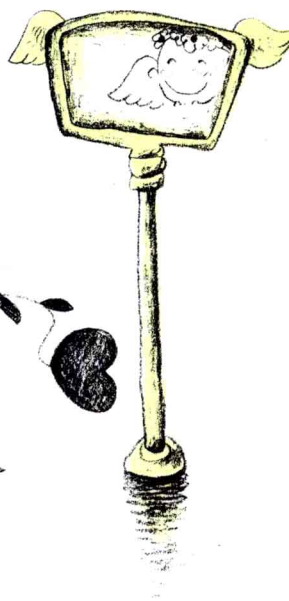
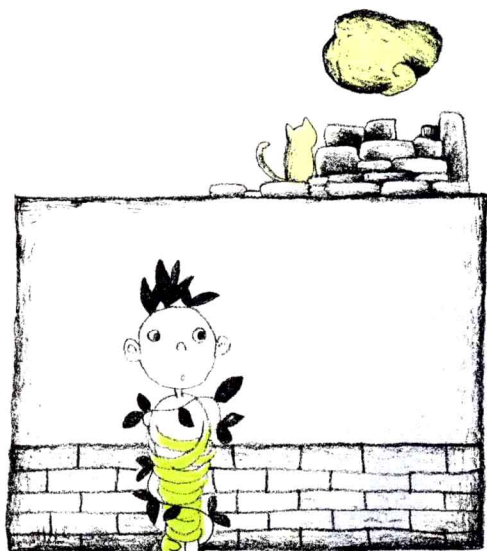
I. ①当… II. ①赵… III. ①人生哲学—通俗读物
IV. ①B821-49

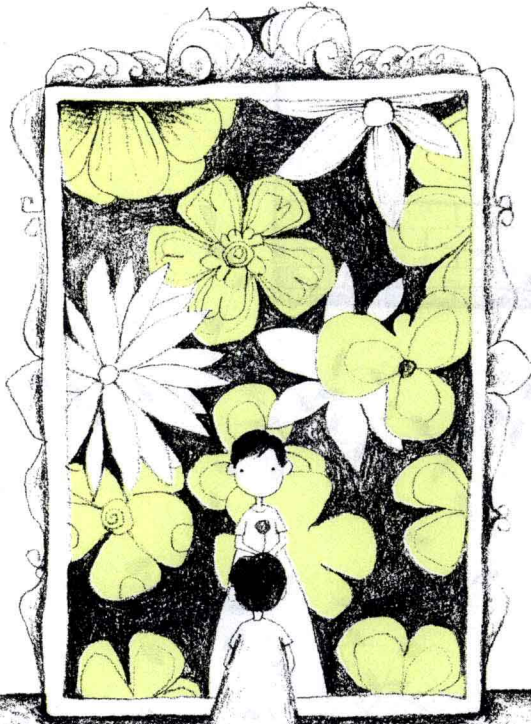
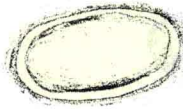
中国版本图书馆CIP数据核字(2011)第099780号

当下的活法：幸福人生的经营之法

出版发行 同心出版社
地 址 北京市东城区朝阳门南小街6号楼303
邮 编 100010
电 话 发行部：(010) 65255876 65251756
总编室：(010) 65252135
网 址 www.bjd.com.cn/txcbs/
电子邮箱 tongxinpress@gmail.com
印 刷 东莞新丰印刷有限公司
经 销 各地新华书店
版 次 2011年9月第1版
2011年9月第1次印刷
开 本 145×210 1/32
印 张 8
字 数 120千字
定 价 29.80元

同心版图书，版权所有，侵权必究，未经许可，不得转载





你现在的的生活是什么状态？

一直向前奔跑？

不断东突西撞？

始终原地打转？

试图修复过去？

有停下来想过为什么吗？

引言

我们现在所做的一切都是为了得到幸福。

我们都知道幸福是什么，却又都不知道。

汉语词典说：幸福是使人心情舒畅的境遇和生活，是生活、境遇称心如意的一种状态。

百科全书说：幸福是心理欲望得到满足时的状态，一种持续时间较长的对生活的满足和感到生活有巨大乐趣并自然而然地希望持续久远的愉快心情。

伦理学说：幸福是人在创造生活条件的社会实践中，由于感受和理解到个人、集体乃至人类的目标、理想和正义公益之事业的实现而得到人格上的满足。

若把“幸福”二字各自拆开来看，那“幸”代表有土地（房子）和金钱；“福”代表一家人有吃的，有穿的。合在一起就是一家人有房住，有钱花，有吃有穿，安逸地生活在一起，就像生活在桃花源。但即便是桃花源也已经不能满足现代人对幸福的需要，因为我们还有不同的理想。

如何把这些构成幸福的元素聚集在一起？这才是我们追求幸福所要面对的主要命题。

人不可能生来十全十美，生活总是存在这样那样的缺失，幸运主动降临的几率太过微小，对于绝大多数人来说，主动出击才是获得幸福的唯一出路。

因此，挖掘并提升自身获取幸福的能力是我们首先要学习的课程。当我们从这门课毕业，身边的任何事物都将成为我们走向幸福的潜在帮手。

那我们还在等什么？现在就开始吧！

引 言	13
-----------	----

课前热身 幸福人生四法则	1
--------------------	---

人生而自由，却无往不在枷锁之中。

——卢梭

真正的牢笼是自己	3
----------------	---

相信远方才是起点	6
----------------	---

人生需要一副内视镜	9
-----------------	---

给自己配把万能钥匙	12
-----------------	----

第一课 重新找到自己	15
------------------	----

你相信你能，或是你不能，你都是对的。

——亨利·福特

自信是奇迹的真相	17
----------------	----

自信是自强的第一支柱	19
------------------	----

永远不要相信天才的存在	21
-------------------	----

他人的轻视源自自轻	23
-----------------	----

尊重自己的能力	25
---------------	----

你可以行路万里	27
---------------	----

你永远不知道自己有多大潜力	29
---------------------	----

用信念创造一切	30
---------------	----

第二课 掌握自己的价值 33

只有一种成功——能以你自己的生活方式度过你的一生。

——克里斯托弗·莫利

价值观是你看世界的眼睛.....	35
不要把自己放上别人的价值天平.....	37
自己才是最可靠的“后台”.....	39
找到你的独一无二.....	42
向上的精神催生价值.....	44
错误的选择吞噬价值.....	46
不要将自己降价处理.....	47
放远生命的眼光.....	49

第三课 做自己人生的舵手 51

别人的视角永远不如你自己的好，因为这是你与生俱来的，且最终就是你的全部；失去了它，你就失去了自己，以及其他全部。

——乔治亚·欧姬芙

发现最美丽的方向.....	53
长出自己的翅膀.....	55
不做向着海洋的登山者.....	57
让人生走在自己的路上.....	59
建立自己不可外租的能源站.....	61
退结自豪之网.....	62
天堂总在人少的地方.....	64

让自己成为最坚强的依靠	65
-------------	----

第四课 坚持心的选择 71

我们的忠言是：每个人都应该坚持走他为自己开辟的道路，不被权威所吓倒，不受行时的观点所牵制，也不被时尚所迷惑。

——歌德

“多数”是变动的真理	73
勇者常孤独	75
终点的来路是起伏的平川	77
语言只是涂改剂	79
用真我过滤外界影响	80
不做嘲笑的帮凶	82
做自己的先知	85
成为流言的主人	88
守护最理想的自己	90
最大的财富是自己的给予	92

第五课 行动是幸福的捕手 95

我们所要做的事，应该一想到就做；因为人的想法是会变化的，有多少舌头，多少手，多少意外，就会有多少犹豫，多少迟延。

——莎士比亚

让身随心动	97
获得变为珍珠的可能	99

不因万分之一而不为	101
反“不可能”的恐	103
世上没那么多怀才不遇	105
做了才有结果	107
在第一刻全力以赴	108
伟大的思想因行动而鲜活	110
就是现在	112

第六课 用心经营自己 115

最有希望的成功者，并不是才干出众的人，而是那些善于利用每一时机去发掘开拓的人。

——苏格拉底

人生需要经营	117
如何付出是门学问	119
管好时间银行	121
划掉艰辛和幸福间的等号	123
做自己最重要的事	125
只为自己的天堂匍匐	127
掌握幸福的非常规算法	129
发挥自己的专长	131
不要去与自己的负数相加	133
汇聚专注的海	135
专心用好知道的那一点	137
从做好眼前事开始	139

第七课 创新是绝路的终止符..... 143

现在一切美好的事物，无一不是创新的结果。

——穆勒

创新让人独一无二.....	145
没有创新思想是唯一的问题.....	146
走更短的曲线.....	148
去看茧外的世界.....	150
换一种方法进门.....	152
知识也可能是束缚.....	154
做关不住的那片春色.....	156
不要走拥挤的大路.....	158
利用一切可用资源.....	160
让生命在创新中升值.....	161

第八课 向上，永无止境..... 167

今天，我要加倍重视自己的价值。桑叶在天才的手中变成了丝绸，粘土在天才的手中变成了堡垒，柏树在天才的手中变成了殿堂，羊毛在天才的手中变成了袈裟。如果桑叶、粘土、柏树、羊毛经过人的创造，可以成百上千倍地提高自身价值，那么，我们为什么不能使自己身价百倍呢？

——奥格·曼狄诺

不与“勉强”谈和.....	169
---------------	-----

不做杯中之鱼	170
不被现实驯服	173
力来自于心	175
战胜现在的自己	177
用追求供养梦想	179
在前进中等待	181
为自己而坚持	183
前进是生命最美的音符	185

第九课 在时间里种出果实 187

为我们所承认的伟大目标去奋斗，而不是仅作为狂热的、自私的肉体不断抱怨为什么这个世界不使自己愉快，才是一种真正的乐趣。

—— 萧伯纳

每一刻都是收获的齿轮	189
改造无从选择的环境	191
用勤劳把意外变惊喜	193
合理耕耘才有最大收获	195
把人生雕琢成精品	197
只做最好的自己	199
执著是通往幸福的列车	201
思退路就没有进路	204
幸福在坚持的隔壁	207

第十课 积极的心态尝起来是幸福的味道…… 211

乐观的人在每一次忧患中都能看到机会，而悲观的人在每一次机会中都看到了某种忧患。千万要记住，一个人思考的角度，可以主宰你面对事情的态度。

——西尔维娅·普拉斯

心态决定处境	213
关注正面的那一半	215
打开能量的控制阀	217
公平由自己创造	220
面对过去就背对了未来	222
大胆打败失败	223
在跌倒处重燃奋进之火	225
用阳光的心态去走路	228
别因仇视别人耽误自己	230
生命的本色在内心	232

结语 生命是周而复始的美丽…… 237

课前热身

幸福人生四法则

人生而自由，却无往不在枷锁之中。

——卢梭