

<<成长>>

图书基本信息

书名：<<成长>>

13位ISBN编号：9787300118161

10位ISBN编号：730011816X

出版时间：2010-4

出版时间：人民大学出版社

作者：谢耘

页数：294

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>

前言

人类历经千年发展至今，空间探测器已经飞出了太阳系，奔向远在以光年来计算的其他星体，以期有一天会被其他星球上的智慧生命所发现；粒子加速器正在试图把质子等基本粒子进一步分解，在微观世界里寻找预测中的夸克存在的痕迹。

可是，这些硕果累累的外求努力，并没有改变人类许多存在于内心的、延续了几千年的、生命的意义和价值理解的苦恼和困惑。

这种窘迫，不是因为我们对外在世界的认识还远远不够，而是因为我们真正看不明白的，正是我们自己。

我们每一个人都是通过认识自己来认识别人的，是通过认识自己来认识这个世界的。

就学生而言，如果你连自己都看不明白，如何做自己的职业选择呢？

认清自我，是我们认识世界过程中的核心问题。

所以，自我认识成为了多年以来我在许多内外部的培训和讲座中讲得最多的一个内容，不论听众是什么年龄段的人。

因此，本书开宗明义，也从认识自我讲起。

“人贵有自知之明”。

我们最熟悉的就是自己，我们最不了解的也常常是自己。

面对自己的内心，审视自己的灵魂，有的时候是一件很残酷的事情。

<<成长>>

内容概要

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。

作者简介

谢耘，1963年生，清华大学电子工程系博士，曾任神州数码工程院院长、神州数码通用软件公司董事长兼首席执行官、神州数码软件有限公司总经理、神州数码(中国)有限公司首席技术官、联想研究院副院长、中科院计算技术研究所副所长等职，曾在《IT经理世纪》等杂志开设管理专栏。清华大学职业生涯教练，开复学生网成长顾问。

书籍目录

序言 认识自我，走向成熟 第一章 价值观与道德 第二章 心理与性格修养 第三章 知识与能力 第四章 境界与中华文明 第五章 路在脚下——我的成长故事 第六章 人生的基本特点 第七章 从校园到职场的转变 第八章 五个基本问题 第九章 理想与良知 第十章 放眼世界：拨开文明的外衣 后记：回到原点

章节摘录

我们认识自己，在本质上就是要把自己意识中的这两部分都要看清楚。不仅要看清楚已经存在的内容，还要看清楚外界因素对它们随时造成的影响。

因为潜意识也要通过行为表现出来，所以它是能够被翻上来看清楚的，但是这要下工夫。是一件很不容易的事情。

怎么下工夫？

我觉得有三个主要的办法：一个是找心理咨询师。

看心理医生，但是好的心理医生确实比较少。

我认识一些搞心理学的最后自己都不太正常了。

为什么？

因为他总觉得他高人一等，他觉得他看什么事情都比我们清楚，最后自己有点变态。

而且弗洛伊德开创的精神分析法的有效性，在实践中也要打很大的折扣。

在心理上帮助别人，真正需要的，不只是心理学的知识，更重要的是个人的阅历，是那种通过丰富阅历培养训练出来的对人性的洞察力。

所以向这些人请教，往往对你会有很大的帮助。

这是第二个办法。

最后一个办法就是靠自我努力完成认识。

我们祖先教导我们：“日参省乎己”。

就是每天不断地去分析，不断地追踪自己的思维过程，去学习寻找自己为什么这么做的原因。

你慢慢会把自己的潜意识越看越清楚。

你看得越清楚，你对自我生命的把握能力就越强，你就越能把握住自己未来生命的走向。

这是一个长期的工夫。

但是这也是最重要，最根本的一个办法。

其实佛教讲的修行在根本上就是要把自己的意识认识清楚。

佛教里那些修炼，讲什么心有多少个结，让人去参禅，参什么？

为什么呀？

都是围绕这件事儿展开的。

按照佛教的说法，当你能够把你的潜意识都看清楚的时候，你基本离修成正果就不远了。

在佛教中，修道者多如牛毛，成道者凤毛麟角。

就是佛祖自己也没有带出几个修成正果的徒弟。

媒体关注与评论

每次看完你的文章我都反思自己。

我想成功，但我却发现自己身上的毛病太多了，感谢你的文章让我及早发现。

——准都 仔细看了您的文章，感谢分享!有遗憾，有自愧不如，也有收获，有鞭策! ——

—13886 读谢老师的文字，感觉受益匪浅，不禁感慨，自己大学期间如果能有这样的老师或者师兄，就可以少走很多弯路了。

——OrientB 您的文章带给了我前进的动力、坚持的信念!千里之行，始于足下!先真诚地向谢老师道一声：“谢谢”! ——初夏的风

<<成长>>

编辑推荐

《成长从校园到职场》是一位成功的职业经理人对生活、对成长的感悟和总结。相信它会帮助年轻人在成长的路上走得更稳、走得更远。

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？

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>