

<<你可以过得更好>>

图书基本信息

书名：<<你可以过得更好>>

13位ISBN编号：9787501789627

10位ISBN编号：7501789622

出版时间：2009-4

出版时间：中国经济出版社

作者：李玉健

页数：210

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>

## <<你可以过得更好>>

### 内容概要

在时代高速发展的今天社会，依然有很多人生活在贫穷的环境里。

贫穷的生活让人感到前途渺茫，使人产生恐惧、悲观、痛苦、悔恨。

于是一些人便开始自我设限，逃避责任，最终的结果还是在贫穷中不断挣扎，无法解脱。

人生离不开物质基础，贫穷让生活受到了太多的限制。

每个人不仅仅是为自己而活，孝顺父母不能等，甜美爱情不能等，教育孩子不能等，所以成功不能等！

笔者在书中描述了许多人实实在在的现实生活，并让每一个身陷贫困的人都告诉自己：我一定要成功。

每一种逆境和困难，都含有等量的或更大利益的种子。

苦难本身就是生活的一道不可缺少的风景，没有困难，就没有成长锻炼的机会。

每个人的命运都掌握在自己手里，只要转变观念，设立目标，寻找方法，勇往直前，你就可以过得更好。

## <<你可以过得更好>>

### 作者简介

李玉健，国家认证培训师，实践成功者，拥有军人、公务员、公司管理多种职业的经历，“遇见成功训练机构”创办人

帮助每一位渴望成功的人找到正确的方法，以中国式的智慧开创环境成功理论，告诉大家，只有懂得远离一切阻碍自己发展的消极环境，才能真正做自己想做的人。

成功从遇见开始！

想要成功就要和能够帮助你成功的人在一起。

## <<你可以过得更好>>

### 书籍目录

上篇 承生活责任之重 生存的成本 · 养家糊口 · 为何而活 别再小瞧金钱 · 人间生活的通行证 · 可怕的不是钱,是贪欲 贫穷让人变得脆弱 · 贫穷的资本 · 贫穷,生活的峡谷 · 远离贫穷 生命不能承受之重 · 爱情的天平 · 相爱简单相处太难 · 婚姻是爱情的“终结” · 谁偷走了我的爱情 贫贱夫妻百事哀 子欲孝而亲不待 远离消极环境 · 人的多面性 · 能力决定地位 · 你靠朋友,朋友靠谁 · 逃离环境地狱 对自己的人生负责 · 人生是张单程车票下篇 做自己想做的事 生命博弈之根本——健康 · 健康是成功人生的资本 · 为健康投资 · 保卫健康 · 拯救健康 事业是生活的通行证 · 美好生活的阶梯 · 物以类聚,人以群分 · 事业在自己手中 你在做什么 · 做回自己 · 事业定位决定人生价值 · 问自己,我拥有什么 · 奠定人生的“里程碑” 选择导向结果 · 劳力者治于人 · 选择比努力更重要 · 选对行业做对事 · 选择决定命运 · 选择——预知未来 逃离职场陷阱 · 警惕跳蚤人生 · 重拾自己的人生梦想 · “铁饭碗”职场的美好幻景 · 远离职场陷阱 生存的压力越来越大 · 科技的步伐太快 · 市场经济全球化 · 缺乏挣钱的能力 · 没有团队的支持 · 马上成功赛过马 成功密码 · 拥有强烈的上进心 · 寻找成功的环境 · 成功人生靠推销 · 借力使力不费力 · 用好时间做对事后记

## &lt;&lt;你可以过得更好&gt;&gt;

## 章节摘录

上篇 承生活责任之重 生存的成本 养家糊口 提到“养家糊口”这个词有很多人会感到陌生，它似乎与这个时代有些格格不入了。

在20世纪六七十年代，“养家糊口”是比较流行的词。

当时，人们的思想相对比较单纯，只要能够填饱肚子不让家人饿着，就基本算得上是有能耐的人。如今人们托社会的福，见面打招呼不再以“吃了没有”作为问候语。

“养家糊口”这个词也逐渐被人们淡忘。

社会的繁荣，给人们的是另一种压力。

即使是不需要考虑吃饭的问题，也会面临娶妻生子，子女教育，赡养老人的实际问题。

在钢筋水泥构筑的高楼广厦中，是否有一间可以让你栖身而居？

就是房子有了，车子呢？

票子呢？

或许你会说，这些和你的生活都没多大的关系，因为目前你都不需要。

如果是这样的话，我劝你赶紧从梦游般的生活中清醒过来，否则，你就会被这个繁荣的社会遗忘。

或许，你是正在忙于生计大军中的一员，还在围着“肚子”奔波。

家人呢？

或许你会说，没有让家人照顾着就是家人的福分了。

听这话，应该是二十岁以前的孩子说的。

即便如此，在情窦初开的年龄，从谈情说爱开始，生活已不是一个人的事情了。

在人们高谈房子、车和票子的时候，“肚子”族们对此不敢奢望，依然为了生计奔波着，成为城市的边缘人。

前些年，社会出现“40、50现象”。

就是说在这个年龄杠上的人都可以享受提前退休的待遇。

每个月能够拿到保障基本生活的工资，算是幸运的。

尽管提前退休的待遇微薄，但还有一些“上不沾天、下不接地”的人，连这微薄的待遇都享受不着。

恰恰因为年龄相差一岁，只能够一次“买断工龄”，领取更为微薄的“补偿金”，走进下岗工人的行列，就是这些为了单位工作了大半生的人，在一夜之间成为了“孤儿”。

在这个年龄段再找工作特别的难，一是社会上的劳动力众多，再就是年龄偏大，很难再参与社会的竞争。

就这样下去维持自己的生活都成了问题，更难承担起养家糊口的重任。

本该是自己应承担的责任，也变的力不从心。

当贫穷到了一定的程度，一些人就把自己及家人的生活交给了社会，交给了政府。

这类人群寻找安慰的方式就是怀念过去，回忆他们刚刚参加工作时的优越感。

想着三十年前的那个普遍贫穷的社会，是怀念贫穷吗？

当然不是。

怀念的是那个时代生活方式。

至少是没有现在的生活落差。

所以“养家糊口”是穷苦人的词语，却表现出人们最基本的社会责任。

为何而活 人的一生一直在做两件事情，一是逃避痛苦，二是追求快乐。

追求快乐的过程似乎总是没有逃避痛苦的经历让人印象深刻。

如此，快乐就是痛苦以外的生活享受，甚至是一种静态的，无忧无虑的，不用付出的生活状态。

而痛苦则相反，是付出后得到的负面结果。

比如，你一直想做你知道应该做的事情，但是，却迟迟不愿意动手，或者一再寻找借口回避。

就像有一段路程，能够坐车人们就不愿意步行，因为走路会使人很累，累就是痛苦的感受。

从而形成了不同的人生结果。

如果说逃避痛苦是人类的本能。

## <<你可以过得更好>>

追求快乐则要靠人超越痛苦的本领。

皮肉之伤会很快恢复，心理之痛却是很难痊愈。

痛苦带给人的那种痛彻心扉、锥心刺骨如此久在人心，于是乎有些人甚至要穷一生之力去忘却。而快乐呢？

似乎所有快乐的时光都过的如此之快，每每让人意犹未尽。

但仔细想想，其实我们一生中快乐的时间远远多于痛苦。

常常听有人说快乐是短暂的，这只是人们在时间上的一种错觉。

人们在快乐里享受常常是以时或天来计算；当在痛苦中煎熬往往要以分秒计算。

所以人们对痛苦的感受就显得格外深刻。

快乐在生活中无处不在。

但大部分人却选择了忽略自己所拥有的快乐。

而执着于自己所承受的痛苦。

人生苦短，我们何不珍视生活，让快乐淹没痛苦。

走出快乐相对的痛苦，用心创造真实的快乐！

追名逐利是很多人生活的方向，尽管很少有人把名挂在嘴上，而以追求美好生活的名义，大步前进。

传说大清乾隆皇帝下江南的时候，曾到镇江金山寺，俯视长江中往来的船只，好奇地问高僧法磐：“江中船来船往，穿梭如织，你可知一天要来往多少条吗？”

法磐大师淡淡地说：“两条”，乾隆不解地问：“为何只有两条？”

法磐说：“一条为名，一条为利，整个长江无非两条船”。

司马迁在《史记》中也说：“天下熙熙皆为利来，天下攘攘皆为利往。”

古今中外有多少能够脱离名利的人？

即便是大喊看破红尘之人也是“硝烟炮火”过后的寂静，就连被认为清静之地的寺庙，也在大肆宣传以求香火旺盛。

宋朝大词人辛弃疾也不例外，垂暮之年依然发出“了却君王天下事，赢得生前身后名。

可怜白发生”的人生哀叹！

人生一世，我们最难把握的就是“名利”。

名能生利，利中有财，人们一般最放不下的，还是这一个“财”字。

没有它我们就没有房住，没有衣穿，没有饭吃，它始终伴随着我们生活的每一天。

但是中国人不谈名利，似乎是祖上留下的传统。

莎尼兰尔说：“名誉是你的一封最有效的自荐信，你一生的前途都得依赖着它。”

古人说：“君子喻于义，小人喻于利”、“名利于我如浮云”等。

其实，客观的讲，热爱名利是多数人普遍的心态。

尤其是当今时代，市场经济日益繁荣，追求利益已成为浩荡潮流，时刻影响着人们。

其实，名和利一直都是有联系的，往往密不可分。

名利和人生同样是分不开的。

没有人能够脱离名利二字而生存于这个世界。

即便是乞丐为了生存也要乞讨饭吃，所要的食物虽没有名但也没离开利。

曾有老道奉劝世人要与世无争：水有形却无状，谁也不能说清水的形状，我们把它放在什么样的容器里它就是什么形状。

比如我们把它放在圆形的容器里它就是圆的，它柔弱得好像没有自己的性格。

谁都愿意向高处走，惟有水，无论你把它提到多高的地方，它都向着卑下之处流淌，不与别人争。

乍一听还是很有道理的，可是仔细想想水是什么？

人是什么？

明明是两个人完全不同的物质结构。

怎么可以相提并论？

或许说的是让人学习水的精神。

## <<你可以过得更好>>

但是两种不同的物种，是有着各自存的方式。

有的人当他有了地位与金钱以后，便开始劝人们要与世无争。

这有点像哄小孩的把戏，明明知道人们做不到还在不断的宣传这种思想。

自己饥寒无忧，却告诉温饱线上的人们可以想一想与世无争的济公，天天笑呵呵的，凡事都为他人着想，他整天的是“鞋儿破，帽儿破，身上的袈裟破”饥一顿饱一顿的云游四海，逍遥自在！

这是自欺还是欺人？

如今有谁愿意过着那种食不果腹，衣不遮体，居无定所的日子？

相反，这是个充满竞争的时代，如果谁还在想着与世无争，便注定要被社会淘汰。

淡泊名利是一种很高的境界。

它只能是一种唯心的理想。

没有竞争的社会就没有进步。

现在的社会，人人都在忙着挣钱，这种动力是很原始的，最初的动机也很单纯。

那种食可果腹衣可遮体就能满足的时代早已过去。

即使你喜欢做一个淡泊名利的人，面对别人的豪车洋房，而你一家人依然挤在50平方的小套房内，还甘心一无所有吗？

淡泊名利的人，多数一定是功成名就的人。

否则就没有资格谈到淡？

白名利。

因为活着是一种责任，活着就需要锻炼出适应社会的技能。

生活是需要物质作基础的。

人生短暂如白驹过隙，生命在人类的历史长河中，只不过瞬息之间。

人们常说“万里长城今犹在，哪见当年秦始皇？

”所谓的名声与伟业，在历史长河中无非是浮云一片，风起而云散罢了。

再说，“鹪鹩巢于深林，不过一枝；鼯鼠饮河，不过一腹。

”“金玉满堂，莫之能守。

”名利于人，实在是身外之物，如何值得用弥足珍贵的生命去换取？

如何值得用欢歌与笑语去赎买？

人们又何必用无谓的繁忙，去充塞人生的闲暇与安宁，去漠视人生的快乐与欢欣？

此种思想无非是想告诉人们，不必在乎生命以外的东西，与世无争地享受天伦之乐。

这肯定是理想主义大师之作。

人生虽然短暂，生命也有几十年。

几十年的时间实际上也不算短。

对生命的形成来说不容易，我们应该好好珍惜和利用。

一个无牵无挂的人一定是一个与今天社会格格不入的人。

有一个笑话，说有两个人在田里，一个在烈日炎炎下种麦子，干得汗流浹背。

另个一个人就躺在树荫底下喝着茶，哼着小曲。

干活的人说，看你这么懒惰，每天就这样浪费大好时光，你以后吃什么，喝什么？

乘凉的那个人说，你在那儿这么卖命吃苦是为了什么呀？

他说，为了丰收啊。

你丰收又为了什么呀？

他说。

丰收以后就可以用粮食去卖钱。

乘凉人问他，你卖了钱想干什么？

种麦人说，等我卖了钱，我衣食无忧了，再碰上这炎炎夏日，我也不下地干活，找一个树荫躺着喝茶哼曲。

笑话就是故事，故事里未必就是真实的生活。

生命的过程就是奉献和索取的过程。



## <<你可以过得更好>>

每个人都不是为了劳苦才来到这个世界上。

今天流行一句话：手中有粮心中不慌。

当一个人吃了上顿没有下顿，一家人跟着挨饿，生活上没有一点的底气，他还能在那里悠闲自得吗？

生存的成本 在动物界中各种各样的生存模式无一不是在为自己而奔波。

为了肚子每天期盼着能吃饱；为了保存能量而少些活动；为了安全不被自己的天敌发现，学会隐藏；

为了家族的繁衍而寻找伴侣，博得异性欢心。

动物尚且如此何况是高智慧的人。

只是原始的生存法则在人类面前显得纯真，变得脆弱。

人类为了高层次的生存条件在不断的渴望着追求着。

面对自己得不到的东西，欲望就会变成负累。

当私欲变成贪欲，生命将会变得不再高尚。

有私欲不可怕，可怕的是为了私欲而活！

人最可贵的就是拥有强烈的责任心。

只要有思想就要为自己所做的每一件事负责任，如果自己不敢面对自己的所作所为，还会有谁去同情？

在别人的眼里就会变成没有价值的人。

想一想一个人无论是于家庭、在单位、还是对社会都承担不起一点责任，是多么可怕的事情。

没有责任等于被生活放弃。

最多只能是别人生活的附属品。

承担责任不可怕，可怕的是你抛弃了责任，这也就等于你抛弃了生活！

.....



<<你可以过得更好>>

媒体关注与评论

一个人成就的大小，取决于一个人的心境的大小。  
想的大才能做的大，英雄不论出身，如果你总认为自己是个贫民，那你今生将永远是个穷人。  
贫穷与失败都是过去，成功谁都可以。  
只为成功找方法，不为失败找理由。  
有效行动，一生幸福！  
——李玉健

## <<你可以过得更好>>

### 编辑推荐

环境不会改变，解决之道就是改变自己 献给——一定走出人生困境的人，一定要成功却找不到有效方法的人 一个人成就的大小，取决于一个人的心境的大小。

想的大才能做的大，英雄不论出身，如果你总认为自己是个贫民，那你今生将永远是个穷人。

贫穷与失败都是过去，成功谁都可以。

只为成功找方法，不为失败找理由。

有效行动，一生幸福！

——李玉健

<<你可以过得更好>>

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>