

<<慢养家书>>

图书基本信息

书名：<<慢养家书>>

13位ISBN编号：9787508632285

10位ISBN编号：7508632281

出版时间：2012-3

出版时间：中信

作者：黑幼龙

页数：220

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>

## &lt;&lt;慢养家书&gt;&gt;

## 前言

自序 找到更好的自己 20年前我开始用这种“写信”的方式与读者交谈。这些信陆续登在《中国时报》、《联合报》上。

不知为什么，这一直是最喜爱的表达方式。

现在整理出来，放在你眼前，希望你也喜欢。

不久前，在人间电视台接受潘安邦的访问。

以前我只知道他是红遍两岸的大歌星，想不到我竟遇到了一位知音。

他非常认同我的想法，当他对这本书中的一些内容侃侃而谈时，我真的既惊喜又感动。

这20年的变化真大。

我除了已经从知天命进入到随心所欲的年纪外，四个孩子都已结婚成家，而且都有孩子了。

但老实说，我不知道为什么一点儿都不觉得自己老。

如果你真要我说出一个道理，我想我能保持年轻的心境，主要原因应该是：我好想分享；我好喜欢分享；我找到了自己最能分享的方法（用书信的文体与读者谈心）。

最棒的是，还能引发不少火花。

例如，有一次我在航空公司的柜台办手续，服务的小姐就对我说：“做你的孩子好有福气哟！”她怎么会有这种感觉？

我想，一定是看过我写的这些专栏的内容。

还有一次是在接机的时候，有一群空中小姐走出来。

其中一位拿出照相机要与我合照。

照完了她用一种很特别的口吻与表情问我：“你的孩子都结婚了啊？”

我点头说对。

然后，她说了一句让我很难不兴奋的话：“好啦，我们都没希望了。”

她也一定是看了我的专栏后，才会这样说。

类似这样的读者反应，不只是会给我肯定，而且还会督促我继续写下去。

此刻，我最强烈的期望是，但愿你看过这本书中的某一封信后，能更快乐，找到更好的自己。同时，还能帮助你周围的人更快乐，让他们活得更精彩。

## <<慢养家书>>

### 内容概要

面对孩子的日渐成长，为人父母总是既期待，又不知该如何适当地表达关心；夫妇、朋友、同侪间的互动沟通，更攸关一生的幸福成败。

对黑幼龙来说，“写信”正是他与孩子表达感情的最好方式。

70封家书里，黑幼龙与孩子们分享他的人生价值、态度和最真实的心情、感悟，很多说不出口，不知该怎么说出口的焦急与提醒，透过纸张与文字，都化为柔软的叮咛。

## <<慢养家书>>

### 作者简介

黑幼龙：现任卡内基训练大中华地区负责人。  
美国罗耀拉大学硕士。  
曾任休斯飞机公司经理、宏碁电脑公司副总经理、光启社副社长。  
1987年引进全球知名的企管训练课程“卡内基训练”，帮助企业发挥人力资源潜能，增强企业竞争力，他本人也被台湾《天下杂志》评为21世纪对台湾社会最有影响力的人。

黑幼龙根据亲身经历写作的《慢养》（中信出版社2009年6月出版）至今已畅销15万册，“慢养”理念也随之深入广大父母的心中。

## <<慢养家书>>

### 书籍目录

序言 找到更好的自己

Part One 惜福父子情

女儿长大了

给儿子的毕业礼物

有自信才会跟别人说“不”

自信是给孩子最佳礼物

你想成为什么样的人？

你比爸爸好

起而行的人是有福的

惜福父子情

让孩子自己作决定

谢谢你，让我觉得自己很重要

向孩子学习

做自己的主人

让孩子按自己的节奏长大

人都需要感动

婚姻是一种承诺

给长大了的儿子

最具杀伤力的嫉妒

给孩子空间

构图力，沟通的关键

Part Two 不管小孩，比管更难

进了好学校不代表人生成功

沟通，要说到别人想听

赞美真的那么重要吗？

激发孩子的创造力

做女儿的朋友

每个孩子都是独特的

不管比管还难

帮孩子一臂之力

妈妈的12封信

快乐的母亲

父母该留意的是自己

聆听是一种伟大

很多事没什么大不了

Part Three 热爱生命，享受工作

做你感兴趣的事

创造自己的未来

给年轻人的19样人生礼物

珍贵时刻

父母都需要再年轻一下

欣赏他人

珍惜当下

<<慢养家书>>

想做更好的人  
成长是一辈子的事  
孩子好喜欢奶奶  
孩子长大以后  
提升归属感，工作更美好  
享受工作  
做最好的选择  
接受心灵洗礼  
怎样才能乐在工作？

现在开始还不嫌晚  
享受分享的乐趣  
今天你想感谢谁？

美好的日子就在当下  
难忘的一次海上之旅  
年轻人与机会  
你今天的选择是什么？

投入你最爱的  
其实我们都热爱生命  
最富有的一刻  
性格与青少年  
更快乐的一年  
回到未来

Part Four 赞美的力量  
批评是掩饰的赞美  
人人都渴望赞美  
赞美是最好的礼物  
得到赞美与感谢的渴望  
赞美需要释放  
我以你为荣  
感恩的企业文化  
盘算你的福气

Part Five 爱不是占有  
嫉妒不近身  
男人的情妇  
爱不是占有  
接受不完美的家人

## &lt;&lt;慢养家书&gt;&gt;

## 章节摘录

惜福父子情 章前语 有时，看到某些父母特别喜欢功课好的小孩，我真的觉得很惋惜，孩子与父母之间是一种生命的关系，不该因为任何事而有所差异。尊重对方的不同，的确不是一件容易的事，亲人之间更难，多少抗争、破裂，就是因为我们一味要求他人跟自己一样。

好多年以后，也许有那么一个夜晚，当你独自一人在家听音乐的时候，可能会想起——到底爸爸给了你什么。

那时，我希望你想到的是，爸爸帮助你“做你自己”。

女儿长大了 记得有一次你去参加舞会。

我故意不睡觉，等到半夜两点。

你进门的时候，脸上的表情好自在。

既没感到内疚，更没想到会受罚。

你好像觉得这是你自己的事。

那天晚上你好迷那个男孩子，两手握在胸前，闭上眼，抬起头说他好帅，一点儿都不会不好意思。

你不担心别人怎么想——甚至不担心老爸怎么想。

唉！

我不得不说，这是多么了不起的自信。

这种自信是经过很长的时间建立起来的。

如果我也是这建立过程的一部分的话，我不是也该引以为傲吗？

将来，可能是好多年以后，也许有那么一个夜晚，当你独自一人在家听音乐的时候，可能有意思想——到底爸爸给了你什么。

那时候，我希望你想到的是，爸爸帮助你“做你自己”。

今天晚上你母亲邀了几位她高中的同学去吃饭。

我一个人在家，我很想与你谈谈，特别是在信上谈谈。

上一次我们父女俩通信已经是5年前的事了，记得吗？

有很多话我不知该怎么和你谈。

有时候我觉得自己是在逃避。

我怕如果谈的结果不愉快，怎么办？

有时候我觉得自己是很想假装看不见，或假装看不清楚你现在的模样。

更具体地说，我好像感觉到我就要失去你了。

你什么都没有做错，只是我不想看到你一天一天在长大，而且我也挡不住。

好像无论我怎么想，你一定要走上成长的不归路。

有时候，我看到你不想做爸妈的乖女儿时，心里真是颇不能平静，但事后想，这不就是我当年想做而没有做的吗？

我不禁回想自己有多少次由于在乎别人怎么想而让机会溜走。

我常在开会的时候，本来有话要说，却因为怕别人说我爱表现，或担心意见不够成熟，别人会笑，而忍住不讲。

多少次，在吃喜酒的时候，在社交场合，我很想多认识几个朋友，想过去与陌生人（包括异性）谈谈，都因为担心别人会怎么想而放弃了。

甚至夫妻也一样，很多人其实很爱另外一半，但不愿表现出来，因为担心一旦说出来后，他（她）会骑到我头上，以为我怕他，或以为我有外遇。

什么时候我们不在乎别人怎么想，我们就开始有自信了。

就像你现在这样，容光焕发，生活越来越有意思，人越来越漂亮，好像在谈恋爱一样，真是神奇。

然而，有自信的人不会神气活现，更不会有傲慢之态。

相反，最近好多人对你赞美不已，你自己也越来越喜欢与别人聊天。

## &lt;&lt;慢养家书&gt;&gt;

人缘也越来越好，这都是自信的表现。

还有，你发现自己近来很少与人抬杠穷辩了。

因此自信越强的人越能从他人的角度来看事物。

自信帮助我们发现自己的优点与长处，还有许多以前弃之不顾的成就。

怪不得自信坚强的人遇到陌生的状况常能处理得很好。

谈到这里，我真的要说，不一定要做爸爸的乖女儿，做你自己吧！

给儿子的毕业礼物 再过几天你就要毕业了。

最近我没事就会到百货公司去，希望能找到一样东西，作为你的毕业礼物。

有人认为帮儿子选礼物应该很容易，因为他很清楚儿子喜欢什么。

这种说法在孩子还小的时候可能很正确，我会买脚踏车、滑板送给你，但现在你要大学毕业了，该送给你什么呢？

很多东西相当有趣，但不足以表达为人父的心意，很多东西你都不缺。

我开始想，要是我自己就要从大学毕业，回到20多年前，经历了20多年的起伏奔波，静静地回想一下，我最盼望得到的毕业礼物是什么？

于是答案就出现了——我决定写一封信给你当毕业礼物，希望你喜欢。

当我想到要和你谈的时候，第一个出现在眼前的画面就是你小时候的模样。

你最喜欢作文，小学一年级的“提早写作”，你有十篇文章登在墙报上。

但你早上经常起不来，总是最后一个走进教室（眼睛还是半闭着的）——这就是你。

这也是我最想和你谈的，也希望你毕业后常常记得，常常提醒自己——要做自己。

人唯有在做自己、是自己的时候才最开心，才会想出最好的点子，才会做出最有价值的事。

其次是想到你在小学、中学、大学期间，最大的特点，或可说是我最羡慕的地方，就是你有好多朋友。

你不见得比别人更照顾同学，也没有比别人慷慨，但是为什么你有这么多好朋友呢？

我想那是因为你很少批评别人，指出别人的缺点。

很多人以为朋友就该指出他的毛病，这真是大错特错。

当那个人离你远去，你还能帮他什么忙，你怎么做他的朋友。

你的好人缘是你最有价值的资产，无论在婚姻（很多人忽视了与太太小孩也需要建立良好的人际关系）、工作、社团方面都一样。

还有就是在以后的岁月中，你会发现，很奇怪，当你玩得很开心的时候，有一种内疚的感觉会到来，好像在说，你怎么可以这么开心。

你一定要学会拒绝内疚（我已经太晚了，你还来得及）。

最后，也是我的礼物的核心——要珍惜生命。

人不当只会梦想爱，还要能梦想生命，特别是永恒的。

有自信才会跟别人说“不”；我真为我们俩这样的亲子关系觉得庆幸。

那天听了你的话后，我一点儿都不惊讶。

我只是有点儿不习惯。

时间过得真快，快到连适应都不需要了。

你说，你很不喜欢自己不会拒绝别人。

当然，别人教你去杀人放火，你一定会拒绝。

但是，忙得不得了的时候，该怎么对人家说“不”呢？

也不过才几年，你不但已经长大成人，与父亲平起平坐，甚至还可以与我分享心里的问题了——特别是像这种同样困扰了我多年的问题。

有位卡内基训练的讲师曾说过，我不知道成功的秘诀是什么，但我却知道有一条路照着走必定会失败，那就是，想要讨好每一个人。

你看，他真的一语道破问题的关键。

好多人一生都因不会说“不”而苦恼。

我多么希望你这一生别人请你抽烟你会拒绝；别人要你干杯你会拒绝；别人要你抄袭他人的创意

## &lt;&lt;慢养家书&gt;&gt;

成果，特别是老板要你这样做，你也要坚定地说“不”！

交朋友，包括异性朋友，该怎么表示自己不想与他有深交呢？

有人来挖你到他公司去工作，你觉得受宠若惊，但不想去，该怎么说呢？

我觉得你相当有福气。

因为你有我这样的父亲。

我觉得我是最有资格与你谈这问题的父亲。

因为，这问题已经困扰了我好多年。

我一直很羡慕那些没有心理负担的人，他们拒绝别人的时候，虽然很坚定，但态度相当和蔼。

当然，别人可能会不高兴，但可能过一会儿就谅解了，也可能到后来发现这样又更好。

我们都需要更多的自信才做得到。

有自信的人不太担心别人会不会以为他不尽人情；有自信的人常知道自己该做的事；有自信的人很清楚自己能做多少。

有自信的人很了解自己，诸如自己的价值观、自己的志向、自己的兴趣。

同样，他也尊重别人的价值观、志向、兴趣。

最后，也是最重要的，自信坚强的人虽然富有同情心，也愿意帮助人，但他深知不应将别人的问题视为自己的问题。

既然是别人的问题，那个人一定有解决自己问题的能力。

你现在感觉如何？

经过这次心底的沟通，我觉得我们父子俩此刻比过去更为接近。

希望你也有同样的感受。

自信是给孩子最佳礼物 儿子，虽然我们天天在一起，但好像有些话我还是想“写给你”。

两三年前，有一天我们在爷爷家，不知怎么，客厅那时只有我们两个人了。

我从15楼的窗口向外观望，你也跟着过来，站在我旁边。

我问你，你觉得自己最大的优点是什么。

你的回答是我永远都不会忘记的。

你当时想了一会儿说：“我想是我很喜欢我自己。

”能喜欢自己该多好！

你每天功课那么多，但早晚一定举哑铃，做俯卧撑。

浑身肌肉硬邦邦的，我想那是因为你喜欢自己的生活方式。

多少人就是由于不喜欢自己，或只是对自己没把握而开始抽烟、喝啤酒、终日玩网络游戏。

我们成人有时候会遇到人缘很好的人，大家都喜欢和他在一起。

而这些人并不一定比别人聪明，也不见得特别能干，他们的好人缘与金钱、事业更没有关联，可是与他一起玩儿就是很开心。

相信你也遇到过这种人吧！

为什么他们那么受人欢迎呢？

其中很重要的原因之一，我想是这些人常是喜欢自己的人。

喜欢自己的人不是自傲的人。

一个人对自己相当满意之后，他就不想去模仿别人了。

一个喜欢自己的总经理，何必去学别的总经理那样发脾气、摆威风？

一个觉得自己做得很好、常保持进步的职员，也不想模仿那些特别自我低贬的人（结果老板更喜欢他）。

更有意思的是，人越是喜欢自己，就越会付出，很想帮助别人、关心别人。

要是很讨厌自己的话，一定会担心别人会不会接受他的帮忙，或感觉自己不够格帮助他人。

我好喜欢你遇到大人物时的模样，好自在，好轻松。

人无论什么事，包括读书、交朋友、参加活动、谈恋爱，越轻松自然，表现就越好。

再过几年你就要步入社会。

## &lt;&lt;慢养家书&gt;&gt;

从小学到大学，我觉得自己最了不起的一点，就是我一直没有催你去做功课，或提醒你该看书了，甚至从来没在早上叫你起床上学。

本来我觉得那是因为你能够自动自发，但如今刻意思考一下，发现，那可能是因为你很有自信。

儿子，这是你给我的最好的礼物，也可以说是我给你的最佳资产。

你想成为什么样的人？

再过几天你就要毕业了，我有好多话想和你谈。

一开始，我想先与你谈一件30年前的事。

30年前的一个夜晚，我去参加一个毕业舞会。

那时候还没有迪斯科，连扭扭舞都还没流行。

大家多半在跳三步、四步，偶尔会有伦巴。

记得当天有不少男生穿西装，打的领带是细得不得了的那种，但那时候还没有冷气，你能想象吗？

一大群人天热在屋子里跳舞，没有冷气，但大家还是很开心。

有位同学走上台去，说了几句感性的话，好像说到校园的枫叶几个月之后就要凋落，大家不要忘了回母校探望恩师，以后我们就要各奔前程，祝大家前途光明。

当时，不知哪里来的念头，我突然集中思考这些毕业同学10年后会是什么模样。

我开始留意观察好几位同学，想象他们10年后的样子。

他们的衣着、他们的头发、他们的面容。

接着也联想到他们的工作、事业。

有多少人那时已经结婚了？

他们10年后的日子过得快乐吗？

10年后，虽然一定有人曾回校园看枫叶，但我却没有追踪那些人的状况，因为我们想要成为什么样子，我们就会成为那个样子；我们想成为什么样的人，我们就会成为那样的人。

卡内基要我们多注意自己的思想，因为思想能决定我们的心情、生活。

我们常想积极、正向的事，就会变得积极进取，常想开心的事，或颇为自豪的事，我们就会成为快乐、有自信的人。

我们常认为将来的婚姻会很幸福，机会来临的时候，不但不会逃避，而且会满怀自信地抓住它，工作、事业也一样。

我们是自己的主人，我们的未来（有相当的程度）是由我们自己做主。

你就要毕业了。

在那么多的祝福声中，我由衷希望你也能思考一下这个理念。

就把它当成我送你的毕业礼物吧！

&hellip;&hellip;

<<慢养家书>>

编辑推荐

继《慢养》突破15万册后，黑幼龙的70封家书再现黑家“慢养”点滴。在疏离的社会中，黑幼龙不间断写信给孩子们，表达内心的尊重、感谢和心灵感悟。信中字字情意，让亲人更亲，更让看信的人找到最好的自己。读完这些信，你也能找回久违的幸福！

<<慢养家书>>

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>