

<<进与退的人生经营课>>

图书基本信息

书名：<<进与退的人生经营课>>

13位ISBN编号：9787563926633

10位ISBN编号：7563926631

出版时间：2011-5

出版时间：北京工业大学出版社

作者：杨云鹏

页数：243

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>

<<进与退的人生经营课>>

前言

人生是在一个时间轴上的单向旅程，起点与终点虽然都已确定，但这两点之间的路线地图如何勾画，却是千人千面，各有不同。

从整个生命历程的宏观角度来看，不断前进是永恒的，其中也包含着阶段性的后退；而从生命不同阶段、不同层次的微观角度看，其生命历程或是生活历程的向前推进就包含了更多的指向。

如果说在整个人生的战略上我们要不断前进，那么在具体的战术运用中就应该具备更多的灵活性。人生的轨迹可以走成一条不分岔路的直线，同样也可以走成多种曲线乃至回头路，只要保证最后能够到达终点，并且造就一个有意义的人生，走点弯路并非不可甚至还是十分必要的。

中国传统文化讲究阴阳平衡，讲究不偏不倚的中庸之道，即所谓“致中和”。阴阳平衡使我们懂得事物之间相互联系、相互转化，生生不息地处于一种动态的平衡状态中。当某一状态到达一个极端之后，它必然会向着其相反的方面转化。阴阳平衡理论用于行为方式之中便产生了中庸之道，中庸之道不走极端，认为过强或过弱都是不可取的，诚所谓过犹不及，因此中庸便是一种理想的人生状态。

用平衡与中庸的观念来看待我们的人生轨迹，就是让我们在总体前进的指向性上保持一种平衡，保持一种“中正”、“和谐”的状态。不顾一切地勇往直前，可能会使你撞得头破血流；不讲原则地怯懦后退，同样会使你失去实现人生价值的力量。

唯有给自己的人生行程加入一点柔性的因素，寓后退于前进、寓前进于后退，使二者彼此有机地联系起来，共同发力，才能让你的人生旅程走得更加顺畅。

进与退是人生永恒的话题，是一本可能到生命结束的时刻也体味不完的书，然而进与退却是我们时刻都在面临的选择。

当我们在实现目标的前进道路上遇到困难时，是鼓足勇气拼力而上，还是适当后退选择曲径通幽？
当我们面对不合适的行动时间点时，是按照原定的计划继续前进，还是按兵不动静观其变？
当我们陷入困境遭人误解时，是奋力反抗，还是忍辱负重？
当我们意欲实现一个大的目标时，是准备一蹴而就，还是步步为营？
这些选择都是我们必然会面对的，这时我们选择何种行动方式，选择何种进退方法，关系到行动的效果甚至决定着成败。

进退之道是一门学问，需要你不断地去探索；进退之道是一种智慧，需要你不断地去领悟。然而只要你能够理解平衡之道、“中和”之意，懂得刚柔相济、包容万千之理，那么你就能找到适合自己的进退之法，走出自己的多彩人生。

<<进与退的人生经营课>>

内容概要

人生如路，生命如轮。

我们倚轮前行，道路时而平坦，时而曲折，偶有高山挡道，亦有湍流拦路。

面对前进中的障碍，尽管我们可以通过努力去清除或克服，但有时候不妨试着调整车轮的方向，另辟蹊径，因为曲径亦可能有通幽处。

若生命在前行中多一点策略，人生在进退中多一点领悟，就能更加巧妙地达到理想的终点。

《进与退的人生经营课》是启迪人生智慧的心灵读本，掌握多彩生活的喻世良言。

<<进与退的人生经营课>>

书籍目录

第一章 以退为进是一种智慧

做人做事学会刚柔相济

点到为止留余地

学会谦卑恭逊

以小见大，步步为营

以退为进显谋略

曲径通幽巧成功

适时隐藏锋芒

难得糊涂

夫唯不争，故天下莫能与之争

不学是为了学最大的本事

第二章 进退取舍是一场博弈

放手一搏是建立在实力的基础上

学会进退博弈，以降低失败的可能性

“不赌为赢”才是博弈的至高境界

什么样的选择决定什么样的生活

学会用比较优势思考问题

进退与纳什均衡

学会等待时机

表面的“不为”，是为了实实在在的“为”

坚持成为心中的自己

第三章 进退之道要掌握分寸

不要因追捧名人而放弃原则

要有自己的主见

尊重他人的立场和原则

坚守心中的底线

为原则而斗争

做人做事要留有余地

留一只手给自己抓挠

做事讲究度

第四章 奋发拼搏，勇于进

享受不断超越的过程

相信脚比路长

向未知的事物“进军”

勇于冒险

不同眼光的背后

生命不需要被保证

若有50%的概率就要行动

勇而无谋是大忌

成功在于积累

成功属于坚持到最后的人

有梦想的人才能举起心中的奥斯卡

第五章 学会忍让，懂得退

挫折可以为你增值

学会适应压力

<<进与退的人生经营课>>

坚韧的性格会让你成为不倒翁

失败也是一次机会

忍耐就是策略

实现目标必须忍受挫折

第六章 灵活变通，进退得法

学会变通

既要坚守原则，又要懂得变通

你可以不信，但不必排斥

换个角度试试

抱怨不如改变

换个“守”法

让画满字的白纸开出花朵

适时服输

学会改变自己

巧用平面思维法

小利不取，大利不放

合小利为大谋

第七章 进退要懂得谋划全局

人生需要运算

胜算来自冷静的思考

做事要分轻重缓急

顺应形势发展，保护自己利益

没有时机，等待时机

快速捕捉信息

别让小事成为你的滑铁卢

利己的同时不要损人

收益小于成本的事情不去做

尽量缩短做选择的时间

第八章 适时地放弃与退却

一味固执是一种愚昧

不要对完美贪心

放弃是为了更好的选择

试着去过简朴的生活

学会把重负放下

学会忍让和选择使你的生活更有悟性

放弃，是另一种成全

第九章 以宽容之心看淡进退

爱情不可以握得太紧

宽容是金

活的是过程

人生没有输赢

学会适应，生活会更美好

有轻重便有取舍

控制自我，才能成就人生

第十章 在进退中求得幸福美好

欲望转身即幸福

享受寂寞

<<进与退的人生经营课>>

用思想武装头脑来驱除寂寞
寂寞的生涯沉淀生活的美好
煎熬成就伟大
别着急站起来
去繁就简才是人生
追求简单
不要被名利束缚
最幸福的人，不必问人生意义
耐心地做好你现在要做的事
第十一章 不完美才是人生
不完美才是人生
不完美也OK
拥抱缺憾
善于从失误中发现机遇和美
感谢遗憾
人生不用太圆满
学会宽恕自己
第十二章 棋盘方寸，进退识人心
识人有方
透过心灵窗户识心意
关键时刻见人心
防人之心不可无
没有人是全才
第十三章 交友合作中的进与退
善于合作才能发挥最大的价值
与人方便，自己方便
幸福：过分追逐不如诚心给予
用爱心化敌为友
感谢对手
不以喜厌交朋友
学会结交生命中的“贵人”
适当地对朋友进行分级
第十四章 职场进退
学会与上司沟通
成为上司得力的助手
学会给上司留面子
不在其位，不谋其职
藏起你的锋芒
与同事相处有道
学会主动争取
成功求职方略

<<进与退的人生经营课>>

章节摘录

以退为进，由低到高，这是一种自我表现的艺术。

人不怕被别人看低，而怕的恰恰是自己把自己看低了。

在必要的时候，可以暂时藏起“高”来，退一步比进一步更重要，因为你可以重新找到一条生活的出路。

老子曾经告诫世人：“不自见，故明；不自是，故彰；不自伐，故有功；不自矜，故长。

”这句话的大意是，一个不自我表现的人会显得与众不同；一个不自以为是的人会超出众人；一个不自夸的人会赢得成功；一个不自负的人会不断进步。

美国第30任总统柯立芝在阿默斯特大学的最后一年，曾经被美国历史学会授予一枚金质奖章。

在当时，这是一个被无数人看重的荣誉，可他没有对任何人说起过这件事，甚至自己的父亲也不例外。

直到他毕业参加工作之后，他的上司北安普敦的法官菲尔德才无意中在《斯普林共和》杂志上看到了对这一事情的报道，于是对他极为赞赏。

当柯立芝竞选州议员时，在选举即将进行的前夜，他无意中听到了州议会议长的职位正虚位以待的消息。

于是，柯立芝拎着他那“又小又黑的手提袋”，大踏步地赶到北安普敦车站。

两天以后，当他从波士顿回来时，手提袋里已经装满了大多数议员亲笔签名推举他为议长的联名信。

就这样，柯立芝顺利地出任州议会议长，从而迈开了自己走向政坛的第一步。

柯立芝在获取政坛职位时的顺利，无疑是和他平时积累的谦虚分不开的。

谁都想保荐一个真诚而谦虚的人，这一点毋庸置疑。

古希腊哲学家亚里士多德说过：“对上级谦恭是本分，对平辈谦逊是和善，对下级谦逊是高贵，对所有的人谦逊是安全。

”谦恭地做人，对你有益无害。

谦和的态度，常会使别人难以拒绝你的要求，这也是一个人无往不胜的要诀。

只有那些肤浅的人才喜欢在别人面前吹嘘自己。

他们总是在自我营造的浅薄的氛围中陶醉与自娱自乐，因此，他们会不厌其烦地提醒别人自己做了多少事情，告诉别人自己有多么重要，生怕别人把自己给忽视了。

可是，当人们不停地炫耀自己时，反而会让大家觉得反感。

只有那些取得了成绩却默不作声的人，才能在不被人们注意的情况下迅速取得成功。

大多数人都不喜欢那些随时随地把自己变成焦点的人，甚至有些人想当场把这些爱炫耀的家伙的华丽外衣撕开，让其露出丑陋的真面目。

但是尽管很多人都明白虚荣会招来别人的厌烦，可是多数人还是不自觉要显示和炫耀自己的成绩。

因为，在潜意识里，他们以为如果不炫耀，别人就会以为他们是愚蠢和窝囊的。

可是事实却不是如此，高调炫耀不能证明自己聪明，低调谦虚也不是向世人宣告自己无能。

相反，炫耀和傲气不仅不会带来任何好处，反而可能会带来灭顶之灾。

所以，很多成功的人都懂得适时地保持低调，以谦逊的态度对待别人，也正因为如此，他们才更能受到人们的尊重和欢迎。

在生活中，我们提倡低调，可是不等于什么事情都不能说，什么时候都不该引起别人的注意。

与人相处，有时候我们过于忍让、过于低调，他们反而会觉得我们好欺负，所以该保护自己的时候，也应该勇敢而坚定的发出自己的声音。

可以说，一个谦卑的人总会赢得大家的尊重，但是谦卑并不意味着一味退让、毫无原则。

一个骄傲又锋芒毕露的人，常常会因为无视他人的存在而失去别人的支持，最终会陷入卑贱的泥潭；而一个低调谦卑但是有自己原则的人，并不代表懦夫和无能，而是怀揣厚积薄发的生存智慧。

P006-007

<<进与退的人生经营课>>

编辑推荐

当我们在实现目标的前进道路上遇到困难时，是鼓足勇气拼力而上，还是适当后退选择曲径通幽？

当我们面对不合适的行动时间点时，是按照原定的计划继续前进，还是按兵不动静观其变？

当我们陷入困境遭人误解时，是奋力反抗，还是忍辱负重？

当我们意欲实现一个大的目标时，是准备一蹴而就，还是步步为营？

这些选择都是我们必然会面对的，这时我们选择何种行动方式，选择何种进退方法，关系到行动的效果甚至决定着成败。

由杨云鹏编著的《进与退的人生经营课》将为你讲述进退之道这门学问。

<<进与退的人生经营课>>

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>