

<<生命是长期而持续的累积>>

图书基本信息

书名：<<生命是长期而持续的累积>>

13位ISBN编号：9787511233745

10位ISBN编号：7511233740

出版时间：2012-11

出版时间：光明日报出版社

作者：彭明辉

页数：237

字数：140000

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>

## <<生命是长期而持续的累积>>

### 前言

内地作者序两岸三地竞逐经济发展的结果，愈来愈多的人不但“向钱看齐”，甚至“以命搏钱”，把金钱当做人生的目的，而生命却沦为仅仅只是手段。

但是，人活着不能只有钱，因为生命里有太多不可或缺的东西是金钱买不到的。

人需要爱，通过爱来突破孤单、寂寞和空虚，通过彼此的爱来相互扶助走过生命的低潮。

得不到爱的人会怀疑自己的价值，自觉不值得被爱的人等于是在否定自己。

但是，真诚的爱没办法用钱买，当一个男人用钱去买一个女人的爱情时，只能买到她的身体，而买不到她的灵魂。这是一种羞辱，没什么好得意的！

饮食男女可以满足人最基本的生理需要，也可以被夸张成为奢华的宴饮和无度的浪荡。

但是，一个人如果只能在饮食男女上找乐趣，而没有能力从大自然、艺术或文学中获得精神上的满足，连他自己都会不时怀疑自己跟动物到底有何不同，也会因而怀疑起自己做为人的价值与意义。

人们常说“人活着就是为了追求快乐”，但是台湾的林义杰却甘愿忍受沙漠和南极的严厉天候，冒着生命危险在四大极地里赢得超级马拉松总冠军。

他为什么甘愿追求痛苦，而舍弃快乐？

因为他在极地马拉松里看见自我挑战与自我突破的意义。

追逐理想、成就自己的人生意义和价值，这是比快乐或享受更吸引人的。我们年轻时都曾经为了某些自己认为有意义的事而甘愿吃苦受罪，即使没人理解也不在意。

所以，人生最重要的是找到自己能够认同的人生意义，并且在追求它们的过程中获得远比享乐更高的满足。

这是一本写给年轻人的书，跟他们分享我人生中各种的喜悦和满足，希望他们可以看见生命的广阔与壮丽，以及远比现实更令人感动、满足的心灵世界。

彭明辉2012年9月19日于台湾

## <<生命是长期而持续的累积>>

### 内容概要

整本书在讲一个明确的主题，生命是一种长期而持续的累积过程，强调生命的延续感和肯定对人生意义的追寻及心灵的修炼。

我们都应该思考，在拼命追求成功与财富的同时，灵魂是否得到了益处，本书提醒我们省思生命中真正重要的课题。

作者以他个人学思兼顾的生命过程与经验，现身说法而畅谈人生哲学，不落窠臼而切中我们每个人都面对的生命课题：诸如生命、死亡、际遇、幸福、财富、价值、意义、爱情、婚姻、学业、职业等等，并赋予积极面对解决问题的正能量指点，堪称是一部指点人生迷津的宝典秘笈。

针对年轻人所可能遭遇到的困境与两难的抉择，引领他们看到脱出困境的关键，以及抉择的要领。  
希望年轻人可以走出联考定终生的浅短视野，以长程的视野去看待人生中的困境与抉择，走出绝望与焦虑。

“生命是持续而不曾间断的累积过程，不会因一时的际遇而毁了一个人的一生”。  
希望读者在面对人生时，要能既积极又从容：一边累积各种能力，让生命的力量得以滋长；一边不时放空自己，让生命得到呼吸与喘息的空间。

## <<生命是长期而持续的累积>>

### 作者简介

彭明辉

英国剑桥大学控制工程博士，现为台湾清华大学动力机械工学系荣誉退休教授。

曾获中国画学会“艺术理论金爵奖”与“帝门基金会艺术评论奖”，

40岁以前闭门读书；40岁以后开始摸索跟这块土地与同胞互动的方式，是影响台湾年轻人的一代精神导师。

最喜欢写的文章是影评、画论、小说导读，以及人生哲学。

曾任台湾清华大学动机所教授、台湾清华大学艺术中心主任、新竹文化协会创会创办人、台湾生命教育学会常务理事等职务。

## <<生命是长期而持续的累积>>

### 书籍目录

内地作者序

原台湾版序

#### 第一部 生命是长期而持续的累积

Unit 1：困境与抉择

Unit 2：不后悔的人生

Unit 3：活着，为了什么

Unit 4：寻找终身伴侣

Unit 5：财富的意义与迷思

Unit 6：平凡人都可有不凡的价值

#### 第二部 学业、志业与职业

Unit 7：为自己念大学

Unit 8：因应产业变迁的硕士教育

Unit 9：留学的三个理由

Unit 10：职业、兴趣与志业

Unit 11：给进退两难的博士生

Unit 12：壮游与神游

#### 第三部 婚礼的祝福

Unit 13：不确定的年代，不确定的爱

Unit 14：怨偶与佳偶（上）

Unit 15：怨偶与佳偶（下）

Unit 16：不婚，不是最坏的选择

#### 第四部 人生的智慧与陷阱

Unit 17：不要当无趣的中年人

Unit 18：只有生命，没有矛盾

Unit 19：幸福，在看不见的地方

Unit 20：走出理性与感性的战争

Unit 21：30而立，40而不惑

## &lt;&lt;生命是长期而持续的累积&gt;&gt;

## 章节摘录

版权页：第一部 生命是长期而持续的累积 生命是一种长期而持续的累积过程，绝不会因为单一的事件而毁了一个人的一生，也不会因为单一的事件而救了一个人的一生。

我们该得的，迟早会得到；我们不该得的，即使侥幸巧取也不可能长久保有。

如果我们看得清这个事实，许多所谓“人生的重大抉择”就可以淡然处之，根本毋须焦虑。

而所谓“人生的困境”，也往往当下就变得无足挂齿。

如果看得更深远而透彻，人活着，为的是追求一辈子的幸福，而不仅仅只是起跑点或终点上的输赢，甚至也不是过程中的输赢。

赢了，得到一时的快乐；输了，难免一时的痛苦。

但是，在人生绝大多数的时间里，我们的幸福却跟输赢无关。

只要有了一家人的爱，很多人都可以过得幸福，而不需要太多的物质来维系这难得的幸福。

但是，一家人的爱不能只凭运气或命定的良缘，它更需要当事人的用心经营，以及“爱人”的能力，才有办法克服彼此成长过程中被潜移默化的文化与价值差异，通过彼此的努力倾听，才会有真正的尊重与了解，以及在内心痛苦时给予最大的扶持。

“被爱”是幸福的，但是如果没有“爱人”的能力，就很难长期维系“被爱”的幸福。

而能力要靠长期的累积，不能靠一时的运气。

欣赏大自然的能力，或者阅读文学、历史与欣赏音乐、美术的能力都攸关着我们独处时能否得到深刻的满足，也决定了我们对人性与欲望的洞察能力，乃至看透了人生而知所取舍的智慧。

没有这些智慧，再多的名利都无法保证我们可以远离烦恼与痛苦，而得到心灵的平静与满足。

这些能力的累积都无关乎一时的成败，全凭我们一生长期而持续的累积。

困境与抉择 许多人应该都还记得联考或学测前夕的焦虑：差一分可能就要掉好几个志愿，甚至于一生的命运从此改观！

到了大四，这种焦虑可能更强烈而复杂：到底要先当兵、就业，还是先考研究所？

我就经常碰到学生充满焦虑地问我这些问题。

可是，这些焦虑实在是莫须有的！

譬如，我的两个孩子成绩都没有到“就算失常也稳考得上”的程度，但是我和两个孩子就都不曾在联考前夕真正地焦虑过。

生命是一种长期而持续的累积过程，绝不会因为单一的事件而毁了一个人的一生，也不会因为单一的事件而救了一个人的一生。

我们该得的，迟早会得到；我们不该得的，即使侥幸巧取也不可能长久保有。

如果我们看得清这个事实，许多所谓“人生的重大抉择”就可以淡然处之，根本毋须焦虑。

而所谓“人生的困境”，也往往当下就变得无足挂齿。

以联考为例：一向不被看好的甲不小心猜对十分，而进了建国中学；一向稳上建国的乙不小心丢了廿分，而到附中。

发榜日一家人志得意满，另一家人愁云惨雾，好像甲、乙两人命运从此笃定。

可是，联考真的意味着什么吗？

建国中学最后录取的那一百人，真的有把握一定比附中前一百名前景好吗？

侥幸考上的人毕竟仍旧只是侥幸考上，一时失闪的人也不会因为单一的事件而前功尽弃。

一个人在联考前所累积的实力，绝不会因发榜时的排名而有所增减。

因为，生命是一种长期而持续累积的过程！

所以，三年后乙顺利地考上台大，而甲却跑到成大去。

这时回首高中联考发榜的时刻，甲有什么好得意？

而乙又有什么好伤心？

## <<生命是长期而持续的累积>>

### 编辑推荐

《生命是长期而持续的累积:彭明辉谈困境与抉择》是一本写给年轻人的书，跟他们分享我人生中各种的喜悦和满足，希望他们可以看见生命的广阔与壮丽，以及远比现实更令人感动、满足的心灵世界。

彭明辉，台湾清华大学教授，台湾年轻一代的精神导师。

二十多年来，他的一篇名为“生命是长期而持续的累积”的文章在网上广泛流传，甚至是内地偏远地区的中青年学生也为此激励，他为无数人解答关于学业、职业、志业、婚姻与人生的问题，引领他们走出困惑迷思、作出抉择、找到人生信念、意义与幸福，由此为越来越多的年轻人追捧。

他的许多观点，与当下急功近利的社会心态截然不同、化解焦虑、提供正向思考，带给人新的价值观和行动选择。

彭明辉语摘：联考真的意味着什么吗？

侥幸考上的人毕竟仍旧只是侥幸考上，一时失闪的人也不会因为单一的事件而前功尽弃。

一个人在联考前所累积的实力，绝不会因发榜时的排名而有所增减。

因为，生命是一种长期而持续累积的过程！

很多人年近三十还是不清楚自己到底要的是什么。

对于三十岁左右的年轻人，我期望他们可以找到一份足以养家与养老的工作，并且希望他们有机会在这工作里找到一些他们可以肯定的意义，下班后还有时间可以继续为自己一辈子的自我成长而努力。

这个社会迷信学位、头衔和权位，其背后最根本的动机，还是想藉此肯定自己比别人更有“能力”。

问题是，假如一个人一定要藉着别人艳羡的眼光才能肯定自己，这岂不正巧彰显了这个人只有外表而没有更深刻的内在能力，因而无法靠自己来肯定自己？

## <<生命是长期而持续的累积>>

### 名人推荐

一本易读且引人入胜的书，提醒大家省思生命中真正重要的课题。

彭明辉教授完成的一本引领我们安顿人生的好书。

彭明辉教授科技与人文兼修，哲学、文学、音乐、书法、绘画无所不通，人生历程亦充满智慧的抉择

。

本书真诚恳切地与年轻学子分享所思所感，宛如一盏明灯，指引出一条有方向的稳健的路径。

倡导一种回归的情感，在如今房价、物价迅速飞涨，人们普遍幸福感缺失的气候下，我们需要调整一下自己的意识形态，需要沉思和反省，我们的生活究竟缺了什么，应该追求什么？



<<生命是长期而持续的累积>>

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>