第一图书网, tushu007.com

# <<人生三味药>>

## 图书基本信息

书名：<<人生三味药>>

13位ISBN编号：9787530845714

10位ISBN编号：7530845713

出版时间：2008-6

出版时间：天津科学技术出版社

作者：冠诚

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

第一图书网, tushu007.com



## 前言

煎一碗好药，享幸福人生身体生病，可以打针吃药；如果生活“病了”，那该怎么办？
遭遇误解、发生争执、陷入低谷、丢失信念、感到迷茫……这些不良状态都是生活中的顽疾，每个人都可能会遇到，每个人所表现的症状也都各有不同。
有些人为此痛苦不已，就此消沉；有些人却一笑了之，继续奋斗。
为何会有这样的差异？
因为后者善于为生活治病。
他们往往能煎上一碗立竿见影的妙药，消除病痛，恢复健康。
这碗治疗生活病痛的妙药，由三味药材组成。
而这三味药材，则是胡适先生早在数十年前便为我们开出的妙方上的——问题丹、兴趣散以及信心汤。
这三味药材从何而来呢？
“问题丹”自然源于善思好问。
《论衡·实知篇》中有云：“不学不成，不问不知。”人生处处都有问题，若善于研究分析，就有办法将其克服，我们的思想、态度也会随着一个个问题的解决而日益成熟。
有了面对问题的勇气和解决问题的决心，我们便不会惧怕任何困境，生活之路无论走到哪里，都如同坦荡大道一般——这便是“问题丹”的妙处。
“兴趣散”则是从爱好中寻找。
人生走的不是非进则退的小巷，而是广袤无垠的草原。
我们要做的，是在四通八达的路上，选择那个走起来最舒服的方向。
倘若我们要走的路，恰好是自己最喜欢的兴趣所在，自然完美无比。
即使兴趣不是我们赖以谋生的手段，也并不妨碍它成为我们眼中的美妙景致，成为给我们的生活增添绚丽色彩的一抹彩虹。
有了开胃丹药和温补散剂，自然还需一碗清凉滋润的灵汤将其融合以发挥最佳药效。
这碗灵汤，便是生活中绝不可缺的信心。
正如英国诗人马尔德所说：“信心，可以让你赢得一切你有信心得到的东西。”它能有这种效果并不奇怪。
因为信心是一种无畏的精神、一种坦荡的态度。
它让我们有了发现问题、克服困难的勇气，也让我们可以坦然面对自身的优劣，理智寻找最佳的兴趣之路。
了解了药材的来源，要找到它们就不难了。
接下来，便可将这三味名贵药材细细研磨，放入罐中，文火久煎，耐心煮熬。
炼成之药，口味可能因人而异，或甘、或苦、或辛、或酸，不过这都丝毫无妨于其效果。
因为这味觉的变化，正是它起作用的征兆。
喝下此碗良药，人生还会有何痛苦吗？

第一图书网, tushu007.com



## 内容概要

身体生病，可以打针吃药；如果生活病了，那该怎么办？
　遭遇误解、发生争执、陷入低谷、丢失信念、感到迷茫……这些不良状态都是生活中的顽疾，每个人都可能会遇到，每个人所产生的症状也都各有不同。
有些人为此痛苦不已，就此消沉；有些人却一笑了之，继续奋斗。
为何会有这样的差异？
因为后者善于为生活治病。
他们往往能煎上一碗立竿见影的妙药，消除病魔，恢复健康。
　这碗治疗生活病痛的妙药，由三味药材组成。
而这三味药，就是胡适先生早在数十年前便开出的妙方：问题丹、兴趣散以及信心汤。

# <<人生三味药>>

## 书籍目录

一、开胃丹丸——问题丹　1. 掩耳盗铃，不如正面视之　2. 没有克服不了的问题　3. 问题是来自生活的福音　4. 试着克服“问题恐惧症”　5. 你能找到问题的“靶心”吗？
　6. 学会提问，也是一种艺术　7. 选择问题，放弃问题　8. 来分享我的问题吧　9. 跳不过去，就绕过去　10. 转个身试试　11. 小聪明不如大智慧　12. 从全局把握问题　13. 找寻最简单的生活　14. 永远选择第三条路　15. 问题就是机会二、温补散剂——兴趣散　1. 兴趣，人人都有的生活调味剂　2. 兴趣是灵感的开关　3. 耐力，源自兴趣　4. 兴趣，一把奇幻的双刃剑　5. 兴趣是天生的　6. 环境造就的兴趣
　7. 自己的兴趣自己找　8. 空想出来的兴趣　9. 你应该拥有哪类兴趣　10. 多点兴趣也不错　11. 不妨把兴趣做成事业　12. 别让兴趣陷入恶性循环　13. 让兴趣成长起来　14. 有代价的兴趣　15. 兴趣，在伤痛中带来快乐的精灵三、大补药汤——信心汤　1. 信自己，便是信世界　2. 有信心，我就可以主宰自己　3. 把握自信的分寸　4. 接受自己的弱点　5. 你是独一无二的　6. 我的眼中没有障碍　7. 信心，不仅仅是信自己　8. 行动是信心的增强剂　9. 点燃成功的欲望　10. 我没有时间自责　11. 给自己一个暗示　12. 坦然面对自己　13. 散发出你的魅力吧　14. 让信心成为习惯　15. 信心，打造成功的奇迹

# <<人生三味药>>

## 章节摘录

插图：一、开胃丹丸——问题丹1.掩耳盗铃，不如正面视之众人大都偏好皆大欢喜的故事，因为我们希望自己的人生也能如同故事中所说的那般完美无瑕。
完美无瑕的标准究竟是什么？
恐怕没人能给出一个标准答案。
但无论差别有多大，至少会有一个共通之处——生活随心所欲，不会出现任何问题。
倘若将人生比做行路，问题便是人生路上的碎石，无论大小，都会让我们觉得踩起来很不舒服，都是心头的，一堵障碍。
一旦出现问题，至少从心理上来说，这生活就已经不完美了。
只是看着就已经心里别扭，若要解决，更得耗费大量的脑力、体力、财力、物力、精力……这对不少人来说都是一番让人头疼的浩大工程。
于是，我们渴望的生活状态与种种问题便成为了水火不相容的冤家。
在这场完美与现实之间的斗争中，前者往往居于下风。
因为，生活的一帆风顺只能出现在幻想之中。
现实就是现实，它始终充满着大大小小各式各样的问题。
真正的“完美”如海市蜃楼一般遥不可及。
即使偶然出现，也不过是昙花一现，转瞬即逝。
既然得不到完美，不少人便退而求其次：反正问题总是客观存在，那么不妨考虑从主观上去消灭它，寻求心理上的慰藉。
毕竟生活是通过眼睛、耳朵反映在心中的世界，如果闭上眼睛、捂住耳朵，不就看不到问题了吗？
于是，整个世界便清静了、完美了！
然而，这样的完美果真很美吗？
《吕氏春秋·贵直论》中曾记载这样一则故事：春秋时期的某一天，在家养精蓄锐，享受完美生活的宋康王突然接到前线使者来报，说齐国已经发兵攻打自己，大军压境百姓惊慌，情况十分紧急。
宋康王觉得很不可思议，自己的人口、兵力哪一点都不比齐国弱，他们怎么可能来攻打宋国？
本来好好的心情，就被这使者的话搅乱了，宛若平滑如镜的湖面被一颗石子搅起了刺眼的波纹。
宋康王十分不满，于是便在众大臣的怂恿下，砍掉了这个使者的脑袋。
不过问题的突然出现，始终让宋康王感到不安。
于是他又派出第二个使者去前线打探。
不多日，使者匆忙回报，说齐国已经越过了边界，正在向宋国国都逼近，百姓已经开始向西迁徙。

## 编辑推荐

身体生病，可以打针吃药；如果生活病了，那该怎么办？
找一剂治疗生活病痛的妙药呀。
那这剂药方该怎么开呢？
看看《人生三味药》，它将告诉你这剂药由三味药材组成：问题丹、兴趣散以及信心汤。
喝下此碗良药，人生不会再有痛苦。

第一图书网, tushu007.com



## 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