

<<这是我要的人生吗>>

图书基本信息

书名：<<这是我要的人生吗>>

13位ISBN编号：9787550611627

10位ISBN编号：7550611629

出版时间：2012-4

出版时间：凤凰

作者：卢苏伟

页数：216

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>

<<这是我要的人生吗>>

前言

解读你自己生命的脚本这是自我疗愈的写作系列，非常独特的一个阶段。

在成长过程中，我们的父母、家人、老师，会在我们的生命存折中登录不同的经验，这些生命的历程会影响我们未来的选择和决定，更会左右我们在家庭和婚姻中为人夫妻和父母的角色。

如果我们能深度地了解自己，曾经被登录的经验和自己顺服或抗拒的对话，就会更懂得自己要的是什么，学会做自己生命真正的主人。

这是一本独特的书，看的是别人生命的故事，解读的却是自己生命的脚本，如果你满意你生命的所有，这本书会让你充满着宁静和欢喜的能量；如果至今你仍不满意自己，这本书会给你明确的方向，不再做别人期待的傀儡，你会从生命的层层紧身衣中解脱。

书中没有固定和明确的答案，你读第一次和第二次，现在读和十年后再读，都会有不同的感触和领悟。

这是一本属于你个人私密的对话，你和书中的人物对话，也是在和你内心深处的真我对话！

衷心祝福！

卢苏伟2010.8.17识于板桥

<<这是我要的人生吗>>

内容概要

生命其实有无限可能，身为畅销励志作家的卢苏伟，早已用自身经验激励了无数的现代人。一个智商只有七十、大学考了五次的启智班孩子，却能凭借努力，成为知名的辅导与潜能开发专家，不断巡回演讲，帮助更多人找到属于自己的人生方向。

在《这是我要的人生吗》里，卢老师藉由他人的故事，为我们抽丝剥茧，无论是工作、家庭或自我内在，他都点出了现代人的迷惘与焦虑，这些迷惘与焦虑成为我们痛苦的根源。

国内外知名潜能整合专家。

小时候因为脑膜炎的侵袭，让他的记忆功能受损，直到小学五年级才真正的学会认字。

他读过启智班、特殊教育班，但凭着过人的意志与家人永不放弃的支持，花了七年，重考五次，终于考上了中央警察大学犯罪防治学系。

大二时经由教授的辅导，他发现自己逻辑与分析方面的特殊天才，也找到了适合他的学习模式；最后以全班第三名的优异成绩由警大毕业。

从此卢苏伟找到生命的里的阳光。

致困惑、迷茫中的年轻人。

原来，生命从来有无限可能！

<<这是我要的人生吗>>

作者简介

卢苏伟，生命其实有无限可能，身为畅销励志作家的卢苏伟，早已用自身经验激励了无数的现代人。一个智商只有七十、大学考了五次的启智班孩子，却能凭借努力，成为知名的辅导与潜能开发专家，不断巡回演讲，帮助更多人找到属于自己的人生方向。

在这本书里，卢老师藉由他人的故事，为我们抽丝剥茧，无论是工作、家庭或自我内在，他都点出了现代人的迷惘与焦虑，这些迷惘与焦虑成为我们痛苦的根源。

国内外知名潜能整合专家。

小时候因为脑膜炎的侵袭，让他的记忆功能受损，直到小学五年级才真正的学会认字。

他读过启智班、特殊教育班，但凭着过人的意志与家人永不放弃的支持，花了七年，重考五次，终于考上了中央警察大学犯罪防治学系。

大二时经由教授的辅导，他发现自己的逻辑与分析方面的特殊天才，也找到了适合他的学习模式；最后以全班第三名的优异成绩由警大毕业。

从启智班走来，卢苏伟把自身的经验写成了《看见自己的天才》一书，告诉大家“没有天生不会读书的孩子”；而他的另一个身分是激励专家，在鸿海、友达、三商人寿、南山人寿、安丽、生产力中心、大陆工程、中华汽车、远东企业集团、统一企业、中央研究院、中央银行、财政部、教育部、金石堂、诚品等机构担任课程和演讲，足迹更踏遍了美国、加拿大、香港、澳门、澳洲、马来西亚、菲律宾等地，感染了正在各种不同行业和各种不同阶层奋斗的无数听众，让他们活出自我，将自己的人生演绎得更加出色。

卢苏伟已出版了《你是光芒 卢苏伟的15堂爱自己》《只要你想你要，你就得到》《相信自己，你最棒！

》《关键1秒》等，以及数十本畅销书。

<<这是我要的人生吗>>

书籍目录

自序：解读你自己生命的脚本

01 关于期望 属于你自己的使命

属于你自己的使命，你可能会漠视，但它永远和你形影不离。

请正视它，并实践它，完成它不会有什么损失。

生命中，有许多的期待不是别人给我们的大部分都是我们自己要的。

再给自己一次机会吧，认识自己真正想要的是什么。

02 关于选择 其实，环境无法影响你

我们是被决定和选择的吗？

其实，环境无法影响你，你一直是个舵手，只是你不敢正视自己的选择和决定。

生命没有对或错、好或坏，一切都只是一连串的选择而已。

你选择了所有的一切，包括你的父母、家庭、另一半和孩子；当然，你也选择了你现在的自己。

03 关于成长 别怕做更好的自己

事情没有好或坏，任何事件的发生都是有原因的，你希望生命是不断学习和自我提升，还是不断自我毁灭和沉沦呢？

你的注意力，决定了你的命运！

别怕做更好的自己，勇于面对生命的礼物和恩典，学习让生命充满活力和动力，再次学习和成长。

04 关于幸福 找到你真正的满足

幸福的人生看似遥远，却往往近在身旁。

找到你真正的幸福和满足，就是看见你已经拥有的恩典和礼物，你期待和需要的一切，早就具备和拥有，只等你看见和感恩。

05 关于犯错 觉察天生的不完美

生命是一连串的盛宴，其实没有错误和瑕疵，只要能察觉天生的不完美，就是上天最大的杰作。它让我们从一再的错误中，看见自己不期待和不需要的一切。

没有错误，只是结果和我们期待的有所不同，一切事情都有着最好的安排和祝福；只要你相信，你就会得到祝福。

06 关于婚姻 发现爱与幸福的真谛

发现爱与幸福的真谛，夫妻不是因误解而结合，你的另一半一直都是最好的伴侣，试着去读懂这位亲密的枕边人，会带给自己和另一半最好的祝福。

同时，你也该学会悲悯我们的父母，一直都没有正确地经营他们的婚姻。

07 关于付出 把生命当成一颗种子

把生命当成一颗种子，你付出什么，就会得到什么。

那么，为什么还要迟疑付出的决定呢？

08 关于成败 输赢是与自己的竞争

输赢是与自己的竞争，你一直是个赢家，你只输给了你要的全赢，留一点赢的机会给别人，我们就会赢得更多！

<<这是我要的人生吗>>

09 关于价值 在你生命中最重要的事

你生命中最重要的是什么？

如果知道你生命的天平上有哪些砝码，并懂得如何去衡量，就会知道自己的得失和方向；如果你不知道，你的人生一定是一团糟。

10 关于挫折 将危机视为人生转机

将危机视为人生的转机，将逆境视为生命的礼物，一切都是你的决定和选择，多给自己机会，你自然会拥有不败的人生习惯。

11 关于爱 爱别人前先学会爱自己

爱别人前先学会爱自己，不懂爱自己，你只会到处碰壁，最后会把自己关进没有光和温暖的地狱。
爱是光，爱是希望，就从爱自己开始吧！

12 关于梦想 让生命活出光与热

让生命活出光与热，你也可以有不一样的人生。
你还在犹豫吗？

“梦想”今天不开始，明天一定会有更多困难。
出发吧！
有开始，就会有希望。

13 关于服务 学习奉献与回报的意义

我们如果能把对神的服侍，用于世间的众生，就会得到神最大的祝福，人是因为有价值，才能让别人利用，我们有什么理由，要做一个没有价值的人呢？
记住，永远以服务别人为最大的荣耀！

14 关于重新开始 拥有坚持下去的勇气

每一天、每一分、每一秒都是全新的开始，唯有放下过去的经验和知识，我们才可以认识最棒的现在，毫不畏惧地和过去的成败脱离，做个全新的自己，并为自己的决定与拥有，坚持到底！

<<这是我要的人生吗>>

章节摘录

版权页：“阿伟，你什么时候去考研究生？”

”这是大姐每次遇到我，都必提的一个问题。

但，我的答案都是一样：“太忙了，明年再说吧。”

”就这样，一拖许多年过去了……三年前，过年时，大姐又鼓励我再去考研究生，我觉得有点厌烦，我又不是读书的料，心里很想回她：“年纪太大了，留给孩子读吧！”

”话还在喉间，我看大姐神情怪怪的，接着，她就以略带伤感的声音告诉我：“老爸生前一直有个心愿，要我鼓励你把书读完。”

”大姐说，爸爸生前在一次电话中，一再地提醒大姐，要督促我再读研究生。

大姐讲着讲着，声音开始有些哽咽。

我一时忍不住，泪水淌了下来……我的大姐，为了我去学教育，还勇敢地向父母承诺，会照顾这个患有脑膜炎的弟弟一辈子，会教他一辈子。

大姐为我付出了那么多，背负着先父的遗愿，要看我把书读完。

“这么简单的一个愿望，如屎我都做不到，那我还真不是人。”

”回到家，我告诉太太和孩子，我要参加今年的研究生考试，我的理由就这么简单。

考试在3月，只有两个月的时间准备，但我疯狂的行径，我太太和孩子已经习惯了，因为我说出口的事，就一定会做到。

他们看着我到处找已经被封存的教科书和上网找书的积极模样，就知道我不是在开玩笑。

“老爸，我们都支持你，加油！”

”已经十几二十年不曾为考试而读书了，孩子和太太站在门口看着我，都很肯定地齐声为我加油！”

“我要以第一名的成绩考上研究生！”

”我一边找资料，一边告诉太太和孩子我的决心。”

“考上就好，不一定要第一名。”

压力太大了吧？”

”我很笃定，这就是我要达成的目标。”

我选择了三所研究生：师大的户外领导所、林口体大的休闲管理所和台北大学的犯罪学研究生。

在网络上找资料时，我发现师大两年才招生一次，所以我只好报名林口体大和台北大学。

<<这是我要的人生吗>>

编辑推荐

《这是我要的人生吗》：连续蝉联金石堂、诚品书店排行榜第1名。

致困惑、迷茫中的年轻人。

原来，生命从来有无限可能！人生，我们不怕犯错。

怕的是，我们走到终点，才知道自己做错了选择。

你羡慕有钱人、羡慕明星，就是没有羡慕过自己。

你认真努力、打拼赚钱，却不全然是为了自己。

因为他人的期待，你忘记了真正想追求的事物。

因为生活的现实，你放弃了年少时怀抱的梦想。

现在的我，是我想变成的“那个我”吗？

如果在内心曾有过这样的疑惑，请你翻开这本书吧。

<<这是我要的人生吗>>

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>