

<<不抱怨的世界2>>

图书基本信息

书名：<<不抱怨的世界2>>

13位ISBN编号：9787561349830

10位ISBN编号：7561349831

出版时间：2010-02

出版时间：陕西师范大学出版社

作者：[美] 威尔·鲍温

页数：221

译者：裴卫芳

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>

<<不抱怨的世界2>>

前言

## <<不抱怨的世界2>>

### 内容概要

一本世界级的励志巨作！

世界500强企业团购率第1名！

奥巴马、李开复、冯仑、张德芬感动推荐！

美国亚马逊、台湾金石堂、诚品书店心灵励志新书销量第1名！

《纽约时报》、《时代周刊》、《卫报》、《芝加哥太阳报》、《洛杉矶时报》、NBC电视台、《新京报》、《成都商报》、《南方都市报》、《新快报》、《中国青年报》、《羊城晚报》……全球超过100家重量级媒体专题报导！让你的家庭、工作、人际关系变得美好圆满的心灵圣经！

美国总统奥巴马推荐该书时说：你决定着不抱怨关系的路线，关系的存在是为了让我们成长。创新工厂董事长李开复则言：人与人的关系就像田地，不管你多勤劳，多呵护它，还是会不时冒出杂草。

它们需要你去打理和拔除，这些考验表明：关系需要成长，需要向前发展。

你只有无畏地跨过去，才能抵达光明。

不抱怨的关系：世界500强当下最推崇的管理理念！

每个机关、团体、企业、学校、家庭共读的励志书！

终此一生，我们都处在各种各样的关系中，与父母之间、与朋友、与兄弟姐妹、与爱人、与同事或者与某位萍水相逢之人……你决定着关系的路线。

是你——不是上帝，不是其他人，不是你的命相，不是命运，不是职业、年龄、种族、教养，也不是你有多少钱——决定了你的关系走向何方。

关系现在是，而且将来会一直是，人生的一部分。

它是人类最大的难题，本书将告诉你如何在各种关系中，实现爱、平和、喜乐，使人生变得美好而圆满。

## <<不抱怨的世界2>>

### 作者简介

【美】威尔·鲍温

美国最伟大、受尊崇的心灵导师之一。

密苏里州堪萨斯市基督教会联盟的主任牧师，在牧会之前，有多年从事广播和行销等工作的经验。他热爱运动、圣经史、骑马、旅游、阅读，发起的“不抱怨”运动，改变了无数人的命运。

## &lt;&lt;不抱怨的世界2&gt;&gt;

## 书籍目录

前言 为什么“关系决定命运” Part1 你决定着“关系”的走向 · 改变关系的途径 · 人无所谓好坏,思想使然 · 一切改变,由你开始 · 正向评价,打造愉快关系 · 你的评价只对自己有效 · 分辨和评价的差异 · 改善关系的秘密Part2 当不同世界碰撞时 · 向自己的内心提问 · 别把“不同”视为“不一致” · 永远不要为现实争辩 · 开心或愤怒,精彩二选一 · 释放你心中的仇恨 · 宽恕就是给予 · 制定标准,才能避免分歧 · 成功沟通“三步法” · 关系中的“吸引力法则” Part3 如何让自我得到满足 · 区分陈述和抱怨 · 您可能不知道 · 询问的惊人力量 · 你付出多少,就会得到多少 · 帮助别人,你的心灵才会富足 · 以包容之心,回馈这个世界Part4 我们为何会抱怨 · 抱怨的动机 · Get Attention: 寻找关注 · Remove Responsibility: 推卸责任 · Inspire Envy: 引人艳羡 · Power: 操纵力 · Excuse Poor Performance: 为欠佳的表现找借口Part5 释放和“处理”报怨 · “处理”愤怒才能驱走掉负能量 · Venting 释放 · Processing 处理 · 找到最佳的方法,赶走抱怨 · Complaint Free 不抱怨 · About me 我的事 · Neutral 不偏不倚Part6 与自己和解 · “关系”存在的目的 · 人的痛苦多半是自寻的 · 疗愈与自己的关系 · 你如何描述自己 · 切勿混淆癖好与缺点 · 忘掉伤痛,重新上路 · 采取宽恕的态度,秉持良善的意向 · 如何做到不抱怨Part7 用爱疗愈抱怨 · 抱怨的东西会回到我们身上 · 人们为何经常以怨还怨 · 别总把抱怨当作人身攻击 · 一切可怕之事都需要爱 结 语 你拥有无尽的潜能

<<不抱怨的世界2>>

章节摘录

<<不抱怨的世界2>>

媒体关注与评论

## <<不抱怨的世界2>>

### 编辑推荐

是一本世界级的励志巨作！

- 让你的家庭、工作、人际关系变得美好圆满！
- 第二只手环，21天改变1.5亿人的命运！
- 它形塑过许多伟大的心灵，是我们这个时代的灵魂圣经！

书评一： 不抱怨：撼动全世界的惊人力量！

这是一本用数字就可以把人打晕的书！

31国版权售出，也是2009年企业团购率最高的励志书！

美国亚马逊、台湾金石堂、诚品书店心灵励志图书销量第1名！

《纽约时报》、《时代周刊》、《卫报》、《芝加哥太阳报》、《洛杉矶时报》、《泰晤士报》、《世界报》、NBC电视台……全球超过100家重量级媒体专题报导！

上市短短3天，便引发全国抢购狂潮，北京、上海、广州、深圳、西南——最具影响力的5大书城集体码堆售卖，当周销量挤进前3甲！

《北京娱乐信报》、《新京报》、《北京晨报》、《上海时代报》、《新民晚报》、《成都商报》、《南方都市报》、《南方周末》、《广州日报》、《羊城晚报》、《新快报》……全国重量级媒体争相连载。

仿冒跟风之作达40多种，从盗版、注水、虚构作者……侵权行为手段之粗暴，可当选中国出版史之最。

普华永道、摩托罗拉、中国移动、西门子、沃尔玛、52所高校、78家培训机构……批量团购，在员工与学生中间，开展大规模的讨论和学习活动。

在百度网，创下一日二十多万人次搜索的惊人数量。

从早上9点至深夜12点，单日咨询购书电话竟达800多通！

荣登卓越亚马逊2009年度图书销售冠军！

当当网2009年度销售季军！

缔造这前所未有的销售奇迹的书，有个励志温暖的名字，叫——《不抱怨的世界》！

如今，这部世界级励志巨作有了续篇！

因发起“不抱怨运动”而享誉全球的威尔·鲍温，美国最伟大的心灵导师，其新作《不抱怨的世界2：关系决定命运》重磅推出。

很多人每天抱怨东抱怨西，抱怨物价太高、楼市疯涨、薪水太低、交通拥堵、气候太差……如今，终于有一本书，可以带你逃离抱怨的泥沼。

威尔·鲍温先生鼓励大家戴上紫手环，一同投身21天不抱怨运动。

对生活充满热爱，以积极的心态面对挫折，才能吸引更多正向的事物和能量。

在书中，作者威尔·鲍温不仅告诉你践行的方法，还提出了许多恳切的心灵建议，他认为：“是你决定着不抱怨关系的路线。

是你——不是上帝，不是其他人，不是你的命相，不是命运，不是职业、年龄、种族、教养，也不是你有多少钱——决定了你的关系走向何方。

本书将告诉你如何在各种人际关系中，实现爱、平和、喜乐，使人生变得美好而圆满。

” 你还在抱怨吗？

你心中是否充满怨恨？

你是否被痛苦包围又无力挣脱？

你是否总把过错归咎于别人？

你是否在关键时刻步步退缩？

来看看这本书吧，它能让你转换心情，着眼于人生的光明面，在逆境中激发无尽的潜能。

书评二： 奥巴马&李开复 咱比的不是勇气，比的是“不抱怨”

美国总统奥巴马说：“21天不抱怨是个勇敢者的游戏，正是你，决定着不抱怨关系的路线！”

而创新工厂董事长的李开复则言：“这是非常值得推荐的一本书！”

美



## <<不抱怨的世界2>>

人与人的关系就像田地，不管你多勤劳，多呵护它，还是会不时冒出杂草。它们需要你去打理和拔除，这些考验表明：关系需要成长，需要向前发展。你只有无畏地跨过去，才能抵达光明。

”这两位世界级人物所一致推荐的书，名字叫做《不抱怨的世界2：关系决定命运》。

如果要评选2009图书最热关键词，“不抱怨”一定位居榜首。

卓越网年度图书销量冠军，当当网年度图书销量季军，皆为《不抱怨的世界》斩获。

在全国各地书城的排行榜和各大搜索引擎上，该书名出现的频率极为惊人。

许多500强企业团购此书后，甚至提出了新的口号，将刚刚开始2010年，定义为“不抱怨年”！

这个世界值得抱怨的事情太多了，遭逢天灾、背叛、致命疾病、裁员、贫富差距、精神焦虑、缺乏安全感……正是在这种境况下，“不抱怨的世界”系列图书应运而生。

这套书的作者，美国最伟大、最受尊崇的心灵导师威尔·鲍温表示：“我没想到这个运动，竟然会有80多个国家的民众参与，这是一股巨大的力量，它改善了无数人的命运！”

写这两本书，就是想让让大家了解形成抱怨的原因是什么？

我们为何会抱怨？

抱怨是怎样摧毁我们的生活的？

如何去打造不抱怨的关系，让我们的工作、生活、人际关系实现巨大的转变？

我希望让所有看到这本书的人，能享受当下的生活，变得平和而喜乐，最终转化这个世界的意识。

” 奥巴马和李开复，这两个叱咤风云的人物，曾同为哥伦比亚大学政治系的同学。

因为觉得政界人物在电视上风光无限，于是李开复选择了政治系。

但由于对政治兴致缺缺，上课时，他常常选择教室左后方靠角落的位置，听着听着就开始睡觉。

在他的对面，教室右后方的角落，一名黑人同学和他遥相呼应，总戴着帽子，坐在位置上一言不发，这个人，就是奥巴马。

“班上有两个最害羞的人，第一名是李开复，第二名就是奥巴马。

”李开复说，同班期间，他和奥巴马一句话也没说过。

如今，这两位从未交流过的同学，竟因为不抱怨运动聚在了一起，这一次他们比拼的不是勇气，而是关于21天不抱怨的挑战。

在就职演说中，奥巴马提到：我们的人民正在失去家园，失去工作，很多公司面临倒闭。

社会的医疗过于昂贵、学校教育让许多人失望……还好，他没有抱怨，依然抱持无畏的梦想。

李开复也是如此，他毅然辞去谷歌(google)全球副总裁的职位，从48岁才开始创业，“不要抱怨，做最好的自己”是他人生的信条。

如果你想像奥巴马和李开复一样，就该看看他们推崇的这本书，与这个时代的巨人一同上路。

<<不抱怨的世界2>>

名人推荐

<<不抱怨的世界2>>

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>