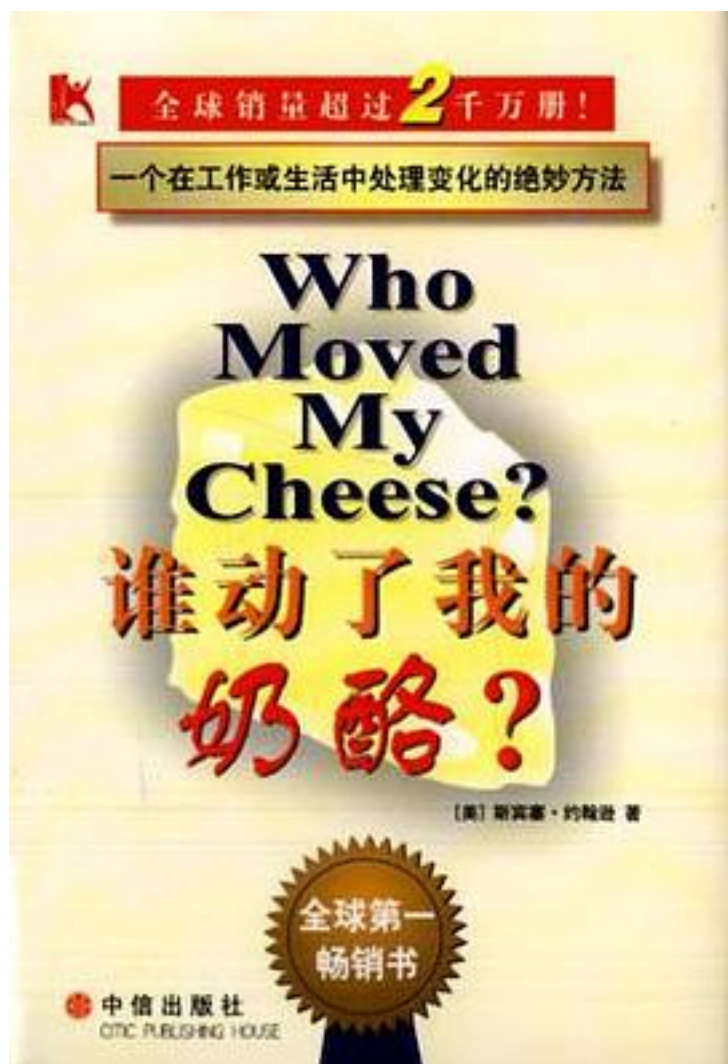


# 谁动了我的奶酪？



[谁动了我的奶酪？\\_下载链接1](#)

著者:约翰逊

出版者:中信出版社

出版时间:2004-7-1

装帧:精装

isbn:9787508602462

世界的变化越来越快，不学会应变怎么能生存？！

风靡全球的《谁动了我的奶酪？》帮助全世界成千上万的人学会了怎样面对生活中所发生的变化。如今，其作者斯宾塞·约翰逊博士专为青少年朋友量身定制了“青少年版”，目的是帮助青少年朋友学会应对学习、生活中的种种变化，走出迷茫和困惑，形成乐观、积极的人生态度，为现在学业有成和将来人生幸福奠定良好基础。

作者介绍:

斯宾塞·约翰逊（Spencer Johnson），医学博士，他是全球知名的思想先锋、演说家和畅销书作家。他的许多观点，使成千上万的人发现了生活中的简单真理，使人们的生活更加健康、更成功、更轻松。

目录: 1 我们多面的人性  
2 死党聚会  
3 “谁动了我的奶酪”的故事  
4 午餐后的讨论  
5 作者简介  
· · · · · (收起)

[谁动了我的奶酪？ 下载链接1](#)

标签

励志

谁动了我的奶酪

管理

外国文学

心理学

心理

美国

童话

## 评论

没什么深刻印象 好像是初一时看的 向刘借的

给人感觉有点华而不实，性价比有点低。

小学看的

小时候不知道，捧着我妈买的这书看了很久以为自己要得道了。长大再想，这类书真是垃圾。类似的还有《心灵鸡汤》《做最好的自己》《遇见未知的自己》《遇见心想事成的自己》等。胡溜八扯。

小时候买的 说起来还是很受用的

每年都要看一遍的书~

历久弥新

风靡全球就这个？

好书

-----  
也许是我没看懂……

-----  
半个小时看完，大意都懂。怎么做还得好好琢磨琢磨！！

-----  
安全的生活方式就是不断地去成为更好的人。因为别人总会不断地拿走你的奶酪。要掌握主动权，当你是那个使改变发生的人，你就不再畏惧变化。

-----  
当时求着爸爸给我买的确实是这个版本

-----  
某个时段读会看到希望。

-----  
那段时间满脑子这几只老鼠的名字

-----  
这是我读过最误打误撞的书……………（看完还是想吃奶酪

-----  
小时候看得

-----  
就童年回忆吧……

-----  
初中那会儿当故事书看的，所以后面讨论那部分冉冉呼呼似懂非懂。

-----  
不知道为啥这么有名，反正我觉得我是被坑了。可能是因为书中主要写的是管理的智慧

，我对此类内容不感兴趣。要说励志，一点点吧。

-----  
[谁动了我的奶酪？\\_下载链接1](#)

## 书评

我选择心绪最佳的时候，努力用不带偏见的目光，来捧读这本传说中的小书。多年修炼之后，我能够仅凭标题、装帧、宣传口号、或者上柜的位置……断定其内容定位和叙述风格。说白了吧，假如可以只靠嗅觉取舍，我不会有兴趣打开它的封面。  
在所有的人生设计与职业规划中，我唯一相...

-----  
经朋友推荐看的这本书，读完后觉得收获挺大。我最近在看一本新书《大道无形—日本商业的运作模式》，感触非常深。不看不知道，原来日本之所以有如此高的经济水平，是因为他们的全产业链中，有“综合商社”这种日本经济独有的运作模式，通过综合商社的作用，日本企业才出现这许...

-----  
一个完整的寓言故事+译者啰啰嗦嗦的文笔  
其实就是一句话：“穷则思变，变则通，通则达”  
书中的所有道理，于我而言，都没有什么新的启发  
看多了励志书，就会有这样一个形而上学的问题。  
我想说一下人的本性，其实就是贪图享乐和安逸，尤其是女人，尤其是家境还不错从小没有受...

-----  
在因緣際會之下閱讀到。閱讀對我而言是這樣的：報紙是種時效性的閱讀，因為期間發生的事件與當下的時間鏈幾乎是同步的，錯過時效閱讀便容易錯失事件的發展；書籍卻不一樣。基本上，書本的寫作到印刷到出版已經經過一段時間的延宕，如此便弱化了書的時效性閱讀。基於書本可以反...

-----  
当年买下这本16.8大洋的“谁动了我的奶酪”就觉得亏得慌，比DVD还薄的一本书还敢卖这么贵（谁叫我当年那叫一个抠）。但又心想谁让人家打着“全球第一畅销书”的旗号呢？想当年我爹为了我能一心向善好好学习天天向上高歌猛进，才舍得花钱买了一本

励志书。已经忘了当时看后的感...

曾经随大流读过这本书，当时并没有太大的感觉和思考。今天闲来无事，花了近2个小时的时间，又读了一遍。也许是我现在的状态读这本书恰到好处，所以感觉启发还是比较大的。

书中有四个主人公：两只小老鼠嗅嗅和匆匆，两个小矮人哼哼和唧唧。围绕着他们的物质和精神食...

中国有句古话叫“一言兴邦”，很多成功人士、名流也常常说自己之所以有今天是因为听了一个故事或受到一句话的点醒。一个故事、一句话能不能改变一个人的一生，或者短点一生中的某一个阶段，十年前我觉得那是忽悠，而十年后的前不久，我开始相信了，原因是上半年的我痴迷开心网...

在外面的书摊上，我看到介绍说这是本畅销书籍，这种类型的畅销书籍我是很少看的，前天哥哥带了一本回来，我看看不是很厚，对自己说，嗯，今晚把它看完。

时间过了24小时多了。这本书，在我看来就可以浓缩成一句话：

人在面对转变的时候，都要用良好的心态去适应。这是让自...

有时候有所畏惧是有好处的，当你害怕不做某些事情会使事情变得越来越糟糕，恐惧心反而会激起你去采取行动。但是因为害怕而不敢采取任何行动时，恐惧心就会变成前进路上最大障碍。在寻找奶酪的途中，他不断地找到一些奶酪，但都吃不了多久，随着时间的流逝，他开始怀疑，找到奶...

摘录：“也许我应该结束这场糟糕的婚姻了。”

“也许，‘旧奶酪’并非婚姻，而只是原来的行为。我们真正需要放弃的可能是导致婚姻不幸福的行为，而且用全新的态度和行动对待现在的婚姻。”

“我们应该放弃的是原来的行为，而不是婚姻，我非常欣赏这个观点。如果你不改变自己原...

自己总是在不经意间沉迷于过去的奶酪，高中的时候想着初中的好，大学的时候想着家乡的好，研究生想着大学的好，工作的时候想着上学的好，而不愿去寻找自己新的奶酪，每个阶段自己都要付出一年时间去寻找自我，而不是尽快的做出变化，现在的我经常对自己说“不要抗拒，试...

-----

我一直对这本书的印象很好，原因有二：其一是它长期处于畅销书的榜单之上，其二是它选择了以寓言童话作为它的载体。但很遗憾的是，我不得不承认，看完之后我有点失望，因为它并没有给我一些新的启发。

首先，我觉得这本书中还是有一些亮点的，比如提出了自嘲的作用还有故事后...

-----

在迷宫的深处，住着四个小家伙，其中有一位是小老鼠：嗅嗅和匆匆，其他两位是小矮人：哼哼和唧唧。

嗅嗅和匆匆，代表着我们人性简单的一面：对环境周围的改变的气息保持警惕，并随时迅速作出行动或改变。哼哼和唧唧，代表着我们人性复杂的一面：面对变化，要么否...

-----

要成为一个专业的职业经理，可能要读通德鲁克、波特、明茨伯格、大前研一、卡普兰、戴明、朱兰、彼得圣吉……可是专业不等于成功，比如我（虽然我连专业也说不上）。

可是，大部分成功的职业经理，他们所推介的一些书都是“浅显”甚至被不少人（比如本书的很多书评）批为“浅...

-----

读这本书因为自己周边发生了太大的变化。

以前不怎么爱读书,没有毅力来坚持读书,大学四年都没怎么读其他的书。

因为感情的突然变故,我把它当作一本励志书来读。

书中四个小家伙的故事我都一一和自己对比过,发现自己以前是一个安于现状,不思进取的人.当周围的奶酪突然不见了的时候,...

-----

每个人都从这本书里得到些东西,确实吧.呵呵.

而且,人在不同的阶段看这本书应该也会有不同体会吧.

我买了.我读.我希望自己经常看经常温故知新.

-----

读英文原著的第一天，选择一本简单的英语读物。读起来不吃力。虽然有不认识的单词，但不影响阅读和理解。书确实很简单，值得一看。未来的几天主要是想培养读英文原著的乐趣，不想一开始就吓倒自己，从而让自己坚持不下去。

论内容的话，确实很心灵鸡汤。不过还是很有现实意义...

-----  
一个简短的寓言故事，折射了太多的现实生活。

嗅嗅、匆匆、哼哼和唧唧，你是他们之中的谁？

寻找奶酪的过程也许就是我们的生活，一生也不过是走在一条寻找的路上，寻找爱，寻找事业，寻找友情，寻找如何实现自我价值等等等等。 但是当我们寻找到的东西有一...

-----  
[谁动了我的奶酪？\\_下载链接1](#)