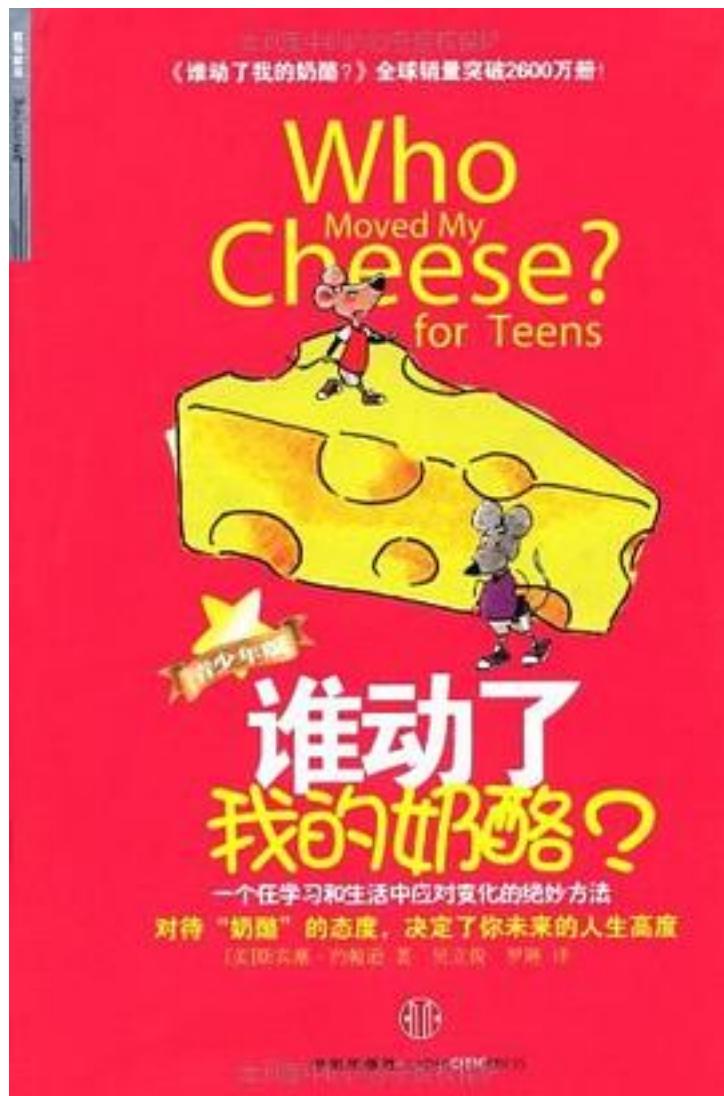


# 谁动了我的奶酪(青少年版)



[谁动了我的奶酪\(青少年版\) 下载链接1](#)

著者:[美] 斯宾塞 · 约翰逊

出版者:中信出版社

出版时间:2009年11月

装帧:精装

isbn:9787508617541

《谁动了我的奶酪？》是个简单的寓言故事，内容充满了人生中有关变化寓意深长的真理。这是个有趣且能启蒙智慧的故事，内容是在描绘四个住在“迷宫”里的人物，他们竭尽所能地在寻找能滋养他们身心、使他们快乐的“奶酪”的过程。

这四个小人物中，有两只是名叫“嗅嗅”和“匆匆”的老鼠；其他两位则是身体大小和老鼠差不多的小人，名叫“唧唧”和“哼哼”，而且这两个人的外型与行为和现今的人类差不多。

这里所谓的“奶酪”是一种比喻，它可以被当成我们生命中最想得到的东西。它可能是一份工作、人际关系、金钱、财产、健康、心灵的宁静。

书中所谓的“迷宫”，代表的是一个你花费时间与精力追寻你所欲求的东西的地方，它可以是你所服务的机构或你所居住的社区。

在故事里，这些人物面临突如其来变化。最后，他们之中有一个成功地对这些变化做出适当的应变，并在迷宫的墙上写下他改变自己的心路历程及从中所得到的经验。

当你看到那些墙上的标语时，你就能自己找出处理变化的方法，了解了这些方法，你就不会感到太多压力，并且能够在生活中或工作中得到更多的成就感（不管你怎么定义这些成就感和压力）。

这本书适合任何的年龄层，而且阅读这故事花费你不到一小时的时间，但其中独特的真知灼见却能对你产生一辈子的影响力和帮助。

作者介绍：

斯宾塞·约翰逊，全球最受欢迎的作家之一。他的作品《谁动了我的奶酪？》系列、“一分钟经理人”系列、《礼物》、《为什么幸运的人总幸运，倒霉的人总倒霉》已成为世界顶尖企业和知名组织、大中小学广泛阅读的培训工具和指南性读物。

作品引起美联社、BBC、CNN、《财富》杂志、《纽约时报》、《商业周刊》、《时代周刊》、《今日美国》等全球顶尖级媒体的广泛关注。

作品被翻译成40余种语言，全球销量超过3500万册。

约翰逊博士长于应用生动的寓言故事传授工作、学习、生活的智慧，生动活泼的风格深入人心，让人深受鼓舞，他因而被《今日美国》评为“全球寓言之王”。

目录: 第一章：我们多面的人性

第二章：死党聚会

第三章：“谁动了我的奶酪”的故事

第四章：午餐后的讨论

作者简介

· · · · · (收起)

[谁动了我的奶酪\(青少年版\) 下载链接1](#)

标签

励志

谁动了我的奶酪

成长

心灵

斯宾塞·约翰逊

思想

外国文学

人生

评论

哪有那么好

---

这本书到底有几个封面啊，我的是红色的=-

---

上班无聊从同事那里拿来读的，还可以……

---

在706读的第一本书，果然青年空间要读青少年版

---

如果你无所畏惧，会怎样做呢？

小学时看的 现在有必要重新看一遍

好像是小学的时候出来的吧，那时候挺轰动的，现在各种正能量的书太泛滥了，但这本仍然是其中比较出色的

好像是高一时老师要求看的，还要写1000字的英文评论。。。。

一直不明白这本书为什么会火！不过是大家都知道的道理！

然后就是在恰当的时候出现。人们果然是喜欢听故事的  
某些被说了百遍而不会当回事的道理通过故事就会轻易被接受。人生中有很多事情是来不及等待的。其中也有用到吸引力法则  
或者说只是期望效应的无限延伸。不过说到底书的假设还是人是受欲望驱动的  
细想起来也确实是  
这跟前段时间关于无条件积极关注的思考又悄然契合了。无数的圣贤哲人都说过  
唯一不变的就是变化 我还有多少不舍得 还有什么放不下  
以后都会遇到更好的。而凡事都有两面性 不是大家公认的就是对的 就会适合自己  
世界不过是心的映像  
还是要认识看清并找到顺应自己心的道路。以我现在的智商也就看个青少年版的了  
哈哈 轻松而愉快。不过还是想有些时候生活的像个哲学家  
那些晦涩难懂故作深沉或长期处在边缘的书也还是要读的。

表示无感 · · 因为自身就很适应变化追求变化的那种吧 · · 看来至少这方面不存在问题  
◦

名气倒是很大。

如果无所畏惧，你会怎么做？

小书大奇迹

简单的故事，隽永的道理！~~

这本书，在很多地方见过，却迟迟没有看过。记忆最深的一句话：如果无所畏惧，你会怎么做？坚定信念，不念过去，不惧未来

我们总是很容易满足于现状，总是缺乏危机感。学会面对改变，并适应每一个改变，才能走出成功之道。赞！

10年7月20日 卓越购买史努比赠的 10-07-24值班看完 虽然是有短短100页 不少插图 但是和高中看的感受却是完全不同的 这本书是高一班主任推荐全班看的书 记得以前是看的电子版 现在正好有机会买一本 这个青少版确实不错 不少的触动

半个小时看完，大意都懂。怎么做还得好好琢磨琢磨！！！

阅于国图

[谁动了我的奶酪\(青少年版\) 下载链接1](#)

书评

人生中会有很突然的改变这并不可怕，坦然接受改变，想办法适应它才是最应该做的有意义的事。永远都不要怨天尤人，不要逃避，不要因此堕落。

可能对励志产品有着天生的排斥感。恕我无知，在我打开书之前，我并不知道它是一本励志读物，我本该在看到它和《相信自己》《成功秘诀》之类的书放在一起时就有所察觉，这些书是妹妹的妈妈在妹妹高考的时候给她买的，看到这些书出现的时候，我只对妹妹说了句“别看。”而这名声...

§ 生活并不是笔直通畅的走廊， 让我们轻松自在地在其中旅行， 生活是一座迷宫，  
我们必须从中找到自己的出路， 我们时常会陷入迷茫，在死胡同中搜寻。  
但如果我们始终深信不疑， 有一扇门就会向我们打开，  
它或许不是我们曾经想到的那扇门， 但我们始终会发现， 它是一扇有益的...

因为有梦，我们追寻着。因为有理想，我们努力着。  
正因为我们活着，所以要努力的为将来。  
人，一辈子，不能空手的来，而又空手的离开。  
就像美丽的花朵，在它绽放的那一刻，就是最好的见证。  
曾经总在思考着一个问题，究竟自己的理想是什么。梦想是什么。因为曾经自己不...

## 谁动了我的奶酪(青少年版) 下载链接1