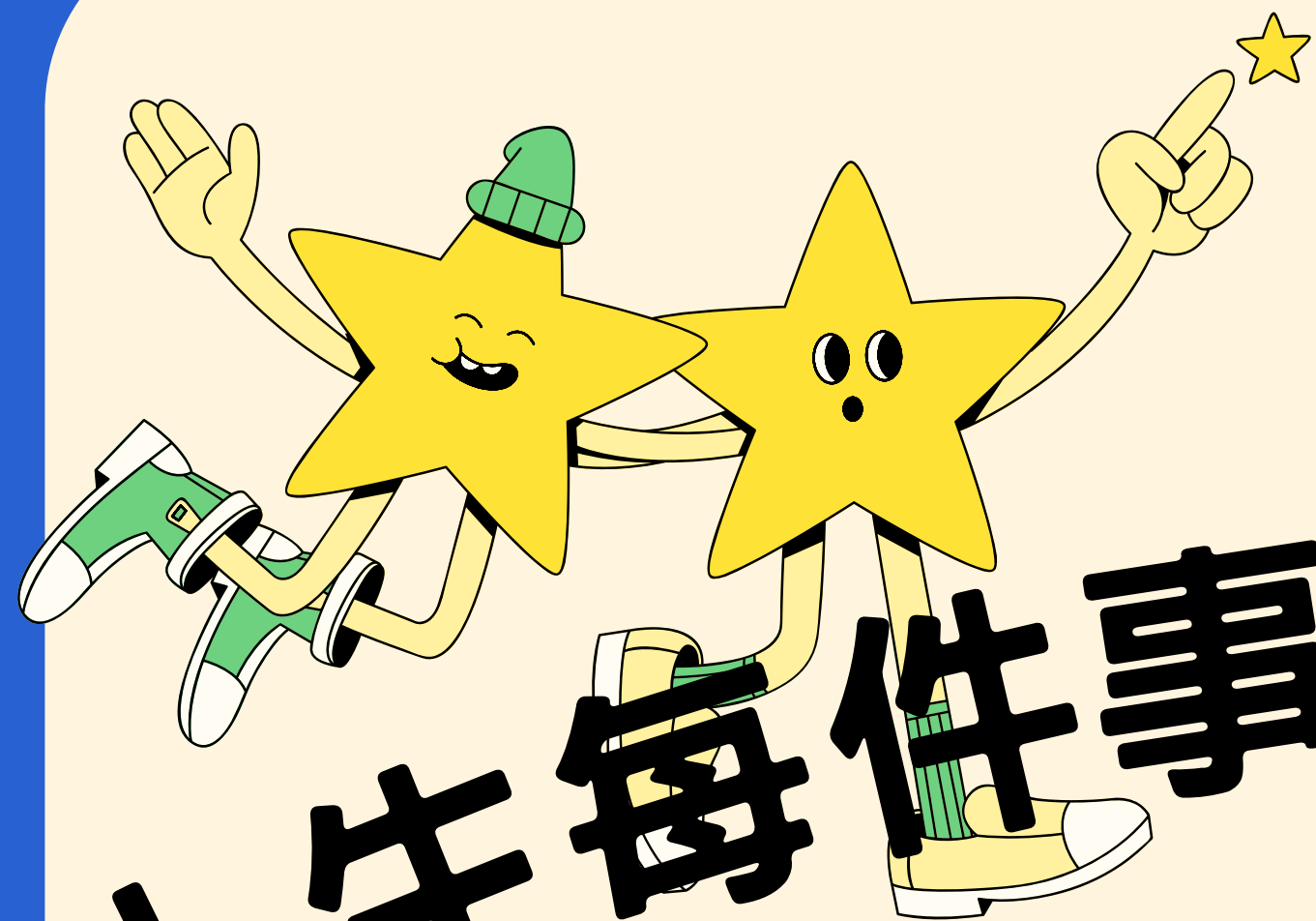
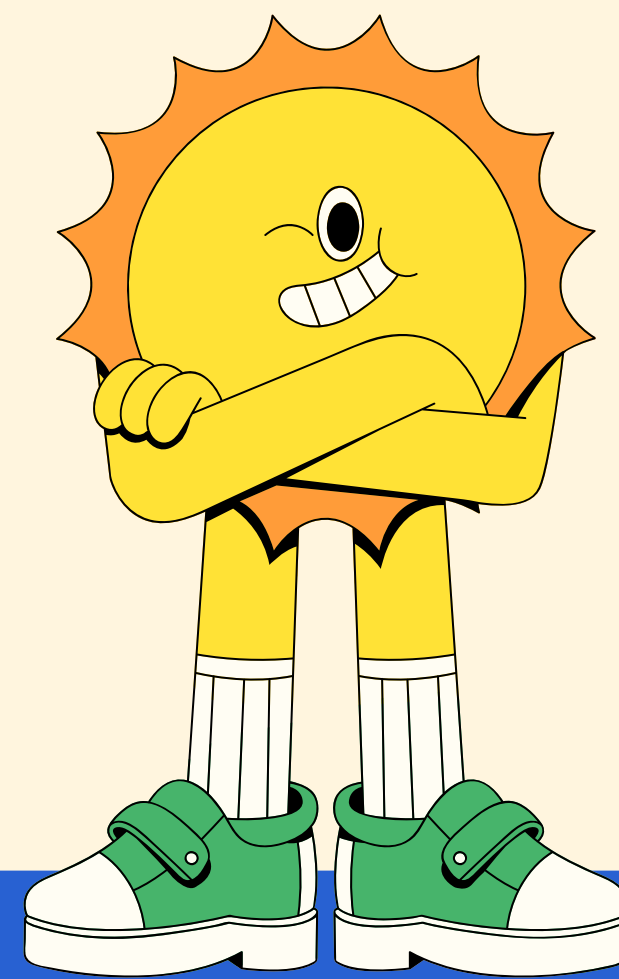
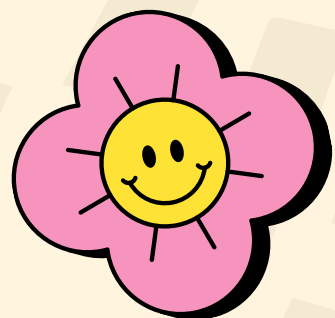


# 好書介紹



人生每件事，都是取捨的練習



# 作者介紹

## 吳若權

政大企管系畢業，曾任職IBM、HP、Microsoft等知名企業。現為作家、廣播節目主持人，並任多家企業行銷及管理顧問。

1995年，以藝文小說《愛一次也好》踏入文壇，清新動人的文字風格廣受讀者歡迎；2000年，以短篇小說集《下雨天裡的松風聲》獲得「中興文藝獎小說類首獎」。創作類型多元，廣及兩性、勵志、心靈、企管，經常榮登各大書店暢銷排行榜，是台灣最具代表性的作家之一。累積講座超過一千場，帶給無數人激勵與療癒的力量。



# 作者介紹



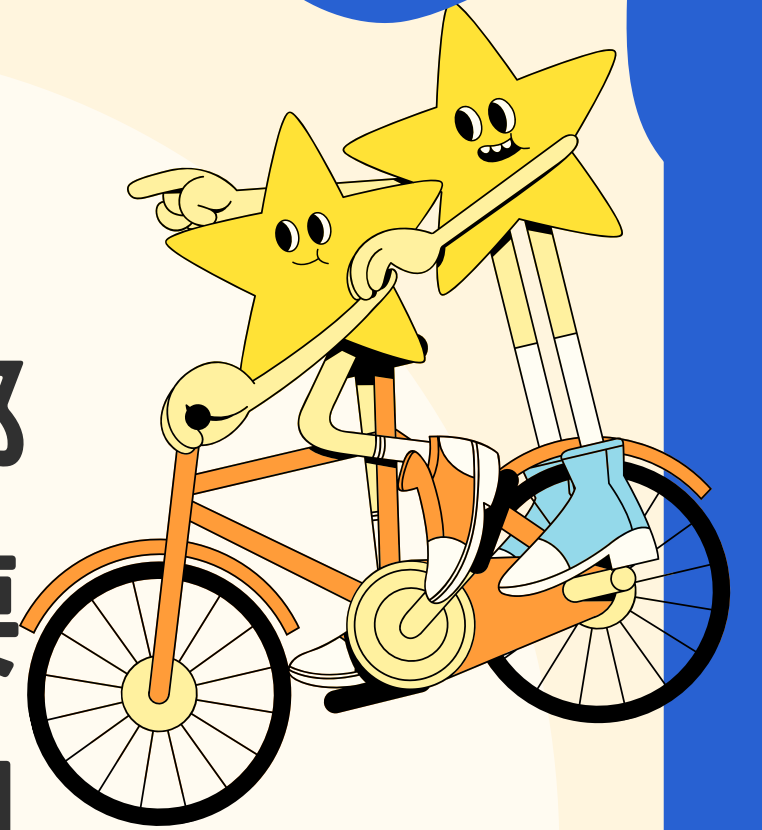
**吳若權**

有水瓶座的活躍聰明、企管人的敏銳精準，和創作者的細膩善感。《人生每件事，都是取捨的練習》是他的第105號作品，精心設計50道日常會碰到的狀況題，引導你從心靈、價值、情感、成長、職涯等五個面向探索自我，淬鍊生命最勇敢的智慧。

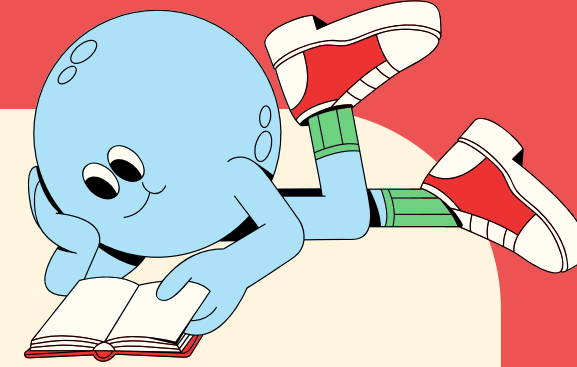
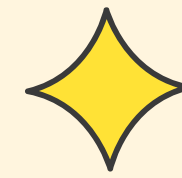


**每一個決定，都是自己的選擇，必須自己負全責**

人生愈活愈久，每次回頭就會發現：原來，那些可以做出改變的機會，都曾經顯現在很重要的十字路口。那個當下，你有完全的機會靠自己決定要「向左走」，還是「向右走」。只不過，經過千山萬水，才慢慢體會：原來所有的錯過，都是自己的過錯。



# 放下煩惱的負累，得到承擔的力量



傷痕累累之後，會哀怨地感嘆：「千金難買早知道！」其實，心底明白得很，一切早就都知道了。只是那個當下，錯過了積極地提醒自己要做出選擇。

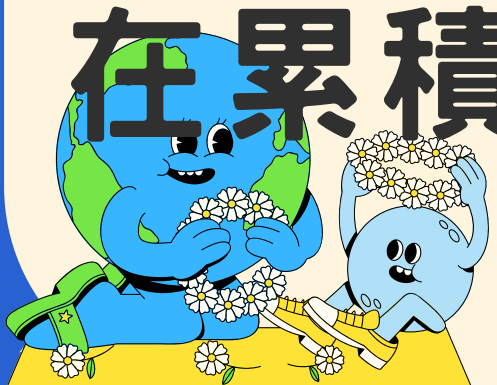


回想起其原因或許是：資訊不多、勇氣不足，或能力不夠，但更多的可能是：以為耍賴一下，碰點運氣，就可以躲掉考驗、逃掉責任。沒想到所有的挑戰，幻化成千百種樣貌，接踵而至地來到面前，終於還是沒能逃避閃躲。



# 如果暫時放不下；就勇敢帶著走吧！

人生每件事，都是取捨的練習。你不能什麼都要；也不能什麼都不要！表面上你得到了一些、失去了另一些，但其實這些得失都只是世俗中虛擬的形式，靈魂的目的是在於考驗你內在的勇氣與智慧。無論你在當下的選擇，讓你決定要獲得什麼、割捨哪些，其實並不重要，每次取捨，都在累積內在的珍貴寶藏：勇氣與智慧。

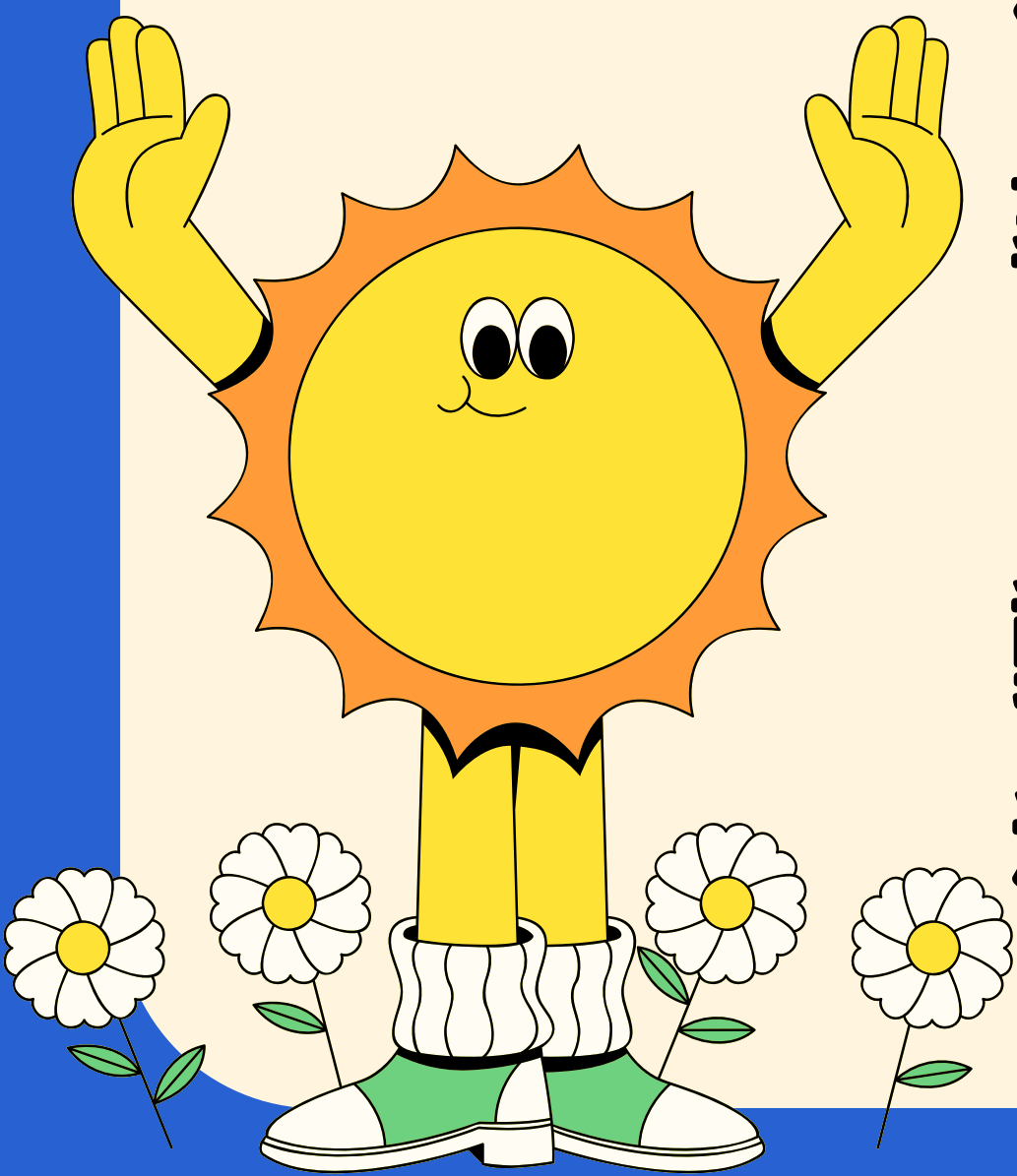


# 書中分五大主題探索：

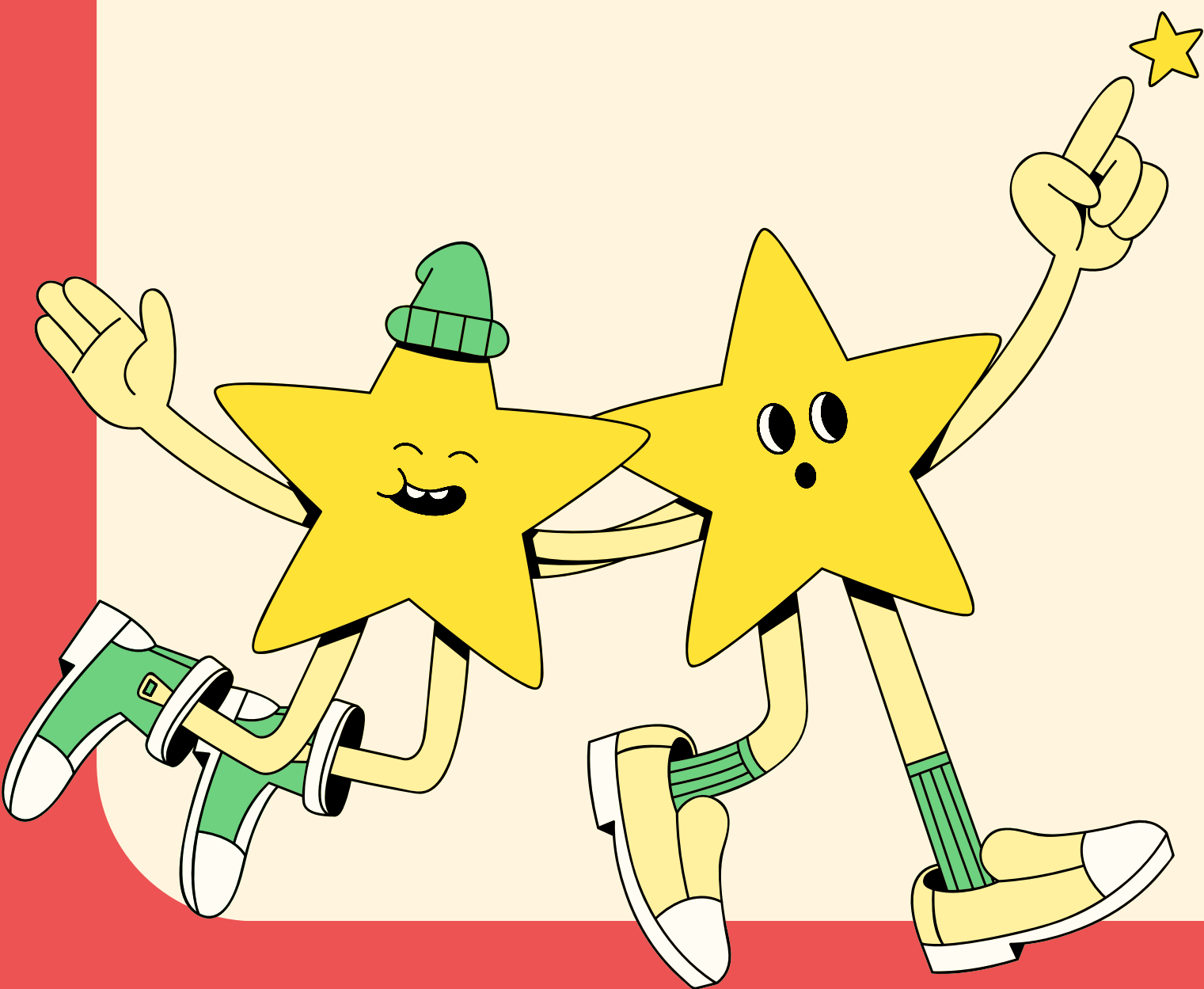
- 1、面對自己的內心，在強大或軟弱之間做選擇。
- 2、人際關係親密或疏離，就在你的一念之間。
- 3、當你深信宇宙是豐盈的，就不會在時間與金錢之間兩難。
- 4、讓自己變得更好，決定於你經常自省或卸責。
- 5、樂在工作的同時，還要在穩定或挑戰之中選邊站。



**「取捨」，多微妙的一個詞呀！既對立又隱然和諧。我們選擇了某一，必定得捨棄另一樣；但所失去的，未必不能轉世成另一形式的獲得。練習取捨，並非尋找對錯，而是在心底涵養一份面對的勇氣，理解事實、訓練洞察、勇於主動，學會將抉擇放在努力之前，學會累積歷練後的智慧。**







這是一本思緒澄清、親切可喜  
的激勵作品。藉由50個「取  
捨」的自問與故事，透過練  
習，可以更溫柔地認識自己，  
更無畏地善待人生。



索書號

855

2644-10

029213

