

<<战胜自己>>

图书基本信息

书名：<<战胜自己>>

13位ISBN编号：9787204080397

10位ISBN编号：7204080394

出版时间：2005-11

出版时间：内蒙古人民出版社

作者：武俊平

页数：225

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>

<<战胜自己>>

内容概要

人的差异在于心态，最大的敌人是自己，成功是什么？

成功就是战胜自己。

本书成功人生的自我管理、成功人生的性格改选、成功人生的时间管理、成功人生的机遇管理、成功人生的自我淘汰法则将同你一起战胜自己的软弱，战胜自己的惰性，战胜自己的不良性格和习惯，战胜人性给我们遗留的种种弱点，让你无往不胜！

<<战胜自己>>

书籍目录

第1章 最大的敌人是自己生活是自己创造的自己是自己的救星把梦想交给自己我们是自己最大的敌人自我的本性就是不断超越乙武洋匡的启示折断的地方长得最结实没有任何一种命运是惩罚最大的挑战就是挑战自己第2章 永远不要抱怨生活——管好你的心态人的差异在于心态用积极乐观的态度看待一切太多的忧虑是庸人自扰听陈安之讲成功心态成功的人都是心态积极的人拿破仑·希尔列举的21种成功心态通向成功的10种心态成功心态自我管理乐观的态度是可以培养的第3章 一刻也不要偏离目标——成功人生的自我管理毛虫的命运和人生目标把你人生的火车开动起来目标要明确，还要选得准确成功就是成为最好的你自己把想当总统的愿望保持50年“纽约州州长”像一面旗帜一刻也不能偏离目标把大目标化整为零有多少选择，就有多少放弃你自己不放手，谁也救不了你第4章 挑战人性的弱点——成功人生的性格改造江山易改，本性可移科学家谈人的性格的可塑性敢于对怕羞说“不怕”弱者不是你的名字书呆子怎样变得精明走出内向的小屋让固执不再困扰自己成于坚忍，毁于急躁第5章 命运系于一念之差——管好你的情绪一冲动而成千古恨走出情绪的低谷愉快的情绪是可以创造的情绪管理的三个忠告两种消除情绪压力的方法息怒！

息怒！

犯不着这样！

克服悲伤和情绪低落谁说不卖后悔药走出猜疑的陷阱在超越自我中化解嫉妒心大则百物皆通第6章 忍耐到最后必然得救——磨炼你的意志力成功只差一点精神意志是克服惰性的力量只要坚持，一切皆有可能谁笑到最后，谁笑得最好人不能永远在阳光下生活挫折面前没有救世主挫折是人生的必修课得到欢乐必须承受痛苦最大的荣幸是跌倒时都能爬起来一切都是最好的安排没有失败和错误就没有奇迹冬天来了，春天还会远吗长颈鹿如何学习它的第一课最有效的办法就是“立即行动”第7章 不要错过机遇的班车——成功人生的机遇管理你错过的仅仅是机会吗机遇偏爱有准备的头脑抓住机遇需要超人的洞察力和判断力不要搭错机遇的班车成功的人总是创造机会未知的东西才是最美好的第8章 浪费时间等于慢性自杀——成功人生的时间管理科学是永无一日休息的让每一分钟都出效率守时就是最大的礼貌简便易行的时间管理法出色员工的时间管理窍门向杜拉克学时间管理时间管理的16个要诀磨刀不误砍柴工第9章 只有淘汰自己才能不被淘汰——成功人生的自我淘汰法则先让自己变得更好学会每天淘汰自己你也可以改变自己由改变自己而改变生命由改变态度而改变生命从零开始，改变自己向过去挑战，向自己挑战你就是一只美丽的蝴蝶

<<战胜自己>>

章节摘录

生活是自己创造的 有个老木匠准备退休，他告诉老板，说要离开建筑行业，回家与妻子儿女享受天伦之乐。

老板舍不得他的好工人走，问他是否能帮忙再建一座房子，老木匠说可以。但是大家后来都看得出来，他的心已不在工作上，他用的是软料，出的是粗活。房子建好的时候，老板把大门的钥匙递给他。

“这是你的房子，”他说，“我送给你的礼物。

” 他震惊得目瞪口呆，羞愧得无地自容。

如果他早知道是在给自己建房子，他怎么会这样呢？

现在他得住在一幢粗制滥造的房子里！

我们又何尝不是这样。

我们漫不经心地“建造”，自己的生活，不是积极行动，而是消极应付，凡事不肯精益求精，在关键时刻不能尽最大努力。

等我们惊觉自己的处境，早已深困在自己建造的“房子”里了。

把你当成那个木匠吧，想想你的房子，每天你敲进去一颗钉，加上去一块板，或者竖起一面墙，用你的智慧好好建造吧！

你的生活是你一生唯一的创造，不能抹平重建，即使只有一天可活，那一天也要活得优美、高贵，墙上的铭牌上写着：“生活是自己创造的。

” P2

<<战胜自己>>

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>