

<<写给最好的自己>>

图书基本信息

书名：<<写给最好的自己>>

13位ISBN编号：9787212047764

10位ISBN编号：7212047767

出版时间：2012-6

出版时间：安徽人民出版社

作者：[美]奥里森·马登

页数：200

字数：151000

译者：郭慧心

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>

## <<写给最好的自己>>

### 前言

序言：命运由自己掌握 有一个父亲和两个儿子的故事 父亲嗜酒如命，还染上了毒瘾。后来，因为在酒吧里杀害了一位酒保，被判了死刑，只留下两个儿子孤零零地活在世上。

两个儿子年龄仅差一岁。

父亲死后，两兄弟相依为命。

但是哥哥却跟父亲一样染上了毒瘾，还因为偷窃和勒索、伤人坐了牢。

弟弟却大不相同，他既不酗酒也不吸毒，生活健康，靠打工赚钱完成了学业，还成为了一家公司的分区经理。

他的婚姻也很美满，妻子为他生了三个可爱的孩子。

出自同一个父亲，在完全相同的环境下长大，但是两个人的命运去截然相反，这是为什么呢？

面对这个问题，两兄弟的回答竟然完全相同：“有这样的父亲，我还能有什么办法？”

这则小故事引人深思。

有的人一生庸庸碌碌，无名而终，但是有的人却轰轰烈烈，演绎人生精彩。

很多人都把这种不同归咎于命运的不公，但是殊不知，其实命运之神赐予给每一个人的，都是相同的权利——把命运交付于你，任你雕刻，任你锻造！

本书的作者——美国成功学奠基人奥里森？

马登，正是一位帮助你改变命运的大师，一位传奇的成功缔造者。

他撰写了大量鼓舞人心的著作，改变了无数美国人的命运。

马登自身，便是一个成功改变命运的最好例子。

他生于美国新罕布什尔州山地的一块贫瘠的土地上。

幼年时期便父母双亡。

他寄人篱下，每天做工14小时以上，却依然无法填饱肚子。

幼小的他，得不到任何的关爱，还要忍受嘲讽和鞭挞。

他先后换过五个主人，但情况没有丝毫好转。

在马登14岁的时候，他读到了塞缪尔？

斯迈尔斯的《自己拯救自己》，一本著名的成功学著作。

由此，他的人生开始了前所未有的转变。

23岁时，他走进了大学校门。

9年后，他拿到了如下学位：波士顿大学学士，奥拉托利会学士，波士顿大学硕士，哈佛医学院博士，以及波士顿大学法学院学士。

马登最终成为旅店业大亨，并创刊《成功》杂志。

他是历史上最为传奇的成功学大师，甚至在他去世以后，其著作依然激励着一代又一代的年轻人。

马登说：“在一生中，无论何种情形下，你都要不惜一切代价，走入一种可能激发你的潜能的气氛中，可能激发你走上自我发达之路的环境里。

努力接近那些了解你、信任你、鼓励你的人，对于你日后的成功，具有莫大的影响。

”因此认真地研读这本书吧，这就是开启你身体中无限潜能的一把钥匙。

本书中，马登以22堂课的形式深入浅出地告诉你成功的秘密，改变命运的方法。

它将教给你如何弥补性格中的瑕疵，形成完美坚定的人格，奠定成功的基础；教给你如何正确地面对贫穷和苦难，感恩它们所带来的洗礼，在绝望中寻找希望；并且会告诉你如何坚定勇气，无所畏惧地前行，像勇士一样获得成功。

你在改变命运，找寻成功路途之上的所有疑问与迷惑都将在这里得到解答，你所有隐匿着的，未曾开发的勇气与毅力都将在这里得到开启。

读这本书吧，开始一场与大师之间的对话，蜕变出你身体中那个性格完美的最好的自己！

从这一刻起，你平凡的命运即将开始改变，做一个成功的人！

暗暗地告诉自己，我是最优秀的，经过不断的自我提升，成功一定属于我！

做最好的自己，自己的命运，自己掌握！

<<写给最好的自己>>

## <<写给最好的自己>>

### 内容概要

有人一辈子庸庸碌碌，糊里糊涂地走完人生之路；有人却步步登高，轰轰烈烈地演绎了人生的精彩。每个人的一生都是那么地不同，也许你会把这一切都归咎与命运的不公，而殊不知，其实命运就在自己手里，由你掌控！

本书是成功学大师奥里森·马登的具有开创性的成功学奠基之作，此书也成为西方最重要的人生成功秘籍之一。

全书共分为22堂课，交给你如何挣脱惯性的桎梏、抛开平庸的自我、彻底改变“听天由命”的消极思想。

从这一刻起，相信自己可以做到最好的自己！

相信自己可以成功地改变命运！

活出一个真正辉煌的人生！

## <<写给最好的自己>>

### 作者简介

奥里森·马登，现代成功学的奠基人，20世纪最伟大的成功励志导师，被誉为“美国个人奋斗精神的代言人”。

他的著作有一种不可思议的魅力，跨越了40多个国家，被译成35种语言，以其积极的生活哲学，激励和鼓舞了无数年轻人奋发向上，不断改变自己，以获取幸福的人生。

从美国历届总统到南非前总统曼德拉，从洛克菲勒、乔治·索罗斯、比尔·盖茨到施瓦辛格、大卫·贝克汉姆，都认为马登的著作在青年时期对他们产生了决定性的影响。

<<写给最好的自己>>

书籍目录

- 序言：命运由自己掌握
- 第1堂课 你比你想象的还能干
- 第2堂课 如乞丐般忍辱负重，如伟人般获得成功
- 第3堂课 感受教育的力量
- 第4堂课 成功非一日造就
- 第5堂课 留心生活中的每一个细节
- 第6堂课 提升自己的价值
- 第7堂课 给人生一个坚定的目标
- 第8堂课 期待最棒的自己
- 第9堂课 开启内心的宝藏
- 第10堂课 为灵魂打开一个向上的天窗
- 第11堂课 感恩苦难的洗礼
- 第12堂课 别让“习惯”成自然
- 第13堂课 财富正从指缝中流走
- 第14堂课 越过贫困的藩篱
- 第15堂课 带着勇气，向前冲
- 第16堂课 人格胜于一切
- 第17堂课 感受美的陶冶
- 第18堂课 带着愉快的心情进入梦乡
- 第19堂课 播下一颗“幸福”的种子
- 第20堂课 焦虑的诅咒
- 第21堂课 健康的账单
- 第22堂课 伟大的心灵哲学

## &lt;&lt;写给最好的自己&gt;&gt;

## 章节摘录

“所有的艺术品都不过是训练有素的人类的作品。

” 大多数失败的人都是因为他们不知道如何保护自己，如何改善自己的弱点。

如何弥补自身的不足，克服怪癖，让身心得到均衡发展，从而发挥自己的最大能力，这将是未来教育发展的重要方向。

几年前，人们总能在纽约的中央公园和市中心的其他一些公园里，发现那些讨厌的“占地者”，这些人在空旷的土地上露营，搭建各种难看的棚屋，给当地的土地所有者，特别是那些居住在海外的人造成很大不便和困扰。

因为他们一拖再拖地占有土地，所以导致双方就所有权问题发生争论。

我们生活中的很多人也正在经历着“精神占地者”，他们身上存在着诸如偏见、固执、迷信、怯懦、嫉妒等特性，这些怪癖看似无伤大雅，但却深深影响着他们的生活，且很难从头脑中将其驱逐出去。

我们必须知道一个亘古不变的道理：我们的思维决定着我们的身体。

他们和谐与否，健康与否，决定着我们的习惯思维，关系到我们能否成为那些生活中的佼佼者。

明白这个道理的人，通过坚持一年的正确思维习惯，就会发现自身发生了不小变化，即使有时候他们很难意识到这些变化：曾经充满怀疑、由于恐惧和担忧而显现的不美丽的脸庞已经不见踪影，取而代之的是一张充满希望、活力和快乐的面容。

圣·保罗曾说：“一个人的头脑转变了，他就会发生巨大改变。

”这也就是说，我们要不断变化、优化、净化，更新我们的头脑。

生长可以抑制衰败，只要我们不断地成长，不断地更新我们的头脑，不断向崭新的、前进的方向迈进，那些倒退的、分解的、腐朽的过程就无法抬头。

我们中的大多数人都有过这样的经历：脑力的更新会没有任何预兆地发生，这种改变会将缠绕我们头脑的乌云驱散，让欢乐和幸福的阳光照耀。

此刻，至少是那个瞬间，我们的生活面貌发生了改变。

当我们灰心，一切都那么昏暗的时候，幸运之神可能会突然眷顾我们，那些让我们快乐的、愉快的朋友，可能会突然拜访我们；或者我们可以选择去一些地方旅行，这样或许精神上的痛苦会因为新的环境而逐渐消退。

很多人认为，我们的大脑不那么容易改变，它受到生命遗传物质的控制，我们能做的只是稍微锻炼它并扩充一些文化进去。

然而，大量事例表明，通过锻炼，即使出生时就带有缺陷的人的大脑也是可以改变，并能够拥有强大本领的。

太多例子证明了只要一个人拥有强大的意志力，决心朝着梦想不断努力，就一定可以一跃龙门实现梦想。

比如勇气。

很多非常成功的人一开始是并不具备一些可以帮助他们成功的必要品质，从暂时来看，这也许会影响到他们的未来。

但是，通过父母和老师的帮助和培养，他们逐渐会变得坚强。

……

<<写给最好的自己>>

媒体关注与评论

我几乎读了马登的所有著作，他促使我发展了积极思想的生活哲学。

在我看来，马登与梭罗、爱默生、卡耐基同样都是最伟大的作家，他们同样都是思想的倡导者。

——美国成功学家拿破仑·希尔      对于时代青年所经历的烦闷、消极等等滋味，我亦未曾错过，自读马登的原书后，精神为之大振，人之观念为之一变。

谨将马登的书介绍给同病的青年，希望他们从马登的书中，能获得同样的兴奋影响。

——中国文学大师林语堂



<<写给最好的自己>>

编辑推荐

一本关于成功励志的良言宝典。  
让你扔掉平庸，锻造崭新的自我！

<<写给最好的自己>>

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>