

<<激发潜能的十项修炼>>

图书基本信息

书名：<<激发潜能的十项修炼>>

13位ISBN编号：9787506433877

10位ISBN编号：7506433877

出版时间：2005-6

出版时间：中国纺织出版社

作者：杨春明

页数：318

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>

<<激发潜能的十项修炼>>

内容概要

每个人都有无限的潜力，每个人都有成功的机会，关键是看你能否发挥出来，超越自我、突破自我。本书正要从自我完善、自信提升、心态调整、目标确定、放飞梦想等大家所需要塑造的十个方面入手，通过深入浅出的人生哲理、精彩生动的人物故事以及结尾处的指点迷津，磨炼自我，捕捉生存智慧，获取心灵的励炼，面对不佳的际遇不自暴自弃，学会通过勇敢和坚强来不断挖掘潜能，超越自己的极限，将自己打磨成一块熠熠生辉的金子。

<<激发潜能的十项修炼>>

书籍目录

1 突破自我从认识自我开始 认清自己的不容易 只有正视自我才能突破自我 缺陷是可以超越的 找准自己的位置 你需要更强的自我意识 认清自我是前进的动力 改变自我意象从现在开始 用行动去战胜自我 认识自我才能挑战自我2 提升自信是成长的脊梁 用信心支撑你成和 永远对自己有信心 我是与生俱来的胜利者 信心能创造奇迹 用信心激发潜能 成功源于自信 满怀信心不懈努力 去掉“不可能”的念头 向不幸的命运挑虞 自尊的力量 将自卑转化为进取的动力 摒弃自卑找回自信 积累成功3 给梦想插上激情的翅膀 飞翔的梦想 有了梦想的石头 用梦想来鞭策自己 梦想的动力 成为一个富于创造的梦想家 大胆追求你的梦想 梦想成真 将梦想坚持到底 以想像赢得成功 想象力是灵魂的工厂 正确使用你的想像力4 以积极的心态创造美好的未来.....5 积蓄打不败的力量6 目标是突破自我限的动力7 操纵好思维的转换器8 在行动中超越自我9 学习是突破自我的最佳捷径10 爱心是最好的果实参考文献

<<激发潜能的十项修炼>>

章节摘录

书摘只有正视自我才能突破自我。在认识自我的整个过程中，我们总能准确地把握到那些明显的、外部的特征，通过与他人的比较，便会产生一定的整体认识，这时，我们应当有意识地避免一些偏见和不良因素的干扰和影响，形成自己独到的见解。

有时还要巧妙地运用"阿Q"战术，占领心理上的制高点。

如果你曾为自己的身材矮小而苦恼过，那就拿"矮个子长寿"、"矮个子聪明"来安慰自己，如果你在现实生活中能用这种态度对待与自己切身相关的其他问题的话，你的自卑感便会有所缓减，甚至消除。

面对自己的不足时，关键要能够扬长避短。

一个身体素质不太好的人就不要对自己在体育方面有过多的期望，适当地转换一下我们的思维方式，很可能我们会在心智活动方面发现自己的特长。

俗话说得好："条条大道通罗马。"

"走向成功的路有很多，不可能因为某一方面的失利而影响你一生的发展。"

曾长期担任菲律宾外长的罗慕洛身高只有163cm。

起P8初，他与其他人一样，为自己的身材而自惭形秽。

年轻时，他也穿过高跟鞋，但这种方法终令他精神上不舒服。

他感到自欺欺人，于是便把它扔了。

后来，在他的一生中，他的许多成就却与他的"矮"有关，也就是说，正是矮促使了他的成功。

以至他说出这样的话："但愿我生生世世都做矮子。"

1935年，大多数的美国人尚不晓得罗慕洛为何许人也。

那时，他应邀到圣母大学接受荣誉学位，并且发表演讲。

那天，高大的罗斯福总统也是演讲人。

事后，他笑吟吟地怪罗慕洛"抢了美国总统的风头"。

更值得回味的是，1945年，联合国创立会议在旧金山举行。

罗慕洛以无足轻重的菲律宾代表团团长身份，应邀发表演说。

讲台差不多和他一般高。

等大家静下来，罗慕洛庄严地说出一句："我们就把这个会场当作最后的战场吧。"

"这时，全场登时寂然，接着爆发出一阵掌声。"

最后，他以"维护尊严、言辞和思想比枪炮更有力量.....唯一牢不可破的防线是互助互谅的防线"结束演讲时，全场响起了暴风雨般的掌声。

后来，他分析道："如果是大个子说这番话，听众可能客客气气地鼓一下掌，但菲律宾那时离独立还有一年，自己又是矮子，由他来说，就有意想不到的效果。"

"从那天起，小小的菲律宾在联合国中就被各国当作资格十足的国家了。"

P9 由于这件事，使罗慕洛认为矮个子比高个子有着天赋的优势。

矮子起初总被人轻视，后来，有了成功的表现，别人就觉得出乎意料，不由得佩服起来，在人们的心目中，成就就格外出色，以至平常的事一经他手，就似乎成了破石惊天之举。

P10

<<激发潜能的十项修炼>>

媒体关注与评论

书评每个人都有无限的潜力，每个人都有成功的机会，关键是看你能否发挥出来，超越自我，给梦想插上激情的翅膀。

大多数人只发挥了自己蕴藏潜力的十分之一，只利用了身心资源的很小一部分。

今天的自我来自昨天的付出，明天的自我需要今天的努力和塑造。

<<激发潜能的十项修炼>>

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>