第一图书网, tushu007.com

# <<你就是自己的奇迹>>

## 图书基本信息

书名：<<你就是自己的奇迹>>

13位ISBN编号：9787510704109

10位ISBN编号：7510704103

出版时间：2011-6

出版时间：中国长安出版社

作者：陈南

页数：278

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

# <<你就是自己的奇迹>>

## 前言

在一般人的观念里，伟人是一个奇迹，因为他们取得了令世人瞩目的成就。
其实，不只是伟人是一个奇迹，我们每个人都是一个奇迹，因为我们生来就具备了创造奇迹的所有条件。
然而，我们大多数人的一生都是平淡无奇的，并没有创造什么奇迹，这并不代表我们不能创造奇迹，而是我们创造奇迹的潜能处于沉睡状态。
其实，每个人的潜能犹如一座未开发的宝藏，一旦我们将它唤醒，它将产生不可思议的力量，创造奇迹便是轻而易举的事情。
因为一个人的潜能蕴含着巨大的创造力。
要想创造奇迹，首先你要相信奇迹。
说到奇迹，有好多人认为奇迹是高深莫测的东西，自己只不过是一个平凡的人，奇迹怎么可能发生在自己身上呢？
你如果这么认为，你就主动远离了奇迹，而不是奇迹远离了你。
奇迹并不神奇，有时它就在我们的身边，只要你相信奇迹，你就能创造奇迹。
不相信奇迹，或对奇迹持怀疑态度，永远不可能创造奇迹。
对于一个相信奇迹的人来说，世界上没有什么事不可能。
“能”与“不能”往往取决于我们的信念。
只要你觉得自己能做到，你就一定能做到。
一个人只有在思想上肯定自己，相信自己，他才会坚定不移地努力追求自己的目标。
即使遇到困难和挫折，也不会垂头丧气，丧失前进的勇气，而会披荆斩棘，勇往直前。
一个成功者必然是一个敢于突破自我，敢于冒险的人。
只有大胆尝试，勇敢去做，才能创造一个个奇迹。
奇迹好比一盏灯，需要我们去点亮它。
一个具有良好心态的人，才能点亮奇迹之灯。
一个人如果能保持乐观，他的心中才会充满阳光，充满希望，即使遇到坎坷，也能看到光明的一面，进而鼓舞自己的斗志，创造属于自己的奇迹。
而心理消极的人是不可能创造奇迹的，整天沉浸在黑暗里，无形中熄灭了奇迹之灯。
奇迹总是喜欢靠近善于抓住机遇的人。
机遇对于一个人的成功有着极其重要的作用。
机遇是我们的事业顺利发展的保证。
人生中会碰到许多的机遇，抓住机遇我们就能创造奇迹。
你抓住了机遇，就抓住了奇迹。
奇迹是不会自动发生在我们身上，而要靠我们主动去争取。
奇迹总是发生在细心观察的人身上，细心才能发现奇迹。
我们要有一双发现奇迹的慧眼。
奇迹并非神秘莫测，它就隐藏在日常生活中。
细心的人就能发现并抓住它，粗心的人即使奇迹来到他们身边，他们也看不到。
不要对生活中的小事熟视无睹，别看一件普普通通的小事，成功的机遇可能就蕴含其中。
在人类科学史上，许多伟大的科学家就是从日常生活的小事中受到启发的。
因此，我们平时要善于观察，善于思考，在平凡的生活中创造出不平凡的奇迹。
奇迹不是凭空出现的，奇迹的孕育需要一个漫长的过程。
良好的习惯便是孕育奇迹的最好土壤。
一个人的习惯是在生活中一点一滴形成的。
一个人的言行在很大程度上决定于他的习惯。
是习惯就有好坏之分。
好习惯能帮助一个人逐步走向成功，坏习惯则是处处阻碍成功。

第一图书网, tushu007.com

# <<你就是自己的奇迹>>

培养良好的习惯，从小事做起，从身边做起，坚持不懈。
好习惯一旦形成，奇迹也就会发生。
无论你身在何处，无论你从事什么职业，无论你在人生的哪个阶段，如果你正为实现自己的理想困惑着，你不妨翻翻这本书，或许能给你带来一线希望，一缕光明，帮你迅速找到创造奇迹的捷径。
本书从积极心态、发掘潜能、敬业尽责、人际关系、自信自强、善抓机遇、良好习惯等角度入手，进行了全面的阐述与分析，力求揭示创造奇迹的秘诀。
本书案例丰富而贴近生活，论述精辟到位。
读者朋友们，当你真正理解了这本书的内容后，或许奇迹已悄悄来到了你的身边。

# <<你就是自己的奇迹>>

## 内容概要

奇迹就在我们的身边，只要你相信奇迹，你就能创造奇迹；不相信奇迹，或对奇迹持怀疑态度，永远不可能创造奇迹。

说到奇迹，很多人认为它是高深莫测的东西，自己只不过是一个平凡的人，奇迹怎么可能发生在自己身上呢？

你如果这么认为，你就主动远离了奇迹，而不是奇迹远离了你。

奇迹其实并不神奇，有时它就在我们的身边，只要你相信奇迹，你就能创造奇迹。

不相信奇迹，或对奇迹持怀疑态度，永远不可能创造奇迹。

无论你身在何处，无论你从事什么职业，无论你在人生的哪个阶段，如果你正为实现自己的理想困惑着，你不妨翻翻这本书，或许能给你带来一线希望，一缕光明，帮你迅速找到创造奇迹的捷径。

陈南编著的《你就是自己的奇迹》从积极心态、发掘潜能、敬业尽责、人际关系、自信自强、善抓机遇、良好习惯等角度入手，进行了全面的阐述与分析，力求揭示创造奇迹的秘诀。

读者朋友们，当你真正理解了《你就是自己的奇迹》这本书的内容后，或许奇迹已悄悄来到你身边了。

# <<你就是自己的奇迹>>

## 书籍目录

第一章　积极心态点亮奇迹之灯打开心窗，让希望的光芒照射进来乐观犹如一盏明灯，照亮人生的黑暗快乐人生要靠自己感恩，让平淡的生命焕发出不-样的精彩做自己情绪的主人给自己的心灵洗个澡学会随遇而安积极心态开启智慧之门第二章　跨越"不可能"的桥，靠近奇迹没有什么事是不可能的决心战胜一切永远不要满足现状思想有多远，你就能走多远每天自己淘汰自己你可以成为自己想成为的人敢于冒险，才能成功第三章　发掘潜能，开发奇迹的宝藏每个人都是一座金矿树立竞争意识，激发你的潜能自我暗示蕴含的力量打开生命格局，不要压制你的潜能灵魂深处的宝藏--潜意识充分发掘你的潜意识第四章　信仰奇迹，我能行信念是人生的太阳自信创造奇迹相信奇迹，才能创谴奇迹超越自卑的牵绊成功的秘诀在于永不放弃提升你承受挫折的能力态度决定人生的高度第五章　思维富有创意，才能开出奇迹的花朵成功的发电机--创造性思考放飞想象的翅膀，让我们更富有创造力冲破惯性思维的羁绊用心才能发现身边的创意灵活性的思维有助于创意的发挥不为失败找理由，只为成功找方法第六章　播种性格，收获奇迹门性格决定命运超越自我，主宰命运坚持走自己的路居安思危，树立危机意识第七章　好的习惯是孕育奇迹的土壤-分耕耘，-分收获仪表风度不可轻储蓄是脱贫致富的妙方／i向富人学习致富经验怎样理财是门大学问第八章　人际关系树下奇迹多多人脉即是财脉朋友越多，路子越宽缔造人脉是成功的关键善待他^，与人为善为你的人脉投一笔"感情投资"扩大交际圈，认识更多的人第九章　奇迹青睐善抓机遇者门抓住了机遇，就抓住了成功机遇青睐有准备之人掌握^生主动权，主宰自己的命运当机立断，该出手时就出手没有初遇就创造机遇第十章　奇迹在敬业尽责中蕴藏顺利通过职场面试的"关隘"忠诚比能力更重要适合自己的才是最好的只有敬业，才能成就卓越第十一章　每天进步一点点，奇迹就会发生不断学习，才能不断进步虚心万事能成，自满十事九空尽信书不如无书，实践方能出真知坚持每天阅读是提高自己的好方法快乐是学习的最高境界量变引起质变，每天进步一点点第十二章　处处留心，处处都有奇迹注重细节，不在小事上出差错从小事做起，循序渐进成功源于细节，用心才能发现专心致志做好-件事

## 章节摘录

给自己的心灵洗个澡我们成长的历史，就是心灵跋涉的历史。
时间久了，心灵难免蒙上灰尘。
给心灵洗个澡，让我们的人生变得轻松潇洒。
在日趋激烈的现代社会，很多人都背负着沉重的心理压力，不但耗费心力，也啃噬着身体的健康，带来一生的痛苦……这时，我们需要停下匆匆的脚步，给心灵洗个澡，除去内心的污垢，使内心达到平静与和谐。
内心的平静与和谐会帮助我们重拾起对生活的热爱与信心，使人生的境遇变得更加顺达。
美国著名的心理学家威廉·詹姆斯说：“我们这一代人最重大的发现是，人能改变心态，从而改变自己的一生。
”的确，人生的成功或失败，幸福或坎坷，快乐或悲伤，有相当一部分是由人自己的心态造成的。
弗洛姆是一位著名的心理学家。
有一天，学生们向他请教一个问题：心态对一个人会产生什么影响？
弗洛姆没有正面回答，他只是微微一笑，把学生带到一个黑暗的屋子。
在这个伸手不见五指的房间里，他引导学生一个个从一根并不宽敞的木桥上穿过了这个房子。
等学生们全部过完以后，弗洛姆打开了房间的一盏灯，在昏暗的灯光下，学生们一个个吓得目瞪口呆，出了一身冷汗。
原来，这间房子的地面是一个很深很大的池子，池子里有一条大蟒蛇和几条毒蛇，正高昂着头，向他们吐着信子。
而他们刚才走过的桥，正是架在这个池子的上方。
弗洛姆望着他们，问道：“现在还有谁愿意再次走过这个桥吗？
”学生们面面相觑，都保持沉默。
过了片刻，终于有三个学生犹犹豫豫地鼓足勇气站了出来。
其中胆子最大的一个学生小心翼翼地移动着双脚，虽然走完了桥，但速度比第一次明显慢了许多；第二个学生战战兢兢地踩在木桥上，好不容易走完了一半，却再也不敢往前；第三个学生则弯腰趴下，慢慢地从木桥上爬着前行。
之后，弗洛姆又打开了房内的另外几盏灯，强烈的灯光一下子把房间照得如同白昼。
学生们意外发现木桥下面其实有一道安全网，网离蛇还有相当的高度，网线也很牢，先前只是因为光线暗淡，他们才没有发现。
弗洛姆接着又问：“你们当中还有谁愿意现在就通过这个桥吗？
”学生们齐声答道：“愿意。
”然后，大家轻松地排队走过了小桥。
弗洛姆微笑着说：“我可以解答你们的问题了。
这桥本来不难走，可是桥下的毒蛇对你们造成了心理威慑，于是，你们就失去了平静的心态，乱了方寸，慌了手脚，表现出各种程度的胆怯，而一旦心态恢复了平静，又可以轻松地走过。
这就是心态对人行为的影响。
”人的心态深刻影响着人的行为，积极的心态使人产后积极的行为，而消极的心态必然导致消极的心态。
在人生的旅途中，困难和挫折在所难免，持一种什么样的心态，将最终决定你的人生轨迹。
所以，要学会给自己的心灵洗个澡，消除心灵上的污垢，我们的潜能才能充分发挥出来。
在生活中，有好多人做每件事时，总喜欢把问题复杂化，担心这担心那，眼中只有困难，以致心理负担过重，干事业时放不开手脚，关键时刻犹豫不决，从而失去了许多机会，最后则一事无成。
倒是那些勇往直前，敢闯敢试，把困难、险恶、羁绊甩在一边的人，却能保持良好心态，专心走好自己脚下的路，成就一番事业。
命运掌握在自己手中。
但你的心灵之门如果不打开，就无法改变既定的局面。

打不开人生的格局，你就拿不到打开成功大门的钥匙，也改变不了你的命运。
　　人的心灵往往受到现实因素的制约和束缚，以致人不敢对既定的现状有所憧憬，有所突破。
生命的潜力是无限的，可惜我们有时把自己限制在一个小圈子里，无形中抑制了生命潜力的发挥。
　　有一个年轻人准备去探险。
当时，正逢要去的地方遭受严重旱灾。
年轻人随身带了一个沉重的背包，里面塞满了食品、切割工具、衣服、指南针、护理药品等。
年轻人对自己的背包很满意，认为已为旅行做好了充分的准备。
　　一天，当地的向导检视完背包之后，突然问了一句：“这些东西让你感到快乐了吗？
”年轻人愣住了，这是他从未想过的问题。
他开始问自己，结果发现，有些东西的确让他很快乐，但是有些东西实在不值得背着走那么远的路。
年轻人决定取出一些不必要的东西送给当地村民。
接下来，因为背包变轻了，他感到自己不再有束缚，旅行变得更愉快。
　　一个人生命里填塞的东西越少，就越能发挥潜能。
我们应该学会在人生各个阶段定期解开包袱，随时寻找减轻负担的方法。
决定一个人命运的不是他所处的环境，而是他是否有一个良好的心态，是否懂得在任何情况下，都不忘整理清洗自己的心灵，以便让自己活得更轻松、更自在、更洒脱。
　　在我们的生活经历中，许多人都经历过类似的事情。
例如，因为自己平凡的背景，而不敢去梦想非凡的成就；因为自己学历的不足，而不敢立下宏伟大志；因为自己的无知，而不愿打开心扉，去追求更好的生活。
可是如果你不主动打破生命的格局，你就无法改变你的人生。
　　人是自己命运的主宰。
只有积极追求美好的生活，才能实现自己的梦想，开创成功的人生格局。
　　给自己心灵洗个澡，关键要正确认识自己。
老子曾说：“知人者智，自知者明。
”意思是说，真正聪明智慧的人应该既能正确认识别人，也能正确认识自己。
正确认识自己，才能使自己充满自信，才能使人生的航船不迷失方向。
正确认识自己，才能正确确定人生的奋斗目标。
只有有了正确的人生目标，并充满自信，为之奋斗终生，才能此生无憾，即使不成功，自己也会无怨无悔。
　　失败沮丧之时，给心灵洗个澡。
不因一时的失败而心灰意冷，用希望打开一条活路。
精神是生命的真正支柱，只要它不垮下，生命就就不会变形。
　　成功得意之时，给心灵洗个澡。
头脑要清醒，不盲目乐观，不气盛用事，不好大喜功，不满足现状，心中存有忧患意识，能清醒地看到还有很长的路要走。
　　苦闷茫然之时，给心灵洗个澡。
不因奔波、跌倒、无助而抱怨，不因往事而悔恨，不为未来的事情而担忧，不畏瞑生活，敞开心灵，勇敢地面对一切。
　　疲惫不堪之时，给心灵洗个澡。
生活中不是只有打拼，还要有享受，不要只忙于事业，忙于挣钱，忙得不顾命。
累了就歇歇，做好自我调节，找到工作生活、事业家庭的平衡点。
　　给心灵洗个澡，就是摒弃内心的杂念，给灵魂喘息的机会；给心灵洗个澡，就是换个心态过人生，踏上坦荡的命运之途；给心灵洗个澡，就是给梦想和希望插上翅膀，让它带领自己越飞越高。
　　人生在世，要时刻关注自己的心灵。
我们要适时地给心灵洗个澡，及时清除心灵的灰尘，使自己拥有一副健康的体魄，养成一种良好的心态，过着一种从容安适的生活。
心灵得到了洗礼，我们的人生才会充满精彩。

……

## 编辑推荐

《你就是自己的奇迹》从积极心态、发掘潜能、敬业尽责、人际关系、自信自强、善抓机遇、良好习惯等角度入手，进行了全面的阐述与分析，力求揭示创造奇迹的秘诀。
本书案例丰富而贴近生活，论述精辟到位。
无论你身在何处，无论你从事什么职业，无论你在人生的哪个阶段，如果你正为实现自己的理想困惑着，你不妨翻翻这本书，或许能给你带来一线希望，一缕光明，帮你迅速找到创造奇迹的捷径。

## 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