第一图书网, tushu007.com

<<一本书学会正面思维>>

图书基本信息

书名：<<一本书学会正面思维>>

13位ISBN编号：9787511218674

10位ISBN编号：7511218679

出版时间：2012-1

出版时间：赵晓宇 光明日报出版社 (2012-01出版)

作者：赵晓宇

页数：141

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

内容概要

正面思维概念的提出是现代成功运动的伟大硕果，它突破了陈旧、狭隘的成功观念，开创了崭新、更广泛的成功模型，为普通人走向成功指明了一条更加切实可行的道路。
其核心理念是：人的思维方式对人生的走向起着决定作用，人们可以通过自主地选择在任何时候都用正面思维对待事物而从根本上改变自己的生活。
《一本书学会正面思维》结合丰富的真实事例和科学实验，以激情洋溢的语言充分揭示了人类正面思维的伟大力量：正面思维可以带来健康的体魄；可以战胜恐惧和忧虑，把握好情绪；可以坚定成功的信念；可以塑造良好的性格；可以改善身体的缺陷；可以使人的心灵和容貌变得更加美丽，等等。
阅读《一本书学会正面思维》，读者可以掌握如何运用正面思维面对人生问题，养成用积极、主动、乐观的态度思考和行动的习惯，充分调动大脑潜能，提升勇气和自信，不断把人生导辩和谐、幸福与成功。

书籍目录

1.掌思想之舵，扬生命之帆我们以点滴的思想搭建未来，是好是坏，不知道，一切以此锻造。
思想是命运的别名，选择你的命运，然后等待。
爱衍生爱，恨滋生恨。
——拉·伟勒·维尔考克斯2.思想如何控制身体思想对于身体有惊人强大的控制力。
让思想成为身体的主人。
——歌特3.思想引起健康或疾病精神使我们活着。
肉体对此无所帮助。
——瑞登博格4，我们最糟糕的敌人是恐惧怀疑是叛徒，由于害怕尝试，我们失去了原本属于自己的东西。
——莎士比亚5.战胜恐惧恐惧的想法——人类的主要敌人，可以从思维的习惯中排除——彻底地铲除，但不是靠压制它。
——瑞斯·弗莱彻6.致命的情绪愤怒和担心不仅使人怯懦和压抑，有时，它们甚至是致命的。
——霍瑞斯·弗莱彻7掌握我们的情绪真正的伟人知道自己想要什么，不让脾气和情绪掌控自己，他们做事有坚定的原则。
——瑞欧8.无益的悲观主义宇宙用自己的方式反馈每一个人。
如果你微笑，它会用微笑回报你；如果你皱眉，它也会朝你皱眉；如果你歌唱，它会与你快乐地合唱；如果你思考，你会从思想者那里得到快乐；如果你热爱这个世界，而且诚恳地寻找美好，你会被爱你的朋友包围，自然界会将地球上的瑰宝献给你。
——瑞泽曼9.乐观的力量坚定的乐观者终将获得成功，丧失了希望，你将一事无成。
——海伦·凯勒10.消极的信条让人生瘫痪我们不应该否定自己的能力。
我们努力将不愉快的记忆从大脑中抹去，否定自己却让我们想起这些记忆-我们虽然只是口头上说说，但是，却是在暗示自己：你真的不行。
——艾格尼丝·普洛特11.肯定的力量自我肯定是对于真相的描述，可以成为指导人生的力量。
——格林·希尔12.思维的影响力13.带来成功的信念14.自信心对于别人的影响力15.塑造性格16.改善有缺陷的官能17.通过美丽的想法获得美丽18.想象的力量19.不要被岁月打倒20.怎样控制思维21.未来的人将变得更加睿智和强大

章节摘录

版权页：这究竟是什么意思呢？
仅仅是一些突发的强大意念扰乱了身体的正常机能，使得它停止工作。
恐惧，一种害怕的念头，令心脏停止跳动。
激动令心脏跳动加剧，致使大脑中的血管爆裂。
突然的狂喜令血液迅速冲向大脑，致使脆弱的细胞膜破裂。
深爱的人去世了，情绪的悲痛阻碍了营养的吸收，废物的排出以及身体的其他功能，这些功能只有在正常情绪下才得以进行。
于是，这个人也憔悴衰弱，死去了。
死亡的原因是严重的疾病，令虚弱的身体不能承受，或者根本不是疾病，而是痛苦和悲伤的情绪。
最近，伦敦的一根电车线断裂了，火花飞溅地掉在马路上。
一位年轻的女士，表面上看起来和其他人一样，正准备上车，看到了这起事故，突然倒地死亡。
什么东西也没有碰到她。
她没有遭受任何伤害。
死亡原因仅仅是因为她认为自己处于危险之中。
这种想法如此强烈，以至于一些东西屈服了，把她的灵魂从身体中分离了出来。
如果她镇静一些，不要如此惊恐，她就会活下来。
一位美丽的女士被高尔夫球棒打中了脸部。
球棒打碎了她的下巴，但是，短短几周之后，下巴就愈合了。
然而，留下的疤痕却损害了她的美丽。
毁容了的想法紧紧攫住她的大脑，使她羞于见人，她经常感到忧郁、不安。
去欧洲旅行、专家昂贵的治疗都对她没有帮助。
“我受过伤，留下了伤疤。
”这种想法夺去了她生命中所有的快乐，夺去了她身体中所有的力量。
不久，她就不能离开病榻了。

媒体关注与评论

我们这个时代最伟大的发现就是人们可以通过改变思维方式来改变自己的生活，而思维方式是一种选择，我们可以用积极的思想对待事物，也可以用消极的思想对待事物。

——威廉·詹姆斯虽然时光不会倒流，无人能够从头再来，但人人都可以从现在做起，通过改变思维开创全新的未来。

——卡尔·巴德通过思想的力量，你可以改变命运。

——托马斯·卡莱尔成功路上的障碍多是人为的，而制造障碍的人往往就是自己。

——弗兰克·泰格

编辑推荐

《一本书学会正面思维》编辑推荐：思维方式是一种选择，我们可以用负面的思想对待事物，也可以用正面的思维对待事物，改变思维就可以改变生活。

第一图书网, tushu007.com

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