

<<影响一生的101个生活法则>>

图书基本信息

书名：<<影响一生的101个生活法则>>

13位ISBN编号：9787564020859

10位ISBN编号：7564020857

出版时间：2009-12

出版时间：姚颖颖 北京理工大学出版社 (2009-12出版)

作者：姚颖颖

页数：222

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>

<<影响一生的101个生活法则>>

前言

生命对于人来说只有一次，也正是因为只有这一次，才使其更加的弥足珍贵。那么如何在这有限的人生里使自己活得更加充实有意义而又不留下任何遗憾呢？这是值得人们思索的问题。

试想一下，在日常生活中，你是否因为种种挫折而变得意志消沉？

你是否因为找不到成功的路径而陷入迷惘的境地？

你是否又因为找不到明确的人生目标而感到彷徨无助？

如此种种的心灵困惑和迷途茫然应该如何解决呢？

本书将从一个新的视角来为您诠释这些人生疑问，给您的心灵带去全新的震撼和突破。

本书通过一些通俗易懂又贴近生活的故事，来向读者阐释一些人生的哲理，给读者困惑的心灵提供一些合理化的建议及走向成功的捷径。

人生之路是漫长的，但最关键的只有那么几步。

把握自己脚下的步伐，迈出一个勇敢而坚毅的自我。

以快乐、坚强的心态去迎接生活，迎接那布满荆棘和鲜花的人生之路。

以勇敢、进取的心去争取明天的成功和辉煌。

在生命的旅途中，总有许多意想不到的困难和诱惑在等着我们，使我们的人生变得任重道远，扑朔迷离。

这个时候，我们就要清扫我们的心灵，转变我们的思想，改变我们的行为，进而改变我们的人生。

总之，人生苦短，尽早领悟人生之真谛，走好脚下的每一步，从心理、行为、思想等方面改变我们的一生！

<<影响一生的101个生活法则>>

内容概要

人的一生并不是简单而一帆风顺的.其间存在着一些生活法则。我们要归纳这些生活中的法则，将人生的经验累积成财富，让自己在人生的道路上少走弯路，保持顺畅的一生。

生活中，人们总在不停地寻找，寻找改变自己人生命运的方法。

结果，有的人满载而归，有的人却一无所获。

怎样才能的人生中获取更多，改变自己的命运呢？

这就需要您在闲暇时翻开此书，或许书中的故事和哲理能唤醒您那颗沉睡已久的心灵，给您的生活带去灿烂的阳光！

人要改变一生的命运，必须先从生活中的细则做起，把握生活准则，从细微之处着手，领悟人生之真谛，从心理、行为、思想等方面改变我们的一生。

<<影响一生的101个生活法则>>

书籍目录

第1章 快乐生活——牛活就是不停地创造快乐快乐是一种心情，一种顿悟之后的豁然开朗，一种重负顿释后的轻松自如，一种云开雾散后的阳光灿烂，更是一种人生练达的哲理和智慧。

它就在我们每一个平凡的生活故事里，我们只需要轻松地用心去发现。

告诉自己很快乐走自己的路，让别人去说吧放下也是种快乐快乐就像感冒，传染得很快别为小事生气

快乐的相对论快乐靠自己创造第2章 克服欲望——壁立千仞，无欲则刚贪婪是人性的一大弱点，古之有云“贪者，恶之大也”，说的也是人们的欲望是无休止的。

欲望太多，就会使自己不满足，继而就会失去快乐，造成心理上的贫穷。

只有摆脱欲望的纠缠，做到豁达些、淡泊些，才能拥有平和、踏实的心境，就不会因生活在飘动的期望中而时时感到忐忑和疲乏。

别让欲望蒙蔽心灵人心不足蛇吞象“挥金如土”的妙用百万富翁的成长史金钱不是幸福的唯一葛朗台式的悲哀金钱并非万能第3章 勤奋自强——天行健君子以自强不息勤奋自强，是一种包括自信、自尊、奋发、坚毅在内的进取向上的精神，这在很大程度上决定着一个人进与退、成与败、荣与辱。

勤奋自强。

是我们与时俱进的必然要求。

我们的一切成绩、一切成功，都是在自强勤奋中取得的。

第4章 确定目标——山高有攀头，路远有奔头一个人看不到自己的远方是很可怕的，有了远方也就有了人生追求的高度，而人一旦有了追求，远方也就不再遥远。

每个人都应该有一个能够让自己信服且为之奋斗的目标，当你明确了你的人生目标，你便找到了人生的主流。

也就是找到了奋斗的方向。

脚踏实地的短期目标目标成就人生制定适合自己的目标为生命列张清单比照目标做事皮尔·卡丹的奋斗史把大目标分解成小目标给自己规定一个指标成功的号角需要信念吹响每天给自己一个希望答案就在一千根弦之后希望在，生命就不会枯竭大目标才能成就大成功第5章 把握机会——机会只青睐有准备的头脑机会只给有准备的人，这句老掉牙却又是亘古不变的真理，一直被人们流传着。

在你去做每一件事之前，先在心底问问自己：“你准备好了吗？”

”这也不失为一种好方法。

让自己提前穿好盔甲，牢牢把握住每一次机会，成功将会一步步向你靠近。

磨刀不误砍柴工不能坐下来空想准备是一种积累准备好行动的每一步多一分准备，少一分风险准备造成的差距准备使你不可替代机会只垂青有准备的人盼望机会不如准备机会第6章 分秒必争——逝者如斯夫，不舍昼夜时间就是青春，时间就是生命，时间就是一切，因此，每个人都应该学会珍惜时间，珍惜青春。

一寸光阴一寸金，寸金难买寸光阴，时间是用金钱买不来的，是靠自己争取来的，在几千个逃去如飞的日子里，我们所能做到的，只有四个字：珍惜时间！

一天之计在于晨不要被时间遗弃做时间的主人学会合理安排时间心动不如手动用行动来支持自己一寸光阴一寸金给自己定下一个期限在有限时间内做最重要的事充分利用好零碎的时间第7章 把握细节——一屋不扫何以扫天下老子曾说：“天下难事，必做于易；天下大事，必做于细。”

”要想成就一番事业，必须从简单的事情做起，从细微之处入手。

把事情做细，你得到的是一份成功，一份来自内心的满足。

专注最重要的事情千里之行，始于足下细节决定成败欲速则不达用习惯去克服习惯……第8章 超越自我——如果你想成功，就做自己的国王第9章 尊重他人——请牢记“它山之石，可以攻玉”

<<影响一生的101个生活法则>>

章节摘录

记得初中学过一篇课文，是说安排时间的，作者举喝茶的例子，先把水烧上，在等水开的时间，找茶叶，茶具。

等水开了就可以冲了。

而先烧开水再找其他，或先找茶具再烧水都浪费时间。

但这篇课文说的只是一个程序事件上的时间观念，也就是如何节省时间。

而今天我要说的是同时多个程序事件同时进行时的时间分配，目的是要尽量保证每个程序事件都能够正常进行。

首先，要分出主次轻重，然后按照主次轻重合理安排。

虽不能只重视重要的而放纵次要的，但也不能胡子眉毛一把抓。

由于可操作性太高，所以这种时间分配方法没有定式，只能自己根据实际情况制定了。

学会这种分配方法会让工作更加轻松，更加得心应手的。

西方人用时间比喻金钱，而我们用时间比喻生命，也可以说你学会了利用时间你就学会了珍惜生命，听到有人不止一次地在抱怨自己的时间不够用，但很少有人会花时间去考虑如何分配自己的时间，他们把大部分的时间都白白浪费了，他们感觉自己没有太多的选择自由，确实如此。

事实上，年龄、教育程度、家庭背景、经济状况、性别和种族都会限制我们进行自由的选择，所以要想真正学会利用时间，就要把目光放得更远一些，决不能凭一时的想法而断定某些事情。

因为我们每个人每年、每月、每周、每日、甚至每分钟都在作选择，我们的时间分配实际上就是成千上万个大大小小选择的结果。

如果我们在作每一个选择时都把目光放得更远一些，这必然会省下不少时间，最起码你不会再走弯路。

其次，学会利用时间，还得学会认真规划时间，而不能偶尔地进行时间规划，两者的区别是偶尔进行时间规划的人往往没有一个清晰的目标，他们根本不知道自己要做什么，他们对结果不满意，于是开始以为自己并不善于规划，最终放弃自己的努力，而认真规划时间的人，会反复斟酌自己的规划，刚开始目标也可能不清晰，慢慢地，经过不断的挑选，把那些不可取的目标清除出去，并形成一个比较集中的目标，还要按时检查自己的执行情况，主动找出其中的问题并及时更改，最终达到节约时间的目的。

<<影响一生的101个生活法则>>

编辑推荐

《影响一生的101个生活法则》：改变人生命运的9大智慧快乐生活——生活就是不停地创造快乐快乐是一种心情，一种顿悟之后的豁然开朗，一种重负顿释后的轻松如意，一种云开雾散后的阳光灿烂，更是一种人生达练的哲理和智慧。

克服欲望——壁千仞，无欲则刚古之有云“贪者，恶之大也”，欲望太多，就会失去快乐，造成心理上的贫穷。

只有摆脱欲望的纠缠，豁达些、淡泊些，才不会因生活在飘动的期望中而时时感到忐忑和疲乏。

勤奋自强——天行健君子以自强不息勤奋自强，是一种包括自信、自尊、奋发、坚毅在内的进取向上的精神，这在很大程度上决定着一个人进与退、成与败和荣与辱的相互转变。

确定目标——山高有攀头路远有奔头每个人都应该有一个能够让自己信服且为之奋斗的目标，当你明确了你的人生目标，你便找到了人生的主流，也就是找到了奋斗的方向。

把握机会——机会只会青睐有准备的头脑机会只给有准备的人，让自己提前穿好盔甲，牢牢把握住每一次机会，成功将会一步步向你靠近。

分秒必争——逝者如斯夫，不舍昼夜时间就是青春，时间就是生命，时间就是一切。

因此，每个人应该学会珍惜时间，珍惜青春。

把握细节——一屋不扫，何以打天下老子曾说，“天下难事，必做于易；天下大事，必做于细”，要想成就一番事业，必须从简单的事情做起，从细微之处入手。

超越自我——如果你想成功就做自己的国王抛开了尘嚣琐事，凝神面对自我，寻求极限、挑战极限，在极静与极动转换间，你会发现，超越自我变得那么自然。

尊重他人——清牢记“它山之石，可以攻玉”尊重是天，是芸芸众生幸福快乐之天。

我们每一个人都应努力撑起并呵护这片神圣的天，让她永远赐予我们人生的春天和阳光。

<<影响一生的101个生活法则>>

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>