第一图书网, tushu007.com

<<最大的财富>>

图书基本信息

书名：<<最大的财富>>

13位ISBN编号：9787801145864

10位ISBN编号：7801145860

出版时间：2001-02

出版时间：九州出版社

作者：（美）马尔登

译者：徐干

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

本书是美国成功学大师马尔登的著作，倡导青年不要遗失自信，要靠自己内心的力量走向成功。

<<最大的财富>>

书籍目录

第一篇 遗失的自信
一 发掘你的创造力
为心灵开刀／强化你的自我心像
二 不安世界中的安定
切勿精神自杀／你需要内心的安适
三 人生活动中的力量
积极工作的乐趣／每天一个目标／快乐在于你的自我心像／积极的哲理就是力量
四 立即展开积极的生活
一个在男孩群中的女孩／生命的象征
五 属于你的成功年代
希望带来一切／恢复你的力量
六 积极人生的成功目标
你心中的火／使每一时刻都有充分的生活／学习与危机共存／改变你的运气／目标与你的成功契机／人情味对你自己／目标：“ 永远 ”年轻
七 战胜颓废
打败“ 非洲臭虫 ”／缔造成功的机运
八 行乐之道
新的人生观／你要面对人生／使习惯服从你的意愿
九 内在的创造力——速成自信
自信的习惯／伟大的内在力量
十 内在的破坏力——立即泄气
每天跟自己竞争／懂得利用时间
十一 与你的情感创伤共处
自我发现的出路／你心中的绮色佳
十二 品尝醉人的友谊之酒
不要摆出打牌的面孔／力量的源头
十三 征服孤寂之苦
孤独的限度／精神衰老的威胁／怀旧病的虚幻
十四 六十五以后的创造性生活
老人的精神自杀／老人的民权
十五 开启你的创造日
消除杂念向目标前进／肯定人生创造生活／为威长而自我训练／渴求你向往的能力
十六 展开创造的生活
赏识自己的优点／尚未动用的财富
第二篇 内心的力量
一 在生活中处处采取主动
自己的心像由自己决定／理想的心理蓝图／展开创造性的生活／你可以改变自我心像／对自己应有建设性的看法／懂得祛除心理的伤痕／追求快乐的生活
二 发挥个性以开创人生
发现自己的真相／发挥自己独特的优点／想像力也是财富／利用想像来加强自我心像／建立崭新的成功心像
三 松弛的神秘力量
神经紧张是疾病之源／紧张使心情烦躁不安／过去的就让它过去吧／如何容忍自己／过于紧张的人不善独处／增加就业机会可缓和紧张／做不到的事不要勉强／失眠是精神紧张的迹象／轻松的想像有助于放松

四 誓做永不妥协的胜利者
改变心像追求成功／不要低估自己的权利／成功人士的成功秘诀／信任自己成功的能力／没有十全十美的完人／接受自己独特的地方
五 控制自己的习惯和命运
习惯是如何产生的／坏习惯要尽力戒除／不要一生操劳不已／你可以改变习惯／培养新的好习惯／好习惯可以帮你获得胜利
六 幸福生活的七项法则
人生的幸福要自己去找／生活的幸福不需外求／快乐的美德是我们的资产／清除悲观消极的思想／幸福生活的七项原则
七 坚强能抚平感情的创伤
感情的创伤更痛苦／你比想像中的自己更坚强／消除沮丧的方法／我们都是凡人而已
八 以真面目迎接生活
我们都戴着假面具／表现你真实的面目／好朋友会喜欢你的真面目／开启自我心像的大门／保持自己纯真的一面
九 性爱与自我心像
好莱坞的性感象征／性，并不肤浅／性关系的真相／男子气概与女性气质／性在婚姻中的地位
十 坦然接纳自己的弱点
从懦弱中学习坚强／勇敢的硬汉是虚构的产物／女人的完美不在外貌／人人都会犯错／承认自己的缺点／接受弱点才能所向无敌
十一 表现自己的特点
发挥拓荒者的精神／不要人云亦云／我们必须遵守某些规定／努力培养自己的特点／使你与众不同的方法／过度服从会扭曲你的心像
十二 消除紧张的压力
生活是一连串的紧张／成功人士如何应付紧张／我自己如何化解紧张／协助女演员克服舞台恐惧感／信任自己的目标／心情紧张时不要害怕／加强应付紧张的能力
十三 交朋友并不难
交友的秘诀是主动付出／抛弃虚假的“ 乌龟壳 ”／健康的心像才会受人欢迎／结交朋友的五项规则
十四 在动乱中寻找平静
设法放松自己的情绪／如何防止过度反应／想像一个安静的小房间／不要害怕逃避现实／如何发掘内心的平静
十五 充实而圆满的生活
不要从生活中退休／你认为你几岁就是几岁／寻觅新乐趣充实生活
十六 获得新心像的方法
十七 主宰自己的命运
你将受到众人的注目／每一天都过得幸福快乐／你是自己命运的主人

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