

<<自知>>

图书基本信息

书名：<<自知>>

13位ISBN编号：9787801685575

10位ISBN编号：7801685571

出版时间：2010-4

出版时间：王平 研究出版社 (2010-04出版)

作者：王平

页数：240

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>

<<自知>>

前言

每个人都想成为一个聪明的人，可是怎么样的人是最聪明的人呢。

有自知之明的人是这个世上最聪明的人。

圣人孔子说过：“知人者智，自知者明，胜人者有力，自胜者强。

”意思是说，能认识别人的叫做机智，能认识自己的才叫做高明，能战胜别人的叫做有力，能克制自己的人才算刚强。

“不畏浮云遮望眼”这句话出自王安石的《登飞来峰》一诗，这句话包含了很深刻的人生哲理。

山中的浮云能够遮住登山人的双眼，而人类社会这座高峰上又有多少“遮望眼”的“浮云”啊！

不仅仅是一切陈腐的陈规陋习，就连那些闲言碎语都可能成为遮挡我们视线，妨碍我们认清方向的“浮云”。

青少年时期是人生的重要时期，更应该有自知。

面对“浮云”，不能躲避，更不能妥协，而应与之抗争。

有些青少年在学习上遇到一点点挫折，就认为自己不是读书那块料。

这些都是自我认识不完善的表现。

在青少年时期，认识自己，相信自己，这样才能树立正确的目标。

与“浮云”抗争，需要胆识，要辨清方向，更需有远见。

古人说：“而望矣，不如登高之博见也。

”站得高才能望得远。

青少年要立下切合自己实际的志向，而后朝着自己所定的目标，脚踏实地，从点滴做起。

这样，胜利的女神才会向你招手。

时代在发展，社会在前进，青少年是祖国的未来，是祖国的希望，要想做到“不畏浮云遮望眼”，要想有所作为。

必须相信自己，勇于向最高层挺进。

只有向上才能增长才干，只有向上才能锻炼胆量，也只有向上才能高瞻远瞩，在立志成才的攀登中永远开拓、进取。

<<自知>>

内容概要

每个人都想成为一个聪明的人，可是怎么样的人是最聪明的人呢。

有自知之明的人是这个世上最聪明的人。

圣人孔子说过：“知人者智，自知者明，胜人者有力，自胜者强。

”意思是说，能认识别人的叫做机智，能认识自己的才叫做高明，能战胜别人的叫做有力，能克制自己的人才算刚强。

<<自知>>

作者简介

王平，女，1961年出生，高级教师，毕业于内蒙古师范学院。
多年从事教育工作，积累了丰富的教书育人的感悟与经验，此作品是她在忙里偷闲中的拾贝之作。

<<自知>>

书籍目录

第一章 认识自己——看清真实的你知人者智，自知者明。

胜人者有力，自胜者强。

一个人最大的对手不是别人，而是自己。

人只有彻底地认识了自己、了解了自己，才能超越自己，实现属于自己的成功。

1.了解真实的自己2.发挥自己的长处3.弱点不是成功的障碍4.勇于认错是成功的开始5.差异就是公平6.不要轻易否定自己7.接受别人比自己优秀8.有自知之明，才能避免不测发生9.认识自我，把握好“航向”

第二章 接受自己——做本色的自己如果你是小溪，那么就不要去羡慕江河的壮观，因为潺潺一样动听。

如果你是骆驼，就不要唱苍鹰的歌，因为驼铃一样婉转。

月亮很美却是借助了太阳的光辉，太阳很亮却只能孤单地守护蓝天。

所以要学会接受自己的缺陷，金无足赤，人无完人。

做本色的自己，你一样能够活得精彩！

改变懦弱的你。

1.自我认知的起点——责任心2.勇敢尝试，战胜自己3.做个有志向的人4.跌倒了。

再站起来第三章 相信自己——你是最优秀的假如生活放弃了你，那么不要担心，上帝会在某个角度给你打开一扇窗。

所以即使身上有诸多不足和缺陷，那你也没有理由悲观失望，不相信自己。

相信吧，雨停太阳自会出，相信你自已吧，相信你是最优秀的。

1.没有自信，你就无法健康地成长2.任何挫折都不能动摇你的信心3.你比想象的更优秀4.除了自己。

没人能让我们贬值5.告诉自己我能行6.发掘自己的潜力第四章 依靠自己——自己打造成功生命的小船只能由你自己驾驶，你是唯一的舵手。

所以靠天靠地不如靠自己，一个人的命运其实就在自己的手中，成败的关键取决于你对自己是否有足够的信心。

因为成功向来青睐于自信和勇敢的人，而那些终日抱怨上天不公的人永远不会抵达胜利的彼岸。

1.命运之线就掌握在自己手中2.成功靠自己3.依赖性青少年的毒药4.做自己的主人5.时刻分析自己6.找准自己的定位第五章 走出自己——打破心灵牢笼其实，人的命运藏匿在人们的思想里。

许多人走不出人生各个不同阶段或大或小的阴影，不是因为天生的条件不如人，而是因为受思想的禁锢，心灵无法看到阳光，也没有努力找准一个方向，突破这种束缚。

1.心态决定成败2.抱怨只会让你原地踏步3.做自己情绪的主人4.用微笑面对一切5.经常反省自己第六章

直面自己——改变懦弱的你每个人的心中都有一个怯弱、羞涩的我，这是正常的心理活动。

但是当这种心理发展为一种阻碍，影响你与人沟通、交流的时候，你就必须改变自己。

只要直面自己，只要给自己足够的勇气去战胜自己的懦弱，你就是最棒的，只要你能走出第一步就已经是战胜懦弱的开始了。

在人生道路上，假如没有勇气，只有怯弱与羞涩的话，你的命运将会一塌糊涂。

因此，要直面自己。

1.世界上没有两片相同的树叶2.不必过分苛求完美3.懂得欣赏自己4.要勇于承认自己的缺点5.有缺陷也是一种美6.改变你能改变的，接受你不能改变的7.活出自己的本色，做最好的自己8.善待自己，做乐观的自己第七章 摆脱自己——剔除心灵毒瘤每一个独立个体的“自我”中总有一些不太和谐的部分，它们是一股摧毁人健康心理的力量。

不论是贪婪还是嫉妒抑或是贪慕虚荣，每一种疾病的细菌都在啃噬我们原来完好的心灵。

如果不能根除这些恶劣的病灶，那么起码要将它们封存、约束，进行有效的控制，否则最终它们会毁了我们的生命。

1.不要和自己过不去2.摆脱心灵的枷锁3.嫉妒是扎在心灵上的一根刺4.放下成见，化敌为友5.小心掉进易怒的陷阱6.摆脱自卑。

人生不走下坡路7.莫让抑郁网住心第八章 锻炼自己——苦难是笔财富在通往理想的道路上非得经过荆

<<自知>>

棘与荒原不可，没有千锤百炼的磨难，就不会有来日成功王冠的璀璨与辉煌。
爱默生说：“困难，是动摇者和懦夫掉队回头的便桥，但也是勇敢者前进的踏脚石”。
.....第九章 超越自己——打开心灵死结第十章 做回自己——快乐从心开始

章节摘录

3.充实自己的生活如果青少年学习的节奏很紧张，生活过得充实有意义，就不会有功夫胡思乱想。可借助各种业余爱好来宣泄和疏导不满，如唱歌、跳舞、练书法、下棋等。

另外，最好能找知心朋友、亲人痛痛快快地说个够，解除心灵的枷锁。

4.自我安慰与自我反省阿Q的精神胜利法，就是自我安慰的最好方法。

因此，青少年对于别人的成绩、长处要心存赞许，不要总想着贬低比自己强的人。

要知道，别人的成功都是靠自己的努力得来的，自己要取得那样的成功，也必须付出艰辛的劳动。

蓄意贬损别人，只能败坏自己的心情和声誉，于己于人都无益处。

5.减少虚荣心青少年应踏踏实实地学习，减少自己的虚荣心。

虚荣心其实是一种扭曲了的自尊心，它追求的是虚假的荣誉。

要面子、不愿意别人超过自己、以贬低别人来抬高自己，恰恰是虚荣的表现，一种空虚心理的需要。

因此当你当你开始有虚荣心时，你就想一下自己为何要这么做，这么做真的有必要吗？

6.加强个人修养，培养良好的情操青少年平时应多读一些有号召力、奋进力的文章，多看一些名著，多读一些精言名句，多看有关先进人物事迹的报道，领悟做人的道理。

具备更好的心理素质，才能使自己面对漫长的人生，做到得意时谦虚谨慎，失意时泰然处之，最终走向成功之路。

<<自知>>

媒体关注与评论

知人者智，自知者明。

胜人者有力，自胜者强。

——老子梅须逊雪三分白，雪却输梅一段香。

——民谚相信就是强大。

怀疑只会抑制能力，而信仰却是力量。

——弗烈德利克·罗伯森先相信自己，然后别人才会相信你。

——罗曼·罗兰有自信心的人，可以化渺小为伟大，化平庸为神奇。

——萧伯纳行动也许不一定会带来快乐；但是没有行动就决没有快乐。

——本杰明·狄斯拉理

<<自知>>

编辑推荐

《自知:不畏浮云遮望眼》：世界上没有两片相同的树叶，认识自身的闪光点，扬长避短迈向成功！
让亿万青少年走出心灵沼泽的励志图书！
专为青少年做的超级装备，心理自助餐。
认识自我，世界上没有相同的树叶，相信自己，对于你而言，你就是自然界最伟大的奇迹，挑战自我，走出心灵禁锢，用双手打造成功善待自我快乐，唯心而已。

<<自知>>

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>