

<<最重要的是心态>>

图书基本信息

书名：<<最重要的是心态>>

13位ISBN编号：9787802134201

10位ISBN编号：780213420X

出版时间：2007-7

出版时间：海潮

作者：林染

页数：256

字数：200000

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>

<<最重要的是心态>>

内容概要

本书立足于现实，以通俗的语言，中间穿插几个动听的故事，引导读者认识心态的重要性。全书共分八部分，包括：心态决定命运、做心灵的强者、心静人自闲、心是快乐的根、刚柔相济的弹性心态、调解心态的失衡、处世保持低调、健康的心态胜过健康的身体等。

心态不同，就会演绎成截然不同的命运。

因此，我们必须非常非常重视掌握我们的心态，引导它走向积极的一面。

本书以通俗的语言，娓娓道来其重要性，以及积极心态的积极意义。

阅读完本书，相信你一定会立志调整好自己的心态。

<<最重要的是心态>>

书籍目录

一、心态决定命运 心态不同，命运不同 潜意识是心态的基础 成亦潜意识，败亦潜意识 充满魔力的心理暗示 积极的心理导向效应 “良性暗示”和“负面暗示” 凡事都由心起 境遇不造人，是人造境遇 一种心态演绎一种故事 换个角度看问题 相由心生，相随心灭二、做心灵的强者 何必为自己的心理设限 惯性思维定势 走出灰色，拥抱七彩生活 修炼自己的积极心态 信念左右着结果 你行，我也行 自助助人，自助天助 天生我材必有用 不要低估你的潜能 心态是意志力的体现 知即是行，行即是知 厚积而薄发三、心静人自闲 宁静而致远 万物静观皆自行 随其自然，返璞归真 无时下乐，无时无忧 让心态变得轻松 多少事尽付一笑中 愤怒让心的距离变远 工作是人类第一需要 最高处即是平凡处 有痕迹就证明你努力过 成者非王，败者非寇 失败存在于失败者的心中 失败是一个过程四、心是快乐的根 快乐是一种心态 放下烦恼立即快乐 每个人心中都有把“快乐的钥匙” 最美的景色是心情 告别烦恼，与快乐同行 无欲，则无痛 失去的东西是“最宝贵的” 船过水无痕，鸟飞不留影 人的心可大可小 即使有哭的理由，也要找理由去笑五、刚柔相济的弹性心态 大直若屈，大智若愚 无为而无不为 敏于行而讷于言 我们的一生都在选择 得未必得，失也未必失 拿得起，放得下 逆境低调，顺境也要低调 尽善尽美的缺陷 摘下角色的光环 学会“角色互换”六、调解心态的失衡 为情所动时，不要有所行动 愤怒以愚蠢开始，以后悔告终 临危不惧，泰然自若 学会自我调节心态 生气是自己去惩罚自己 海纳百川，有容乃大 嫉妒——愚人的痛苦 压迫出你身体中的“小” 用平凡之心对待委屈 自我知觉的偏差 人贵有自知之明七、处世保持低调 用爱和宽容充实友情 交往中的换位思考 难以读懂的“面子” 低调是强者最好的外衣 收敛锋芒，韬光养晦 待人以宽，律己以严 给别人批评你的机会 人的心理具有的双重性八、健康的心态胜过健康的身体 身与心的对立统一 健康是人一生的财富 心理疲劳的杀手 心病要用心药医 身体自救能力 格式塔心理疗法 生命在于运动 笑一笑，十年少 心态与年龄的非正比关系 休息是为了要走长远的路 尽情享受吧，我们仅此一生

<<最重要的是心态>>

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>