第一图书网, tushu007.com

<<做内心强大的自己>>

图书基本信息

书名：<<做内心强大的自己>>

13位ISBN编号：9787807197720

10位ISBN编号：7807197722

出版时间：2012-6

出版时间：海峡文艺出版社

作者：奥里森·斯威特·马登

页数：217

字数：120000

译者：胡彧

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

第一图书网, tushu007.com

前言

<<做内心强大的自己>>

内容概要

本书从人生的懦弱、羞怯、患得患失等各个方面入手，逐一分析，说明“内心的力量”对人的生活会起到巨大的作用，这个作用既有正面的，也有负面的。
本书就是通过大量的案例、耐心细致的论证，让读者明白，强大自己的内心，可以逆转人生，使人生奇迹般的摆脱物质和精神的双重贫困，实现内宁安心(peace),
力量强大（power）,物质充足（plenty），身心健康（healthy and wealthy）。

这本书在增强人的内心力量上有着极为特殊的作用，本书内容从心理暗示出发，告诉你自己具有极为强大的精神潜力，在学习、工作和生活中，运用好自己的精神武器，便能在困境中依然勇往直前，不但生活如此，在健康上依然这样，相信自己能行，你就一定能行。

作者简介

◆几代人的精神导师，超常潜能的激发者，永不过时的励志大师
他的书，改变了六任美国总统的命运，遍及美国每一个家庭书架。

他的书，改变了世界巨富洛克菲勒、索罗斯、比尔.盖茨的人生轨迹，至今仍安然躺在许多富豪的枕边！

他的书，让影视巨星阿诺德.施瓦辛格走上演艺之路，闪耀全球至今不衰！

他的书，让足球巨星大卫.贝克汉姆一次次走出失败的阴影，铸就球王的辉煌。

他是美国最畅销的杂志《成功》创办人，美国最具传奇的人物，欧美成功学的奠基巨人奥里森?S．马登。

他的作品曾雄踞《纽约时报》畅销书排行榜30年，创下全球出版史的伟大奇迹。

<<做内心强大的自己>>

书籍目录

第一章　小心行得万年船
第二章　思想控制身体
第三章　快乐则健康，忧伤则生疾
第四章　最可怕的敌人是恐惧
第五章　战胜恐惧
第六章　不良情绪能扼杀生命
第七章　控制情绪
第八章　悲观毫无用处
第九章　愉快思维的力量
第十章　否定扼杀潜能
第十一章　肯定创造力量
第十二章　思想如影响力一样永放光芒
第十三章　思想带来成功
第十四章　自信战胜一切
第十五章　塑造人格
第十六章　提高能力
第十七章　心中有美人就会美
第十八章　想象的力量
第十九章　时光挥不去
第二十章　如何控制思绪
第二十一章　即将到来的人

章节摘录

媒体关注与评论

编辑推荐

《做内心强大的自己》是帮助你实现内心强大的修炼说明书。
因为没权，受人贬损，就要屈辱不堪地活着？
因为没钱，羞于应酬交际，就要灰头土脸地活着？
因为没房没车，爱在心口难开，就要郁闷地活着？
因为遭受自以为的不公，无处申诉，就要愤怒地活着？
生活不易，除了内心强大，你别无选择！
帮助你实现内心强大的世界级修炼说明书。
改变美国六任总统的励志经典，每个美国人的书架上都有一本马登的书。
世界畅销经典长盛不衰的励志佳作；从未被引进中国的百年畅销书；《做内心强大的自己》被公认能给人带来心灵的宁静和身体的安康。
美英日各国国会成员、最高法院成员、知名作家、学者以及世界各个领域的杰出人士都对《做内心强大的自己》大加赞赏，向全世界年轻人诚挚推荐。

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