

<<让自己成为上帝>>

图书基本信息

书名：<<让自己成为上帝>>

13位ISBN编号：9787106023102

10位ISBN编号：7106023108

出版时间：2005-8-1

出版时间：中国电影出版社

作者：刘焯

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>

## <<让自己成为上帝>>

### 前言

哲人说：“人的一只手将自己拖入地狱，一只手将自己拉入天堂。

”意思是说，人可以让自己成为魔鬼，也可以让自己成为上帝。

魔鬼能生出邪恶、懒惰、贪婪、嫉妒、失落……上帝能造出理想、诚实、爱心、坚强、快乐……魔鬼与上帝是一对不可调和的矛盾，但其距离并不遥远，让自己成为魔鬼还是上帝，只看你是否具有强大的自控力。

自控力，是评价一个人修养的标准，是一个人成大事必须具备的能力。

一个善于自控的人，懂得：如何从不幸中走出自我 如何在诱惑面前留住自我 如何在不遇时正视自我 如何在浮躁中把住自我 如何在犹豫面前坚定自我 如何在压力面前稳住自我 如何在拖延面前改变自己 如何在犯错时改正自我 鲁迅说：“不在沉默中爆发，就在沉默中灭亡。

”沉默中有危机也有潜机。

生活的80/20法则也告诉我们，只有20%的人能够从寂寞、沉默中走出来。

其余80%因为怕黑、怕孤独、怕受到攻击、怕失败、没有主见，没有目的，没有克制，没有勇气，所以灰飞烟灭沉积历史。

走出来的人才有可能成功，因为，他们可以主导自己的心灵，控制自己的心态，他们才会变得强大。

只有把潜藏在内心的魔鬼一一赶走，你才有可能成功。

人，最强大的敌人和最好的朋友，都是自己，如何克服自我的弱点和弱势，如何发挥自我的强项和优势，几乎决定了一个人能否幸福、成功——命运就在自己手中，看你如何把握！《让自己成为上帝》一书用了大量生动典型的实例和深入浅出的道理，为你介绍了提升自控力的76种心智方法，教你强化思维、调整心态、培养自信、规划人生、利用时间、积极行动、挑战逆境、把握机遇、不断进取、品德修养、人际交往等等人生智慧。

它就像一盏点亮心智的明灯，照亮你前进的方向。

只要你打开它，不论是信手翻阅，还是仔细阅读，都会带给你深刻的启迪。

刘 焯 2005年5月于牛马阁

## <<让自己成为上帝>>

### 内容概要

人，最大的敌人和最好的朋友，都是自己，如何克服自我的弱点和弱势，如何发挥自我的强项和优势，几乎决定了一个人能否幸福、成功——命运就在自己手中，看你如何把握!本书会教你：如何从不幸中走出自我 如何在诱惑面前留住自我 如何在不遇之时正视自我 如何在浮躁中把住自我 如何在犹豫面前坚定自我 如何在压力面前稳住自我 如何在拖延面前改变自己 几十种行之有效的方法会让你脱离魔鬼的控制，让自己成为上帝!

## &lt;&lt;让自己成为上帝&gt;&gt;

## 书籍目录

如何从不幸中走出自我1如何在嘲笑当中认可自我4如何在危机时警醒自我6如何在逆境时战胜自我8如何在茫然中把握自我11如何在诽谤面前撑住自我13如何在懒惰中推醒自我15如何在生死面前超脱自我18如何在批评面前审视自我20如何在诱惑面前留住自我23如何在误会中冷静自我26如何在饮食中节制自我29如何在恐惧面前震住自我33如何在不遇时正视自我35如何在不满中填充自我37如何在竞争面前发挥自我40如何从愤怒中平息自我43如何在浮躁中把住自我46如何在罪恶面前钳住自我49如何在犹豫面前坚定自我51如何在生气时压住自我53如何在压力面前顶住自我55如何在疾病中战胜自我58如何在困境中不失自我60如何从挫折中重整自我63如何从失败中重振自我66如何在安逸时警示自我70如何在受辱后挺住自我72如何在低贱面前认清自我74如何在贫穷时把持自我76如何在权力面前摆正自我78如何在宠幸面前清醒自我80如何在淫欲面前守住自我82如何在突变中改变自己84如何在仇恨中浇醒自我86如何在争斗中拉出自我88如何在酒面前管住自我90如何在强者面前完善自我92如何在沉默中爆发自我95如何在成功后平静自我99如何在赞美面前感受自我102如何在怀疑面前坚守自我105如何在打击后重拾自我108如何在平凡中提升自我111如何在细节中成就自我114如何在抉择时把握自我117如何在拖延面前改变自己119如何在偏见面前纠正自我122如何在小聪明面前约束自我126如何在欲望面前控制自我128如何在名声面前看淡自我130如何在利益面前清醒自我132如何在多疑面前战胜自我134如何在虚荣面前克制自我136如何从狭隘中走出自我139如何在虚假面前诚实自我142如何从埋怨中解脱自我145如何在自满时谦虚自我147如何在苛察时警惕自我149如何在自卑时战胜自我151如何在抑郁时开阔自我153如何在贪婪面前管住自我156如何在时间面前把握自我160如何在犯错时改正自我162如何在嫉妒时反省自我164如何在糊涂中隐藏自我167如何在得失时看淡自我171如何在弱势时低调自我175如何在奢侈面前稳住自我179如何从空想中走出自我182如何在放纵时牵住自我184如何在吝啬时劝告自我187如何在小勇面前理智自我189如何从依赖中独立自我191如何在草率时思考自我194如何在言语面前忍住自我197

## <<让自己成为上帝>>

### 章节摘录

俗话说：“言多必失。

”是说如果一个人总是滔滔不绝地讲话，说得多了，话里就自然地会暴露出许多问题。

比如你对事物的态度，你对事态发展的看法，你今后的打算等等，会从谈话中流露出来，被你的对手所了解，从而制定出相应的策略来战胜你。

而且，你的话多了，其中自然会涉及到其他人。

由于所处的环境不同，人的心理感受不同，而同一句话由于地点不同、语气不同，所表达的情感也不尽相同，别人在传话的过程中也难免会加入他个人的主观理解，等到你谈的内容被谈话对象听到时，可能已经大相径庭，势必造成误解、隔阂，进而形。

成仇恨。

另外，人处在不同的状态下，讲话时心情不同，话的内容也会不同，心情愉快的时候，看事看人也许比较符合自己的心思，故而赞誉之言可能会多；有时心情不愉快，讲起话来不免会愤世嫉俗，讲出许多过头的话，招来很多麻烦。

“喜时之言多失信，怒时之言多失礼”。

古人很早就认识到“祸从口出”的道理。

看看下面的故事，你就不难理解为什么要在言语面前忍住自我了。

P197

## <<让自己成为上帝>>

### 编辑推荐

人，如果能控制住自己，你就是上帝；如果失控，你就会变成魔鬼、酒鬼、色鬼、小鬼……如何从不幸中走出自我？如何在诱惑面前留住自我？如何在不遇之时正视自我？如何在浮躁中把住自我？……本书将会一一告诉你，76种行之有效的提升自控力的心智方法将会带你脱离魔鬼的控制，让自己成为上帝！

<<让自己成为上帝>>

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>