

<<忙的人时间最多>>

图书基本信息

书名：<<忙的人时间最多>>

13位ISBN编号：9787113093648

10位ISBN编号：7113093647

出版时间：2009-1

出版时间：中国铁道出版社

作者：林大有

页数：143

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>

## <<忙的人时间最多>>

### 前言

“你很忙吗？”

”经常被当作一句寒暄的话。

“忙！”

”这个问题得到的答案竟然惊人地一致，通常是有气无力的回答。

上班族生活节奏日益加快，竞争压力也越来越大，面对生活竞争，他们日常生活总是忙忙碌碌、行迹匆匆。

他们工作的空档时间也安排得满满的，不是去为自己“充电”，就是去寻找、猎取新的发展机会，或是为了这一切硬着头皮去参加各种应酬。

他们几乎舍不得给自己安排一点享受生活的时间，也不懂得松弛之道对事业发展的作用。

我们几乎已经开始把忙与成功、闲和失败联系在一起了，然而世界上一些最成功的人却是在做好本职工作的同时很合理地安排家庭生活和休闲娱乐活动，并使事业与生活相得益彰。

有一个故事：一个游客看到道路两边各有一座花园，左边的那个杂草丛生，右边的花园里则盛开着芬芳的玫瑰。

让人感到奇怪的是左边花园里的园丁正忙得满头大汗，右边花园里的园丁却靠在树上悠闲地吹着口哨。

游客就去问右边花园的园丁有什么秘诀。

园丁回答说：“以前我也像他那样想拔光园里所有的杂草，但是，无论我怎样努力也是做不到的，因为杂草长得实在是太快了。

现在我只是用心种好玫瑰，杂草自然就没有地方生长了。

”经营人生就如同管理花园一样，需要正确的方法。

你有没有想过：你忙碌的目的是什么？

当然是为了成功。

但是忙碌有利于你的成功吗？

## <<忙的人时间最多>>

### 内容概要

这本书不是写给那些天生就具有聪明的头脑，有着钢铁般的意志，永远感受不到情绪的低落，从未尝过无助、恐惧、迷茫滋味的人。

这本书是献给那些虽然遭受挫折但仍渴望成功，不放弃努力的人；献给那些不甘于平庸，决心终生学习、终生进步的人；献给那些勇于追寻理想、幸福的人……

## <<忙的人时间最多>>

### 作者简介

林大有，名字取自易经第十四卦的“火天大有”。

大有，柔得尊位。

大中而上下应之，曰大有。

其德刚健而文明，应乎天而时行，是以元亨。

从事文化事业多年，曾任出版公司与杂志社主管。

因为一场人生转折前往印度奥修村进行内在心灵的探索，从此展开对身体心灵方面以及人生价值的追索。

回来后，开始在小区大学授课，教导有关幸福与快乐、成功与挫折的课程，由于教学生动、引喻深入人心，课程期期额满、深受欢迎。

## <<忙的人时间最多>>

### 书籍目录

第一章 告诉你成功的真相 第一节 成功是每个人的权利和责任 第二节 成功并不像你想象的那样难 第三节 成功是一种习惯 第四节 集中精力做好一件事 第五节 耐心等待成功 第六节 成功之道——永不放弃 第七节 逆境是恩赐第二章 在工作中脱颖而出 第一节 成功的环境比薪水更重要 第二节 态度决定一切 第三节 薪水不是目的 第四节 成为本行业的专家 第五节 终生学习 第六节 不即不离是人际交往的根本第三章 目标管理 第一节 目标决定人生 第二节 目标使我们产生积极性 第三节 目标引导我们发挥潜能 第四节 有目标的人才会快乐、幸福 第五节 确定目标的方法 第六节 目标的管理第四章 时间管理 第一节 你的时间是怎么花掉的 第二节 永远先做最重要的事 第三节 越忙越要有计划 第四节 不要让别人浪费你的时间 第五节 懂得说“不” 第六节 结束谈话的技巧 第七节 善用零散的时间 第八节 提前一小时起床第五章 克服人性的弱点 第一节 意志为何不能随意支配我们的情绪、情感以至行为 第二节 传统的激励方式真的有效吗? 第三节 克服懒惰、焦虑和自卑的方法 第四节 积极面对生活 第五节 接受自己的缺点第六章 逼自己成功 第一节 顺其自然并去努力拼搏 第二节 自己界定成功的定义 第三节 运用潜意识帮助成功

## &lt;&lt;忙的人时间最多&gt;&gt;

## 章节摘录

第一节 成功是每个人的权利和责任没有人不渴望成功，在我们每个人的内心深处都充满了对美好生活的梦想。

但是不知从何时开始我们习惯了安于现状的生活，甚至不敢去触摸那些梦想的边缘，因为理智告诉我们，最好远离这些“妄想”，否则自己会痛苦不堪。

所以，在还未开始之前，我们就先被自己击倒了。

人生最大的痛苦莫过于没有坚持住自己一直希冀的东西，因此我们所要做的就是尽自己最大的努力做自己想做的事。

只要有一线希望，就不要停下来，如果真的没有路可走了，那就另辟其他的路。

总之，在理想没有放弃我们之前，我们是绝对不可以放弃理想的。

成功并非一场竞赛，也不是一座难以逾越的高山，它其实只是你与生俱来的权利，它应该是你生活的本来面目。

生活真是有趣：如果你只接受最好的，你经常会得到最好的。

有一个人经常出差，经常买不到带座号的车票，可是无论长途短途，无论车上多挤，他总是能找到座位。

他的办法其实很简单，就是耐心地一节车厢一节车厢找过去。

这个办法听上去似乎并不高明，但却真的很管用。

每次，他都做好了从第一节车厢走到最后一节车厢的准备，可是每次他都用不着走到最后就会发现空位。

他说，这是因为像他这样锲而不舍找座位的乘客实在不多。

经常是在他落座的车厢里尚余若干座位，而在其他车厢的过道和车厢接头处，居然人满为患。

他说，大多数乘客轻易就被一两节车厢拥挤的表面现象迷惑了，不大细想在数十次停靠之中，从火车十几个车门上上下下的流动中蕴藏着不少提供座位的机遇；即使想到了，他们也没有那一份寻找的耐心。

眼前一方小小立足之地很容易让大多数人满足，为了一两个座位背负着行囊挤来挤去有些人也觉得不值。

他们还担心万一找不到座位，回头连个好好站着的地方也没有了。

与生活中一些安于现状不思进取害怕失败的人，永远只能滞留在没有成功的起点上一样，这些不愿主动找座位的乘客大多只能在上车时最初的落脚之处一直站到下车。

自信、执著、富有远见、勤于实践，会让你握有一张人生之旅永远的坐票。

成功对于我们每个人来说都是一剂兴奋剂，伍尔费说过，世间没有任何东西，能比成功的感觉更令人舒服的了。

快乐的人生在于不断成功，而成功是我们来到这个世上唯一的目的。

成功有挡不住的诱惑，它激励着无数渴望成功的人们为之奋斗、付出乃至牺牲生命。

为了成功，科学家走出了现实的时空，忘却了现实的困难、苦恼，把注意力投向未来，成为时代的真正超人。

战国时代，苏秦为实现参与时政、影响诸侯的理想，发奋读书。

夜间读书时疲倦欲困，则引锥自刺其股，血流至足，靠强制方式止困，最后终成大器，以合纵干预时政。

有人问丘吉尔成功意味着什么，丘吉尔回答说：我可以用两个字来回答，那就是“胜利”，不计一切代价的胜利，不顾一切恐惧的胜利，不论路多长、多艰难的胜利，因为没有胜利即没有生存。

丘吉尔出生于爱尔兰，七岁入学读书，直到中学毕业，他的学习成绩一直不好，老师认为他低能、迟钝，不会有太大的出息。

但丘吉尔却对自己充满信心，他刻苦学习，又到印度从军，并利用那段时间研读各种书籍。

经过磨练，丘吉尔成为一个优秀的成功者，他掌握了4万多个英语单词，成为掌握英语单词最多的人。

## <<忙的人时间最多>>

后来，他被任命为英国首相，率领英国人民参加伟大的反法西斯战争。

丘吉尔在就职时发表的“我没有别的，只有热血、辛劳、眼泪和汗水贡献给你们”的演讲词，成为演讲初学者模仿的范文。

为什么成功会对人产生这么大的诱惑？

心理学家马斯洛认为成功满足了人们心理最高层次的需要：自我实现的需要。

按照他的理论，人的需求共有五种，它们包括：生理需求、安全需求、社交需求、自尊需求、自我实现需求。

人的需求是分层次的，前一种需求的满足是后一种需求产生的条件；人的行为不是由已经得到满足的需要决定的，而是由新的需要决定的。

五种需求中，自我实现需求是最高级的需求，它指充分发挥人的潜能，实现个人的理想、抱负。

这是人类最崇高的理想。

自我实现需要包括两个方面：一是胜利感，二是成就感。

在自我实现层次中，人是以实现自我而行动的，所以最能表现人类的生活方式。

人类的本性和最终目标是实现真、善、美。

每一个人都希望成功，也都做着各自的努力，但是在这世界上，真正意义上的成功者却很少，这是为什么呢？

成功者之所以会成功，自然有着许多方面的原因，但其中最重要的原因之一，就是因为他们的心态与众不同，他们绝不甘于平庸，他们坚决地认定：“我必须成功！”

具有强烈成功欲望的人，他们清楚地知道：只有成功，才能真正地解除他们的痛苦和满足他们所要的快乐。所以他们一定要成功。

而他们更清楚地知道，成功所要付出的代价是什么，他们作出了宁愿痛苦也不能平庸的人生选择。

这个世界真的很公平，你要得到一些东西，就必须舍去另一些东西。

所谓“舍得”，说的也就是先有舍后有得。

如果你想成为一个成功者，你就必须付出相应的代价，要比别人更加努力，放弃一些平凡人所拥有的快乐，比如说：打麻将、闲聊、看一些无聊的电视剧；而又必须承受一些平凡人不愿承受的痛苦，比如说：失败的打击、寂寞，孤独，不被人理解。

这就是很多人不能成功的原因，不愿放弃快乐和承受痛苦。

所以说要想成功，你先要有一个成功的心态，马斯洛说：“心若改变，你的态度跟着改变；态度改变，你的习惯跟着改变；习惯改变，你的性格跟着改变；性格改变，你的人生跟着改变。”

## <<忙的人时间最多>>

### 编辑推荐

《忙的人时间最多》让你的时间从每天24小时变成25小时！



<<忙的人时间最多>>

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>