

<<阳光心态>>

图书基本信息

书名：<<阳光心态>>

13位ISBN编号：9787113126698

10位ISBN编号：7113126693

出版时间：2011-6

出版时间：中国铁道

作者：陶涛

页数：247

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>

<<阳光心态>>

内容概要

阳光心态是主动、积极、感恩的心智模式。

本书通过现实生活中的大量案例，来说明保持阳光心态的10大法则：积极的心态可以改变世界；遇到问题的解决方法；注重过程；将当下作为最重要的生活部分等。

阅读完本书，可以让你积极地面对生活，具备阳光心态，让人自信而不浮躁，谦和而不张扬，深刻而不低调，从而帮助读者达成自我内心和谐、家庭和谐以及团队和谐。

<<阳光心态>>

书籍目录

法则1 把握当下：才能掌控未来

把握住当下的力量
珍惜现在的年华
让今天更有价值
人生没有草稿纸
钉在十字架上的耶稣
不要寄希望于下一次
点滴积累就能铸就成功
双面神石像的悔悟
啊，这蛋糕真好吃
别为打翻的牛奶哭泣

法则2 不断进步：提升你生命中的1%

每天多学一点点
干一行爱一行
每天提升1%
播下希望的种子
引爆你的生命潜能
每天做好一件事
做自己的伯乐
只有启程才会有希望
潜移默化的力量
虚心请教的白居易
反击别人不如充实自己
尊重有经验的人

法则3 增强合作：选择更聪明的伙伴

一根鱼竿和一篓鱼
三只老鼠偷油吃
五根手指的争吵
最高的信任
螃蟹和蚂蚁的故事
合作也有黄金定律
吃草的两只驴
被囚困的七个小矮人
聪明人寻找朋友

法则4 保持谦虚：深藏在大海里的成功

苏格拉底的一堂课

.....

法则5 相信自己：自信?你更美丽

法则6 懂得付出：有一种哲学叫付出

法则7 寻找机会：在困境中看见转机

法则8 适时放下：是一种智慧

法则9 懂得坚持：成功就在脚下

法则10 学会感恩：别遗失你那颗感恩的心

<<阳光心态>>

章节摘录

版权页：插图：我们总会遇到这样的人：他们特别尖酸，格外刻薄；他们会把我们的小错误放大N倍，在“显微镜”下大张旗鼓地宣传；他们愤世嫉俗，非常让人讨厌；他们会把我们批评的一无是处，尽管他们实际上比我们更糟。

遇到这样的人，是该冲上去将其一拳击毙，还是咬住他们的耳朵？

当然这两种做法都不明智。

反击别人不如充实自己，在未来的某天，让话多的他们再也找不出攻击你的借口。

反击别人不如充实自己，言语上的反击是可笑的幼稚鬼，行动上的反击才是内心强大的体现。

学会忍耐与宽容，要知道一个成功的人永远是能够忍辱负重的，这种忍辱负重不是甘于寂寞，而是为了更好的爆发，在自我提升中锤炼自己，把精力更多地投入到工作和学习中，在不知不觉中让那些人刮目相看。

让我们来看看成功学大师卡耐基，他是如何处理这样的问题的：刚刚拓展事业的时候，卡耐基经常在全国各地进行巡回演讲，举办一些座谈会和成人教育班。

某次活动后，一位纽约《太阳报》的记者在报道中毫不留情地攻击卡耐基以及他所热爱的工作。

这时的卡耐基年轻气盛，他受不了这样的侮辱，这样的冲击就好比当头朝他泼下一桶恶臭的脏水。

他的理想、人格以及他想要全心全意专注的事业，几乎在这_瞬间发生了变形，这完全不是真相。

<<阳光心态>>

编辑推荐

《阳光心态:修炼心灵的10大法则》：过去时光不可追，把握当下，掌控未来懂得付出，不断进步寻找机会，增强合作适时放下，保持谦虚懂得坚持，相信自己学会感恩。

未来时光尤未知。

倾听内心的声音，10大法则助你接纳过去、拥抱阳光。

生活中，我们常常有很多困惑：过去基础不够好，未来看起来很渺茫，而现在呢，又无从入手……我们曾经困惑、迷茫，甚至无所适从？

事实上，每个人在不同的阶段都会有这样或那样的迷茫：马化腾在腾讯刚成立不久时曾犹豫是否卖掉它更合适，而马云也曾疑惑淘宝到底能存活多久？

……但是坚持理想、把握当下和追求进步的阳光心态，让他们做出了正确的抉择，并最终成就了今日的“企鹅帝国”和“电子商务”第一站。

现在还在犹豫和不知所从吗？

相信看完这本书，你一定会理顺心境，并最终成就你的美好人生！

国家二级心理咨询医学心理学专家周红倾情推荐。

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>