

<<改变>>

图书基本信息

书名：<<改变>>

13位ISBN编号：9787502161750

10位ISBN编号：7502161759

出版时间：2007-8

出版时间：石油工业出版社

作者：李超源,杨莉莉

页数：258

字数：372000

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>

## <<改变>>

### 前言

当今社会，有的人刻板僵化，不能够适应变化，妄图以不变应万变，结果在竞争中惨遭淘汰；而有的人吐故纳新，锐意进取，不断改变自己，最终成为了王者。

这可谓“沉舟侧畔千帆过，病树前头万木春。”

“社会在进步，你唯有主动地改变自己，才能寻得立足和发展的机会。

要知道，“命运不是靠等待，而是要靠争取的。”

“那些明白了这个道理的人，其人生之旅往往载誉而归。

“人生之事，不如意者十有八九。”

“我们必须认清这个事实，努力生活下去，切实地改进自己。

心理学家马斯洛曾说：“心若改变，你的态度就跟着改变；态度改变，你的习惯就跟着改变；习惯改变，你的性格就跟着改变；性格改变，你的人生就跟着改变。”

“在顺境中乘势而进，在逆境中心存喜乐，认真地活在当下，这才是人生的务实智慧。

理解了这一点，你闭塞的心灵就会轰然洞开，迂窄的事业就会豁然开朗。

罗兹有句名言：“生活的最大成就，就是不断地改造自己，以使自己悟出生活之道。”

“环境时时在变，倘若墨守成规、固执己见，迟早要被生活的洪流所吞没；唯有改变，才能紧跟时代，获得发展的良机。

也可以说，只有不断改变自己，生活才有出路。

如何改变你自己？

练达人情，磨砺心志，历练品质，是改变；克服逆境，顶住压力，知难而进，是改变；优化习惯，驾驭性情，净化心态，革新观念，是改变；乐观自信，勇于进取，创新合作，是改变；不断学习，努力工作，自强不息，也是改变。

说到底，凡是能使你上一个新台阶的所有进步，都叫做“改变你自己”。

需要指出的是，改变与适应并不矛盾。

适应，是为了改变，是为了实现人生理想；改变，是为了优化自己，进而成就绚烂的人生。

良性互动二者，平凡的你将走向不平凡，优秀的你将变得更加优秀。

既能适应又善改变的人，“不管风吹浪打”，都能“胜似闲庭信步”。

这样的人，才是自己命运之舟的最可靠舵手。

## <<改变>>

### 内容概要

如何改变你自己?练达人情,磨砺心志,历练品质,是改变;克服逆境,顶住压力,知难而进,是改变;优化习惯,净化心态,革新观念,是改变;乐观自信,勇于进取,创新合作,是改变;不断学习,努力工作,自强不息,也是改变。

说到底,凡是能使你上一个新台阶的所有进步,都叫做“改变你自己”。

既能适应改变又善于改变的人,不管“风吹浪打”都能“胜似闲庭信步”。这样的人,才是自己命运之舟的最可靠舵手。

## &lt;&lt;改变&gt;&gt;

## 书籍目录

第1章 认识自己，摆正位置——认清你自己，才可改变你自己第2章 务实灵活，主动改变——“适”时务者，方为俊杰第3章 认清时世，练达人情——待人圆融，处世机智，顺畅人生路第4章 磨砺心志，改变胸襟——内心要像钢铁那投坚强第5章 历练品质，改进自我——改变，从内在品质上开始第6章 克服逆境，砥砺人生——在逆境中改变和成就人生第7章 顶住压力，不屈不挠——“大雷压青松，青松挺且直”第8章 屡败屡战，愈性愈勇——坦然面对失败和挫折第9章 排除万难，一往无前——困难面前誓不低头第10章 抱定信念，心系大未来——信念和希望乃生命的指航灯第11章 优化习惯，提升品位——改进习惯，收获人生第12章 锤炼性格，驾驭情绪——改变自己，做一个性情中人第13章 净化心态，成就非凡——改变心态，改变命运第14章 激发斗志，奋勇向前——激情与斗志，一团燃烧着的精神第15章 更新观念，与时代同步——注入“新观念，改变新生活”第16章 坚毅：没有过不去的火焰山第17章 自制：为了目标，战胜自我第18章 权变：穷则变，变则通第19章 行动：路虽远，行必至第20章 远见；立足当前，筹划未来第21章 相信自己，敢跟自己叫板——自信是改变自我的决定性力量第22章 积极向上，搏击人生——改变自己，勇于进取第23章 捕捉机会，誓与争胜——为了改变，必须利用好难得的机则第24章 创新协作，不竭之源——让创新协作成为改变的不竭之源第25章 再塑人生，放飞梦想——改变自己，人生之花更加绚丽多姿第26章 坚持学习，厚积薄发——为了改变，不断汲取折知识第27章 乐在工作，成在工作——工作是成就人生的大舞台第28章 锁定目标，坚定前行——目标，乃改变自己的一枚指针第29章 直面生活，自强不息——改变自己，需要不懈的努力第30章 改变永恒，成功有道——改变自己，最终是为了成就自己

## &lt;&lt;改变&gt;&gt;

## 章节摘录

一、天生我材必有用 天生我材必有用，千金散尽还复来。

——李白诗坛豪杰李白在《将进酒》中留下了不朽的名句：“天生我材必有用，千金散尽还复来。”“天生我材必有用”一句，更成了今天人们自我肯定和鼓励他人的至理名言。

看来，老天既然“生”下我来，必有所用。

可以想象，李白说此语时的飞扬神采和洒脱豪迈！

尽管李白一生并不顺利，但可贵的是他有这种自信心。

更可贵的是，李白这话说的是自己，却鼓舞了他人。

细想一下，老天“生”下每一个人，不论男女，无分贤愚胖瘦，不管贫富贵贱……虽然人生之旅有别，但只要努力，不被困难吓倒，的确，每个人必有其用武之地！

李白有过无钱的拮据，有过失业的无奈，也有过贬官的打击……但是，他豪爽乐观，唱出“天生我材必有用”的响亮声音，而且还潇洒自信地进取，怎不让人钦敬感慨！

抚今追昔，今日青年常叹息读书苦，工作难生不逢时。

更有甚者，为豆大的小事竟然跳楼自杀！

这些人没有悟出“天生我材必有用”的道理，更无潇洒的情绪、乐观的态度和战胜困难的斗志。

我们大家应该积极进取，决不要放弃努力，“天生我材必有用”，“人人皆可成舜尧”！

做人要有一个进取的心态，相信自己充满着发展的潜力。

但首先是要找到一个能充分发挥潜力的舞台。

其实，成功人士也是普普通通的人，无非是他们更自信一些，更勤奋一些。

只要你和他们一样，充满自信，舍得吃苦，那你也一定能创造出辉煌业绩。

二、人生最大的挑战是自己最大和最初的成功，是征服自己。

最可耻和罪过的，莫过于被自己打败。

——[古希腊]柏拉图有一幅漫画：画的是一名拳击手累瘫在训练场上，画面下有一行文字：“突然间，你发觉最难击败的对手竟是自己”。

这个标题真是耐人寻味。

在追求理想的道路上，一部分人失败了，而另一部分人却成功了，究其原因，主要是：前者怨天尤人，常常被自己打败；而后者却敢于挑战自己，能够战胜自己。

美国娱乐明星凯斯·戴莱就是这样一个活生生的例子。

凯斯·戴莱生就一副好嗓子，一心想当歌手，但她的嘴巴太大，还有几颗暴牙。

初次登台演出时，她极力掩盖自己的暴牙，殊不知，这给观众留下滑稽可笑印象。

一次，一位观众告诉她：“不要介意你的暴牙，你应该尽情地张嘴演唱，观众看到你真实而大方的样子，相信一定会更喜欢你。

说不定，你那暴牙还会为你带来好运呢！

”在大庭广众之下，一个歌手能挑战自己的缺陷，需要勇气，更需要意志力。

凯斯·戴莱接受了这位观众的忠告。

从此，她尽情地张开嘴巴，发挥出自己的潜质，终于成为美国娱乐界的大明星。

一个人要挑战自己，靠的是信心。

人有了信心，就会产生坚强的意志力。

在强者与弱者之间，在成功者与失败者之间，最大的差异就在于意志力的差异。

人一旦有了信心，有了意志力，他就具备了挑战自己的素质，就能做成他想做的任何事情。

说到底，人生最大的挑战就是自己。

这是因为，其他人都容易战胜，唯独自己才是最难战胜的。

罗曼·罗兰说过：“自己把自己说服了，是一种理智的胜利；自己被自己感动了，是一种心灵的升华；自己把自己征服了，是一种人生的成熟。

”没错，举凡能征服自己的人，就有力量战胜一切艰难险阻。

三、选择比努力更重要 走自己的路，让别人去说，但关键要看你所走的路是否正确。

## &lt;&lt;改变&gt;&gt;

——智者人的成功与失败首先取决于选择，而不是努力。

选择比努力更重要！

在信息时代的今天，勤勉和努力固然不可少，但你还必须知道：选择比努力更重要。

当自己选择错了时，就要及时修正。

倘若固执己见，一意孤行，就会南辕北辙，离目标越来越远。

有一个非常勤奋的青年，很想在各个方面都比身边的人强。

经过多年的努力，仍然没有长进，他很苦恼，就向智者请教。

智者叫来两个弟子，嘱咐弟子带领年轻人去五里山，打一担自认为最满意的柴火。

言毕，三人沿江直奔五里山。

几个时辰过去了，他们都该回来了。

这时，智者前来迎接。

年轻人满头大汗、气喘吁吁地扛了2捆柴火，大弟子扛了4捆，但小弟子却弄来了8捆。

除小弟子外，另外两人面面相觑，沉默不语。

智者见状，便问：“怎么啦，你们对自己的表现不满意？”

“大师，让我再砍一次吧，”年轻人请求说，“我一共砍了6捆，扛不动时就扔，最后，我只扛回来2捆。

可是，大师，我已经很努力了！

”大弟子说，“我只砍2捆，但我跟在施主后。

最后，又把施主丢弃的2捆柴挑了回来。

”小弟子接过话：“我个子矮，力气小，路又远，别说2捆，就是1捆，我也挑不回来。

所以，我选择走水路……”智者用赞赏的眼神看着小弟子，然后走到年轻人面前，拍着他的肩膀，语重心长地说：“一个人走自己的路，本身没有错，但关键要看你怎样走；走自己的路，让别人去说，也没有错，但关键要看你所走的路是否正确。

年轻人，你要永远记住：选择比努力更重要。

”四、敢于叩问自己这世界上最重要的事情，不论从任何角度来说，就是自己彻底了解自己。

——[法]蒙田 一些人常常反问自己：“我是谁？”

”多数人的答案都是一个大大的问号。

成功学者拿破仑·希尔认为，随着科技发展，人们不断地了解未知世界，但人们对自身的探索却始终停滞不前。

事实上，只有了解自己，才能认识世界，也才能接受世间的一切。

现如今，一些人企图通过别人的评价来了解自己，但是，无论别人对你评价得多么动听、多么美妙，唯有你才是自己最好的知己。

任何一位成功者，必须清醒地认识自己。

谁若看不清自己，摆不正自己，他必将是一个十足的失败者。

哲学家忠告人们：要认识自己。

但大部分人把它理解为：仅认识自己消极的那一面，比如，很多自我评估只包括缺点、错误与不足。

如果仅认识自己的消极面，就会陷入混乱，使自己感到似乎没什么价值。

常言道，“人贵有自知之明”。

一些人仅自知其不足，却不知其长处和优势。

所以，要认识自己，首先要正确而全面地衡量自己。

正如一块价值5元的钢铁，如果铸成马蹄铁，充其量值10多元；若制成磁针，就可值3000多元；倘若制成手表发条，其价值则高达25万元。

事实上，你比你想像中的自己还要伟大。

所以，要将你的认识提高到真正的高度，绝不要看轻自己。

要想创造更大的价值，取得更大的成就，你就得树立起更远大的志向。

成就伟业与鼠目寸光是格格不入的。

许多人到头来一事无成，就是因为他低估自己，妄自菲薄，以至裹足不前。

<<改变>>

P2-4

<<改变>>

#### 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>