

<<52周的冥想>>

图书基本信息

书名：<<52周的冥想>>

13位ISBN编号：9787502829551

10位ISBN编号：7502829555

出版时间：2006-10

出版时间：地震出版社

作者：何小强

页数：248

字数：254000

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>

<<52周的冥想>>

内容概要

通过52周关于成功和进步的冥想，让你在一年时间内从平凡变得卓越！

52周的冥想，就像从平凡到卓越的52层台阶，一步一步，缔造你的成功人生！

每同一种体验，每周一些改变，当你阅读这本书的时候，已经有成千上万的人因为实践本书的理论而得到提高！

本书所讲的52个关于个人成功和自我完善的理论和步骤，无论是树立目标、改变态度还是克服人性弱点和培养优秀的习惯，都是从千百年来数以万计的成功者身上精炼出来的，你可以根据这些理论及实践步骤不断自我完善，重塑自我。

开始这段行程吧，改变是马上可以看到的！

成功往往只需要一点点改变。

《52周的冥想：用一年的时间改变你的一生》一书将带给你彻底改变自我的理念，以及走向成功的种种方法。

从拿到这本书的开始，我敢打赌，你的生活进入了新的纪元。

不过你还需要一段的时间去修炼，去实践。

当你感到收获甚佳的时候，请不要小气，也请你把这本书推荐给其他想成功的朋友。

请坚信：成功不可能一蹴而就，但是绝对有方法可循。

本书就是为你量身定做的成功“催化剂”。

最后，衷心地祝愿你阅读愉快！

<<52周的冥想>>

书籍目录

PART 1 想清楚，再出发 第1周 你想要什么 第2周 成功源自目标的指引 第3周 设定自己的人生目标
第4周 有两个以上的目标就是没有目标 第5周 应当遵循两个原则 第6周 计划的重要性 第7周 无所畏惧
第8周 看见你所想，实现你看见的 第9周 每天都温习 第10周 行动起来PART 2 态度是一切 第11周 不要
习惯于等待 第12周 既不要盲目努力，也不要安于现状 第13周 保持乐观，心存梦想 第14周 自信产生
奇迹 第15周 凭借热情渡过难关 第16周 你没有失败 第17周 罗文中尉的启示 第18周 再坚持一下 第19
周 不找任何借口 第20周 信誉是无价之宝 第21周 做热忱亲善的人PART 3 克服人性的弱点 第22周 别让
自卑阻碍你前进 第23周 融化你的冰冷世界 第24周 停止抱怨 第25周 你必须学会分享 第26周 不要苛求
完美PART 4 做卓越的工作人 第27周 抓住工作的重点 第28周 多与别人合作 第29周 工作中要分清主次
第30周 超越客户的期望 第31周 不断创新 第32周 做学习型的人才 第33周 培养表达能力 第34周 珍惜你
的时间 第35周 别做表面工作 第36周 一次做好 第37周 运用专注的力量 第38周 克服懒惰 第39周 成为
不可替代的人 第40周 提高你的职业信誉度 第41周 别光为薪水而工作 第42周 每天多干一点分外工
作PART 5 创造事业与财富 第43周 从工作中积累足够的经验 第44周 善用他人的力量 第45周 什么是真
正的财富 第46周 学会管理自己的经济 第47周 让钱源源不断地流入你的口袋 第48周 让金钱为你工
作PART 6 影响一生的习惯 第49周 习惯的力量 第50周 “行动家”都有好习惯 第51周 离开你的“安乐
窝” 第52周 最重要的是拥有健康

<<52周的冥想>>

章节摘录

书摘有两个以上的目标就是没有目标 “写出两个以上的目标就等于没有目标。

”这是著名的美国半导体公司——德州仪器公司的口号。

这句话不仅适用于公司经营，对个人成功也很有指导意义。

戴尔·卡耐基在分析了众多个人事业失败的案例后同样得出：年轻人事业失败的一个根本原因，就是精力太分散。

事实的确如此，许多生活中的失败者的奋斗历史都是跨越好几个行业。

尽管他们大多都艰苦地努力过，然而如果他们的努力能集中在一个方向上，他们所付出的努力足以使他们获得巨大的成功。

杰罗克是一个农场的新帮手，农场主在指导他时说道，“你看你都犁歪了，这种犁法是不行的。

在这样弯曲的犁沟中，玉米会顺着这弯曲的犁沟长得很混乱。

你应该让你的眼睛盯住田那边的某样东西，然后以它为目标，朝它前进。

瞧，大门旁边的那头奶牛正好对着我们，现在把你的犁插入土中，然后对准它，你就能犁出一条笔直的犁沟了。

”听完农场主的教导之后，杰罗克答应道：“好的，先生。

我会按照你的指示去做。

”不久，当农场主回来时，他看见犁痕弯弯曲曲，比以前更不像样。

农场主生气地冲杰罗克喊道：“停！停住，你给我站在那儿别动！你看你是怎么犁的。

”“哦，先生，”杰罗克委屈地说，“我绝对是按照你告诉我的在做，我笔直地朝那头奶牛走去，可是它却老是在动。

”如果你的目标总是在动，那么你就不得不在不同的目标之间疲于奔命，这是一种没有目的、欠缺考虑、而且非常笨拙的机械的工作方法。

这种行事方法除了招致失败，成为笑柄之外，还会有什么呢？如果比较两种人的成就，一种人是很有头脑，但把他的精力分散到不同的领域，而且从不知道接下来该做什么；而另外一个人，虽然只有一种技能，但是他把自己所有的力量都集中于一个毫不动摇的目标之上。

那么，我们就可以下这样的断言：第二种人将会取得更多的成就。

一个专注的目的所能取得的巨大成就，是任何东西包括教育、天分、才智、勤奋以及意志的力量等都不可以代替的。

没有一个专注目标的人生，注定是一个失败的人生。

我曾经遇到过一个刚从一所很著名的学校毕业的年轻人，他的个人素质很高，工作能力很强，也有着他那个年龄的人所特有的积极进取心。

他周围的许多同学和同事都认为，他肯定是一个有着光明前途的人。

但是，谁也没有想到，10年之后，他仍然是一个不起眼的小公司的普普通通的小职员。

他告诉我，10年来，他订立过许多人生目标，却没有一次是从自己的实际工作出发订立的。

一天到晚，不是忙着考注册会计师就是准备考托福，今天想开公司明天想出国，自己所具有的那股冲劲和激情全部被他挥洒在本职工作以外的事情上了，到头来一事无成。

眼看着那些有些看起来愚钝不堪的同龄老黄牛们相继被公司重用，而自己的诸多梦想都没有开花却仍旧在原地转圈，除了抱怨世界不公之外，就把“此处不留爷，自有留爷处”的口头禅挂在嘴上，以缓解内心的苦闷和抑郁。

这个青年的遭遇岂不可惜！当代社会，专业化程度越来越高，从而对个人的知识和经验不断提出更高、更广、更深的要求。

一个人做事时如果没有持之以恒的目标，总是摇摆不定、变来变去，这样的结果只是将自己长时间积累的资源白白地舍弃掉了，无法强化自己的专业知识，无法形成自己的核心能力，也就无法超越他人，渐渐地，斗志也就磨光了。

这样的人很难在社会上取得一席之地。

有句谚语叫做“滚石不生苔”。

<<52周的冥想>>

所谓的“滚石不生苔”是指不在一个地方稳定下来而一直四处打转的话，就不会得到现实的收获。应用到现实社会中，所谓的“苔”应该指的是经验、资产、技巧、信用甚至包括个人的信心等等。

一个人离开原来的工作转而从事新工作，那么他多年来所积累的资历、职位、经验和人际关系网等等都会消失，那么，他的损失是相当大的，也就是说，过去花费在这份工作上的时间成本可能变得完全无用了。

此外，人的行为是有定式，心理是有惰性的，到了一定年龄，经验增长了许多，但锐气却也消磨了不少，这是一种很正常的资源损失；如果此时放弃已经厚实的经验而想依靠日趋单薄的锐气去重新开始一项完全陌生的职业，难免让人觉得有些不合常理和与自然相悖。

刚刚开始工作时，年轻人在事业上可以有多个开端，众多的目标也是很正常的。

但关键是及时找到自己的重心所在，这好比是罗盘指针在被磁化之前所指的方向是摇摆不定的，只有完全被磁石磁化而具有相应的属性之后，才与罗盘成为一体。

同样，一个人一开始可能确定不了自己的方向，但在经过一段时间的摸索之后，要尽快找准自己人生的航向。

一旦确定好目标，而且这个确定的目标被证明是正确的，那接下来，就应该坚定不移地为目标而奋斗。

如同卫星导航船——风平浪静时，卫星导航船将一直朝着它要到达的港口航行；风起云涌时，卫星导航船即使在狂风暴雨中也会一直坚持着它的航线。

卫星导航船之所以在海洋航行中被广泛采用，就因为它导航精确，时间及时，因为它时刻瞄准它所要到达的港口，不管天气怎么样，或者它遇到怎样的困难，它到达港口的时间都会及时预测出来。

P15-17

<<52周的冥想>>

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>