

<<幸福生活从改变习惯开始>>

图书基本信息

书名：<<幸福生活从改变习惯开始>>

13位ISBN编号：9787504472137

10位ISBN编号：7504472131

出版时间：2011-5

出版时间：中国商业出版社

作者：李朝晖

页数：258

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>

## <<幸福生活从改变习惯开始>>

### 内容概要

所有成功人士都有一个共性，那就是基于良好习惯构造的日常行为规律，从他们身上你能发现这样一个共性，那就是良好的习惯。

正是这些好习惯，帮助他们开发出更多的与生俱来的潜能，当然，他们身上也并不一定没有坏习惯，但是一定不会太多。

本书就是站在培养好习惯的立场上，为我们铺就充盈的幸福之路，扫去阴霾。

## <<幸福生活从改变习惯开始>>

### 书籍目录

#### 第一章 让良好的习惯改变生活

四种境界

生命仅需一颗心脏

适合自己的道路

带着志气上路

健康优先于工?

勿做工作狂

休息很重要

每天的问候

快乐是福

快乐的衬衣

随心所欲

相信自己的选择

要沉得住气

拒绝虚荣

换个方向看风景

莫生气

知足常乐

爱的意义

什么是财富

好习惯带来成功

#### 第二章 要有独立自主的思想

走自己的路

坚持原则

了解自己的个性

心有主见

开放心灵

求人不如求己

拒绝平庸

凡事靠自己

发挥潜能

吸取教训

不惧风雨

远离自暴自弃的人

学会思考和衡量

绝处也能逢生

懒惰的代价

勇敢地面对苦难

不要怕跌倒

#### 第三章 掌握思考问题的好习惯

发挥想象力

旺盛的求知欲和好奇心

创造性思维

出卖智慧

思考有意义的问题

## <<幸福生活从改变习惯开始>>

换一种思维方式

合作共赢

善于思考

勇于质疑

与强者联合

换位思考

坚定的决心

把握独立思考的机会

有自己的思想

珍惜你正拥有的

让对方有台阶可下

### 第四章 工作之前调整好心态

乐观还是悲观

不要束缚自己

天生我才必有用

心态决定结果

力量与坚忍

海纳百川的心胸

从烦恼中解脱

平静的心态

理想的住所

战胜弱点

态度就是语言

.....

### 第五章 做事情之前先做好计划

### 第六章 以良好的习惯工作

### 第七章 能否控制情绪是关键

### 第八章 学会充分利用时间

### 第九章 任何时候都要坚持学习

### 第十章 快速适应一切可能的变化

### 第十一章 良好的交际习惯通向成功

### 第十二章 绝不能低估说话的艺术

### 第十三章 好的理财技能受用一生

### 第十四章 生活中做事的好习惯

### 第十五章 因为习惯，所以幸福

## <<幸福生活从改变习惯开始>>

### 章节摘录

第一章 让良好的习惯改变生活四种境界一位16岁的少年去拜访年长的智者。

少年问：“我怎样才能变成一个自己愉快，也能带给别人快乐的人呢？”

智者送给孩子四句话。

第一句是，把自己当成别人。

在你感到痛苦忧伤的时候，就把自己当成是别人，这样痛苦自然就减轻了；当你欣喜若狂的时候，把自己当成别人，那些狂喜的心情也会变得平和一些。

第二句话，把别人当成自己。

真正同情别人的不幸，理解别人的需要，而且在别人需要帮助的时候给予恰当的帮助。

第三句话，把别人当成别人。

充分尊重每个人的独立性，在任何情形下都不能侵犯他人的核

领地。

第四句话，把自己当成自己。

因为你爱别人，所以你要爱自己。

少年说：“这四句话之间有许多自相矛盾之处，我怎样才能把它们统一起来呢？”

智者说：“很简单，用一生的时间和精力。”

少年沉默了很久，然后叩首告别。

后来少年变成了中年人，又变成了老人。

<<幸福生活从改变习惯开始>>

编辑推荐

我一个习惯，就会多一次成功的机会。  
多一个习惯，就会多一分成功的信心。  
好习惯成就一生，改变习惯就可以改变人生。

<<幸福生活从改变习惯开始>>

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>