

<<信心就是力量>>

图书基本信息

书名：<<信心就是力量>>

13位ISBN编号：9787504730879

10位ISBN编号：7504730874

出版时间：2009-7

出版时间：中国物资出版社

作者：李伟楠，杨青 主编

页数：194

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>

<<信心就是力量>>

前言

2008年9月24日，在纽约华尔道夫饭店，中国国务院总理温家宝，面对美国经济金融界知名人士，用斩钉截铁的声音说：“在经济困难面前，信心比黄金和货币更重要。”

在当前全世界都在应对国际金融危机的挑战之际，这句掷地有声的话语向人们传递了振奋人心的力量！

感谢这句话，它不仅在困境中给予人们力量，更为人们提供了重新认识“信心”的绝好契机。

如果没有这句名言，“信心”在人们的眼中也许还是一个老生常谈的词汇。

人们习惯于用“信心”二字，在面试之前、求婚之前、面对没有把握的事情之前，给自己加油打气；在参加演讲之前、领奖之前、踌躇满志的时候，为自己呐喊助威；在挫折和失败面前，面对令人沮丧的现实时，让自己拥有一根精神支柱。

我们习惯了被“信心”鼓动，乐于接受它输送给我们的瞬间力量，却常常忽视了它的本义，错误地以为“信心”是一个随叫随到的朋友，而不明白它其实是扎根在内心深处的认知和能量。

不得不承认，大多数时候，是“信心”这两个字给了我们力量，而不是信心本身。

缺乏信心的人太多太多，并不特指我们身边极少数内向、害羞、胆小的人，那些表面强悍的、镇定的、春风得意的人，未必是自信的人。

在判定自己是否有信心之前，人们至少先要反思下面的问题：你的目光是否经常闪烁不定？

你与别人握手的时候是否坚定有力，让对方感到被尊重？

你对于外界评价的重视程度是否在合理的范围之内？

你怀疑自己将梦想变成现实的能力吗？

你是否对别人的冒犯反应过激？

<<信心就是力量>>

内容概要

信心不是无所不能的，但是没有信心，所有好事都可能无法增强幸福感，所有坏事都可能变得更加糟糕。

信心是相信未来，是对未见之事的积极把握，是接纳自己也喜爱他人。

信心是尊贵的信仰，是最无坚不摧的力量。

<<信心就是力量>>

书籍目录

第一章 无论寒冬暖春，信心都是力量之源 信心危机只能加重苦难和不幸 身处困境，信心让命运转弯 信心不是能力，却影响能力的发挥 信心为行动染色，肯定自我是成功的前提 “我能”：困境中的排山倒海之力 抱团过冬：有你，有我，有信心 信心传送带：从我开始，带动我们第二章 信心的力量：向外拓展与向上攀升 信心就是生产力、战斗力 缺乏信心的人，即使成功也会感到不幸 信心写就人在事业中的精神状态 信心可以增加勇气 自助者天助，自尊者人尊 热忱可以扩大影响力 双方的自信，成就婚姻的未来 内在的镇静从容是一种难得的职场修为第三章 信心真解：对未见之事的积极把握 对美好前景胜券在握 培养正向思考的习惯 相信自己的心，摒弃浮躁安稳下来 我是这世上的盐 善待自己，悦纳他人 不在比较中摧毁信心，也不在比较中“提升”信心 敢于对自己提出更高的要求 海纳百川，有容乃大 善于自嘲，大心胸大境界第四章 没有一种信心是无凭无据的 骄傲是盲目的，自信是清醒的 人贵有自知之明 自信不是强调那些不属于自己的东西 每个“我”都是独一无二的 自信不是只信自己不信他人 越炫耀越不安，虚荣只是狐假虎威 衣衫可以破烂，灵魂不可卑微 人的潜能是无限的第五章 不要让“消极声音”在信心的背阴面野蛮生长 人人内心都住着一个“苛求者” 庸人自扰：因缺乏信心而对环境产生戒备 身边的阿Q：依赖别人来决定自己的价值 人际交往：不做羞答答的玫瑰 垃圾工作的承受者：无法说“不”的人 自卑的人在自卑中埋没自己 恐惧是一扇虚掩的门第六章 冬天的作为：人生必经N次冬泳第七章 在危机中寻找机遇第八章 信心百宝箱第九章 敢于开放，成就最自信的自己

<<信心就是力量>>

章节摘录

忧虑，是人在面临不利环境和条件时所产生的的一种情绪抑制。

它是一种沉重的精神压力，使人精神沮丧、身心疲惫，对任何事都缺乏自信。

看那些忧心忡忡的人，整日愁眉苦脸、唉声叹气。

他们对什么都提不起兴趣，生活成了一种苦刑。

恰如高尔基所说的，忧愁像磨盘似的，把生活中所有美好的、光明的一切和生活的幻想所赋予的一切，都碾成枯燥、单调而又刺鼻的烟。

忧虑的人是无法专注工作、无法享受生活的。

忧虑也使人神情恍惚、反应减慢、智力水平下降。

整天为不如意的事忧虑伤神，大脑长期处于低潮状态，工作、劳动自然不会取得好的成果。

忧愁也会使人生病，中医早就指出“忧者伤神”。

长期心绪不佳，胃口必然不好，体质必然虚弱。

严重的忧郁症，还可能引发轻生。

整天忧虑的人如同陷入可怕的沼泽而无法自拔，即使有力也无法用上。

忧虑的人常常有这样一些行为：逃避问题。

由于问题难以解决而干脆采取回避态度，但事实上问题依然存在，自己只是在表面上逃避，内心深处还是放不下，难题成为心头的沉重包袱。

对问题过分执著，将其看得过于严重。

这实际上是给自己增加不必要的精神压力。

不敢正视自己的内心、自我封闭。

所谓“烦着呢，别理我”，就是这样一种心态的反映。

<<信心就是力量>>

媒体关注与评论

当前，世界正经历着一场前所未有的金融危机。

战胜这场危机，不仅要靠物质的力量，还要靠精神的力量。

——摘自2009年4月23日(世界读书日)温家宝总理在国家图书馆的讲话自信人生二百年，会当水击三千里。

——毛泽东去做你害怕的事，害怕自然就会消逝。

——奥巴马最爱读的畅销书《自立》作者罗夫·华多·爱默生只有满怀自信的人，才能在任何地方都充满自信地沉浸在生活中，并实现自己的意志。

——高尔基深窥自己的心，而后发觉一切的奇迹在你自己。

——培根有信心的人，可以化渺小为伟大，化平庸为神奇。

——萧伯纳如果你们有信心，就没有什么事情是你们不能做到的。

——五届美国总统推荐书《只要敢想你就行》中的名言我们有责任向世界传递信心、勇气和希望。

——摘自2009年1月28日温家宝总理在瑞士达沃斯经济论坛上的致辞希望像一盏明灯，给予我们各国、各家企业、世界人民照亮了方向，永不熄灭。

——摘自2009年4月18日温家宝总理在博鳌亚洲论坛开幕大会上的讲话

<<信心就是力量>>

编辑推荐

《信心就是力量:提升心灵能量的全民励志读本》提升心灵能量的全民励志读本。
以故事温暖人心，以哲思启迪灵魂。
以笔墨书写信心，有限的是文字，无限的是流入心底的希望。

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>