

<<30岁前一定要改的30个习惯>>

图书基本信息

书名：<<30岁前一定要改的30个习惯>>

13位ISBN编号：9787504845979

10位ISBN编号：7504845973

出版时间：2006-1

出版时间：农村读物出版社

作者：叶知秋

页数：200

字数：200000

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>

## <<30岁前一定要改的30个习惯>>

### 内容概要

调查表明：人每天的行为，百分之三十是有意识的，百分之七十是无意识的。控制着人们百分之七十无意识行为的，就是习惯，人的一生，百分之七十都被习惯控制着。习惯，是习和惯的总称。

习，是人生阅历点点滴滴的积累，经历本身就是一种学习；惯，是经验积累后，对未来生活潜移默化的指导作用。

如果把人生比做一场长跑的话，那么习惯就像是跑步者对最短跟线和正确方向的判断能力。

长跑开始时你也许对一切都很生疏，也许会跑一些弯路，养成一些坏习惯，但请不要着急，长跑过程中你不断在学习；学习方位感、跳跃力以及如何合理分配体能。

当你学会这一切时，恭喜你，你已经离胜利的桂冠不远，因为这些能力，不但已经在你脑海里根深蒂固，而且已经取代那些阻碍你成功的坏习惯，成为潜意识里指导你走向成功的好习惯。

改变习惯，成功也将接踵而至，这本《30岁前一定要改的30个习惯》的宗旨，也正在此。

## <<30岁前一定要改的30个习惯>>

### 作者简介

叶知秋，毕业于华东师范大学中文系，随后派往伦敦继续深造，对人类心理学，行为心理学以及新闻传播学有着深刻的研究和领悟，这本《30岁前一定要改的30个习惯》是他关于人类行为心理学的又一部著作。

<<30岁前一定要改的30个习惯>>

书籍目录

前言第一章 偏 陋习1 浮光掠影 陋习2 舍本求末 陋习3 为钱工作 陋习4 心态失衡第二章 懒 陋习5 墨守陈规 陋习6 善小不为 陋习7 眼高手低 陋习8 只说不做第三章 拗 陋习9 坐井观天 陋习10 有始无终 陋习11 有勇无谋第四章 私 陋习12 强人所难 陋习13 自以为是 陋习14 伤人伤己 陋习15 不想付出 陋习16 双重标准第五章 狂 陋习17 挥金如土 陋习18 得陇望蜀 陋习19 忽视幸福 陋习20 锱铢必较第六章 卑 陋习21 盲目崇拜 陋习22 寄人篱下 陋习23 杞人忧天 陋习24 悲天悯人 陋习25 亦步亦趋第七章 变 陋习26 忘记感恩 陋习27 患得患失 陋习28 空中楼阁 陋习29 心猿意马 陋习30 粗心大意后记

## <<30岁前一定要改的30个习惯>>

### 章节摘录

书摘曾经不可一世的森林之王狮子如今已步入风烛残年，垂垂老矣的它不再有当年雄震四方的威严。以前被呼来喝去的小动物如今可以很轻松地从小狮子不远处逃离，而狮子却无可奈何，因为它实在太老了，老得已经走不动了。

它唯一可以做的，就是对出现在自己面前的动物还可以耍耍威风。

为了解决以后的伙食问题，狮子想出了一个鬼点子。

它对外宣称自己年迈体弱，已经病入膏肓了。

森林百兽听说后碍于情面，都各自提着礼物到狮子的洞穴里探望，没想到它一走到狮子面前，狮子立即张开血盆大口，将其连皮带骨吞噬完毕。

凡是走进狮子洞穴的野兽几乎无一幸免，狮子也靠此勉强维持了自己的生计。

聪明的狐狸来到狮子洞口前，并不急着进去，而是在外面问候道：“大王，你身体还好吗？”狮子装出病恹恹地声音说：“我病得快不行了，你快进来看看吧。”

狐狸观察了一下洞口的地形，明白了原委，说：“大王，我看到来到您洞穴前的百兽，脚印都只有走进去的，而没有走出来的。”

如果脚印的方向相反或者两者参半，我就会进来。

看问题全面的狐狸不但保全了自己，更首先把这个消息传递给了整个森林，没过多久，狮子就活活饿死了。

P2-3

<<30岁前一定要改的30个习惯>>

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>