第一图书网, tushu007.com

<<不抱怨的人生全集>>

图书基本信息

书名：<<不抱怨的人生全集>>

13位ISBN编号：9787508517858

10位ISBN编号：7508517857

出版时间：2010-5

出版时间：五洲传播出版社

作者：盖恩·加拉德

页数：310

译者：黄志华

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

第一图书网, tushu007.com

<<不抱怨的人生全集>>

内容概要

在这个竞争日益激烈，压力与日俱增的年代，很多人都在抱怨，抱怨命运的不公，抱怨出身的寒微，抱怨人际关系难处，抱怨自己赚钱少，怨天怨地、怨社会，抱怨冷，抱怨热，怨刮风，怨下雨，等等。
如果把我们一天到晚的抱怨整理出来的话，那恐怕要有很多了。
本书将指引你送走抱怨。
让你的行动迎合时代发展，跟上时代的步伐，让你的心态变得平和宽容，能够享受当下的生活，顺应自然。
最终改变自己的人生命运，拥有快乐的人生。

作者简介

盖恩·加拉德　　20世纪最伟大的成功学大师。
美国现代成人教育之父、人性教父、人际关系学鼻祖，美国著名的心理学家和人际关系学家。
其作品始终被西方世界是为心灵圣经之一。
这些书出版之后，立即风靡全球，先后被译成几十种文字。
被誉为“人类出版史上的奇迹。
”

书籍目录

想像创造不抱怨的人生1.启发你的“ 非分之想 ”2.快让梦想来适合自己3.大胆描摹你“ 自我的心像 ”4过什么样的生活全在于你自己送走抱怨，树立自己的生活目标5只有你自己才能改变自己的生活6.目标是你生活的唯一指针7.善于树起第二个目标8.睁大“ 观察之眼 ”9.选择一条适合自己的路线停止抱怨，迎接机会与成功10.你不理机会，机会也不理你11.机会往往在反复考虑之间流失12.立即主动扑向机会13.在冒险中获得最大的成功概率让创意之光代替抱怨14.果敢打碎陈旧的思维习惯15.善于从反面判断问题16.及时让你的创意放光失败时，给自己一个坚强的理由17.用智慧提炼失败的经验18.防止被挫败击倒19.掌握挽救失败的处方20.避免失败的“ 金点子 ”21.危机中隐藏着出路22.惯于用希望“ 点燃 ”绝望不抱怨，你就学会了面对23.一定要建立有效的人际关系24.从他人的观点看事情25.捕捉别人的嗜好26.巧妙“ 嫁接 ”别人的长处27.谈论别人感兴趣的话题不加抱怨地接受自己28.“ 我不是不行，而是行 ”29.别总以为己不如人30.自我激励的黄金步骤31.一定要对自己负起责任32.做事要减少盲目性放弃犹豫，忘记抱怨33.犹豫是最大的敌人34..延迟决定是最大的错误35.忧虑是最大的无聊用行动取代抱怨36.行动重于心动37.力戒做事拖拉38.成为立即执行计划的能手“ 立即去做"永远是成功的法则39.“ 现在就去做！
”40.在行动中去检验去完善培养不抱怨的习惯41.懂得细分工作的益处42.养成良好的工作习惯43.认真核实“ 每日备忘录 ”44.懂得“ 以小博大 ”的战术树立信心，找回不抱怨的自己45.信心就是自己的旗杆46.及时去支取信念47.坚定让心理状态坚挺起来48.多一分钟忍耐，就多一份收益49.切忌做事总爱分神50.必须学会自我控制51.在任何时候，都要擅长推销自己挖掘潜能，收获一生自信52.成为能力专家53.善于发掘自己的潜能54.将最弱的地方转为最强超越自我，享受成功55.抓住自己的长处开始突破56.一定要做你最喜欢的事57.从最重要的事情开始做起58.一次只专心地做一件事调整心态，与“ 敌人"牵手59.放下架子，与对手“ 牵手 ”60.以互利互惠为最佳结果61.解决“ 赢一赢 ”模式的方略敢想敢做，心想事成62.问一问自己：究竟需要什么63.别身背“ 讨厌 ”两字去工作64.激发敬业精神65.燃烧工作激情66.相信：“ 一步一步向前行 ”67.恪守“ 尽善尽美 ”的原则68.挖掘第一桶黄金69.最容易犯的七大过失

章节摘录

我的父亲和雷斯的父亲都没有实现自己的梦想，不过，我们可以说他们的梦想已成为我们二人的，即使有一天我们的船沉了，我们也清楚自己的决心所在，立定目标。
展翅飞翔。
有梦想是一回事，有真材实料去实现它又是另一回事。
正如海伦·凯勒虽想开车，她得先经历高速公路上的一切惊险刺激。
失明使她丧失许多机会，但她还是有属于自己的伟大理想，她曾在1890年时写下这样的句子：“假如世上一切事物都是快乐美好的，我们将永远无法学会勇敢与忍耐。
”　　别害怕自己的能力有限，也不要盲目。
假如数学难倒了你，你可能没有机会成为量子物理学家；假如你已经五六十岁了。
你可能无法在职篮闯出一番天下：假如你看到血就会晕倒的话，最好打消做外科医生、屠夫或拳击手的念头。
此梦行不通的话。
最好另做打算。
仔细想想你的专长和嗜好，如果你觉得自己一无是处，那是胡说八道。
当然，我们没有莫扎特的天才。
也只有极少数人能像安得，瓦茨一样琴艺精湛，你很可能无法像斯蒂芬，金一样写畅销书，但是天生我材必有用。
大部分成功的人都不会认为自己是天才，但那并不意味着老天没有给予我们持续地挑战种种天赋的能力。
还记得我们提过遗传性吗？
不要让别人对你说你没有才华，你有的！
有时候人们容易把天才和艰苦工作混淆，有些资赋优异的人确实能轻而易举地达成目标，如果所有的音乐家和作曲家都硬要和莫扎特比较，他们必定会十分失望。
有时候我们并不能全然欣赏像是伟大的音乐家、运动家、作家、艺术家和富有同情心的企业家，凭借不懈努力发挥了他们的天赋的事实。
维达，萨松说过：“工作之前，唯一可以找到成功的只有在字典里。
”当你欲一展才能时，请牢记这句话。
想想什么事是你想做的，什么事可以令你既觉轻松又乐在其中，什么事是别人为你做得很好的，这有助于你去认知自己的才华。
假如把这些才华运用在目标的追求上，成功的机会将不可限量。
雷斯和贝蒂开始在首府华盛顿，向朋友和邻居展示安利的产品和市场计划时，雷斯还继续留在农业部工作，但在晚上或周末，他会聚集所有的朋友来听他的成果展示，并且以电话追踪调查。
经过了26年的时间，他建立了自己的事业。
那是个艰辛的工作，财务无虑或成功没有速成之道，所以不要道听途说。
虽然刚起步时十分艰辛，雷斯和贝蒂深知只要顺着走下去，必能拥有毕生的财富。
雷斯回忆说：“我所付出的代价极少，到最后我替自己和家人，建构永远属于我们自己的东西。
我投注了大半生在别人的梦想中，现在该是我投入时间和精力在自己的梦想里，并且亲眼看它实现的时候了。
”　　雷斯对我们的创业感到兴奋的理由之一。
就是人会费十分低廉。
雷斯回忆说：“会费加上保证金仅花了我28元，我有能力凑足那笔钱，我们是如此地跃跃欲试，一定要把握这个良机。
”　　我们周遭有些创业团体的入会费极低，有些偏高，以经销权来说，看看购买汉堡或比萨饼的连锁店收费多少，再看看刚创业之初所需的租金及办公设备、电脑软硬件设备，甚至电话、传真机、文具、名片等都花费不菲，你是否有足够的创业基金呢？

是你自己的钱还是别人的？
如果是向别人借的，将来你又要付出多少代价偿还他人呢？
　　雷斯说道：“对贝蒂和我而言，创业所需的花费还不到我们结婚纪念日的晚餐呢！”贝蒂笑着说：“而且那四星级饭店并不提供回收保证！”

媒体关注与评论

人生是不公平的，习惯去接受它吧。
请记住，永远都不要抱怨！
”　　——世界首富 比尔·盖茨　　为什么我们会抱怨呢？
原来抱怨是有好处的：抱怨让我们获得注意力；抱怨让我们觉得我们比别人更懂一些；抱怨可能引发同情，也构筑了自怜，好让自己耽溺其中。
所以抱怨与自卑/骄傲，其实是兄弟姊妹！
本书中有一个论点很妙，也很有道理，问自己一个问题：“常感觉到周遭很多人都在抱怨吗？
你知道为什么吗？
”“因为你自己也是一样啊！
”　　——世界展望会会长 杜明翰　　沉溺于抱怨，只会驱走身旁的朋友。
为何不放眼未来，用正向思考面对每一天呢？
　　——台湾阳明大学教授 洪兰

编辑推荐

用不抱怨的心态面对人生，无论顺境或逆境，都要积极的争取成功。
与其抱怨生活中的困难，不如思考自己脚下的路，重新设计一会方略，去赢得人生胜局。
快乐地生活，会有快乐的人生，快乐韵人生也需要你积极地工作。
人们常说的“积极工作、快乐生活”不仅仅是个人的事情，也需要一个团队的大氛围积极工作和快乐生活应该是互为前提的，一个人只要积极工作就能快乐生活；另一方而.工作的积极性也是被快乐生活反过来激发促进的。

第一图书网, tushu007.com

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