

<<陋习与矫正>>

图书基本信息

书名：<<陋习与矫正>>

13位ISBN编号：9787508710242

10位ISBN编号：750871024X

出版时间：2006-12

出版时间：中国社会出版社

作者：张仁庆,王霄

页数：245

字数：178000

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>

## &lt;&lt;陋习与矫正&gt;&gt;

## 内容概要

陋习，因文索义，我们可以简单地将它定义为人的不文明的习惯。

“不文明”又包括两个方面，一是不道德，二是不合理。

对于“习惯”，《辞海》是这样解释的：“由于重复或多次实践而巩固下来并变成需要的生活、心理与行为方式。

”也可以说习惯是人们习以为常、惯性反射下的意识与行为。

世界不同古老文明对于人的习惯都给予了相当的重视。

中国古代著名的启蒙教材《三字经》开首就说：“人之初，性本善。

性相近，习相远。

”在承认人的习惯差异的同时，认为要通过教化和修炼，使人的道德水准提升，以养成良好的习惯，保持善的本性。

但对习惯予以极大重视并加以系统研究的，是17世纪英国伟大的哲学家培根。

他不但指出了“人们的行动，多半取决于习惯。

”“个人的生活受习惯支配，而社会的习惯，则是一种可怕的力量。

”而且认为“习惯是人生的主宰。

”20世纪兴起的成功学，为了找出人们事业成功的规律，从众多成功人士的案例中，最终把目光聚焦在人们的心态、思维、行为和工作的方式上，将习惯作为研究的重点领域，并将此作为这门学科的主要理论支撑点。

这种重要性，体现在这样一种逻辑关系的表述上：性格决定命运，而习惯决定性格。

著名的美国心理学家威廉·詹姆士的下面这段话成了名言：播下一个行动，收获一种习惯；播下一种习惯，收获一种性格；播下一种性格，收获一种命运。

但是本文所说的陋习，主要指的是一种个人生活上的不良习惯。

至于人的心理与工作的不良习惯，由于成功学已经成为显学，其著作汗牛充栋，所以不在本书论述之列。

当然，个人的生活习惯与心理、工作习惯有着许多贯通和交融，很难截然分开。

但为了节省篇幅和突出主旨，我们还是未将心理习惯与工作习惯列入本书体例，只是有关交叉的内容可能会在某些地方出现。

其实生活习惯的意义并不小于心理与工作习惯。

因为人生并不仅是事业，人生的意义和人生的幸福的价值，也并不仅从事业成败上来判断。

要之，人生大于事业，“做人”大于“做事”。

人的日常生活中的习惯，并不完全以成功学意义上的有效性来判断其是非和决定取舍，它往往有更高的评判标准：道德与文明。

良好的习惯是成功的一半。

因此，培养良好的习惯非常重要。

本书从日常生活陋习、言谈举止陋习、饮食陋习、卫生保健陋习、哺育教养陋习、恋爱婚姻陋习、出行陋习等这几个方面着手，为你改掉不良习惯支招。

全书语言通俗，内容丰富，是一本个人修行的良好书籍。

<<陋习与矫正>>

书籍目录

前言 关于陋习与矫正日常生活陋习	1 随地吐痰、擤鼻涕	2 乱扔垃圾	3 大吃大喝
4 随地大小便	5 公共场所大声喧哗	6 乱写乱贴乱画	7 不分场所吸烟
8 公厕卫生不维护	9 不排队	10 不分场合接打手机	
11 乱发短信和垃圾邮件	12 影响别人生活	13 过度装修	14
15 不按时赴约	16 会客时间过长	17 赤膊外出随地卧	
18 浪费水	19 浪费粮食	20 浪费电	21 早晚锻炼、活动影响他人睡眠
22 生活无计划	23 疯狂购物	24 长时间逛商场	
25 旧物奴隶	26 看电视时间过长	27 泡吧	28 手蘸唾液点钱物
29 做事拖拖拉拉	30 公共场所乱脱鞋	31 吃生蒜不漱口	
32 讲排场, 摆阔气	33 职业行乞	34 守财拜金失尊严	35 与宠物过分地亲密
36 虐待宠物	37 遛狗不清理弃物	38 携带猫、狗宠物进入公共场所	
39 遛狗不牵锁链	40 城镇居民区内养畜禽	.....言谈举止陋习	
饮食陋习	卫生保健陋习	哺育教养陋习	恋爱婚姻陋习
出行陋习	后记		

<<陋习与矫正>>

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>