

<<心态和习惯决定命运>>

图书基本信息

书名：<<心态和习惯决定命运>>

13位ISBN编号：9787511905208

10位ISBN编号：751190520X

出版时间：2011-8

出版时间：中国时代经济出版社出版发行处

作者：方军

页数：277

字数：250000

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>

## <<心态和习惯决定命运>>

### 内容概要

一位哲人说：“你的习惯就是你真正的主人。

”如果你的朋友处于困境中，《心态和习惯决定命运(超级白金版)》(作者方军)将帮助你传达无言的关爱和鼓励；如果你非常注重亲情，《心态和习惯决定命运(超级白金版)》将带给你的亲人以温暖和慰藉；如果你渴望事业成功、生活快乐，《心态和习惯决定命运(超级白金版)》将使你梦想成真；如果本书是别人送给你的，就更值得珍惜，因为你得到的是点石成金的力量与方法！

## <<心态和习惯决定命运>>

### 书籍目录

上篇 有健康的心态才会有上佳的生活状态

#### 第一章 心态会决定你的命运

1. 行为从于心态
2. 改变心态就是在改变命运
3. 过于求稳的心态依然有害
4. 环境不是消极被动的借口

#### 第二章 心态会影响你的生命轨迹

1. 调整心态, 把握命运
2. 心态健康, 身体健康
3. 心态比外貌更重要
4. 坚忍的心态成就你的事业
5. 让爱情偏爱你
6. 财富之门的钥匙
7. 心态沉稳决策才能英明
8. 心态冷静才不会犯冲动的错误
9. 独立的心态是成功的靠山

#### 第三章 自卑是属于弱者的名片

1. 别让自卑毁了你
2. 缺陷也是有价值的
3. 欣赏自己的不完美
4. 最重要的是心灵美好
5. 让心灵远离贫穷
6. 走好自己的路
7. 让自己另起一行

#### 第四章 做事不要钻进牛角尖

1. 固执要付出代价
2. 突破你的心态瓶颈
3. 培养三百六十度思维
4. “执著”未必能得到成功
5. 远离婚姻中的固执
6. 放弃的可贵

#### 第五章 不良情绪是生存状态的毒草

1. 跳出心灵的牢狱
2. 遗忘让你更快乐
3. 随时抛开坏心情
4. 松开手你会拥有更多
5. 清理人生的垃圾
6. 别总从坏的一面看问题

#### 第六章 别让欲望成为生活的负累

1. 价值20美金的时间
2. 放弃对金钱的贪念
3. 简单的生活就是快乐
4. 在平淡中感受生活
5. 缺失中也有快乐
6. 欣赏自己的生活

## <<心态和习惯决定命运>>

7. 快乐是内心的富足
8. 欲望越少, 生活越幸福
9. 名利之心不能太盛

### 第七章 犹豫会给你带来失败

1. 别让优柔寡断绊住了你
2. 守住目标永不飘移
3. 多一点勇气你会更成功
4. 坚定让梦想开始
5. 别为自己设置行动的障碍
6. 立即行动就不再犹豫
7. 总想求稳是犹豫的起因
8. 让自己敢做敢为

### 第八章 找对自己的位置

1. 内省, 帮你看清自己
2. 错位了就是垃圾
3. 走进你熟悉的行业
4. 有特长才能有位置

下篇 好习惯是成功者的通行证, 坏习惯是失败者的墓志铭

### 第一章 思维习惯: 思路上的惯性是错误的根源

1. 别让思维定式困住了你
2. 别为小事烦恼
3. 不做别人的“应声虫”
4. 何必盲从于别人
5. 不要眉毛胡子一把抓

### 第二章 行动习惯: 别让迟疑和等待成为行为定式

1. 别让优柔寡断绊住了你
2. 少做点“白日梦”
3. 再坚持一下就是胜利
4. 目标是行动的指南针
5. 想到就做容易出问题
6. 何妨兜个圈子

### 第三章 工作习惯: 不良习惯

1. 跳槽不要太随便
2. 耍“小聪明”只会耽误了自己
3. 成败都在细节
4. 眼高手低只能一事无成
5. 还有比薪水更重要的
6. 别让工作压得你无法喘息
7. 精力要集中在自己的本行上

### 第四章 做人习惯: 自我主义是束缚人的罗网

1. 每个人都是独一无二的
2. 信用是一笔巨大的财富
3. 做人不要太虚荣
4. 完美主义是幸福的绊脚石
5. 帮助别人就是在帮助自己
6. 架子不能摆得太离谱

### 第五章 说话习惯: 错误的说话方式是是非的根源

## <<心态和习惯决定命运>>

1. 当心吹破了牛皮
2. 别把精力放在争论上
3. 听听别人怎么说
4. 看清脸色巧说话
5. 直来直去讨人嫌
6. 说话要给人留面子

### 第六章 社交习惯：僵化的交往模式是人际关系的坚冰

1. 赞美百句不嫌多
2. 好的坏的都得交
3. 别让别人占你的便宜
4. 把“不”大声地说出来
5. 注意社交中的形象

### 第七章 处世习惯：老套的处世方式是成功的累赘

1. 吃亏就是占便宜
2. 揣着明白装糊涂
3. 宁得罪君子，不得罪小人
4. 要给别人留后路
5. 居功是和自己过不去
6. 指责别人前先管好自己

### 第八章 心理习惯：陈腐僵化的心态会导致人生的失败

1. 别让嫉妒害了你
2. 学会限制你的贪念
3. 不要一个人吃独食
4. 千万别放纵你的情绪
5. 坦然面对难题

## <<心态和习惯决定命运>>

### 章节摘录

这个悲剧故事生动地说明了一件事：行为跟着心态走！

成功需要勇气和信心，它有助于我们去处理面对的困难和挑战，调动起我们的一切能力。

然而，当我们对某件事做出决定时，心态就一定要平和宁静。

此时我们不需要勇气和信心，也不需要所谓的积极心态和消极心态，而只需要把心态调整到一种恰当的状态。

这是一种什么样的状态呢？

就是一种心平气和、不急不躁的和谐状态——既不自卑也不自信，既不犹豫也不冒进，既不积极也不消极；只有在这种心态之下，我们才能敏锐地观察出客观问题的特点，才能准确地判断出事情的变化，才能够真正地做出正确的决策。

但是，如果我们的心态调整不到这一状态，我们对外界形势的判断就会受主观心态的影响，就不能够做到客观的判断，结果就会给自己造成极大的损失。

俗语说：情人眼里出西施。

为什么会这样呢？

因为情人被心态左右了，他的认识水平和判断力完全向心态屈服了。

他爱意浓浓，对心爱之人一往情深，此时，他看见的一切都是自己希望看见的。

于是，即使对方再丑，在情人的眼里，她也像西施一样美丽动人。

然而，我们在做决策时，一定不能够“情人眼里出西施”，一定要调整好自己的心态，做到冷静客观、不急不躁、无爱无恨、无悔无怨。

这样，我们才能认清客观形势、分析出情况的变化，从而做出准确的判断。

倘若我们的心态调整不好，纵使变化就在眼前，我们也看不清楚。

有一位司机，干活任劳任怨，为人也挺仗义，是一个不错的小伙子，但就是心态不好，太急躁，开起车来左窜右窜，非常快。

到公司不久，同事便发现了这一特点。

对他说：“你的心太急，要多注意一点，否则要出事。”

果然不其然，没过多久，他开车追尾了。

刚开始，他怀疑刹车系统有问题。

于是，他到修理厂将刹车系统彻底检查了一遍，结果是毫无问题。

其实，这并不是车的问题，而是他心态的问题，他急躁的心态影响了他对车速和车距的判断。

由于这小伙子除了这一毛病之外，实在不错，领导就把他请到办公室谈了谈心，并告诉他心态影响了他的认识和判断，希望他能调整自己的心态。

## <<心态和习惯决定命运>>

### 编辑推荐

一位哲人说：“你的习惯就是你真正的主人。

”一位伟人说：“要么你去驾驭生命，要么生命驾驭你，你的心态决定谁是坐骑，谁是骑师。

”成功者与失败者之间的差别是：成功者始终用最积极的心态和良好的习惯去支配并掌控自己的人生。

而失败者则恰恰相反，他们总是喜欢用消极的心态和不良习惯去看待思考问题。

你的心态是什么样子，你的生活就会成为什么样子，如果你希望把握自己的命运，那么就从调整心态做起。

现实生活中总有人在失败时怨天尤人。

其实，他们都应该多从自身原因，检讨一下自己在工作和生活各方面的习惯。

要知道，真正能掌握命运的只有你自己，关键是看你能否以正确的心态对待自己，对待你周围的一切

。心态和习惯，就是你主导人生境况的砝码。

<<心态和习惯决定命运>>

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>