

<<成功有捷径>>

图书基本信息

书名：<<成功有捷径>>

13位ISBN编号：9787515500898

10位ISBN编号：7515500891

出版时间：2011-11

出版时间：金城出版社

作者：龙柒

页数：206

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>

## <<成功有捷径>>

### 内容概要

每个人都渴望成功，但是大多数人却不知该如何实现自己的理想。启示成功是一种习惯，经过严格的训练任何人都可以掌握它。本书列出了57种简单易的方法，令你在最短的时间内自动转型为“成功模式”。你会发现，成功原来如此简单！只要留意，你就会发现：成功的潜力其实一直就在你身上。其目的是帮助你认清理想，坚定你的信念，锤炼你的意志，平衡你的心态。只要你读完这本书并完成了书上的要求，你必将从人群里脱颖而出！

## <<成功有捷径>>

### 书籍目录

- 心态训练 平衡心态突破内心的挣扎
  - 消极心态：成年人的毒药
  - 为什么失败的总是我
  - 学会豁达，不轻易怀疑
  - 别让抑郁的枷锁束缚了高效能的翅膀
  - 沉沦：失败的最大根源
  - 切勿盲目励志
  - 抛却悔恨，不让它成为心灵的哀叹
  - 让压力走开
  - 摒弃失败的心态：倒下的绝不是我
  - 消除心中的忧虑；
- 目标训练 重整理理想明确生命的目标
  - 攥虐全命甜坐标
  - 计划是实现目标的第一步
  - 主要目标：要明确而单一
  - 为目标而奋斗的才能
  - 强烈的成功欲望，是实现目标的基础
  - 提高个人素养，增加成功的保险系数
- 信念训练 永不绝望，积累自信的装备
  - 拒绝恐惧，只有自信才能做到雷厉风行
  - 了解恐惧产生的原因，彻底克服它
  - 自信人生最美丽
  - 智慧来自于伟大的思想
  - 认识自己，发现自己的优点
  - 肯定自己的自我形象
  - 不思进取，必遭淘汰
  - 不断进取的人生是最美的智慧人生
  - 人生的真正价值在于往前冲
  - 不断进取需要灵活迅速的应变能力
  - 追求自我实现
  - 用学习的策略代替拼命
  - 与成功人士关系最密切的学习内容
- 习惯训练 更新旧习活出和谐与美好
  - 养成快乐的习惯
  - 改变你的坏习惯，进行心灵大扫除
  - 告别愤怒，它是痛苦的引爆线
  - 如何消除你心中的怒气
  - 珍爱时间，做今天的自己
  - 改掉拖拉的习惯，做时间的主人
  - 养成储蓄的习惯
- 自制力训练 锤炼意志领悟得失的真谛
  - 生命短暂，活出自己的意愿
  - 训练坚持的自制力
  - 控制你的思想，别让它出格
  - 控制自己的情感

<<成功有捷径>>

选择自己的幸福

你的根本自由：选择精神愉快

一定要跟自己的惰性过不去

培养自制力的方法

思维训练 善学敏思，用智慧开拓捷径

做一个成熟而又充满活力的思考者

正确思考是在复杂的信息中找到事实”

进行创造性思维：新、奇、妙

激发自己的“新思想”

思考需要张开想象的翅膀

走出思维误区

个性训练 完善自我，规划精彩的人生

自我意象：让你重新发现自我

发现“真正的自我”

.....

## &lt;&lt;成功有捷径&gt;&gt;

## 章节摘录

在我们的生活中，周围有一些人，当他们受到挫折时，马上就会失去信心。他们未能认识到：只有那些用积极的心态不懈努力的人才能取得成功。

对于社会中的成功人士，他们的第一大主张就是要平衡心态，让积极心态成为成功的动力。

对于正常人而言，我们的心理就是我们不可见的法宝。

它的正面是“积极的心态”，反面则隐藏着“消极的心态”。

积极的心态具有吸引真善美的力量，消极的心态则排斥它们，而正是消极的心态剥夺了一切能够使你的生活有价值 and 成功的东西。

有些人似乎在所有的时候都能充分使用积极的心态；有些人开始时使用，然后就停止了；而另一些人——我们中的大多数人——并没有真正地拒绝消极心态。

而在真正成功的人当中，有许多人是有能力去使用“积极的心态”的。

大多数人总是盼望成功会以某种神秘莫测的方式不期而至，可是我们并不具有这样的条件，即使我们确实具有这些条件，视而不见也许会使很明显的东西被忽视。

每一个人的积极心态就是他的优点，这没有什么神秘莫测的。

我们有足够的能力把扎根在我们心灵中的思想和态度转化成有形的事实，不管这种思想和态度是什么。

不要由于没有成功就责备别人。

应该把你的心放在你所想要的东西上，使你的心远离你所不想要的东西。

对于那些有积极心态的人来说，每一种逆境和不愉快都含有等量或更大利益的种子。

你可以花费时间，积极思考，以便决定怎样把逆境转化为顺境，把消极的心态转化为动力。

我们决不能低估消极心态的排斥力量，它能阻止人生的快乐，束缚住人的手脚，不让你受益。

不要让你的心态使你成为一个郁闷无所作为的人，只有抱有积极的心态并不懈努力的人才能取得成功。

高效能人士也正是凭借这些才达到高效的目的的。

消极的心态是成功的毒药，它招致的是犯罪与恶行。

悲哀、灾难、悲剧便是它的部分后果。

消极排斥成功。

消极心态让你钻入失败的牛角尖，去做一些无意义的事，当然也就很难达到真正的高效了。

应该把自己视为一个成功的无怨无悔的形象，这有助于打破自我怀疑和自我悲伤的心态，因为这种心态是我们天天消极面对生活，经过若干年后在性格中逐渐形成的。

另一个同等重要的、能帮助你达到高效技巧的方法就是把你视为会激励自己做出正确决定的某一形象，这种形象可以是一条标语、一幅图画或者任何对你有意义的人当中的一位。

消极心态是幸福与成功的敌人！

人们都希望走直路，走平坦的路，“宁走十步远，不走一步险。

”然而，这不过是人们的一种愿望、一种幻想。

世界上不存在没有坎坷的路，也不存在只走坦途而不遇险境的人。

正因为这样，人们难免会因在爱情、友谊、事业等方面受到挫折而悲观失望。

在这种时候，人往往就发出了这样的心声——“为什么失败的总是我？”

”由于认为自己容易遭受挫折与失败，因此就在现实面前屈服，走入了失败的死胡同。

有人因此而沉湎于酗酒、抽烟、赌博，甚至吸毒，这不能不说是人类的悲哀。

要知道这些并不能给我们带来解脱，相反，由于自甘堕落，成功只能越离越远。

当我们真真切切地去审视目光所及的这段路时，就会发现它并非如我们想像中那样顺畅，或许险情、逆境与不幸就在眼前。

一位诗人说得好：“你之所以觉得是在走直路，是因为你绕了个大弯。

”我们再把目光拉回人类曾走过的历程，就可以发现：人类每前行一步都要付出代价；人类又总是在付出代价之后才赢得了又一个哪怕很小的进步。

## &lt;&lt;成功有捷径&gt;&gt;

我们作为这个世界的一员，又何尝不是如此呢？

生活从来都是以其固有的法则，无一例外地赐给人们各种各样的不幸和困境，人们又总是在与这些不幸与困难的搏击中，获得了人生的快乐。

人或许是太脆弱了，在残酷的现实面前，我们往往会抬头问苍天：“为什么失败的总是我！”

” 困境是个容量很大的词汇，与之相近的还有逆境、困难、不幸、倒霉等。

通常人们都习惯于把困境说成是困难的情形和境地。

困难有大小、强弱之分，困难的强度大，对人的压力 and 影响就大；反之则小。

有的人在困境面前惊慌失措，心灰意冷；有的则镇定自若，坦然自若。

这是相对于人的心理品质而言的，所以有人说：“决定我们的命运的，不是我们的机遇，而是我们对机遇的把握。

” 生活是五颜六色和五彩缤纷的，生活是酸甜苦辣和五味俱全的。

倘若我们从自然环境的角度去观察，就会想象到那些突如其来的水灾、火灾、地震和风暴的袭击，会使人们在毫无精神准备的情况下，承受家破人亡的巨大不幸。

曾有美国科学家做过一项统计，认为坐民航飞机会失事身亡的几率是八十万分之一；从事体育运动时身亡的可能性比被陌生人刺死的可能性大一倍；因医生出错或并发症而死的概率是八万四千分之一。

如果从我们的工作和学习环境上去看，那么大大小小的困境更是接踵而至，其中最常见的是人际关系紧张、工作负担过重以及角色冲突……人们总是把家庭比做“安乐窝”，其实家庭所包容的不幸、困境绝不少于工作环境。

生老病死，婚丧嫁娶，衣食住行，哪一样都能把人带人窘境，而我们能去后悔吗？

P2-4

## <<成功有捷径>>

### 编辑推荐

最大限度地挖掘自身潜能，冲破消极的思维定势！

读完龙柒的这本《成功有捷径(给青年人的成长计划)》后，你一定会超越现在的你！

本书列出了57种简单易行的方法，令你在最短的时间内自动转型为“成功模式”。

你会发现：成功原来如此简单！

成功的潜力其实一直就在你身上。

<<成功有捷径>>

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>