

<<感谢折磨你的人3>>

图书基本信息

书名：<<感谢折磨你的人3>>

13位ISBN编号：9787530945919

10位ISBN编号：7530945912

出版时间：2006-4

出版时间：天津教育出版社

作者：凌越

页数：239

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>

## <<感谢折磨你的人3>>

### 内容概要

人们总是抱怨他们的环境，但成功者总是寻求他们想要的环境，如果找不到，他们就会创造出一个。

——肖伯纳·剧作家（George Bernard，1856—1950）悲观主义者让他的机会变成困难，乐观主义者让他的困难变成机会。

——杜鲁门，美国总统（Harry S. Truman，1884—1972）要改变一个人的一生，第一，立即开始。

第二，满腔热情地去做。

第三，没有例外。

——威廉·詹姆斯，心理学家（William James，1842—1910）生命中的每件事或人，都给你一个清理能量、演进自己、向更高更远处提升的机会。

你每处理过一个个案，你就不需再次经历这些，这也是给你最大的奖励。

再次强调，你永远不会被别人伤害，除非你伤害你自己。

你也永远不会被出卖、被低估或不被爱，除非你自己先对自己这么做。

真正想成功的人，会把运气放在一边，抓住每个可以帮助自己更上一层楼的机会，不放过任何使自己成功的可能。

他不会等待运气降临，而是用努力换取更多的成功。

也许开始时他会遇上重重困难，因为经验不足而时常犯错，但是只要肯从错误中学习，时机逐渐成熟后，所有的梦想都能顺利实现。

真正想成功的人，不会老是怨天尤人，埋怨运气不佳，他会检讨自己，并再接再厉。

他们的成功有着深厚的基础，就算风急雨狂、地动天摇，也不会倾倒。

不管你面对的是顺境还是逆境，这都是你的人生。

遭遇不幸、失败、挫折的时候，唯有设法从逆境中超脱，才能创造自己的幸福，否则就会持续向痛苦的深渊沉沦……等等。

## <<感谢折磨你的人3>>

### 作者简介

凌越，新锐作家，积极从事励志类书籍创作，充满了积极开朗的思想，相信每个人心中都有源源不断的创造力量，当心灵时时受到激励鼓舞，生命的花园就会绽放五彩缤纷的花朵，否则生命就会变成一片荒漠，著有《感谢折磨你的人》、《智在生活好轻松》、《懂得生活最快活》、《你可以选择快乐》等书。

## &lt;&lt;感谢折磨你的人3&gt;&gt;

## 书籍目录

PART ONE 每个人都需要一个伟大的梦想 突破自我,就能跳出生活的瓶口 / 3 每个人都需要一个伟大的梦想 / 6 恐惧会使你沦为生活的奴隶 / 9 一个屁股不能坐两张椅子 / 11 抱怨别人之前,先称称自己有几两重 / 13 只有危机才能创造奇迹 / 16 别让衰神继续跟着自己走 / 18 先问你能给自己多少机会 / 21 赚钱不是人生唯一的目标 / 23

PART TWO 别再当一个埋没才华的傻瓜 再等下去,你就要变成化石了 / 29 如何才能把汗水化做成功的喜悦? / 31 用汗水代替口水 / 33 想要成功就必须持续行动 / 35 用热忱灌溉,没有什么是不可可能的 / 37 一次选择一件你最想做的事就好 / 40 想改变世界,先改变自己 / 42 敢做比会做更重要 / 44

PART THREE 让平凡的自己变得不平凡 人生,随时都可以重新开始 / 49 下定决心去做伟大的事情 / 51 你为什么还在迷迷糊糊过日子? / 53 畏首畏尾只会让你的生命不断倒退 / 56 让平凡的自己变得不平凡 / 59 抓准时机,为自己创造奇迹 / 62 要让自己过得更幸福 / 64 勇敢尝试,就是跨出成功的第一步 / 67 心态会决定你的成败 / 70

PART FOUR 不要为了小事消耗生命 黑暗,只是走向光明的驿站 / 75 不要让错误的心态对你造成伤害 / 77 让工作变成一种享受 / 80 敬业是成功的最佳保障 / 83 时间就是生命中最大的财富 / 85 不要为了小事消耗生命 / 87 最重要的事情摆在最重要的位置 / 90 充满希望就能挖出生命的宝藏 / 93 幸福,来自你对生活的态度 / 95

PART FIVE 日子难过,更要认真地过 日子难过,更要认真地过 / 101 你可以为自己编演一出好戏 / 104 只要你有心想实现,就一定会达成 / 106 激发生命潜能,开创美丽人生 / 109 失败,是怠惰的后果 / 111 在行动中激发自己的能力 / 113 拆掉心中那座独木桥 / 115

PART SIX 咬紧牙关才能冲破难关 别忽略了你所看不到的潜能 / 119 别让焦虑影响自己的实力 / 122 做自己生命舞台的英雄 / 125 咬紧牙关才能冲破难关 / 127 不断创新,生活就会充满活力 / 129 宝藏就在你身上 / 132 想达到巅峰,就别怕任何磨练 / 135 转化心情 做自己的主人 / 137

PART SEVEN 错误就是成功的开始 态度,决定你是否幸福 / 141 勇敢面对人生的六字箴言 / 143 坚定你的信念,奇迹就会出现 / 145 错误就是成功的开始 / 148 把名人变成自己的贵人 / 150 只有更努力,生命才会更有意义 / 152 不要再轻易错失良机 / 155

PART EIGHT 设法从自卑走向自信 找到方向,就能完成梦想 / 159 改掉投机取巧的坏习惯 / 162 幸运之神只会眷顾有勇气的人 / 164 凡事只要用心就一定会成功 / 166 用你的自信把潜能激发出来 / 169 设法从自卑走向自信 / 171 有了批评,你更能勇往直前 / 174

PART NINE 只有尽力才能出人头地 认真的态度让机会不再错过 / 179 一次只决定做一件事就好 / 181 只有尽力才能出入头地 / 183 要有计划,也要顺应变化 / 185 惰性会让你一事无成 / 187 每天多花五分钟学习 / 190 梦想就等着你跨出第一步 / 192 你可以创造一个机会给自己 / 195

PART TEN 找出属于自己的成功捷径 把别人的刺激当做前进的动力 / 199 先相信自己,你才能超越自己 / 201 找出属于自己的成功捷径 / 203 从一开始就要下定决心 / 205 给自己一个肯定的掌声 / 208 多听听自我批评的声音 / 210 你也可以做自己的伯乐 / 212 设定自己的成功标准 / 214

PART ELEVEN 你可以把劣势变成优势 你可以把劣势变成优势 / 219 别让别人决定你的一生 / 221 用自己的声音说你想说的话 / 223 小心脱口而出的话 / 226 懂得观察,就会让生活充满变化 / 228 不要害怕问为什么 / 230 天才只是比蠢才多专心一分钟而已 / 232 别让退缩变成你的懊悔 / 235 最后的叮咛 用愉快的心情突破每一个困境 / 237

## &lt;&lt;感谢折磨你的人3&gt;&gt;

## 章节摘录

书摘恐惧会使你沦为生活的奴隶 与其恐惧而逃避,不如大胆地面对,只要你把花在恐惧上的时间拿来实践、前进,你会发现所有的害怕和担心都是多余的。

恐惧最容易磨损一个人的心志、情绪,会使人丧失勇气和信心,沦为生活的奴隶。

明明事情都还没开始,许多人的心情就开始紧张起来,不是四肢无力,就是在开始的前一秒感到自己快要虚脱、窒息。

真的有那么严重吗?事情都还没开始呢! 在英国曼彻斯特有一项克服飞行恐惧的训练课程,课程中的最后一段航程是由外地飞至曼彻斯特。

有一批队员进行到这段课程时,遇上了恶劣的天气,天空乌黑密布,但是,队长却坚持必须照原定计划进行。

飞机升空之后,风雨交加,机身摇晃得非常厉害,还好,飞行了一个钟头后,总算安全降落。

队员们在飞行过程中,大都表现得非常镇定,一直到着陆后,有位年纪较大的队员忍不住问队长:“你的表现很令人佩服,但是在狂风暴雨中飞行,你不觉得太危险了吗?”队长回答说:“许多人对飞行有误解,他们以为飞机如果在空中熄火便会马上坠落,其实不然,即使是最大型的飞机也会在空中滑翔好一阵子,而且以我们的专业训练和经验,即使天气不好,也不会影响到飞行的安全。

”对某些人来说,光是叫他们上飞机就有点困难了,因为他们害怕搭飞机,而这种恐惧部分是因为他们对飞行缺乏了解。

经过这一连串的训练,许多害怕飞行的学员,不仅克服了恐惧,变得更有自信。

正如这位队长所说的:“恐惧,就像你遇上一只凶狠大叫的狗,如果你转身就跑,它肯定要追上来咬你一口。

”许多人面对自己恐惧的事物,往往斗大的冷汗滴答落下,心跳猛烈,全身不由自主地抖着,但事情都还没开始,怎么会这样呢?心理医师解释这种现象说:“这是因为想得太多了!”好一个“想得太多”,有意思吧!是啊,我们不都是想得太多吗?在还没开始前,想着可能遭遇到的失败挫折;完成后又担忧未来可能碰上其他的困难。

这样的生活,难道你不觉得疲累吗?与其恐惧而逃避,不如大胆地面对。

只要你把花在恐惧上的时间拿来实践、前进,你会发现所有的害怕和担心都是多余。

## <<感谢折磨你的人3>>

### 媒体关注与评论

书评人们总是抱怨他们的环境，但成功者总是寻求他们想要的环境，如果找不到，他们就会创造出一个。

——肖伯纳，剧作家（Georg nermard 1856-1950） 悲观主义者让他的机会变成困难，乐观主义者让他的困难变成机会。

——杜鲁门美国总统（harry S.truman,1884-1972） 要改变一个人的一生，第一：立即开始。

第二：满腔热情地去做。

第三：没有例外。

——威廉·詹姆斯，心理学家（william james,1842-1910） 生命中的每件事或人，都给你一个清理能量、演进自己、向更高更远处提升的机会。

你每处理过一个个案，你就不需再次经历这些，这也是给你最大的奖励。

再次强调，你永远不会被别人伤害。

除非你伤害你自己。

你也永远不会被出卖、被低估或不被爱，除非你自己先对自己这么做。

## <<感谢折磨你的人3>>

### 编辑推荐

人们总是抱怨他们的环境，但成功者总是寻求他们想要的环境，如果找不到，他们就会创造出一个。

——肖伯纳·剧作家(George Bernard, 1856—1950)悲观主义者让他的机会变成困难，乐观主义者让他的困难变成机会。

——杜鲁门，美国总统(Harry S. Truman, 1884—1972)要改变一个人的一生，第一，立即开始。

第二，满腔热情地去做。

第三，没有例外。

——威廉·詹姆斯，心理学家(William James, 1842—1910)生命中的每件事或人，都给你一个清理能量、演进自己、向更高更远处提升的机会。

你每处理过一个个案，你就不需再次经历这些，这也是给你最大的奖励。

再次强调，你永远不会被别人伤害，除非你伤害你自己。

你也永远不会被出卖、被低估或不被爱，除非你自己先对自己这么做。

真正想成功的人，会把运气放在一边，抓住每个可以帮助自己更上一层楼的机会，不放过任何使自己成功的可能。

他不会等待运气降临，而是用努力换取更多的成功。

也许开始时他会遇上重重困难，因为经验不足而时常犯错，但是只要肯从错误中学习，时机逐渐成熟后，所有的梦想都能顺利实现。

真正想成功的人，不会老是怨天尤人，埋怨运气不佳，他会检讨自己，并再接再厉。

他们的成功有着深厚的基础，就算风急雨狂、地动天摇，也不会倾倒。

不管你面对的是顺境还是逆境，这都是你的人生。

遭遇不幸、失败、挫折的时候，唯有设法从逆境中超脱，才能创造自己的幸福，否则就会持续向痛苦的深渊沉沦……等等。

<<感谢折磨你的人3>>

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>