

<<习惯造就自己>>

图书基本信息

书名：<<习惯造就自己>>

13位ISBN编号：9787547210116

10位ISBN编号：7547210112

出版时间：2012-7

出版时间：吉林文史出版社

作者：杨富文 编

页数：253

字数：161000

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;习惯造就自己&gt;&gt;

## 前言

他因学会了如何“站在巨人肩上前进”，而懂得了“借鉴前人的智慧”是走向成功的唯一捷径……他因领悟了“书海浩渺，择善而学”的道理，所以具备了常人所不能的本领……他因经常告诉自己“我能行”让自己的事业走向了辉煌……他因“从不迷失自我”，使得脚下的道路充满了光明……他因懂得如何从细微处入手保健养生，而让自己远离疾病……人的一辈子，短暂而漫长。

本书通过以理叙情的形式，通过崭新的视角和笔法，从立德修身到建功立业，从社会交往到健康益寿，首次立体化、全方位地向你展示了人生中必须具备的154个好习惯。

有人说，世界上最公平的就是时间，它不会因为你的努力而加快指针的频率，也不会因为你的懒散而放慢了脚步去等待你的恍然醒悟。

人生一世，短短几十年，弹指一挥间。

你是否具备了良好的学习、工作、生活习惯，将会成为影响你一辈子的最关键因素之一。

有的人在懂得了一辈子必须养成的好习惯之后成为了名垂青史的英雄，有的人在懂得了一辈子必须养成的好习惯之后成为了代代相传的伟人，有的人在懂得了一辈子必须养成的好习惯之后成为了德艺双馨的艺术家，有的人在懂得了一辈子必须养成的好习惯之后成为了举世瞩目的企业家……但是，还有的人，他们不知道什么是影响人成功与否的“好习惯”，始终处在庸庸碌碌中度日，默默无为地生活，对于生活没有激情和期望，对于自身没有信心和理想……你想成为哪一类人？

相信，看了本书之后，你会有一种“不虚此读”的真切感受！

节录书中几处经典语录以飨读者：人生就是选择，而放弃正是一门选择的艺术，是人生的必修课。

没有勇敢的放弃，就没有辉煌的选择。

与其苦苦挣扎，拼得头破血流，不如潇洒地挥手，选择放弃。

歌德说：“生命的全部奥秘就在于为了生存而放弃生存。

”放弃是一种智慧……没有人能隐于世外，无论你走到哪里，都会碰到人。

你必须与之相处，因为人无所不在；你必须了解人，因为你永远无法独自成功。

正所谓兼听则明，善于听取各方面的意见，这样在社会交往中才能实现“纳百川，容乃大”……

## <<习惯造就自己>>

### 内容概要

本书通过以理叙情的形式，通过崭新的视角和笔法，从立德修身到建功立业，从社会交往到健康益寿，首次立体化、全方位地向你展示了人生中必须具备的154个好习惯。人生短短几十秋，相信在你墨守并谨记上述人生的154个习惯之后，身体必定康健，家庭必定和美，朋友必定友善，事业必定通达，人生必定精彩！

<<习惯造就自己>>

书籍目录

立德修身篇

诚信排在人生第一位

明礼使你受益终生

仁爱的人，人人爱

乐观让你豁然开朗

敢于向自我挑战

自省是你进步的关键

勤于思考让你更胜一筹

打开思路看世界

信心的作用无穷大

实现人生计划的必要因素——勇气

坚强让你从容面对人生

摆脱自我限制

全方位平衡自我

不断地重复是培养习惯的唯一方法

远离诱惑你的环境

.....

建功立业篇

社会交往篇

健康益寿篇

## &lt;&lt;习惯造就自己&gt;&gt;

## 章节摘录

版权页：“即使翅膀断了，心也要飞翔”——张海迪语。

《为学》里的那位贫僧，他仅仅靠一只钵，徒步走完了上千里的路程，到了南海。

而那位物质条件充裕的富和尚却一直没有成行，去实现自己的愿望。

很多的人都想挑战自我，横渡英吉利海峡的张健以他自己的方式实现了人生的梦想，在异域的海中，张健以他的双臂，历经11个小时，搏风击浪，终于横渡成功，向世人展示了人——作为一种生物所拥有的强大生命力……每个成功者的背后，都有着自我挑战的经历和故事。

正如荷兰壳牌石油公司人事部经理舒曼德·尤里所说：“我们所急需的人才，不是那些有着多么高贵的血统或者多么高学历的人，而是企求那些有着钢铁般的坚定意志，勇于向‘不可能’完成的工作挑战的人。

”的确如此，一个不敢挑战自我、不敢接受新任务，为了保住现在的饭碗而工作的员工，即便他们有着很高的学历或者才能，迟早也会迎来老板给他们发来的解聘书。

西方有句名言：“思想决定命运。

”不敢向高难度工作挑战，就是对自己的潜能画地为牢，自我设限。

这种思想最终结出的果实只是让自己无限的潜能转化为被抛上沙滩的鱼——挣扎、干涸而死！

胜利者天生是倾向行动的人，他们将自己视为世界舞台的演员，而非是被他人行动牵制的受害者。

即使失败了，胜利者也宁愿选择一种有声有色的方式失败。

如果无法避免失败，就轰轰烈烈地大干一场。

拳王阿里也曾用过这种方法（极力挑战自己发挥出更大的潜能）。

数年后，在他与弗来奇尔对阵之前，他像诺马士那样宣称自己将获得胜利。

同样地，在他早期的拳击生涯中，他常常预测对手的实力，这是他不按常理出版的一贯做法。

现在，阿里离开圈内多年，而弗来奇尔则是常胜将军。

阿里居然仍夸口自己会胜利，他也不只说一次便罢，还重复无数次。

这回，他的预测错了，他输了，最后一战他辛苦应战，但失败了。

在这之后不久，阿里被邀请上美国一家电视台的访谈节目，在他被介绍给观众之前，有人怀疑他上台时观众会有何反应。

他曾信誓旦旦地说他一定会赢，结果他输了，那的确令人无地自容。

## <<习惯造就自己>>

### 后记

勤以养德，俭以修身，容可交友，淡能益寿……人生短短几十秋，相信在你墨守并谨记上述人生的154个习惯之后，身体必定康健，家庭必定和美，朋友必定友善，事业必定通达，人生必定精彩！编者也衷心地祝愿你分享了154个习惯之后，无论是在自己的人生发展上，还是在家庭生活中，乃至教育子女和建立和谐的人际关系中，都能够有所感悟，有所启迪，也衷心地祝愿你的人生的更加辉煌灿烂！

<<习惯造就自己>>

编辑推荐

《习惯造就自己:好习惯成就好人生》由吉林文史出版社出版。

<<习惯造就自己>>

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>