

<<成功人士的8大习惯>>

图书基本信息

书名：<<成功人士的8大习惯>>

13位ISBN编号：9787562815105

10位ISBN编号：7562815100

出版时间：2004-4

出版时间：第1版 (2004年1月1日)

作者：庄之见

页数：217

字数：204000

译者：回应(0)

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>

<<成功人士的8大习惯>>

内容概要

成功者之所以成功，不是因为他们有着多么高的天赋和超常的才能，而是因为他们养成了良好的习惯，并善于利用良好的习惯来主宰自己的人生，从而改变自己的命运，迈向卓越成功之路。

本书与其他励志书籍的不同之处在于，它吸收借鉴了当今世界著名成功学大师们的成功学理论，并结合自己成功学的培训经验，从系统的角度出发，独创了一套“成功树理论”——成功人士的八大习惯。

<<成功人士的8大习惯>>

书籍目录

前言：习惯宰人生，习惯决定命运 习惯一：健康的身心 如同“树根”是生命的基石，没有健康，就没有美满的家庭；没有健康，就没有成功的事业；没有健康，就没有一切。

世界卫生组织提示“健康就是金子”，人人重视健康，人人拥有健康，健康的钥匙就在我们每个人手中。

1.1 登上健康快车 1.2 吃出健康,吃出快乐 1.3 摆脱失眠 1.4 正确面对压力 1.5 “静态”放松法 1.6 以健康的方式运动 1.7 音乐激发生命力 习惯二:卓越的信念 如同“下端树干”是成功的萌发点，坚强的信念助你成功、卓越。

土耳其谚语说：每个人的心中都隐伏着一头雄狮。

中国古语说：人皆可以为舜尧。

的确，每项奇迹的背后总是蕴藏着一种伟大的信念。

信念是造就成功与失败的根源，而且信念这东西任何人都可以免费获得。

2.1 信念是所有奇迹的萌发点 2.2 信念的非凡力量 2.3 信念到底是什么 2.4 信念的来源 2.5 改变自我意象,建立卓越信念 2.6 效仿是塑造卓越信念的捷径 2.7 怀疑原有的信念 2.8 不要忽视“可能性”的力量 2.9 人人拥有选择的自由,学会选择卓越 2.10 运用你的想象力 2.11 发挥自向的潜能 2.12 NLP法/57 习惯三:积极的心态 如同“上端树干”功的前提，积极的心态是心灵的健康和营养，消极的心态是心灵的疾病和垃圾。

心态主宰一切，心态决定命运。

人人都有选择的自由，你选择积极心态，就等于选择了成功。

3.1 心态决定谁是坐骑,谁是骑师 3.2 积极心态的力量 3.3 选择积极的心态..... 习惯四：明确的目标 习惯五：高效的时间 习惯六：和谐的人际关系 习惯七：不断自觉更新 习惯八：全方位系统思考 敞开自我改变之门，迈向卓越成功之路 编后语

<<成功人士的8大习惯>>

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>