

<<学会自信>>

图书基本信息

书名：<<学会自信>>

13位ISBN编号：9787801758439

10位ISBN编号：7801758439

出版时间：2008-6

出版时间：赵文明、孟涵 长安出版社 (2008-06出版)

作者：赵文明，孟涵 著

页数：260

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>

## <<学会自信>>

### 前言

自信是一种心态，是一种战胜自我的决心和相信必胜的意志。

在惊涛骇浪中，自信是远方灯塔上的一盏灯，照亮小船前进的方向；在茂密的丛林中，自信是迷路者手中的指南针，指引人们走出人生的黑暗；在人生的路上，自信是一把宝剑，久经磨砺，锋芒毕现，它将斩除路上的一切艰难险阻，陪伴你到达成功的彼岸。

只有那些拥有坚强自信的人才能成为杰出的人。

一千多年前，阿基米德喊出了那句让后世所有自信的人奉为一生信条的豪言壮语：“如果给我一个支点，我将撬起整个地球！”

如果说一个人的其他能力是杠杆，那么他的自信便是支点，没有了支点，再多的杠杆也起不了作用。

细细想来，生活中、工作中的成功与失败，往往与自信心有着千丝万缕的联系。

随着社会生活的逐渐多元化，成功已经不再是可遇而不可求的事情。

如今在任何行业都可能有人出头地头的机会，在纷繁复杂的外表下，成功的脉络清晰可循。

而拥有强大的自信则是摸清这些脉络的最好办法。

我们的国家现在并不缺少人才，更不缺少技术，有待提升的反而是我们的思想和素质；当然，我们也不缺乏管理方面的专业书籍，理论性的讲解也已是汗牛充栋。

在这种情况下，本书引用了许多人们耳熟能详或发生在人们身边的有关哲理性的事例，通过对这些具体事例的分析来启迪读者的思维，引发共鸣。

本书共分为十二章，分别从坚定信念，发现自己的优势，不断的自我提升，跨越自卑、失败、挫折、畏惧、虚荣、骄傲等人生的诸多障碍，从而突破自己、相信未来等几个方面揭示了自信在一个人迈向成功的路上所起到的至关重要的作用，具有很强的现实性和指导性。

希望本书能为您的人生之路点亮一盏小灯。

通过阅读本书，您将领会自信的真正含义，掌握充分利用现有能力和资源取得成功的思路和方法。

愿本书能给您带来启示！

朋友，愿你扬起自信的风帆，走向美好的明天！

## <<学会自信>>

### 内容概要

《学会自信-自信是一种无坚不摧的伟大力量》共分为十二章，分别从坚定信念，发现自己的优势，不断的自我提升，跨越自卑、失败、挫折、畏惧、虚荣、骄傲等人生的诸多障碍，从而突破自己、相信未来等几个方面揭示了自信在一个人迈向成功的路上所起到的至关重要的作用，具有很强的现实性和指导性。

通过阅读《学会自信-自信是一种无坚不摧的伟大力量》，您将领会自信的真正含义，掌握充分利用现有能力和资源取得成功的思路和方法。

自信是一种心态，是一种战胜自我的决心和相信必胜的意志。

在人生的路上，自信是一把宝剑，久经磨砺，锋芒毕现，它将斩除路上的一切艰难险阻，陪伴你到达成功的彼岸。

## &lt;&lt;学会自信&gt;&gt;

## 书籍目录

第一章 赢在自信信心有多高成就就会有多大拥有自信是成功的第一步信心决定人生的高度相信你行，你就行确定自我存在的价值拥有自信者的姿态走自己的路，让别人去说吧信心是照亮人生的太阳信念是一种无坚不摧的力量态度决定高度信念支撑坚定的意志第二章 信念是金自信是对人生目标的一种执著灵感是水，信念是金信念造就生命的奇迹信念是自信内在的驱动力信念的最佳“伙伴”就是积极的心态百折不挠的意志能成就任何事业坚持信念，永不放弃第三章 发现优势信心来源于做自己最擅长的事自信来自于准确的自我定位发挥优势，呼唤你的自信做感兴趣的事，拓展自信根基寻找你自己，做你想做的事正视弱点，发挥优势第四章 自信源于实力自信来自不断的自我提升知识是世上最靠得住的东西挖掘你自身的“宝藏”——潜能居安思危，用知识浇灌自信之花学会如何学习学习终身，自信一世持之以恒就能达到目的第五章 超越自卑没有一个人是完美无缺的没有缺点的人是不存在的自信自卑，结果迥异用补偿心理超越自卑抛弃自卑，建立自信走出自卑，超越自己自我解嘲，也是自信的一种表现第六章 感谢失败挫折能激发自信之花的芬芳不经历风雨怎么见彩虹在挫折中学习，在苦难中成长挫折其实是一种转折挫折具有激励人心的力量化解压力，调节心态摆脱困境，转化危机坦然接受生命的潮起潮落做一个好的失败者战胜挫折，走向成功第七章 永不畏惧敢于行动是增强自信心的法宝成功始于心动，成于行动快速行动，成功的另一半动静结合，方显自信本色不入虎穴，焉得虎子怯懦不前，导致自信不足坚定自信，克服恐惧克服拖延，立即行动行动是成功的唯一必经之路第八章 抛弃虚荣真正自信的人不会背负虚荣的十字架虚荣之徒，信心脆弱推倒虚荣心的魔墙自信，但不追求完美完美只能无限接近第九章 自信不自傲过于自负和自我最易导致失败天不言自高，狂妄注定失败虚心使人进步，骄傲使人落后韬光养晦，收敛锋芒要自信不要嫉妒第十章 学会坚守在人生低谷时不可丢掉信心坚扑必胜的信心，永不放弃乐观自信驾驭悲悯人生历经逆境磨炼，成就自信人生果断抓住机会，把握自信人生坚持自己的信念坚持自己的梦想第十一章 突破自我相信自己才能超越自己只有想不到，没有做不到看清自己的方向，决定自己的目标好高骛远，成功的大忌转换思维，天堑变通途第十二章 相信未来绝望才是人生最大的破产相信未来，自信是点燃希望的火种心理暗示建立自信进取心能增强自信自信者眼中没有“不可能”自信的人生永不贬值

## &lt;&lt;学会自信&gt;&gt;

## 章节摘录

信心，是每个人产生动力的源泉，也是能够彻底改变人生的伟大力量。

“好的开始，是成功的一半”。

凡事都要从头做起，成功也一样。

拥有了自信，成功之路无疑已在你的面前展开。

前面漫漫旅途中的坎坷与险阻都会因为你已经取得的“一半成功”而为你让路，那么，成功也就可望又可及了。

据说，同样的一支军队，只要是拿破仑亲自率领作战，那么战斗力便会增强一倍。

这是因为，军队的战斗力在很大程度上取决于兵士们对统帅的敬仰和信心。

拿破仑的自信与坚强，使他统率的每个士兵都增加了战斗力。

试想，这样的军队怎能不无往不克呢！

在拿破仑四处征战时，有一次，一个士兵骑马给拿破仑送来前线的战报，战事紧急，士兵快马加鞭，片刻未停。

由于过度劳累，马在到达目的地之前猛跌了一跤，就此一命呜呼。

拿破仑接到了战报，立刻写了一封回信，交给那个士兵，吩咐他火速将信送回前线，但是士兵的马已经死了。

于是拿破仑吩咐士兵骑上自己的马火速驰回前线。

士兵看到拿破仑的那匹骏马，身形强壮，身上的马鞍又无比华丽，便对拿破仑说：“不，将军，我只是一个普通的士兵，实在不配骑您的这匹骏马。

”拿破仑有力地说道：“世上没有一样东西，是法兰西士兵所不配享有的。

”在这个世界上，有许多人像这个士兵一样，认为别人所有的种种幸福，是不属于他们的，以为他们是不配有的，以为他们是不能与那些获得成功的人相提并论的。

然而他们不明白，缺乏自信和自我抹杀，大大减弱了自己的生命力和尊严。

在人生的起跑线上，自信心是最可靠的资本，它能使人克服困难、排除障碍，从而走上成功的大道。

在相同的背景下，为什么有的人干出了一番事业，而有的人却终生平庸无为？

不同的人生之路是从哪里产生分歧的呢？

深究起来，因素众多，但决定性的因素无疑在于一个人的意识是否觉醒，精神是否解放，更重要的在于他有没有自信意识。

德国哲学家谢林曾经说过：“一个人如果能意识到自己是什么样的人，那么，他很快就会知道自己应该成为什么样的人。

但他首先在思想上得相信自己的重要，很快，在现实生活中，他也会觉得自己很重要。

”小泽征尔是世界上著名的指挥家。

他的成功不仅来自于多年的刻苦努力，更重要的是来自于他的自信。

有一年，欧洲指挥大赛到了决赛时刻，小泽征尔按照评委会交给他的乐谱指挥乐队演奏。

可演奏刚开始没多久，他就发觉乐谱有些不和谐的地方。

起初，他以为是乐队演奏出了问题，于是就停下来重新演奏，但仍然感觉有些不如意。

按常理说，评委会给出的乐谱都是非常完美的，不应该出现这种不和谐的地方。

是继续这样演奏下去，还是……？

小泽征尔停止了演奏，站起身来，向评委们提出乐谱的问题。

但在场的作曲家和评委会权威人士都郑重说明乐谱没有问题，而是他的错觉，请他找出原因，把乐曲演奏好。

当时小泽征尔还不是世界级的指挥家，而只是一个参赛者。

面对这么多专家的众口一词，小泽征尔并没有被他们的气势所压倒。

他稍加考虑后，在这批音乐大师面前大声说了一句：“不，一定是乐谱错了！”

”话音刚落，评判台上立刻响起了热烈的掌声。

原来这是评委会们精心设计的圈套，以此来检验参赛的指挥家们在发现乐谱有错误并遭到权威人士“否

## <<学会自信>>

定”的情况下，能否坚持自己的正确判断。

前两位参赛者虽然也发现了问题，终因趋同权威人士而遭到淘汰。

小泽征尔却自信坚定，因而摘取了这次世界音乐指挥家大赛的桂冠。

类似的现象在现实生活中普遍存在。

有些人在作出选择和决定后，一遇到别人提出的不同意见，信念就会产生动摇，怀疑自己的想法不正确，遂产生放弃的念头。

有时甚至明明发现别人的意见与实际不符，也不敢坚持自己的观点，以致将错就错，随风摇摆。

对一个人来说，重要的是要能够说服相信他自己的能力，如果做到这一点，那么他很快就会拥有巨大的力量。

“谦逊是一种智慧，人们越来越看重这种品质。

”匈牙利民族解放运动的领袖科苏特说，“但是，我们也不应该轻视自立自信的价值，它比任何个性因素都更能体现一个人的男人气概。

”

## <<学会自信>>

### 编辑推荐

通过阅读《学会自信:自信是一种无坚不摧的伟大力量》，您将领会自信的真正含义，掌握充分利用现有能力和资源取得成功的思路和方法。

自信是一种心态，是一种战胜自我的决心和相信必胜的意志。

在人生的路上，自信是一把宝剑，久经磨砺，锋芒毕现，它将斩除路上的一切艰难险阻，陪伴你到达成功的彼岸。

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>