

<<给心灵洗个澡>>

图书基本信息

书名：<<给心灵洗个澡>>

13位ISBN编号：9787801759993

10位ISBN编号：7801759990

出版时间：2009-8

出版时间：长安出版社发行部

作者：裴玲

页数：400

字数：580000

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>

## <<给心灵洗个澡>>

### 内容概要

本书通过许多富有哲理的生活故事，让人们明白如何才能在当今社会拥有一颗健康的心灵，保持积极乐观的心态，去创造幸福美好的人生。

相信读者一定会从中受益，把书中的指导原理运用到现实生活，获得心灵的洗涤与升华！

<<给心灵洗个澡>>

书籍目录

第1章 心态决定命运 定位改变人生 开创人生的格局 心态决定命运 心墙 礼物 忘记 给人以爱 培养乐观之心 摆脱自我蔑视 应变 自我反省 制定人生的目标 细微之处 控制情绪 每天给自己一个希望 对自己说“OK” 为自己鼓掌 心存善念 选择自由 相信自己 感恩 全心全意 土豆哲学 自我激励 征服自己 打破消极的观念 脱下伪装 态度可以改变 信念是攀登险峰的拐杖 培养自信的种子 别让灰暗覆盖了你的内心 快乐源于心态 搬开心中的石头 做命运的舵手 拥有积极的态度 宝藏就在我们心中 自立才能有所作为 笑对人生 摆脱黑色的绝望 “我一定会成功” 培养积极主动的品质 铸就坚韧的性格 驱走心中的“魔” 炮打不倒的东西 希望的药方 夏娃的十二个孩子第2章 活的是心情第3章 困境中体会快乐第4章 学会放弃 第5章 不要与自己对抗第6章 生命没有长短第7章 打破心跳的瓶颈第8章 自己命运自己把握第9章 爱是最伟大的力量 第10章 享受精彩的未来

## <<给心灵洗个澡>>

### 章节摘录

定位改变人生 你给自己定位什么，你就是什么，定位能改变人生。

一个乞丐站在路旁卖橘子，一名商人路过，向乞丐面前的纸盒里投入几枚硬币后，就匆匆忙忙地赶路了。

过了一会后，商人回来取橘子，说：“对不起，我忘了拿橘子，因为你我毕竟都是商人。

” 几年后，这位商人参加一次高级酒会，遇见了一位衣冠楚楚的先生向他敬酒致谢，并告知说：他就是当初卖橘子的乞丐。

而他生活的改变，完全得益于商人的那句话：你我都是商人。

这个故事告诉我们：你定位于乞丐，你就是乞丐；当你定位于商人，你就是商人。

定位决定人生，定位改变人生。

汽车大王福特从小就在头脑中构想能够在路上行走的机器，用来代替牲口和人力，而全家人都要他在农场做助手，但福特坚信自己可以成为一名机械师。

于是他用一年的时间完成别的机械师三年才能完成的训练课程，随后他花二年多时间研究蒸汽机原理，试图实现他的梦想，但没有成功。

随后他又投入到汽油机研究上来，每天都梦想制造一部汽车。

他的创意被大发明家爱迪生所赏识，邀请他到底特律公司担任工程师。

经过十年努力，他成功地制造了第一部汽车引擎。

福特的成功，完全归功于他的正确定位和不懈努力。

.....

## <<给心灵洗个澡>>

### 媒体关注与评论

最近在看一本名叫《给心灵洗个澡》的书，教自己如何放松、辨证地思考一些问题。书里的故事大都短小精悍、很有哲理。非常值得一看。

——著名影星佟大为                    个人成长的历史，就是心灵跋涉的历史。  
时间久了，难免蒙上些灰尘。

于是有了一本书：《给心灵洗个澡》。

细细读来，能明白很多浅显但容易被人们忽略的道理：决定一个人命运的不是他处的环境。而是决定于他是否有一个良好的心态，是否懂得在任何情况下，都不忘清洗自己的心灵。以便让自己活得更轻松，更自在，更洒脱。

——人民日报海外版                    哀莫大于心死，改造客观世界，必须改造主观世界，企业落后不可怕，可怕的是落后的惯性心态。

这个问题如何解决？

《给心灵洗个澡》就是改善员工心智模式的一本好书。

——安徽某供电公司总经理王爱华

## <<给心灵洗个澡>>

### 编辑推荐

人气畅销书作家裴玲女士的精品之作，你无法决定天气，但能够改变心理，你无法未来，但能够掌控命运。

体验前所未有的心灵盛宴，获得终身受益的人生智慧。

<<给心灵洗个澡>>

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>