

<<心态就是本钱>>

图书基本信息

书名：<<心态就是本钱>>

13位ISBN编号：9787802287228

10位ISBN编号：7802287227

出版时间：2008-7

出版时间：新世界出版社

作者：千智莲

页数：336

字数：248000

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>

<<心态就是本钱>>

前言

一位哲人说：“你的心态就是你真正的主人。

”一位伟人说：“要么你去驾驭生命，要么是生命驾驭你。

你的心态决定谁是坐骑，谁是骑师”。

一位艺术家说：“你不能延长生命的长度，但你可以扩展它的宽度；你不能改变天气，但你可以左右自己的心情；你不可以控制环境，但你可以调整自己的心态。

”佛说：物随心转，境由心造，烦恼皆由心生。

狄更斯说：一个健全的心态比一百种智慧更有力量。

爱默生说：一个朝着自己目标永远前进的人，整个世界都给他让路。

这些话虽然简单但却经典、精辟，一个人有什么样的精神状态就会产生什么样的生活现实，这是毋庸置疑的。

就像做生意，你投入的本钱越大，将来获得的利润也就越多。

生活中，一个好的心态，可以使你乐观豁达；一个好的心态，可以使你战胜面临的苦难；一个好的心态，可以使你淡泊名利，过上真正快乐的生活。

人类几千年的文明史也告诉我们，积极的心态能帮助我们获取健康、幸福和财富。

《心态就是本钱》一书从分析平常人的心态入手，试图与读者一起，认识、改善并把握自己的心态，希望读过本书的人从此都能以更加积极的心态面对生活，享受人生。

全书文字优美、流畅且蕴涵哲理。

它没有运用高深的心理学理论，也没有采纳生硬的说教。

全书所有的语言，所有的哲理都像娓娓动听的家常话，既能开启你的心扉，又能使你感到豁然开朗。

在每一章的每一小节中，作者都以生动的小故事来阐释某种心理的困惑或剖析某种心态的表现，借助委婉、平和的方式指导读者调整心态、把握心态，从而超越自卑、充分自信，乐观地工作，智慧地生活。

如果说成功一定有成秘诀，那就是要利用好你的第一笔本钱——健康好心态。

<<心态就是本钱>>

内容概要

你心里能够设想和相信什么，你就能以积极的心态去获得什么。

在现实中，没有什么肩膀可以依靠，只有良好的心态成就一切！

我们若能改变自身的心态，就能使生活本身发生变革。

其实，我们生命中最大的本钱不是金钱，不是权力，甚至不是知识，也不是能力，而是心态！

如果心态摆正了，思想才能理性了，关系才整理顺了，恩怨才能化解了，一切都迎刃而解了。

<<心态就是本钱>>

书籍目录

第1章 心态决定人生

心态好一切都好
别把缺陷当遗憾
改变心态就是改变命运
对生活充满热情
要有用心做事的心态
生于忧患死于安乐
心态影响人的前途
成功需要好心态
心态沉稳是关键
把握自己的心态

第2章 生气不如争气

正视人生的坎坷
厄运面前昂首向前
把消极心态碾碎
面对着太阳生活
相信天无绝人之路
把不幸当做新的起点
要勇于接受挑战
生气不如争气
保持心理积极性
勇敢地面对现实
从别处寻找出路
机遇只垂青积极的人
进取心让一切皆有可能
常将有日思无日
牢牢把握住机会
充满希望地生活

第3章 有自信才能赢

对自己充满信心
用脚写出人生的辉煌
勇敢也是一种自信
坦然面对挫折
打起精神来做事
不要低估自己
贫穷并不阻碍成功
自信能够改变命运
天生我材必有用
相信自己才能成功

第4章 心动更要行动

说一尺不如行一寸
行动是成功的关键
有想法更要有行动
全力以赴, 从不放弃
把梦想付诸行动

<<心态就是本钱>>

永远都为时不晚
想做就做，定能成功
求人不如求己
有了错误马上改正
进取心就是主动去做
抓住现在不放手
脚踏实地地做事
将被动变成积极主动
及时把握机遇
学会从小处着手
改掉拖延的坏习惯
把被动变为主动

第5章 平常心不可少

心境淡然才会快乐
以平常心对待财富
嫉妒是绿眼妖魔
远离嫉妒的地狱
别把事情想得太复杂
拥有一颗平常心
面对批评要平静
看淡一切才快乐
保持冷静的心态
拭去心灵的浮躁
不贪恋功名利禄
别被利弊牵着走
用平和的心态对待生活
坦然面对身边的得与失
在逆境中把持自我
功过面前宠辱不惊
学会控制自己的情绪

第6章 放弃不等于失去

适时放弃才会有收获
缺憾也是一种美丽
别让坚持成固执
有所不为才能有所为
放下包袱才能前进
给自己一个放弃的机会
不要死守陈旧的观念
明智的放弃才可取
失去的未必是最好的
懂得及时抽身
盲目的坚持不如理智的放弃
放弃并不等于失去
学会放弃眼前利益
舍小才得大
要懂得激流勇退
鱼和熊掌不可兼得

<<心态就是本钱>>

该收手时就收手

第7章 宽容是二种美德

宽容是快乐的大门

原谅别人的过错

宽容才能避免误会

学会替他人着想

君子有容人之量

宽容是最好的礼物

忍一时风平浪静

退一步海阔天空

宽容不等于软弱

让善念相伴一生

宽容是一种美德

斤斤计较害处多

和你的“敌人”做朋友

帮别人开启一扇窗

第8章 学会给心灵松绑

学会释放压力

把心情放轻松

不要给自己设围

挣脱压力的枷锁

轻松地承受重压

让意念自由游走

消除自闭的心理障碍

学会给心灵松绑

别把压力当问题

勇敢地面对现实

不要被别人左右

摆脱内心的压力

把烦恼驱除心外

别把成功想得太远

让自我的心灵解放

第9章 别把挫折当失败

胜不骄，败不馁

在逆境中绝不放弃

寻求突破困境的方法

用乐观驾驭悲观

坦然地面对不幸

勇敢地与挫折交战

要有坚强的意志力

将挫折向成功转化

人生没有迈不过去的坎

跌倒了就再爬起来

乐观地面对失败

摆脱失败的阴影

成功者必经磨难

把不幸变成幸福

<<心态就是本钱>>

第10章 避免烦恼成心病

没有什么好忧虑的
风雨只是暂时的
消除自身的烦恼
心病还要心药医
透过阴霾是阳光
用积极的心态调适烦恼
爱是心灵的窗户
乐观的人懂得拒绝烦恼
猜疑害人又害己
清除心中的杂草
心态平和没烦恼
敞开你的心扉
别受烦恼的摆布

第11章 快乐其实很简单

快乐源自于心中
快乐要与人分享
在工作中寻找快乐
快乐其实很简单
知足是快乐的源泉
神奇的快乐定律
简单生活就是快乐
快乐是自己的事情
创造快乐的心态
快乐是一种感觉
快乐就在你身边

<<心态就是本钱>>

章节摘录

<<心态就是本钱>>

编辑推荐

《心态就是本钱:用心态创造财富,用心态改变生活》由新世界出版社出版。

<<心态就是本钱>>

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>