

<<做内心强大的自己>>

图书基本信息

书名：<<做内心强大的自己>>

13位ISBN编号：9787807197720

10位ISBN编号：7807197722

出版时间：2012-6

出版时间：海峡文艺出版社

作者：奥里森·斯威特·马登

页数：217

字数：120000

译者：胡彧

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>

<<做内心强大的自己>>

前言

## <<做内心强大的自己>>

### 内容概要

本书从人生的懦弱、羞怯、患得患失等各个方面入手，逐一分析，说明“内心的力量”对人的生活会起到巨大的作用，这个作用既有正面的，也有负面的。本书就是通过大量的案例、耐心细致的论证，让读者明白，强大自己的内心，可以逆转人生，使人生奇迹般的摆脱物质和精神的双重贫困，实现内宁安心(peace), 力量强大 (power) ,物质充足 (plenty) ,身心健康 (healthy and wealthy) 。

这本书在增强人的内心力量上有着极为特殊的作用，本书内容从心理暗示出发，告诉你自己具有极为强大的精神潜力，在学习、工作和生活中，运用好自己的精神武器，便能在困境中依然勇往直前，不但生活如此，在健康上依然这样，相信自己能行，你就一定能行。

## <<做内心强大的自己>>

### 作者简介

几代人的精神导师，超常潜能的激发者，永不过时的励志大师  
他的书，改变了六任美国总统的命运，遍及美国每一个家庭书架。

他的书，改变了世界巨富洛克菲勒、索罗斯、比尔·盖茨的人生轨迹，至今仍安然躺在许多富豪的枕边！

他的书，让影视巨星阿诺德·施瓦辛格走上演艺之路，闪耀全球至今不衰！

他的书，让足球巨星大卫·贝克汉姆一次次走出失败的阴影，铸就球王的辉煌。

他是美国最畅销的杂志《成功》创办人，美国最具传奇的人物，欧美成功学的奠基巨人奥里森·马登。

他的作品曾雄踞《纽约时报》畅销书排行榜30年，创下全球出版史的伟大奇迹。

## <<做内心强大的自己>>

### 书籍目录

- 第一章 小心行得万年船
- 第二章 思想控制身体
- 第三章 快乐则健康，忧伤则生疾
- 第四章 最可怕的敌人是恐惧
- 第五章 战胜恐惧
- 第六章 不良情绪能扼杀生命
- 第七章 控制情绪
- 第八章 悲观毫无用处
- 第九章 愉快思维的力量
- 第十章 否定扼杀潜能
- 第十一章 肯定创造力量
- 第十二章 思想如影响力一样永放光芒
- 第十三章 思想带来成功
- 第十四章 自信战胜一切
- 第十五章 塑造人格
- 第十六章 提高能力
- 第十七章 心中有美人就会美
- 第十八章 想象的力量
- 第十九章 时光挥不去
- 第二十章 如何控制思绪
- 第二十一章 即将到来的人

<<做内心强大的自己>>

章节摘录

<<做内心强大的自己>>

媒体关注与评论

## <<做内心强大的自己>>

### 编辑推荐

《做内心强大的自己》是帮助你实现内心强大的修炼说明书。

因为没权，受人贬损，就要屈辱不堪地活着？

因为没钱，羞于应酬交际，就要灰头土脸地活着？

因为没房没车，爱在心口难开，就要郁闷地活着？

因为遭受自以为的不公，无处申诉，就要愤怒地活着？

生活不易，除了内心强大，你别无选择！

帮助你实现内心强大的世界级修炼说明书。

改变美国六任总统的励志经典，每个美国人的书架上都有一本马登的书。

世界畅销经典长盛不衰的励志佳作；从未被引进中国的百年畅销书；《做内心强大的自己》被公认能给人带来心灵的宁静和身体的安康。

美英日各国国会成员、最高法院成员、知名作家、学者以及世界各个领域的杰出人士都对《做内心强大的自己》大加赞赏，向全世界年轻人诚挚推荐。



<<做内心强大的自己>>

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>