

# 《自己拯救自己全集》

## 图书基本信息

书名：《自己拯救自己全集》

13位ISBN编号：9787802035072

10位ISBN编号：7802035074

出版时间：2008-1

出版社：中国妇女

作者：陈南

页数：321

版权说明：本站所提供下载的PDF图书仅提供预览和简介以及在线试读，请支持正版图书。

更多资源请访问：[www.tushu000.com](http://www.tushu000.com)

# 《自己拯救自己全集》

## 前言

唯有自己才能拯救自己世上没有救世主，我们只能自己救自己，你就是自己的救世主。只有自助，才会有人助，才会有奇迹发生。近年来，走在大城市的大街上或天桥上，总能见到几个青年学生模样的男女，低着头跪立于街头，地上书写几行大字：“我太饿了，好几个月都没找到工作了，你们行行好吧。”等等诸如此类的话。乍一看，确实可怜之至。俗话说：“男儿膝下有黄金。”不到万不得已，谁愿意当街下跪。“树活一张皮，人活一张脸。”做人谁不图个面子呢？如果不是穷困到了极点，这种事谁干得下去？因此，过路的人明明知道这些人之中有不少是骗子，但还是一个接一个地伸出了援助之手。这世上，善良的人毕竟占绝大多数。偶尔见了几回这种情景倒也没什么，但见多了，心里就不是滋味了。四肢健全，年纪轻轻，居然一天又一天下跪。这对于繁华的都市来说也未免太煞风景了吧。人之所以是人，我认为最重要的就是志气，就是自强不息的精神。拿破仑的父亲是一个极高傲但却极其穷困的科西嘉贵族。他把拿破仑送进了一个在布列讷的贵族学校，在这里与拿破仑往来的都是一些在他面前极力夸耀自己富有，而讥讽他穷苦的同学。这种一致讥讽他的行为虽然引起了他的愤怒，但他却只能一筹莫展，屈服在威势之下。后来实在受不住了，拿破仑写信给父亲，说道：“为了忍受这些外国孩子的嘲笑，我实在疲于解释我的贫困了，他们唯一高于我的便是金钱，至于说到高尚的思想，他们是远在我之下的。难道我应当在这些富有、高傲的人之下谦卑下去吗？”“我们没有钱，所以你必须在那里读书。”这是他父亲的回答，因此使他忍受了5年的痛苦。但是每一种嘲笑，每一种欺侮，每一种轻视的态度，都使他增加了决心，发誓要做给他们看看，他确实是高于他们的。他是如何做的呢？这当然不是一件容易的事，他一点也不空口自夸，他只心里暗暗计划，决定利用这些没有头脑却傲慢的人作为桥梁，去使自己得到技能、富有、名誉。等他到了部队时，看见他的同伴都在用多余的时间追求女人和赌博。而他那不受人喜欢的矮小体格使他决定改变方针，用埋头读书的方法，去努力与他们竞争。他并不是读没有意义的书，也不是专以读书来消遣自己的烦恼，而是为自己理想的将来做准备。他立志要让全天下的人知道自己的才华。因此，在他选择图书时，也就是以这种决心为选择的范围。他住在一个既小又闷的房间内，在这里，他脸无血色，孤寂，沉闷，但是他却不停地读下去。他想象自己是一个总司令，将科西嘉岛的地图画出来，地图上清楚地指出哪些地方应当布置防范，这是用数学的方法精确地计算出来的。因此，他的数学才能获得了提高，这使他第一次有机会表示他能做什么。他的长官看见拿破仑的学问很好，便派他在操练场上执行一些任务，这是需要极复杂的计算能力的。他的工作做得极好，于是他又获得了新的机会，拿破仑开始走上通往权势的道路了。这时，一切的情形都改变了。从前嘲笑他的人，现在都涌到他面前来，想分享一点他得的奖励金；从前轻视他的人，现在都希望成为他的朋友；从前揶揄他是矮小、无用、死用功的人，现在也都改为尊重他，他们都变成了他的忠心拥戴者。如果拿破仑那些同学没有嘲笑他的贫困；如果他的父亲允许他退出学校，他的感觉就不会那么难堪。但他之所以成为这么伟大的人物，却不完全是由他的这一切不幸造成的，更关键的是他悟出了适合于他的正确的做人方法。他知道，在困境中，只有奋发图强才能拯救自己，成就大业，出人头地。人贵有志，有志者事竟成。一个有志气的人，是没有克服不了的困难的。古人云：“廉者不受嗟来之食。”跪着来钱虽然有时很容易，但得到金钱的同时却失去了做人的尊严，失去了许多金钱买不到的东西。人虽然穷点，志却不能短。越是贫穷，越应该立志，使自己摆脱贫穷。只要眼睛不失去光泽，心灵就永远不会荒芜。我们每一个人都有身处逆境的时候，但在这时，与其悲伤流泪，还不如就自己既有的条件去慢慢耕耘，一旦机会来临，自己也有了足够的条件去发展，境遇自然就会好转。许多事实证明：在逆境中，只要你不让自己消沉颓废，环境是不能把你怎样的。所以，我的朋友，无论你身处多大的困境，都不可以自暴自弃。有道是“自助者天助”，只要你有志摆脱逆境，并且付出行动，你就一定能改变现状，重获新生。朋友们，让我们在绝望中寻求希望，在波浪中感受澎湃，在寂寞中享受孤独，在拼搏中磨炼意志，在纷繁的世界里练就慧眼，让信念成为我们人生旅途上的明灯，让我们做自己人生的救世主，向美好的明天迈进！

# 《自己拯救自己全集》

## 内容概要

《自己拯救自己全集(经典珍藏本)》中讲自救，我的朋友，无论你身处多大的困境，都不可以自暴自弃。有道是“自助者天助”，只要你有心摆脱逆境，并且付出行动，你就一定能改变现状，重获新生。

# 《自己拯救自己全集》

## 书籍目录

第一章 相信自己，自信才能成功 自信改变人生 / 3 自信是内心的引导者 / 7 坚定的信心能够移山 / 8 自信是走向成功的原动力 / 11 信心是战胜困境的利器 / 12 唯有自信才能成功 / 16 给自己最好的心理暗示 / 19 你认为你行，你就行 / 22 自卑者注定与成功绝缘 / 25 相信自己是最棒的 / 28 激发“我行”的欲望 / 30 抛弃自怜，树立信心 / 32 掌握建立自信的方法 / 37

第二章 设定目标，理想引导现实 目标指引成功之路 / 43 人生的高度因目标而定 / 46 自我认定规划人生 / 49 确立目标，拯救自我 / 54 用心规划未来的蓝图 / 60 人生不可没有定位 / 63 找准自己的最佳位置 / 65 思想与目标要统一 / 68 选准目标，超越目标 / 73

第三章 主宰心态，做命运的主人 心态就是一切 / 75 心态塑造未来 / 79 成也心态，败也心态 / 82 控制好自己的心态 / 85 成功者必备的6种心态 / 90 凡事要往好的方面想 / 92 平和心态最重要 / 95 保持一颗年轻的心 / 97 放飞心灵的自由 / 99 打开心灵之窗 / 101 不要伤害自己的心态 / 105 挣脱束缚心灵的枷锁 / 107 把烦恼驱除心外 / 110 向孤独宣战 / 114 摆脱失落感 / 116 驱除病态的恐惧 / 119 依赖心态不可有 / 121 用快乐击败烦恼 / 123 学会克服异常心理 / 127

第四章 积极主动，态度改变人生 态度决定人生的高度 / 135 态度左右成败 / 138 以积极的态度面对每一天 / 141 以正确的态度去面对挫折 / 143 没有任何借口 / 146 立即行动，绝不拖延 / 149 擦掉生活中的“不”字 / 152 比别人付出更多努力 / 155

第五章 勇于创新，思路决定出路 勇于创新才能把握机会 / 161 惯于思考的习惯能创造奇迹 / 164 思路决定出路 / 166 化不满现状为创新激情 / 169 克服因循守旧 / 170 做别人没有做过的事情 / 173 敢于超越传统 / 174 新思路源于打破常规 / 176 要善于利用前人的智慧 / 178 跳出世俗观念的陷阱 / 180 比别人多想一步 / 183 另辟蹊径，反其道而行之 / 184 不怕做不到，就1、白想不到 / 187 探索神秘的未知 / 190 将创新变成自己的日常习惯 / 194

第六章 自强自立，自助者天助之 自强自立是人生的原动力 / 199 靠自己成功 / 201 独立生活，独立思考 / 203 自助者天助 / 205 做自我的主宰 / 208 强者驾驭命运，弱者受制于自我 / 209 懂得珍爱自我 / 213 肯定自己，欣赏自己 / 219 怨天尤人于事无补 / 221 不做只会依赖别人的弱者 / 225

第七章 把握机遇。抓住一切机会 大机会带来大成就 / 231 积极主动地寻求机会 / 233 敢于挑战才能抓住机遇 / 234 机遇最爱有准备的人 / 238 机遇垂青有远见的人 / 241 机不可失 / 243 决断力等于能力 / 245 机遇与名利同行 / 249 抢在时间的前面 / 251 不要让时间偷走了你的生命 / 253 行事要有果断的个性 / 255 不放过一切可能的机会 / 257

第八章 永不放弃，坚持就是胜利 信念是人生的一面旗帜 / 261 生命在于不断进取 / 266 意志坚韧者成大业 / 270 顽强奋斗搏生存 / 273 用顽强的意志战胜苦难 / 276 坦然地面对不幸 / 279 乐观地面对失败 / 282 正视坎坷的人生 / 284 从挫折中吸取经验教训 / 286 磨砺意志，勇往直前 / 288 逆境之中探求出路 / 290 把挫折当做成功的转机 / 293

第九章 超越自我，成功没有止境 人生最大的挑战是自己 / 297 超越自己，创造奇迹 / 299 出身寒微也能崛起 / 303 追求卓越是一种态度 / 306 没有最好，只有更好 / 309 战胜自我，超越自我 / 312 让“绝不可能”变为“绝对可能” / 314 坚持学习，不断提升自己 / 319

# 《自己拯救自己全集》

## 章节摘录

第一章 相信自己，自信才能成功自信改变人生在我国乒乓球运动员队伍中，邓亚萍的名字可谓无人不知，无人不晓。她之所以能够开创一个空前的“邓亚萍时代”，根本原因就在于赛场上她那高昂的斗志和顽强的精神。她的条件并不算拔尖，但她的自信心却足以战胜对手。在比赛中，她总是用力挥拳给自己鼓劲，每打一个好球就绕场跑两圈。最激动人心的是她与日本运动员小山智丽的一场比赛。在15比20比分落后的情况下，她不但没有泄气，反而突然爆发出一股力量，浑身上下都充满着自信。凭着自信，她连扳两球。这种高昂的斗志和无比的自信，如同一副沉重的枷锁压得小山智丽喘不过气来。结果，邓亚萍以22比20赢了小山智丽。自信的力量相当惊人，它就像一支强心针，给你注入无比的力量，激励你向着成功迈进，足以改变你的一生。人生跟着自我认定走海菲参加同学会时，突然被要求谈一些有关最近盛行的欧洲旅游的话题。由于这是他头一次在众人面前讲话，所以说的过程中常有紧张和断续的情况出现。但是，同学会结束后，其中有一位老同学跑来跟海菲说：“你所讲的内容非常有趣，希望今后有机会能再听你演讲。”在被这位老同学恭维之前，海菲从未尝试在公众面前讲话。于是，他开始觉得自己并不是那么差劲，对自己的演讲才有了信心。后来，海菲竟然成为企业经营问题的专门演说家了。海菲认识到：我们常常会一味地认定自己是个什么样的人，却无视于这样的认定是否正确并影响了我们的人生。比如说，你坚决相信自己不聪明，那么这个信念就真的控制了你的脑子，使它无法聪明起来。

# 《自己拯救自己全集》

## 编辑推荐

朋友们，读过《自己拯救自己全集(经典珍藏本)》，让我们在绝望中寻求希望，在波浪中感受澎湃，在寂寞中享受孤独，在拼搏中磨炼自己的意志，在纷繁的世界里练就慧眼，让信念成为我们人生旅途上的明灯，让我们做自己人生的救世主，向美好的明天迈进!

# 《自己拯救自己全集》

## 精彩短评

- 1、看这书实在无聊。
- 2、这是一本鼓励自我奋斗的书，在西方已经流行了数百年，对西方的崛起奠定了精神的基础。这虽与中国靠权力、靠祖宗的传统观念大相径庭，但是我认为在当代中国也应当成为中国人的精神食粮。从来就没有救世主，要走出逆境只有靠自己。
- 3、超爱的一本书，现在还在自己床头，从08年到现在 v

# 《自己拯救自己全集》

## 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：[www.tushu000.com](http://www.tushu000.com)