

《改变自己》

图书基本信息

书名：《改变自己》

13位ISBN编号：9787514602401

10位ISBN编号：7514602402

出版时间：2011-10

出版社：中国画报

作者：木木 编

页数：241

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

《改变自己》

内容概要

《改变自己》内容简介：“穷则变，变则通，通则久”，语出《易经》，说的是事物处于穷尽局面则必须变革，变革后才会通达，通达就能长久。人最大的敌人是自己，是自己的思维定式，有时甚至会导致很多发展机会的流失。其实，改变这种思维定式也不需要你做出多大的牺牲，只是从生活习惯和工作习惯的小事入手，一点点改变就可以了。

美国康奈尔大学的威克教授做过这样一个试验：拿一只敞口玻璃瓶，瓶底朝光亮的一方，然后放进一只蜜蜂。蜜蜂在瓶口反复朝有光亮的方向飞。它左冲右突，努力了多次，都没有飞出瓶子。尽管这样，它还是不肯改变突围方向，仍旧按原来的方向去冲撞瓶底。最后，它耗尽了气力，累死了。接着，教授又放进了一只苍蝇。苍蝇也向着有光亮的方向飞，突围失败后，又朝各个不同方向尝试，最后终于从瓶口飞走了。善于改变自己的思维，不按照常理去想问题，就会取得非同一般的成效。这就是说，换一种思维方式，就可能化解问题。只要肯动脑，垃圾也可能会成为黄金。

《改变自己》

作者简介

木木，原名柴宝辉，东北男人，对未来充满激情和新奇，一直在寻找最美的文字。曾策划主编畅销书《人生要耐得住寂寞》、《人生别留遗憾》、《人生需要忍耐和等待》《婚姻，请别为我哭泣》等系列丛书。

《改变自己》

书籍目录

第一辑 改变心态——积极的心态与消极的心态 一切都可能改变 失去的都会得到补偿 为多少钱撒谎更值得？ 会花钱就等于赚钱 进入“瓦伦达心态” 做过了就不要后悔 人心不足蛇吞象 “把自己当做大人物” 充满热情，机会才能找上门 被上帝咬过的苹果 人生难得平常心 停止抱怨才有希望 不要轻视任何人 不要太早对人生下结论 如花的心情胜过一切

第二辑 改变习惯——好习惯和坏习惯 习惯这东西 每天给自己一个希望 不要让借口成为习惯 别让灰尘落到心上 成功绝非偶然 第二天性 人要经常“照镜子” 拖沓和懒惰会让你一事无成 你会屈从于多数吗？ “长舌妇”的悲哀 小问题也能出现大纰漏 不要让时间偷走了你的生命 不要限制自己的眼界 改变坏习惯的有益方法

第三辑 改变观念——换一个角度思考问题 野兔的出路 任何一片树叶都有自己的魅力 有些事不必老板交代 别让果实长成诱惑 把事情交给专业人士去做 多一份感恩，少一点牢骚 专家买猫的启示 尽快同意反对你的人 煮熟的鸭子也可能飞 抓住隐藏在身边的机遇 困境即赐予 把“如果”改成“下次” 竞争是没有办法回辩的

第四辑 改变思路——独特的想法，独特的收获 人生的蝴蝶效应 苹果里的星星 空心的彩蛋 唯一不变的就是变 1万美元卖掉1根稻草 “鸡头”与“凤尾” 让失去变得可爱 天堂与地狱 避免“羚羊的思维” 不要适得其反 换位的艺术 思路直接决定了你的发展方向

第五辑 改变态度——用激情赢得主动和机遇 不要带着怒气做任何事 日子难过，更要认真地过 对工作热情的人永远不会失业 不要把自己的柠檬弄丢了 现在，发现你的优势 爬楼梯的人生哲学 不要让抱怨毁了你的幸福 牢骚太盛防肠断 把别人放在心上 不做平庸的大多数

第六辑 改变方法——效率低是因为方法不对 视角与机遇 去繁就简的杰斐逊 选对人生的钥匙 只是搬了把椅子 方法总比困难多 贵在反其道而行之 做事讲究方法，巧干远胜蛮干 不怕做不到，就怕想不到 别在一棵树上吊死 不要轻易亮出自己的底牌 “无中生有”，推销有术 避开“大流”，另辟“蹊径”

第七辑 改变自己——才能成为最好的自己 留一只眼睛看自己 “笨”孩子也能走向成功 没有人会带你去钓鱼 请一定要记住对方的好 认识自己，再改变自己 远离那些扯你后腿的人 善于发现别人的优点 要改变命运，先改变个性 真正的救世主就是你自己 把别人的批评当成是赞美 做思想的主人

《改变自己》

章节摘录

第一辑 改变心态—积极的心态与消极的心态 一切都可能改变 “海纳百川，有容乃大。”有宽广的胸怀和气度是很容易告别琐屑与平庸的。当你实现豁达与宽容时，自然会轻松幽默，从而散发出一种性格的魅力。宽容，最终体现的是一种修养，一种高贵的人格，一种人生的大智慧。那些锱铢必较的人自以为很聪明，其实是以小聪明干大蠢事，贪小便宜吃大亏；而不在意乃是不争，无为之为，大智若愚，其乐无穷！

莉娜整理旧物，偶然翻出几本过去的日记簿。日记簿的纸张有些发黄了，字迹透着年少时的稚嫩，她随手拿起一本翻看。“今天，老师公布了期末成绩，我万万没有想到，我竟然考了第五名。这是我入学以来第一次没有考第一，我难过地哭了，晚饭也没有吃，我要惩罚自己，永远记住这一天，这是我一生最大的失败和痛苦。”看到这里，莉娜自己忍不住笑了。她已经记不得当时的情景了。也难怪，离开学校后这十几年所经历的失败与痛苦，哪一个不比当年没有考第一更重呢？

翻过这一页，再继续往下看。“今天，我非常难过。我不知道妈妈为什么那样做？她究竟是不是我的亲妈妈？我真想离开她，离开这个家。过几天就要选择大学了，我要申请其他州的大学，离家远远的，我走了以后再也不回这个家！”看到这里，莉娜不禁有些惊讶，努力回忆当年，妈妈做了什么事让自己那么伤心难过，但是怎么想也想不起来。又翻了几页，都是些现在看来根本不算什么事儿可是在当时却感到“非常难过”、“非常痛苦”或是“非常难忘”的事。看了觉得好笑，莉娜放下这本又拿起另一本，翻开，只见扉页上写道：“献给我最爱的人——你的爱，将伴我一生！我的爱，永远不会改变！”……

《改变自己》

精彩短评

- 1、一个人改变不了环境，就试着改变自己吧。
- 2、人的一生就是不断改变自己、改进自己的过程
- 3、改变心态 潜移默化中发生变化
- 4、说理加方法
- 5、小故事，但道理不小
- 6、能有收获，收获成长，收获成熟
- 7、很好的书，发货也快 . .
- 8、每一篇短文，都清新脱俗，读来仿佛时时受到鞭策，受益匪浅~
喜欢蓝色天空的封面~
- 9、比较激励人，文笔不错
- 10、朋友推荐的、还好、
- 11、《改变自己》
- 12、给我们老总买的！老总很喜欢！
- 13、学习学习.....
- 14、从封面和外观来看，书是很让人满意的，没有一些书买回来后的异味，很好，内容上讲的也很不错，还没有细看，很期待，很满意
- 15、一个个小故事的内容都很励志 也可以用来写作
- 16、封面很喜欢，我是一名中学生，买这书主要是想探究人生哲理(*^__^*)
- 17、这本书很适合年轻人刚进入职场的人看
- 18、其实，环境改变不了，就改变自己。
很多时候，要求别人改变，不如先改变自己。
- 19、相信可以
- 20、朋友的老板推荐的，说是专门给人打鸡血的。
- 21、非常受益 好好学习
- 22、喜欢木木的淡定 和观念 能很好教育好玩么浮躁的心
- 23、《改变自己》一书，从不同角度讲述了改变不了事实，改变不了环境，改变自己。值得一读。
- 24、奇差
- 25、我觉得这本书使我感触很深，可以让我认识不同的我。
- 26、木木的书真多啊
- 27、值得一看，通过小故事还说明大道理。
- 28、但质量还可以。超级非常喜欢。
- 29、非常喜欢，不错，可以当做枕边书
- 30、人不是一个独体，他必须与人生存在一起，所以必须适应这个社会！
- 31、很久没有买书看了,看看书也好.....
- 32、好东西不需要多讲！

《改变自己》

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:www.tushu000.com