

《向安东尼·罗宾学什么》

图书基本信息

书名：《向安东尼·罗宾学什么》

13位ISBN编号：9787213044120

10位ISBN编号：7213044125

出版时间：2010-12

出版社：浙江人民

作者：李帅达

页数：231

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

《向安东尼·罗宾学什么》

前言

天下没有不存在的方法，只是我们缺乏发掘的眼光；天下没有蠢笨平庸的人，只有自认为蠢笨平庸的人。世上每个人都是不同的个体，而在每个人的身上也都蕴藏着一份特殊的才能，这份特殊的才能便是潜能。只要我们能将它充分发挥出来，奇迹便会出现。安东尼·罗宾，一个曾经潦倒的年轻人，当接触到潜能开发这个理念后，潜心发掘自己内心蕴藏的潜能，经过多年努力，获得巨大成功。他不仅为自己赢得亿万财富，而且成为美国当代最成功的潜能开发专家、成功创业家以及战略咨询顾问，帮助了世界各地数百万人和许多团体走上了成功之路。他协助职业球队老板、企业总裁、国家元首激发潜能，渡过各种困境及低潮。他曾辅导过多位皇室的家庭成员，被美国前总统克林顿、戴安娜王妃聘为个人顾问。安东尼·罗宾的著作和训练课程，超越了以往潜能开发专家所用过的技巧和方法。美国哈佛大学商学院院长麦克阿瑟说：“哈佛商学院的学生更应了解‘潜能成功学’，安东尼·罗宾的著作应是学生课外的一门必修课。”著名人士阿诺德·施瓦辛格认为：“这是人人必备的生活指南。作者的温馨与热情鼓舞读者真正掌握自己的生活。”NBA纽约尼克队教练帕特·瑞雷说：“冠军永远是属于保持巅峰状态的人，安东尼·罗宾是各行各业巅峰战士的终极教练。”安东尼·罗宾从一个新的角度，指导人们从自身的潜力着眼，从自己的心灵、观念和日常行为中寻求成功的途径。告诉人们如何改变自己的生活习惯，改变亲朋同事间的关系和自己的价值观，如何控制自己的情绪、解决内心的冲突和矛盾。安东尼·罗宾的理论对于工商界人士尤其具有指导意义，他的商业潜能学说建立在走访和研究了许多年薪超过30万美元的工商界成功人士的基础上。在他的课程中，设有模仿成功工商人士的技巧和方法，其中讲述了大量成功者的例子，让受训者仿效，从而达到完美的经营效果。安东尼·罗宾认为：“人的潜能犹如一座有待开发的金矿，蕴藏无穷。价值无比，我们每个人都是一座潜能金矿。”现在是我们拥抱这个开发金矿的点金之术的时候了，只要读者相信自己是一个可塑之才，相信自己的潜能无限，那么本书将会帮助读者成就自己的成功之梦！

《向安东尼·罗宾学什么》

内容概要

《向安东尼·罗宾学什么》主要内容简介：安东尼·罗宾认为：“人的潜能犹如一座有待开发的金矿，蕴藏无穷。价值无比，我们每个人都是一座潜能金矿。”现在是我们拥抱这个开发金矿的点金之术的时候了，只要读者相信自己是一个可塑之才，相信自己的潜能无限，那么《向安东尼·罗宾学什么》将会帮助读者成就自己的成功之梦！

《向安东尼·罗宾学什么》

作者简介

李帅达：资深撰稿人。已出版《血战——胡雪岩与盛宣怀双雄争霸战》、《较量——松下幸之助与盛田昭夫创业争霸战》、《向比尔·盖茨学成功的智慧》、《向唐骏学成功智慧》、《向李开复学成功智慧》、《长青法则：鲁冠球和万向集团乘胜不衰的密码》等多部作品。

《向安东尼·罗宾学什么》

书籍目录

代序第一章 唤醒心中的巨人——向安东尼·罗宾学激发潜能 每个人的生命里都有一颗伟大的种子 人脑的潜能无穷无尽 对潜能产生强烈的渴望 释放被压抑的潜能 不断地去刺激你的潜意识 应该向压力挑战第二章 认清决定的巨大力量——向安东尼·罗宾学决策能力 决定主宰人生 决定拥有伟大魅力 决定的要素 不要害怕做错误的决定 掌握做决定的秘诀 为了决定而坚持第三章 走出自我设限的人生——向安东尼·罗宾学改变自己 改变的力量源自决定 产生持久改变的重要原则 痛苦是促成改变最有力的工具 中止旧有的习惯 发现取代旧行为的新行为 要有持久不懈的改变第四章 信心是创立事业之本——向安东尼·罗宾学建立信心 信心是心灵的第一号化学家 拥有自信的第一条件 建立自信的方法 自卑是束缚创造力的绳索 走出自卑，敢于面对挑战 相信自己是指引成功的动力第五章 目标决定人生——向安东尼·罗宾学树立目标 有目标才会有结果 远大的理想造就伟大的人物 在心中先做那个梦 真切地了解自己的需求 目标能够激发潜能 直达目标，毫不动摇第六章 利用好时间，否则会一事无成——向安东尼·罗宾学时间管理 忘记昨天，把握今天 早起，使今天延长 不要让时间无谓溜走 区分重要性及紧迫性 提升时间的利用效率第七章 心态是主宰人生的关键——向安东尼·罗宾学调整心态 所有的行为都是发自心态的结果 生命质量不由命运来决定 像创作艺术品一样，改变你的心态 心态决定潜能的发挥程度 人人都是生活中的射手 让自己变得积极进取的方法第八章 信念赐予人类生命非凡的力量——向安东尼·罗宾学塑造信念 信念让我们明了人生的意义和方向 环境是信念最有力的触发器 信念强烈能使人有所成就 抛弃有害的消极信念 模仿人生赢家的信念 没有信念就不会有最后的成功第九章 积累财富并不是件难事——向安东尼·罗宾学创富捷径有一个好的财富观 思维与时代同步 创意是财富的出发点 价值是创富的首要原理 复利法的奥秘 学会维持财富、保护财富与享用财富第十章 做受人欢迎的管理者——向安东尼·罗宾学经营秘诀对经营充满热情 学会与竞争对手和谐相处 培养员工的热忱 管理员工的方式 领导者的魅力 激励要比惩罚更重要第十一章 良好的人际关系是一笔潜在的巨大财富——向安东尼·罗宾学拓展人脉 良好的人际关系创造无限价值 与对方建立情感协调关系 去懂得了解别人 让别人知道你的心则 弹性为一流沟通者所必备 扩大你的社交圈第十二章 保持健康快乐的情绪——向安东尼·罗宾学情绪控制痛苦与快乐影响人生 有益于成功的八种情绪 改变表情可以控制情绪 有创造力地克服失意情绪 从完全自爱开始 设法消除引起愤怒的刺激因素第十三章 创新是力量、自由及幸福的源泉——向安东尼·罗宾学创新理念 创新就在我们身边 人的可贵之处在于创造性思维 焕发人们内心的创造力 培养创造力的有效方法 做一个不向现实妥协的叛逆者 创新是幸福的源泉第十四章 让大脑发挥超级学习能力——向安东尼·罗宾学提高记忆力 寻找适合自己的学习技巧 让自己具备超级学习能力 倾听的学问 拥有增强记忆力的良好习惯 成倍提高记忆力的方法第十五章 健康的体魄释放出巨大的魔力——向安东尼·罗宾学强身健体 深呼吸提升你的健康水准 多吃富含水且新鲜的食物 食物搭配其实并不难 吃得少，活得久 如何有效地享用水果主要参考书目

《向安东尼·罗宾学什么》

章节摘录

“日复一日，我会在各方面干得越来越好。”这是曾经广泛流行于欧美，成千上万人反复鼓励自己的一句话。人们经常在每天固定的时间里重复这句话，或者偶尔当头脑中闪现这一想法时也重复这句话。无疑这样做是为了加强这句话在自己头脑中的印象，调动身体的活力来激发自身的潜能，为未来事业的成功做准备。安东尼·罗宾也认为：“对潜能的强烈渴望是世界上最强的力量之一，不论情况多么恶劣，障碍多难克服，你内心的渴望都会告诉你，其中必有解决之道。”但是，对潜能产生强烈渴望的前提是，你必须认定你自己具备这个潜能宝库。安东尼·罗宾曾讲过这样一个故事：

有一个乞丐每天都坐在街上行讨，在他行讨的街对面有一个艺术家的画室。艺术家透过窗子，观察乞丐并给乞丐画了一幅肖像。有一天，艺术家把乞丐叫去看这幅画。一开始，乞丐根本就没有认出来这幅肖像就是自己。接着，他细细揣摩，终于慢慢地在画中找出了自己的特征，认出了自己。于是，他半信半疑地问艺术家：“画里的人就是我吗？那可能就是我吗？”艺术家肯定地答道：“当然，那正是我从窗子里看到的那个人。”一位心理学家曾经说过，很多人情绪低迷，不能适应环境，常常都是对自己信心不足，最关键的是没有对自己的潜能产生强烈的渴望。我们如果持有因循守旧的观念，原地踏步地生活着，认定自己目前的状态就是永久的状态，便会阻碍我们对自身潜能的挖掘。但是，如果我们相信自己有着巨大的潜能，希望自己的潜能得到激发，再通过不断地努力，便能够改变现状，从而达到成功的目的。

在富兰克林·罗斯福小的时候，他有着一口难看的牙齿，不仅如此，他还胆小脆弱。如果听见有人喊他，他马上就会变得双腿发抖，嘴唇颤动。这种境遇的男孩子，很容易养成敏感懦弱的性格，随着对自己越来越不满意，变得自闭。可是，富兰克林·罗斯福却没有这样。他很清楚自己的一些缺陷，但是他从来不自怜自卑，他相信自己内心还有一种潜能，只要激发出来，就能够有自己的成就。正是他对潜能的渴望激发了他的斗志，让他每天斗志昂扬地对待生活。也正因为如此，曾经嘲弄他的人也减少了侮辱他的勇气。他通过不断地练习，不断地努力，进而激发了他潜在的能量，日后终于成为美国总统。在他的晚年，已经很少有人还记得他曾经有过严重的缺陷，人们都很爱戴他。安东尼·罗宾为此说道：“富兰克林·罗斯福成功的主要原因在于他的努力奋斗和自信自强。更重要的是他不自怜自卑，他相信自己的潜能，并且对它产生强烈的渴望，最后终于从不利的环境中找到了发挥潜能的秘诀。”

我们熟知的女英雄贞德在12岁的时候，对自己的潜能保持着强烈的渴望和自信，她相信自己能够率领法国军队抵抗英国。贞德17岁时，来到查理王子面前，主动请缨要求战斗，查理王子被她说服，派给她一支军队作战。贞德在作战中激发出的能量感染了士兵，他们并肩作战、奋勇杀敌，结果打败了一向号称战无不胜的英国军队。另外，海伦·凯勒的事例同样能说明对潜能的渴望会创造奇迹。海伦·凯勒从小双目失明、又聋又哑，她只能靠手的触摸、用嘴品尝味道、用鼻子来嗅闻才能对周围的世界获得认知。很难想象一个生活在黑暗沉寂世界中的人是怎样的感受！可是，海伦·凯勒是一个在精神上不屈服的人，她从不向命运妥协。后来，一位看似平凡的家庭教师安妮·沙利文闯入了她的生活。安妮看到海伦的情形，心中完全知道自己面临的困难有多么艰巨。可是，她看到了海伦那颗对生活充满热爱的心，于是她们开始了互相的交流与磨合。经过不断地尝试，终于有一天，海伦发出了一声对“水”这个单词表示理解的声音，这一个小小的事件给了安妮和海伦一家莫大的鼓励。海伦·凯勒的潜能被另一个对潜能抱有执着渴望和信心的人所激发，她的人生也由此掀开了崭新的一页。经过不断地努力，她终于成为受世界各国尊敬的作家，她的《假如给我三天光明》曾无数次地打动和激励每一个人的心灵。

综观浩瀚的人类历史长河，那些创造出成功事迹的成功人士，都有着共同的一个特点，那就是对潜能抱着强烈的渴望，认定自己有着巨大的潜能，并努力去激发它，由此激发出的强大力量促成了他们做出非凡的业绩。因此，如果我们也想获得成功，就一定要对潜能抱有强烈的渴望，这是激发潜能促成我们成功的前提。P7-9 “日复一日，我会在各方面干得越来越好。”这是曾经广泛流行于欧美，成千上万人反复鼓励自己的一句话。人们经常在每天固定的时间里重复这句话，或者偶尔当头脑中闪现这一想法时也重复这句话。无疑这样做是为了加强这句话在自己头脑中的印象，调动身体的活力来激发自身的潜能，为未来事业的成功做准备。安东尼·罗宾也认为：“对潜能的强烈渴望是世界上最强的力量之一，不论情况多么恶劣，障碍多难克服，你内心的渴望都会告诉你，其中必有解决之道。”但是，对潜能产生强烈渴望的前提是，你必须认定你自己具备这个潜能宝库。安东尼·罗宾曾讲过这样一个故事：有一个乞丐每天都坐在街上行讨，在他行讨的街对面有一个艺术家的画室。艺术家透过窗子，观察乞丐并给乞丐画了一幅肖像。有一天，艺术家把乞丐叫去看这幅画。一开始，乞丐根本就没有认出来这幅肖

《向安东尼·罗宾学什么》

像就是自己。接着，他细细揣摩，终于慢慢地画中找出了自己的特征，认出了自己。于是，他半信半疑地问艺术家：“画里的人就是我吗？那可能就是我吗？”艺术家肯定地答道：“当然，那正是我从窗子里看到的那个人。”

一位心理学家曾经说过，很多人情绪低迷，不能适应环境，常常都是对自己信心不足，最关键的是没有对自己的潜能产生强烈的渴望。我们如果持有因循守旧的观念，原地踏步地生活着，认定自己目前的状态就是永久的状态，便会阻碍我们对自身潜能的挖掘。但是，如果我们相信自己有着巨大的潜能，希望自己的潜能得到激发，再通过不断地努力，便能够改变现状，从而达到成功的目的。

在富兰克林·罗斯福小的时候，他有着了一口难看的牙齿，不仅如此，他还胆小脆弱。如果听见有人喊他，他马上就会变得双腿发抖，嘴唇颤动。这种境遇的男孩子，很容易养成敏感懦弱的性格，随着对自己越来越不满意，变得自闭。可是，富兰克林·罗斯福却没有这样。他很清楚自己的一些缺陷，但是他从来不自怜自卑，他相信自己内心还有一种潜能，只要激发出来，就能够有自己的成就。正是他对潜能的渴望激发了他的斗志，让他每天斗志昂扬地对待生活。也正因为如此，曾经嘲弄他的人也减少了侮辱他的勇气。他通过不断地练习，不断地努力，进而激发出了他潜在的能量，日后终于成为美国总统。在他的晚年，已经很少有人还记得他曾经有过严重的缺陷，人们都很爱戴他。安东尼·罗宾为此说道：“富兰克林·罗斯福成功的主要原因在于他的努力奋斗和自信自强。更重要的是他从不自怜自卑，他相信自己的潜能，并且对它产生强烈的渴望，最后终于从不利的环境中找到了发挥潜能的秘诀。”

我们熟知的女英雄贞德在12岁的时候，对自己的潜能保持着强烈的渴望和自信，她相信自己能够率领法国军队抵抗英国。贞德17岁时，来到查理王子面前，主动请缨要求战斗，查理王子被她说服，派给她一支军队作战。贞德在作战中激发出的能量感染了士兵，他们并肩作战、奋勇杀敌，结果打败了一向号称战无不胜的英国军队。

另外，海伦·凯勒的事例同样能说明对潜能的渴望会创造奇迹。海伦·凯勒从小双目失明、又聋又哑，她只能靠手的触摸、用嘴品尝味道、用鼻子来嗅闻才能对周围的世界获得认知。很难想象一个生活在黑暗沉寂世界中的人是怎样的感受！可是，海伦·凯勒是一个在精神上不屈服的人，她从不向命运妥协。后来，一位看似平凡的家庭教师安妮·沙利文闯入了她的生活。安妮看到海伦的情形，心中完全知道自己面临的困难有多么艰巨。可是，她看到了海伦那颗对生活充满热爱的心，于是她们开始了互相的交流与磨合。经过不断地尝试，终于有一天，海伦发出了一声对“水”这个单词表示理解的声音，这一个小小的事件给了安妮和海伦一家莫大的鼓励。海伦·凯勒的潜能被另一个对潜能抱有执着渴望和信心的人所激发，她的人生也由此掀开了崭新的一页。经过不断地努力，她终于成为受世界各国尊敬的作家，她的《假如给我三天光明》曾无数次地打动和激励每一个人的心灵。

综观浩瀚的人类历史长河，那些创造出成功事迹的成功人士，都有着一个共同的特点，那就是对潜能抱着强烈的渴望，认定自己有着巨大的潜能，并努力去激发它，由此激发出的强大力量促成了他们做出非凡的业绩。因此，如果我们也想获得成功，就一定要对潜能抱有强烈的渴望，这是激发潜能促成我们成功的前提。……

《向安东尼·罗宾学什么》

媒体关注与评论

安东尼·罗宾的著作是人人必备的生活指南，鼓舞人们真正掌握自己的生活。——著名影星、美国加利福尼亚州州长阿诺·施瓦辛格

安东尼·罗宾是世界上最顶尖的人生导师。他对世界、人类和人性所理解的透彻程度十分令人赞叹！他懂得如何令人各展所长，稳操胜券。——世界著名网球明星安德烈·阿加西

哈佛大学商学院的学生更应了解“潜能学”，安东尼·罗宾的著作应是学生的一门必修课。——哈佛大学商学院院长麦克阿瑟

我每天都要学习安东尼·罗宾的激励技巧，这就好像身边有一个现成的教练给我支持，激励我追求最高层次的创作力、领导力和人道主义关怀。——销书《一分钟经理人》作者肯·布兰佳

《向安东尼·罗宾学什么》

编辑推荐

天下没有不存在的方法，只是我们缺乏发掘的眼光；天下没有蠢笨平庸的人，只有自认为蠢笨平庸的人。世上每个人都是不同的个体，而在每个人的身上也都蕴藏着一份特殊的才能，这份特殊的才能便是潜能。只要我们能将它充分发挥出来，奇迹便会出现。 读懂世界著名成功学大师安东尼·罗宾潜能开发的智慧精华，就能拥有挖掘自己潜能的点金之术，从中领略成功者的卓越伟力。

《向安东尼·罗宾学什么》

精彩短评

- 1、向安东尼·罗宾学什么
- 2、好书，值得珍惜
- 3、学海无涯努力好学

《向安东尼·罗宾学什么》

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