

《顿悟力》

图书基本信息

书名：《顿悟力》

13位ISBN编号：9787515807687

出版时间：2014-1-1

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

《顿悟力》

内容概要

麦冬编著的《顿悟力(再不开窍就晚了)》讲述了：成功就是这样稍纵即逝——它起初总是以灵感作为先锋，迅速经过你的大脑，而是否要抓住它却在于你自己。因此，应该提高你大脑的灵敏度，时刻准备抓住那种受到某一启发而融会贯通时所产生的新思想、新看法。可以说，抓住了顿悟的灵感，也就等于抓住了成功的机会。发现自己的顿悟力，强化自己的顿悟力，时刻准备捕捉突然来访的灵感，这是成功的临门一脚。《顿悟力(再不开窍就晚了)》用睿智的文笔、理性的逻辑、生动的案例、详实的数据阐述顿悟力的重要性；用科学的理论、实用的技巧、可行的方法、热血的激励、帮助读者冷静地迎接“我想到了”的灵犀时刻，塑造你从来没有开掘的顿悟力，决不允许每一个灵感从身边溜走。

《顿悟力》

作者简介

麦冬，国内行动力心理学专家、心灵导师，曾作为交流学者先后赴美国拿破仑·希尔成功学研究中心和日本早稻田成功学研究所进行深入学习和研究，对心理学方面的独到探索成果显著。现为著名课程“幸福力”训练师，授课时间长达8000小时，参训学员五万余人次，服务过国内外40余家大型企业和团队。主要著作有《受益一生的哈佛幸福课》《假糊涂真智慧最聪明》等，均占据当当、卓越排行榜榜首。

书籍目录

目录:

第一章 改造“短板”，为你的人生“查漏补缺”

- 1.走出“愤世嫉俗”的心，接受人生的“不公平”
- 2.勇敢地冲出“心理牢笼”
- 3.妄自菲薄的人，心里永远笼罩着愁云惨雾
- 4.优柔寡断是成功的天敌
- 5.智者充满热忱，愚者缺少激情
- 6.见异思迁、急功近利者只会越过越不如意
- 7.心胸狭窄不容他人，他人也必不容你
- 8.懒惰比操劳更消耗人的身心
- 9.懦弱是阻碍前进的“麻醉药”
- 10.责任永远不能推卸，也永远推卸不掉

第二章 学会选择，为你的人生增值

- 1.选择自信，让我们感受到自己的能力
- 2.选择能引导你迈向顶端的信念，丢掉让你踌躇不前的信念
- 3.选择自己喜欢和擅长的事做
- 4.选择“跨出去”，在冒险中寻找机会
- 5.选择乐观，让阳光洒满你的世界
- 6.改变自己对挫败的态度
- 7.选择好前进的方向——最重要的是方向，其次才是速度
- 8.选择改变自我心境，而不是改变外界环境
- 9.别舍近求远，最好的东西就在你的“后花园”里
- 10.要学会放弃，但不轻言放弃——放弃之前要做好选择

第三章 放低姿态，要生存就要学会“人情世故”

- 1.放下所谓的“面子”，解决问题才是首要
- 2.学会在适当的时候，保持适当的低姿态
- 3.看菜吃饭、量体裁衣——要了解办事对象
- 4.相信就是力量，用信任赢得好人缘
- 5.赞美是人际交往的“助推器”
- 6.巧妙斡旋人际，让他人主动帮你忙的技巧
- 7.给真实加点谎言的“佐料”，能够迅速地拉近彼此的距离
- 8.培养维护交情的好习惯
- 9.伸手不打笑脸人，求人办事重礼节
- 10.对他人表示感谢，强化他的成就感

第四章 找到目标，等于成功了一半

- 1.先有大目标，才有前进的方向
- 2.从小目标开始突破
- 3.设定目标，需要主动出击
- 4.设定目标失败的七大原因
- 5.目标要专一，人不可能同时追两只兔子
- 6.未来安排不了，但预见得了
- 7.志存高远，而不是好高骛远
- 8.勤奋是最好的人格资产
- 9.“免费的午餐”大多有“陷阱”
- 10.实现了既定的目标，如果没有提升梦想，还是要被淘汰的

第五章 幸福加法，“难得糊涂”的人生

- 1.很多事，不知道的比知道的好

- 2.不为烦恼所忧，不为人事所累
- 3.勇于承认自己是错的
- 4.戒掉傲气，永远做谦逊的人
- 5.吃亏也是一种艺术
- 6.“好马”也要吃回头草
- 7.不一定要“功成身退”，但要学会“见好就收”
- 8.不戚戚于贪念，不汲汲于富贵
- 9.嘲弄他人是缺“德”，反省自己是美德
- 10.人生减省一分，便超脱一分

第六章 学会取舍，感受世界的美好与精彩

- 1.舍掉个人恩怨，彰显魅力
- 2.“放得下”是一种至高的境界
- 3.知足常乐，人生更从容
- 4.山不过来，“我”就过去
- 5.舍得小利，才能赢得未来
- 6.先退一步，再往前跳
- 7.舍掉虚荣，不做“光环”的奴隶
- 8.舍掉攀比，驱除嫉妒的妖魔
- 9.不做金钱的奴隶
- 10.剥弃世俗外衣，舍弃功名利禄

第七章 感恩惜福，天天都是好日子

- 1.乐善好施，为自己谋福添利
- 2.学会苦中作乐，苦日子也要“甜”过
- 3.缺憾也是一种美，人生没有满分
- 4.维护健康，健康是行动的保证
- 5.感谢磨难，因为它让我们更强大
- 6.感恩生命，任何时候都是最好的
- 7.坚持善良，让生命散发瑰丽的光芒
- 8.不以物喜，不以己悲
- 9.泥泞的路上才有脚印，雨后的天空才有彩虹
- 10.活出真正的自己，把眼前的事情做好

《顿悟力》

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