

# 《修炼全新的自己》

## 图书基本信息

书名：《修炼全新的自己》

13位ISBN编号：9787516403648

10位ISBN编号：7516403644

出版社：西邪 企业管理出版社 (2013-06出版)

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)

# 《修炼全新的自己》

## 前言

房子贵了，很多人买不起了，开始叫嚷；车子贵了，很多人供不起了，开始叫嚷……可是，君不见新开发的别墅区照样会一夜售空，贵死人的高价车照样供不应求，所以，不是社会不好了，也不是日子难过了，而是我们自己把自己淘汰出局了，或者说我们压根就没人这个局，只是在门边绕了一圈便被吓出来了。那么，你除了发牢骚，还能怎么样呢？要我说，有种的站出来，跟困难挨个地单挑，我们不怕输，也不用怕输不起。其实输真的没什么可怕的，我们小时候都摔过跤，输输赢赢，磕磕绊绊那是再正常不过的事情，而现在，我们和小时候有什么区别呢？我们长大了，我们拥有的东西更多了，我们的能力渐长，经验渐丰，可为什么年少时的那份勇敢坦然和率真却不见了呢？怕什么？末日没来，未来过来，一切我来。无非如此，栽个跟头，爬起来还是个英雄。但是倘若你一露面便躲在墙角旮旯里，谁拉都不出来，那别人只能拿你当狗熊，虽然言辞过激，但道理不差毫厘，忠言逆耳，你懂的。说到底，这个世界没什么可怕的，无非是我来了、我努力过、我离开这三部曲，来和离开，只是瞬间就可以解决的事情，而努力却要坚持一生，因为只有努力这根藤上才能开出你想要的。其实，它开的也不仅仅是花，它会开出你想要的一切，而决定权永远在你手里。那么，还等什么？把书打开，只需要53周，如此之短的时间，你便会在明年的今天，约会到另一个全新的自己。

# 《修炼全新的自己》

## 作者简介

西邪，自我密码训练营创始人，新锐心理学专家，现为放牧文字及捕捉心灵的团伙头目。旗下西邪图书策划工作室，成功打造多个图书品牌系列和百余部图书作品。

# 《修炼全新的自己》

## 书籍目录

第一周 自我认同度+世界第二也挺好 第二周 身心健康+宁要身心俱康不要坐拥百万 第三周 情商+你的EQ你做主 第四周 智商+智商基本是会变的 第五周 潜力+伟大的人生不设限 第六周 吸引力+你也能成万人迷 第七周 胆识+成功的关键 第八周 异性缘+桃花朵朵开 第九周 理性+开在悬崖上的白玫瑰 第十周 耐力+笑到最后的本钱 第十一周 知识范围+以有涯博无涯 第十二周 亲情+亲情是牵着风筝的线 第十三周 妒忌心+宁肯羡慕增一尺，不让嫉妒长半分 第十四周 孤独感+爱你的那个人永远都在 第十五周 危机意识+在危机中从容 第十六周 价值观+价值观影射一生 第十七周 感性+感性地对待感情，理性地对待人生 第十八周 梦想+许未来一双翅膀 第十九周 判断力+借一双慧眼看际遇涨落 第二十天 性格+性格决定生活 第二十一周 幸福感+给自己一个失而复得的机会 第二十二周 事业心+对待一生要有事业的责任 第二十三周 成功指数+让梦想飞得更高更快 第二十四周 固执度+过分的固执是一种蠢行 第二十五周 压力+美丽的人生不承压 第二十六周 爱情观+得之我幸，失之我命 第二十七周 核心竞争力+技能强你才能战过BOSS 第二十八周 怀旧度+回忆照不进现实 第二十九周 纯真度+单纯是最好的幸福 第三十周 侵略性+逃离圈养的人生 第三十一周 气质+修炼你的气场质量 第三十二周 安全感+你不需要它的时候才会拥有它 第三十三周 自信+天生我材必有用 第三十四周 坚硬度+通往幸福的人生 第三十五周 适应力+讨人喜欢的人格 第三十六周 自卑心理+直视内心世界的一面镜子 第三十七周 承受力+通向成功的必经之路 第三十八周 行事风格+个性让世界大不同 第三十九周 职场协调度+动力火车 第四十周 弱点+成功的绊脚石 第四十一周 性格优势+上帝馈赠的礼物 第四十二周 最在意的事+双刃剑 第四十三周 职场权术+武功秘笈 第四十四周 心理距离+刺猬定理 第四十五周 负面情绪度+泄洪阀 第四十六周 人缘+好未来 第四十七周 心理障碍+前进的绊脚石 第四十八周 心理底线+做人之本 第四十九周 成熟度+取得他人信任的标准 第五十周 反思能力+停下来等等灵魂 第五十一周 魅力指数+个人竞争力的筹码 第五十二周 领悟力+脱颖而出的根本力 第五十三周 性密码+开启异性心灵的钥匙

## 《修炼全新的自己》

### 章节摘录

版权页： 答案评析：25分以上：你是一个极富事业心的人，同时也是一个积极向上不断进取的人，你心目中有远大的目标，为了实现理想你会坚持不懈，即使遇到困难挫折也不会罢手。你同时具备足够的积极性和成就欲，由于充满自信，故任何事在你眼中都是轻而易举的。18—24分：你是一个有事业心，但动力和耐力均显不足的人，你在实现一个目标时，有一定的积极性，但却缺乏持续性和主动性。当追求的目标一旦实现时，你就会停手。你很容易满足，亦没有大野心，只是感到面临危机时，你才会着手计划下一步行动。也正因此，在个人的职业发展上常会很被动。17分以下：不客气地说，你是一个基本上没有什么事业心的人，你总是安于现状，自得其乐，不习惯接受新事物、新挑战。即使现实生活需要你做出抉择时，你不是犹豫不决就是退避三舍。虽然成就欲和积极性都欠缺，但你甘于接受简单易做的工作，并自得其乐。因此难有什么成就，也只好看着别人一步步向上发展。修炼吧前国家体育总局局长袁伟民曾经说过，要想在事业上真正干出名堂来，首要的是有一颗强烈的事业心，以及在这种事业心支配下产生的钻劲和出奇的迷劲。那么，事业心只需要有就够了吗？不是的，事业心是需要进行激励、培养的。修炼步骤一：培养事业心的第一步，自然是要明确目标。因为目标是方向，可以辅助你制定合理快捷的实施计划，没有目标的人就好比四处乱窜的猛兽，再怎么凶猛，都很难捕捉到心仪的猎物。修炼步骤二：与志同道合的人交朋友。这样，当你前进的路上遇到挫折的时候，你才有坚持下去的动力，因为身边的朋友会让你感觉到，你不是在孤军作战，而是在群体攻之，这样目标的难度也会相对地在你内心减弱。修炼步骤三：不要试图逃避。当你的目标是远方的大山时，那么一路走过去吧，在这个过程中可能会遇到河流沟壑，都不要怕，想办法去通过它们，而不要为自己设限，从而逃避退缩。要知道，为了某个目标你已经赶了很远的路，途中的退缩只能让你之前的努力一切归零。

# 《修炼全新的自己》

## 编辑推荐

《修炼全新的自己》由企业管理出版社出版。

# 《修炼全新的自己》

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