

# 《只要奋斗，你的每一天都在改变》

## 图书基本信息

书名：《只要奋斗，你的每一天都在改变》

13位ISBN编号：9787557003314

出版时间：2016-3-1

作者：王凡

页数：224

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)

# 《只要奋斗，你的每一天都在改变》

## 内容概要

我们每一个人都渴望让自己的生活变得更美好，心中常怀一颗奋斗的“种子”，但往往却不知道该如何去奋斗，该朝着哪一个方向去努力。本书正是基于此，为广大读者指明奋斗的方向，引导读者该如何为自己的未来努力奋斗，从而真正做到只要奋斗，你的每一天都在改变！

# 《只要奋斗，你的每一天都在改变》

## 作者简介

王凡，男，陕西汉中人，上海师范大学中文系毕业，资深畅销书作家，毕业以后长期从事文史，养生，经管，励志，男性女性心理，家教，传记，少量小说等多种题材的策划撰稿工作，对图书市场有自己独到的见解。

# 《只要奋斗，你的每一天都在改变》

## 书籍目录

### 第一章

奋斗：停止抱怨，从奋斗开始

记住：你可以不抱怨

抱怨的漩涡，你陷进去了吗

与其抱怨，不如改变

不断奋斗，让梦想照进现实

停止抱怨，放低自己

### 第二章

提问：谁是我们生命中最大的敌人

我们的命运是谁在控制

为什么我们总是被自己打败

打败自己内心的敌人

试着去挣脱命运的枷锁

只有自己才能救自己

生命的价值在于什么

你也有一种成功的潜质

乐观能改变命运

人生旅程，也可以很精彩

做自己境遇的主人，无论顺逆

吃一堑，长一智

生命的鹅卵石

### 第三章

自信：相信自己才能战胜自己

相信成功，我们才能成功

学会利用自卑

实事求是，忠于自己

要唤醒内心的成功因子

竖起属于自己的旗帜

做自己命运的主人

按自己的方式来生活

用成功的欲望提高自己

### 第四章

自制：不要让情绪成为你的“滑铁卢”

别让情绪主导你

喜怒哀乐，不妨“珍藏”

调控情绪，学会自制

控制情绪，让理智常态化

改变心态，一切不同

欲望无垠，贪婪无边

天下没有便宜的午餐

### 第五章

勇气：将内心的恐惧一扫而光

懦弱者，结果什么都干不成

有勇气，才有新的出路

学会做决定

生活中要充满勇气

有勇气创新才能获得更多

# 《只要奋斗，你的每一天都在改变》

成功的门，等着勇气来推开

训练你的意志

## 第六章

挫折：未来成功的垫脚石

挫折不可怕，可怕的是挫折带来消沉

挫折是我们最“讨厌”的朋友

悲观与乐观，在于你的选择

不奋起，你就会沉沦

换种思维，失败就是你的阶梯

别被失败迷惑

逆水行舟，才是不平凡的人

决定不了出身，就决定人生

挫折，让金子焕发光泽

## 第七章

坚持：成功就是等到最后

不要让脆弱的意志影响自己

在你的身后留下一串坚实的脚步

一步一个脚印，成功水到渠成

不放弃，机会就来了

坚持还是放弃，结果大相径庭

身处寒冬，就不妨等待春天

把自己垒高

立志，目标，不放弃——成功三原则

## 第八章

心态：从容走出属于自己的天地

你的心态决定你的生活

从烦恼中寻找快乐

摆正你的心态，端正你的目光

面对不愉快，坦然一点儿

快乐其实是一种心态

失败，源于自己的心态

保持心理的平衡

有的时候，我们就是跟自己比赛

让嫉妒转化成前进的动力

自我减压，学会“举重若轻”

先改变自己

人的价值，由自己决定

善于及时调整自己

好运气就是坚持不懈地追求

## 第九章

担当：不找借口，行动至上

不要把希望寄托在别人身上

用心，一切皆有可能

正视错误，不要去掩饰

及时行动，全身心投入事业中去

将借口统统消除掉

利用“曲线”获得成功

“职业”和“事业”，你要认清楚

找准真正属于自己的行业

# 《只要奋斗，你的每一天都在改变》

让自己比别人更敬业  
运气偏爱努力工作的人

# 《只要奋斗，你的每一天都在改变》

## 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)