

# 《別讓壞習慣扯你後腿！》

## 图书基本信息

书名：《別讓壞習慣扯你後腿！》

13位ISBN编号：9789866405419

10位ISBN编号：9866405419

出版社：元麓書社

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)

# 《別讓壞習慣扯你後腿！》

## 內容概要

所謂的「習慣」，就是人和動物對於某種刺激的「固定性反應」，這是相同的場合和反應反覆出現的結果。對此，亞里斯多德早有定論：「人的行為總是一再重複。因此卓越的不是單一的舉動，而是習慣。」習慣能成就一個人，也能夠摧毀一個人。人的生命做為一種物的存在，沒有慣性則沒有力量，就像靜止的火車，要防止其滑行只需在每個驅動輪面前放一塊一寸厚的木頭就行了，但如果火車以每小時一百公里的速度行駛的話，哪怕是一堵牆也無法阻擋。《別讓壞習慣扯你後腿！》從影響你的日常生活習慣入手，根據各個不同方面和角度，向您講述哪些習慣是我們必備的，哪些習慣是我們應堅決制止的，哪些習慣是可以改進的。讓讀者在輕鬆的閱讀中，總結自己的角角落落，體味生活的方方面面，慢慢養成足以讓自己快慰一生的良好習慣。

# 《別讓壞習慣扯你後腿！》

## 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)