

<<心灵重建>>

图书基本信息

书名：<<心灵重建>>

13位ISBN编号：9787106028985

10位ISBN编号：7106028983

出版时间：2008-1

出版时间：中国电影出版社

作者：王樱博

页数：231

字数：200000

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：<http://www.tushu007.com>

<<心灵重建>>

内容概要

人最大的对手不是别人，而是自己。

人只有彻底地认识自己、了解自己，才能超越自己。

本书从多方面让你看清楚自己，重新认识自己，内容包括：战胜自我，你定赢；别人眼中的“你”；

扔掉你人生的包袱；“我

”是最棒的等。

超越自我，认识你自己。

<<心灵重建>>

作者简介

王樱博，国内最年轻的组织行为动力学专家、心灵导师，著名课程“引爆生命行动力”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。出版书籍《心灵重逢——做好你自己》。

<<心灵重建>>

书籍目录

第一章 让你“迷失”在快乐中

快乐是一种选择
我的快乐我做主
快乐就在你心中
换个角度，寻找快乐的支点
快乐需要学会自爱
只有糟糕的心情，没有糟糕的事情
你快乐吗
你是最棒的
不要把心锁住
“做”让你更快乐
你快乐所以我快乐
“笑一笑，十年少”

第二章 战胜自我，你定赢

给自己鼓掌喝彩
自我超越
希望之灯永不熄灭
自卑——人生的绊脚石
推开眼前那扇门
战胜自己就是战胜敌人
勇气——战胜自己的良药
想做个“不倒翁”吗
坐井观天：跳不出自己的界限
明日复明日，明日何其多
寻找自己的富矿区
把“不可能”从你的人生字典中剔除

第三章 别人眼中的“你”

永远使你成为受欢迎的人
给自己角色定位
独一无二的你
赞美他人—赞美自己
正直：做人的准则
认真对待每一个人
多和陌生人说话
战胜自己的弱点
接受反对意见，闻过则改
如何让人进一步喜欢你
别人眼中的“你”
秉持自我

第四章 扔掉你人生的包袱

擦净心灵的灰尘
给自己松松绑
给自己开一张处方
心底无私天地宽
思想包袱——一生的累赘

<<心灵重建>>

站得高你就看得远

懂得忘却的艺术

贫困胜于浮华

别让贪欲害了你

世上本无事，庸人自扰之

半个月亮更美丽

“身在福中不知福”要不得

第五章 “我”是最棒的

播下信心的种子

用自信之伞撑起一片天空

自信——竞争的前提

你自信吗

生命诚可贵

你就是一名冠军

自己相信自己

成功属于“有心”人

解铃还需系铃人

告诉自己“我很重要”

自信的良方自己开

自信会给你带来好运

让自己激励自己一下

我是最棒的

第六章 带着“野心”上路

你有“野心”吗

给心灵的火焰加把柴

不要被现状束缚住

太阳每天都因你而灿烂

心中的那缕阳光

第二个春天也很美丽

为你的企盼加油

希望伴你一路同行

目标是你振奋的种子

目标助你一臂之力

丢弃希望是你最大的悲哀

在变化中寻找自己的目标

第七章 做生活中的编导

思路决定出路

给生活加点旋律

发现自己

你会选择幸福吗

我的生活我选择

我的命运我掌握

失败乃成功之母

生活很简单

挑战无极限

驾驭好自己的情绪

命运是一种人生的规律

<<心灵重建>>

不要明天再说
我的时间我做主
第八章 做好自己，为我们的今天喝彩
行为决定作为
抬起你的头
活出真我的风采
勇敢的迈出第一步
幸福需要自己打拼
你要喊出自己的声音
千里马不叫行吗
坚持，坚持，再坚持
培养个性魅力
不断发展，不断完善

<<心灵重建>>

编辑推荐

《心灵重建:认识你自己》由中国电影出版社出版。

<<心灵重建>>

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:<http://www.tushu007.com>