

<<拆掉自己砌的墙>>

图书基本信息

书名：<<拆掉自己砌的墙>>

13位ISBN编号：9787111400035

10位ISBN编号：7111400038

出版时间：2012-10

出版时间：机械工业出版社

作者：李洁

页数：215

字数：206000

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>

<<拆掉自己砌的墙>>

内容概要

我们在生活和工作中，会遇到各种各样的障碍，比如心态浮躁、拖拉缓慢、悲观消极……境由心造，障从心生，人生障碍都是自心所造。

这些障碍，我们暂且称之为“墙”。

有时候，不是别人，正是我们自己，在人生道路上为自己砌了一道道墙，阻挡了我们走向成功的路。不拆掉这些墙，我们就永远在“撞墙”中头破血流，为找不到出路而迷茫。

其实，只要转换了观念，跨越了心障，也就拆掉了自己砌的“墙”，我们会请进阳光，看到美好，看到希望，看到成功，看到另一番天地，人生就会走上坦途。

<<拆掉自己砌的墙>>

作者简介

李洁，北京华阳文化图书工作室作者。

该工作室成立于2002年，是一家专门从事社科类图书策划、编辑组稿的文化中心。

选题主要涉及“家教”、“生活”、“励志”、“孕育’等领域。

目前，工作室已出版图书几百种，与全国多家出版社有着长期良好的合作关系。

《女人的资本续篇》、《礼仪是一种资本——日常礼仪的300个细节》、《茶疗》、《血型》系列等书多次上榜，取得较好销售业绩。

<<拆掉自己砌的墙>>

书籍目录

前言

一 拆掉浮躁的墙——踏踏实实精耕细作才能走得更远

浮躁的根源在于不能给自己正确定位

怎么看待“野心”和“平常心”

你的“态度”决定你的“高度”

你的情绪你做主

二 摒弃拖拉的习惯——果断行动才能抓住每一个机遇

“等一等”的心态，得到的只是“永远不能”

千万不要经历“人生最可怕的事”

努力找方法，而不要费力找借口

“责任100%”的心态

立刻行动，在执行中收获成功

三 按住折腾的神经——多看少动才能稳中求胜

工作不顺时不要瞎折腾

绝对不要与同事为敌

牢记：每一件事情的背后都是人在做

别以为下一份工作会更好

四 摆脱平庸的思想——追求卓越才能成就事业

守旧，还是创新，职场必须做出的选择

时刻保持学习的心态，不做没有创意的“鹦鹉”

千年不变的铁律——“天道酬勤”

将事情做到极致

让自己每一天都在进步

挑战现状，追求卓越

五 拒做独行的“豹子”——特立而不独行才能与团队协同进取

职场永远不需要“独行侠”

不做无法与人合作的“荒原狼”

有效沟通，职场必不可少的基本功

别让你的才华“耽误”自己

六 宁失利，不失信——诚信是职场立足之本

少许诺，多兑现

推卸责任的员工，不可能赢得信任

不忠诚的员工，没有资格做员工

忠诚——现代社会里最容易被忽视的长线投资

七 打破消极的思维模式——给自己注入“积极基因”才能快速成长

消极心态，健康职业生涯的大忌

事业心，成大事者必备的心

加强心理承受力，破除“自我诅咒”

“知难而退”，可能最后遭辞退

八 莫让抱怨锁住手脚——懂得接受和适应才能“变逆为顺”

抱怨的人必将被更多的抱怨缠身

怀才不遇多半是自己造成的

你要主动去适应工作，而不是让工作来适应你

把遇到魔鬼型上司当成一种福气

九 拆除“一根筋”的思维轨道——头脑灵活才能在职场中如鱼得水

<<拆掉自己砌的墙>>

事业，不仅仅是老板的，更是自己的
热情是职场上的必备品
别做埋头苦干的职场“老黄牛”
不要轻视自己的工作
十 莫患职场“近视眼”这种通病——看得更远才能升得更高
我有文凭，我怕啥
时刻关注公司的发展方向，定位自己的目标
鼠目寸光，难成大器
做好工作规划，防止“头晕眼花”
定位职业方向，保持目视前方
十一 别让耳朵睡觉——听懂职场“暗语”才能避踩“雷区”
听懂别人的心，理解说话者的真实立场
“听不清”就上路，容易走错路
固执己见，小心撞到南墙
竖起耳朵，随时接收有用的信息
十二 关上自大的门——别让自以为是成为职场“绊脚石”
自大，把进步挡在了门外
沾沾自喜，看待事物就戴上了“有色眼镜”
故步自封，你会离出色越来越远
盲目之灯，会使你变得更自大
十三 卸掉自卑的包袱——自信才是职场的生存准则
相信自己，丑小鸭会变成白天鹅
失败和挫折，是化装的祝福
拒绝自卑，工作其实很简单
鼓起勇气，战胜自己最重要
十四 突破胆怯的限制——冒险+理性=成功
只有冒险者，才能见到最美的风景
犯错不是一件坏事
承认错误，与自尊无关
敢于创新，才有未来
十五 别让嘴巴再惹祸——嘴严是得到别人信任的前提
惹祸的总是“长舌妇”
和上司争是非，结局不会赢
言多必失，给“口”上把锁
公司机密泄不得
打小报告者是办公室里的“害群之马”

<<拆掉自己砌的墙>>

章节摘录

在现代社会，我们听得最多的似乎是抱怨声，抱怨社会不公平，抱怨公司管理苛刻，抱怨工资低，抱怨同事不好相处……也许我们也是这些“抱怨族”中的一员，经常抱怨声“不绝于耳”，但是我们有想过，这些貌似成为我们快乐生活、发展事业的巨大“障碍”，究竟是不是真正的“障碍”呢？

在印度和泰国，驯象人在大象还是小象的时候，就用一条铁链将它绑在水泥柱或钢柱上，无论小象怎么挣扎都无法挣脱。

小象渐渐习惯了不挣扎，直到长成大象，可以轻而易举地挣脱链子时，也不再挣扎。

开始时，驯象人给小象设置了恢复自由的“障碍”，后来是大象自己给自己设置了逃生的“障碍”，即它认为改变无用。

大象这种看似愚蠢而可笑的行为，其实在我们身上也时有发生，只是我们身在其中，没有发觉罢了。每个人都曾有一个或多个美好的梦想，可是真正成功的人却少之又少，究其原因，大多是被自己所设的障碍所困囿。

我们之所以不能成功，不是因为我们无能，只是因为我们把暂时的困难当成了障碍，久而久之，就给自己设置了一道墙。

佛家有“破障”一说，是说宇宙本来是一个整体，也就是一真法界，本来不存在任何障碍，是由于人们心理有障碍，才使六根、六触、六识产生了十八界，这些界就是自己心理所设的障碍。

要想达到一真法界，必须先破除自己心理的一切障碍。

障碍越多离道越远，破除一重障碍，你就向道靠近了一步，因此，佛家认为，修行的本身就是破障的过程。

同样，我们在生活和工作中，也会遇到各种各样的障碍，比如心态浮躁、拖拉缓慢、悲观消极……境由心造，障从心生，人生障碍都是自心所造。

这些障碍，我们暂且称之为“墙”，显然这些“墙”一定会阻碍我们向成功的道路前进，因为自己给自己设的障碍，处于无形之中，我们很难看见或留心，才会导致它们在很大程度上影响了我们发展的脚步。

有时候，不是别人，正是我们自己，在人生道路上为自己砌了一道墙，阻挡了我们走向成功的路。

不拆掉这些墙，我们就永远在“撞墙”中头破血流，为找不到出路而迷茫。

其实，只要转换了观念，跨越了心障，也就拆掉了自己砌的“墙”，我们会请进阳光，看到美好，看到希望，看到成功，看到另一番天地，人生就会走上坦途。

要想拆掉这堵“墙”，也许没有砌的时候来得简单容易。

但说容易也容易，说难也就难。

难在你缺少勇气，退鼓响起；容易的是你愿意释怀，甘心敞开，那堵原本密不透风的厚墙，就自然而然一点点倒塌，你就会突然发现，这里的每一缕气息正是你所期望许久的世界。

只须一点改变，你的人生也许就会大不相同。

……

<<拆掉自己砌的墙>>

编辑推荐

职场上有许多障碍如高墙阻挡你走向成功。
有些高墙本来就有，你只能迎难而上；有些高墙是别人设置，你可以机智应对。
有些高墙却是自己造就，你蜗牛负重却不自知，四面碰壁却不自觉。
许多人不能成功，并非别人挡路，不是别人，正是自己，成了阻挡你走向成功的高墙，拆掉自己砌的墙，把自己从自我包围中解放出来。
不拆掉这些墙，你就永远在“撞墙”，拆掉这些墙，请进阳光，卸掉重装，轻松朝前方。

<<拆掉自己砌的墙>>

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>