

<<阳光心态>>

图书基本信息

书名：<<阳光心态>>

13位ISBN编号：9787113126698

10位ISBN编号：7113126693

出版时间：2011-6

出版时间：中国铁道

作者：陶涛

页数：247

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>

## <<阳光心态>>

### 内容概要

阳光心态是主动、积极、感恩的心智模式。

本书通过现实生活中的大量案例，来说明保持阳光心态的10大法则：积极的心态可以改变世界；遇到问题的解决方法；注重过程；将当下作为最重要的生活部分等。

阅读完本书，可以让你积极地面对生活，具备阳光心态，让人自信而不浮躁，谦和而不张扬，深刻而不低调，从而帮助读者达成自我内心和谐、家庭和谐以及团队和谐。

## <<阳光心态>>

### 书籍目录

#### 法则1 把握当下：才能掌控未来

把握住当下的力量  
珍惜现在的年华  
让今天更有价值  
人生没有草稿纸  
钉在十字架上的耶稣  
不要寄希望于下一次  
点滴积累就能铸就成功  
双面神石像的悔悟  
啊，这蛋糕真好吃  
别为打翻的牛奶哭泣

#### 法则2 不断进步：提升你生命中的1%

每天多学一点点  
干一行爱一行  
每天提升1%  
播下希望的种子  
引爆你的生命潜能  
每天做好一件事  
做自己的伯乐  
只有启程才会有希望  
潜移默化的力量  
虚心请教的白居易  
反击别人不如充实自己  
尊重有经验的人

#### 法则3 增强合作：选择更聪明的伙伴

一根鱼竿和一篓鱼  
三只老鼠偷油吃  
五根手指的争吵  
最高的信任  
螃蟹和蚂蚁的故事  
合作也有黄金定律  
吃草的两只驴  
被囚困的七个小矮人  
聪明人寻找朋友

#### 法则4 保持谦虚：深藏在大海里的成功

苏格拉底的一堂课

.....

#### 法则5 相信自己：自信?你更美丽

#### 法则6 懂得付出：有一种哲学叫付出

#### 法则7 寻找机会：在困境中看见转机

#### 法则8 适时放下：是一种智慧

#### 法则9 懂得坚持：成功就在脚下

#### 法则10 学会感恩：别遗失你那颗感恩的心

## <<阳光心态>>

### 章节摘录

版权页：插图：我们总会遇到这样的人：他们特别尖酸，格外刻薄；他们会把我们的小错误放大N倍，在“显微镜”下大张旗鼓地宣传；他们愤世嫉俗，非常让人讨厌；他们会把我们批评的一无是处，尽管他们实际上比我们更糟。

遇到这样的人，是该冲上去将其一拳击毙，还是咬住他们的耳朵？

当然这两种做法都不明智。

反击别人不如充实自己，在未来的某天，让话多的他们再也找不出攻击你的借口。

反击别人不如充实自己，言语上的反击是可笑的幼稚鬼，行动上的反击才是内心强大的体现。

学会忍耐与宽容，要知道一个成功的人永远是能够忍辱负重的，这种忍辱负重不是甘于寂寞，而是为了更好的爆发，在自我提升中锤炼自己，把精力更多地投入到工作和学习中，在不知不觉中让那些人刮目相看。

让我们来看看成功学大师卡耐基，他是如何处理这样的问题的：刚刚拓展事业的时候，卡耐基经常在全国各地进行巡回演讲，举办一些座谈会和成人教育班。

某次活动后，一位纽约《太阳报》的记者在报道中毫不留情地攻击卡耐基以及他所热爱的工作。

这时的卡耐基年轻气盛，他受不了这样的侮辱，这样的冲击就好比当头朝他泼下一桶恶臭的脏水。

他的理想、人格以及他想要全心全意专注的事业，几乎在这\_瞬间发生了变形，这完全不是真相。

## <<阳光心态>>

### 编辑推荐

《阳光心态:修炼心灵的10大法则》：过去时光不可追，把握当下，掌控未来懂得付出，不断进步寻找机会，增强合作适时放下，保持谦虚懂得坚持，相信自己学会感恩。

未来时光尤未知。

倾听内心的声音，10大法则助你接纳过去、拥抱阳光。

生活中，我们常常有很多困惑：过去基础不够好，未来看起来很渺茫，而现在呢，又无从入手……我们曾经困惑、迷茫，甚至无所适从？

事实上，每个人在不同的阶段都会有这样或那样的迷茫：马化腾在腾讯刚成立不久时曾犹豫是否卖掉它更合适，而马云也曾疑惑淘宝到底能存活多久？

……但是坚持理想、把握当下和追求进步的阳光心态，让他们做出了正确的抉择，并最终成就了今日的“企鹅帝国”和“电子商务”第一站。

现在还在犹豫和不知所从吗？

相信看完这本书，你一定会理顺心境，并最终成就你的美好人生！

国家二级心理咨询医学心理学专家周红倾情推荐。

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>