

<<1秒钟改变世界>>

图书基本信息

书名：<<1秒钟改变世界>>

13位ISBN编号：9787504475657

10位ISBN编号：7504475653

出版时间：2012-4

出版时间：中国商业出版社

作者：田由申

页数：266

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>

<<1秒钟改变世界>>

内容概要

心态是一个人内心的想法和表现。

健康的心态是乐观的、自信的、包容的，就像潺潺溪流，清澈喜人，充满生机；不健康的心态是悲观的、消极的、灰暗的，就像被风尘所覆盖的干涸的心泉。

这两种心态，会让我们的人生在短短的1秒钟内发生根本性的转变。

<<1秒钟改变世界>>

书籍目录

第一章 心有多大，世界就有多大 第一节 1秒钟能做什么 第二节 改变自己，从心态出发 第三节 好心态是命运的引擎 第四节 让成功心态跨越心灵的误区 第五节 打开心房，让阳光进来 第六节 一种心态，一种收获 第七节 变个想法，换个活法 第八节 走出心胸狭窄的漩涡 第九节 归零，让人生重新开始 第二章 幸福是一种态度 第一节 幸福不是奢侈品 第二节 抓紧身边的幸福 第三节 现在的就是最好的 第四节 人生不需要太圆满 第五节 活着，就是最大的幸福 第六节 每一件小事都与幸福相连 第三章 活着就要快乐 第一节 乐观豁达，笑对生活 第二节 快乐不是金钱的果 第三节 快乐生活靠自己 第四节 炎热不是夏天的错 第五节 想快乐就要保持本色 第六节 学会笑着面对生活 第七节 点燃心中的快乐 第八节 舞动快乐，活出自我 第四章 人生不能扛着石头走路 第一节 放下包袱，才能走得更远 第二节 要勇于拿起，也要懂得放下 第三节 把烦恼挂在门口 第四节 放下是生活的升华 第五节 缩小欲望，扩大幸福 第六节 你走不动是你扛的重 第七节 有选择的放弃..... 第五章 做个简单的人其实并不难 第六章 向前看，一切都会好 第七章 自信，让我们走出未来 第八章 宽容是一种修行 第九章 放飞热情，启动成功 第十章 人心不足是痛苦之源 第十一章 做自己情绪的主人 第十二章 坚持的人才能笑到最后 第十三章 活到老，学到老

<<1秒钟改变世界>>

章节摘录

第一章 心有多大，世界就有多大 第一节 1秒钟能做什么 1秒在时间的概念里一闪而过，不经意间甚至无法发现它走过的痕迹，就是这样一个不起眼的存在，却能改变我们的心态，让我们的世界也随之发生变化。

1秒钟只要运用得当，同样可以起到决定性的作用。

每个人都希望自己的人生能够由自己做主，这种主导意识，伴随着成长而逐渐强大起来。

这是人们对自由的一种渴望，但生活中的有些事情却总让我们感到身不由己。

面对这样的无奈，我们不妨换种想法，从心态出发，也许可以让我们更加快乐。

很多人心中都明白，要想把握住人生，就要从把握心态开始，而把握心态，就要从这1秒行动起来。

换个角度生活，会发现，原来，生活可以更美的。

思想的碰撞，在一瞬间完成，时间虽短，意义却非比寻常。

在仅有1秒钟的时间里，我们完成了精神的蜕变，从一个世界走到了另一个世界，心变得更宽，世界也随之变得更大。

1秒钟对每个人而言，也许都是可有可无的，因为，它既完不成一项工作，也做不完一件工艺品，但这样的一秒钟用来思考，却可以改变我们自己的小世界，让人生的轨迹也发生改变。

任何事情都具有两面性，有利也有弊，这是两种相对的存在，其实，只要我们换个角度，进行1秒钟的思考，就可以让我们的生活发生翻天覆地的变化。

一个老太太有两个女儿，大女儿嫁给一个开雨伞店的，二女儿家是开洗衣店的。

这样，老太太晴天怕大女儿雨伞卖不出去，雨天又担心女儿家衣服晒不干，整天忧心忡忡。

后来，有人对老太太说：“老太太，您真有福气，晴天二女儿家顾客盈门，雨天大女儿家生意兴隆。”老太太仔细一想，还真是！从此，这位老人每天无忧无虑，过得十分快乐。

的确，凡事都有两面性，只要我们肯花1秒钟的时间去思考，那么，我们的心态就会发生变化，整个人的精神也会随之转变。

精神世界是一个人的支柱所在，好的精神世界，可以让整个人充满活力，对未来充满信心。

.....

<<1秒钟改变世界>>

编辑推荐

世事复杂，人生多变。
如何在1秒钟时间里，让你的世界发生改变。
思想的碰撞，让人生之路更换了轨迹，这就是1秒钟带来的奇迹。

<<1秒钟改变世界>>

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>