

<<只需改变自己一点点>>

图书基本信息

书名：<<只需改变自己一点点>>

13位ISBN编号：9787505422209

10位ISBN编号：7505422200

出版时间：2009-10

出版时间：朝华出版社

作者：张婧

页数：288

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>

<<只需改变自己一点点>>

内容概要

一个梦的苏醒，不一定等到黎明。

今夜，霜月无言。

一个小小的生命，以坚韧的执著，挣脱万千茧丝的羁绊，昭告一个重生的宣言。

漫长的等待，隐忍的孤独，坚存的希望，还有疼痛、挣扎、选择……一切的一切，都为了换来这一刻的辉煌与绚烂！

阳光云朵下，草木花香中，蝶，从容而轻盈地飞舞。

于是，阳光因蝶而缤纷，草木因蝶而生动。

纵使我们命运如蝶，也不必在意。

因为，在风雨兼程的旅途中，每个人都必须经过一次破茧成蝶的蜕变。

<<只需改变自己一点点>>

书籍目录

Chapter 1 掉转思维的方向盘 上不了山，就站在山脚下 一路颠簸的土豆 山不过来，我就过去 旅途中的“风景” 裙子与瓶子的启示 换个角度看问题 “无跟袜”与“凤尾裙” 只要改变一点点 逃生的出口 适当地舍弃 飞来的可乐玻璃瓶 贝丝的观念 “完美”的束缚 秀才买柴 倒着执行的计划 电梯里的镜子 推己及人 皮鞋的由来 墙外的红杏 断箭无声 分享花香 10元钱买两张名片 纳小人于帐下 石头的皱纹，黄金的微笑 “1+1=11” 更多的谷子在屋后 走向山下的登山者 把奖赏变为惩罚 愚婆磨杵 过不了河，就摘一枚果子 改变方向，前面就是太阳

Chapter 2 心态是我们真正的主人 肩上的担子 比尔的利润 和变化交朋友 心宽路广 不同的理解 两个秀才 老天爷的刁难 喜欢的天气 樵夫与领悟 教授与乞丐 换个颜色又何妨 找借口不如找方法 把“如果”变成“下次” 拿破仑·希尔的助手 被宰割的马匹 将军变上校 乞丐也需要改变 骑单车的老板 利用他人的思维 懂得低头的机器人 苦瓜焉能变甜 改变失礼的态度 走进温暖的内心 别在盛怒下做事 谦逊是一种美丽的品格

Chapter 3 改变命运，操之灾 我被撕碎的地图 300年前的“支撑柱” 看清楚自己 破碎的小提琴 戒指的价值 错误的乐谱 握住自信 改变生命的三个字 战胜将军的士兵 心如明镜台 命运是这样改变的 其实你也很出色 命运在自己的手心里 不要说自己什么都没有 为自己投票 靠自己的力量改变命运 永不消失的自信 荷兰人的智慧 把妄想变成梦想 让所有人都知道你的名字

Chapter 4 世界因你而改变 美丽的发卡 世界因你而改变 一个人所能改变的 天下绝碑 震撼一国的农夫 走红的丑男 沙漠变绿洲 生命因你而不同 小泽征尔的坚持 林瓔的越战纪念碑 美丽的花蝴蝶 使命 把浩瀚的海洋装进胸膛 为一个女子改变的百年校规 蜕变，当蛹化成蝶 阳光的味道 一切皆流，一切皆变 骑马师的“变数” 当石头变成钻石

Chapter 5 不及跬步，何以至千里 一把椅子也能改变命运 梯子的意识 右手比左手大4% 改变，只有一步之遥 一面墙，改变一个人的命运 人生的“宽”与“窄” 穿过沼泽地 马甲袋里的诚信 细节是改变的基础 真正的差距 心不诚，则钟声乏 两点之间，曲线最短 方向决定成败 一分钟，改变一生 创新往往是最简单的 寺庙里的落叶 只差3 逾越一朵花的距离 半小时，换来一世从容 请为我画一只孔雀 一根鱼竿和一篓鱼

Chapter 6 搬开人生的绊脚石 顽石在心中 别把失败归结为命运 生命从绝望的另一端展开 你想尽办法了吗 一等聪明 抬起头来 把敌人变成朋友 一只桨也可以遨游沧海 人人面前都有一根栏杆 救命的竹筏 走不出沙漠的人 迷失方向的蝴蝶 天下第一木匠 画外人生 危机也是商机 磨难是天才的垫脚石 “偷盗”的富人 别让仇恨填满你的心 穿越眼前的迷雾

Chapter 7 给自己一个改变的机会 把金子放在发光的地方 鹰击长空 改变你的策略 你也在井里吗 再试一次 视角与机遇 绝境里的机会 从背后看 从低处开始 独特的眼光比知识更重要 玻璃瓶中的机遇 重赏跳槽者 一句话，改变一辈子 细心带来好风景 欲予之，先取之 一次只做一件事 能打开所有门的钥匙 灾难也是机会

Chapter 8 在改变中收获幸福 100张纸条的幸福 爱的位置 最后一颗牙齿 世界上最动听的哭声 母爱如山 一个字错过一辈子的爱 爱情原来没有门槛 爱，需要执著 常回家看看 两张借条 擦肩而过的祝福 放弃也是一种美丽 为爱减压 骨肉兄弟 地震中的父子 为了爱情，改变自己 美好的回忆 未上锁的门 化敌为友的智慧 沙漠里的两个朋友 爱情试验 相识在舞中 幸福就是自己喜欢自己 修葺善良的屋檐

Chapter 9 在改变中坚持，在坚持中改变 干渴的旅行者 50个赞美自己的形容词 人生犹如一滴水 发现自己的价值 人人都有美丽的一面 时刻记住自己的角色 缺憾也是一种美 善待自己的缺陷 存在即是合理 每个人都是独一无二的 人生不是一场模仿秀 富翁与穷汉 不要为贫穷而自卑 交响乐之父 做命运的设计师 将自我坚持到底 不要为自卑而哭泣 每个人都是天使 擅自发报的卡耐基

Chapter 10 有一种改变叫舍得 得失自在心中 寻找适合自己的位置 该出手时莫犹豫 牺牲小我、保全大我 放弃不切实际的目标 懂得变通。 恰到好处 人生不必苛求完美 退一步，是为了冲得更远 放下是一剂灵药 别让臆断扭曲了现实 给生命之舟减负 放弃是一种超越 解脱总在放弃后 该放手时就放手 天气不可变，心情可以变 大放下，才有大自由 不要为了一只羊，失去一群鹿

Chapter 11 让心灵变得快乐起来 快乐是埋在心底的藤萝 快乐比什么都重要 让生活变得悠闲起来 活着就是幸福 快乐，只需换个角度 世界上最快乐的人 保持快乐的心情 擦亮你的“人生之灯” 平安即是福 知足常乐 别让快乐从身边溜走 快乐总可以找到 寻我属于自己的芳香 每个人心中都有一座花园 除去心中的杂草 生活是一座回音山谷 每个年龄都是最好的 没有时间变老

Chapter 12 从平凡到卓越的改变 把缺陷变成一种激励 被解职后创造的神话 奥斯卡影后 把生意当成一种游戏 提琴之王的“音符” 最伟大的推销员 一元钱成就的董事长 以老板的心态去工作

<<只需改变自己一点点>>

让理想转一个弯 你只要再迈出一步 一个橘子成就的梦想 22岁的骑师 燃烧成功的欲望 破釜沉舟 卖水的淘金者 从平凡到卓越的蜕变 沙子与珍珠Chapter 13 在苦难中获得新生 摔碎的牛奶瓶 丢失了两元钱的车 4个过桥人 乐观者 想要站起来的桑兰 失败了也能笑出来 做好能够做的事 苦难中的伟大 走进星星的世界 用半截声带说话 用心去舞蹈 挫折是人生的必修课 给痛一个流淌的出口 生命的信念 负重的货轮 复明的药方 在苦难中获得新生 在挫折面前抬起头 熬过去就是胜利 让悲剧一笑而过 让苦难变得芬芳 希望是生命的翅膀 用四根手指代替五根手指

<<只需改变自己一点点>>

章节摘录

插图：在美国庞大的律师群体中，有一位外貌丑陋却口碑极佳的女律师，她的名字叫科尔。

在法庭上，她扭曲的容貌常会引起众人的惊讶甚至恐惧。

但是，这位丑陋的女律师，却以渊博的学识、言辞犀利的口才以及咄咄逼人的气势震惊四座，为无数当事人打赢了官司。

许多人不解，这样一位容貌丑陋的人是怎样成为一名知名律师的呢？

今年35岁的科尔是家中唯一的女孩儿，童年时代，她不仅长得俏丽可人，而且聪明伶俐，从小就是父母的掌上明珠。

可是，命运却在此时和她开起了玩笑！

升入中学后的一天，科尔发现自己的下巴上有几个很小的圆形白斑。

她疑惑地用手指揉了揉，并没有什么异样的感觉。

一个星期后，白斑不但没有消退，反而连成了片。

父母立即带科尔到医院做皮肤检查，医生的诊断结论是，科尔患上了一种极为普遍的皮肤白斑病，只需涂些对症的药膏就可以根治。

然而一个月过去了，白斑非但没有消除，面积反而越来越大。

接下来，科尔的身体不断出现奇怪的症状：原本一头金黄色的长发变成了灰白色，而且不停地脱落，右眼向下倾斜，鼻子向右扭曲，右侧嘴角向上翻起……一张漂亮的面孔完全变了形。

父母焦急万分，再次把科尔送到医院五官科进行检查。

这次得出的结论是：科尔患上了一种罕见的进行性面偏侧萎缩症。

这类病症会随着患者年龄的增长而日趋加重，患者的五官会渐渐萎缩直至完全扭曲，甚至整张脸萎缩成为一个大洞。

而令人恐惧的是，目前在全世界范围内还没有行之有效的治疗方法。

然而，这种病虽然非常可怕，但不会危及患者的生命。

坚强的科尔心头重新燃起了一团希望的火焰。

她想，既然自己享有和他人同等的生命权，就一定要通过努力和奋斗来证明自己生命存在的价值和意义。

从此，科尔更加发奋努力地学习，几乎包揽了年级所有学科的第一名。

但是在学校里，一些孩子经常会突然挡住科尔的去路，模仿她扭曲的脸：有些同学还给她起了“歪鼻子”、“白头翁”的绰号；甚至没有一个同学愿意和她坐同桌，就这样，科尔被无情地隔离至人群之外。

17岁那年的一天，科尔正在学校上数学课，突然感到右眼的视线变成了一片黑暗。

科尔心头一沉，知道自己的右眼将从此失明，这也正是此病症日趋加重的表现。

后来，科尔以优异的成绩考取了大学。

走进大学校园，她依旧是同学们眼中的“怪物”，没有人愿意主动接近她。

甚至有人把她的照片贴到网上。

网民的留言有些是对她的同情和鼓励，而更多的则是对她的冷嘲热讽，甚至还有人咒骂她不该把自己恐怖的照片贴到网上吓唬人。

让科尔更加意想不到是，网民们还针对知名大学是否该录取“丑八怪”的问题，展开了激烈的论战。

很多人都认为科尔这样的丑陋相貌，会影响学校的形象和声誉，提议学校开除科尔。

面对如此大的精神压力，科尔只有一个人默默地承受。

一天，在社会心理学课上，老师让同学们讨论自己的理想。

教室里一下子炸了锅，同学们神采飞扬地讨论着，只有科尔独自沉默地坐在位子L。

接着，老师让同学们一发言。

轮到科尔时，没等她开口，一个男生就抢先喊道：“整容，她的理想只有整容。”

话音未落，教室里响起一片哄笑声。

科尔转过头，表情认真地看着那个男生说：“你错了，我的理想并不是整容。”

<<只需改变自己一点点>>

整容也改变不了我脸上的残疾和缺陷。

其实，我的理想是做一名律师。

”教室里再次爆出轰堂大笑，同学们你一言我一语地说：“‘丑八怪，律师……谁有这么大的胆子请这样的律师出庭……考验法官胆量的时候到了……’”而科尔表情严肃并语气坚定地说：“我要当律师，去帮助那些可怜的受害者，以及遭到他人歧视的身患残疾的不幸的人。”

”教室里瞬时安静下来，每个人都陷入了深深的沉思中。

4年后，科尔如期大学毕业了，并通过不懈地努力考取了职业律师资格证。

现在，女律师科尔时常出现在法庭上，她特殊的容貌依然会招来少数人的嘲讽甚至轻视。

而她的病情依然不断地恶化着，医生断言，她的右脸颊即将萎缩消失。

<<只需改变自己一点点>>

编辑推荐

《只需改变自己一点点》：滋养心灵，感悟人生，激扬斗志，引导成功。

心若改变，态度就会改变；态度改变，人生就会改变。

改变，无须轰轰烈烈、惊天动地，只需那么一点点，就可以让你抵达成功的彼岸，让心灵栖息在洒满阳光的芳草地，随那破茧而出的彩蝶，轻轻起舞，羡煞人间……受益一生的心灵鸡汤，值得读一辈子的好书没有人希望人生是一成不变的模式，只有勇于改变，才能实现从平凡到卓越的蜕变。

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>