

<<不要为失败气馁>>

图书基本信息

书名：<<不要为失败气馁>>

13位ISBN编号：9787508270241

10位ISBN编号：750827024X

出版时间：2011-9

出版时间：金盾出版社

作者：王宇

页数：232

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>

<<不要为失败气馁>>

前言

你时常小题大做，被情绪牵着鼻子走吗？

你时常为生活中不经意间的失败而耿耿于怀吗？

你相信一个人可以通过自己的态度而改变一生的命运吗？

人生在世，不如意事十有八九。

上司批评你迟迟没有作出绩效，评职称时被人挤掉名额，在重要的考试中成绩不及格，儿子不争气老师劈头盖脸地训斥你教导无方，街坊邻居对你指指点点……为此你说能不生气吗？

不论是在工作方面还是在生活方面，每个人都会有自己的失败之处。

失败犹如人生长河中泛起的浪花，伴随着人的一生；失败会影响人们的精神世界，使其心中出现莫名的忧愁。

当遭遇失败的时候，我们可能觉得自己是天底下最不幸的人，仿佛别人都比自己强。

尽管失败来无影去无踪，但当它蕴藏，并非是无法化解的。

对于任何人来说，想要排除失败的困扰，就要换一种角度看待失败，只有这样，才能使其冰消瓦解；若要拂去失败的阴影，就要除掉嫉恨之心，只有这样，才能呈现“柳暗花明又一村”。

只有学会知足常乐，才能远离烦恼；只有学会“化干帛为玉帛”，才能不会经常为一些失败而生气上身。

人的一生是有限而又宝贵的，因此不要总是沉溺于失败中而不能自拔，不要为一些微不足道的失败而耿耿于怀。

为失败而浪费你的大量时间，耗费‘你的诸多精力’，那是非常不值得的。

英国著名作家迪斯雷利这样说道：“为小事生气的人，生命是短暂的。

”对于失败也是如此。

如果你能够真正理解这句话的深刻内涵，就不会再为一些不值一提的失败而气馁了。

本书从大处着眼、小处着手，不但仔细分析了失败的种种原因及由失败而生气所引发的后果，而且还结合一些趣味故事阐述了不要为失败而气馁的重要性，并教你消除生气与妙用生气的方法。

希望在阅读此书之后，能够使你从中受到一些启发，进而在生活中真正做到“不为失败而气馁”。

编者

<<不要为失败气馁>>

内容概要

王宇编著的这本《不要为失败气馁》详细分析了人们日常生活中生气的原因和生气所引发的种种不良后果，通过一些事例说明了不要为失败生气的重要性，并且还教会人们消除生气的方法。阅读《不要为失败气馁》，可使读者从中受益，在人生中真正做到“不为失败气馁”。

<<不要为失败气馁>>

书籍目录

第一章 气从何来，失败缘由千千万

- 1.没有摆正自己的心态
- 2.说话口无遮拦
- 3.时常与自己过不去
- 4.坏情绪是“隐形病毒”
- 5.虚荣心强，面子第一
- 6.贪得无厌，只会埋葬自己
- 7.“自我设限”，杀死机会

第二章 何必生气，因为失败不值得

- 1.发怒之前要三思
- 2.不要被完美所累
- 3.人生没有过不去的坎
- 4.生气负黷明自己的愚蠢
- 5.走自己的路，让别人去说
- 6.不能改变现状，就要改变自己

第三章 适时消气，火山爆发坏处多

- 1.天才因生气而陨落
- 2.不要触碰“生气”这根导火线
- 3.制怒是长寿的秘诀
- 4.生气只会伤害自己
- 5.适时咽下一口“气”
- 6.生气时不要作任何决定
- 7.生气所付出的代价惨重

第四章 掌控情绪，莫被情绪牵着走

- 1.改变自己，由心境开始
- 2.控制好“情绪”这匹烈马
- 3.当怒则怒，当服则服
- 4.学会遗忘，人生更轻松
- 5.学会使自己的情绪转向
- 6.为自己选择无害的宣泄方式
- 7.其实无须在乎太多

第五章 远离烦恼，换个角度看失败

- 1.失败也是一笔财富
- 2.最大的失败就是害怕失败
- 3.经受住失败的考验
- 4.在失败中谋求发展
- 5.胜不骄败不馁，笑对成败
- 6.及时反思，才能获得成功
- 7.历经风雨，方能见彩虹
- 8.失败是为了下一次的成功

第六章 懂得知足，平淡生活笑出花

- 1.生活平淡，快乐常在
- 2.不做欲望的奴隶
- 3.驱走你的“不满意”
- 4.克服盲目的攀比心理

<<不要为失败气馁>>

5.学会知足，珍惜拥有

6.宫殿有悲哭，茅屋有笑声

第七章 妙用生气，柳暗花明又一村

1.把生气转化为争气

2.割除心中忌妒的毒瘤

3.失意但不失志

4.用微笑代替生气

5.以退让开始，以胜利告终

6.让每一天都充满希望

第八章 挑战自己，击败你的非对手

1.击败你的不是对手，而是自己

2.就算失败千次，也决不放弃

3.求人不如求己

4.不要跌倒在自己的优势上

5.别让压力打垮你

6.不要苛求绝对的公平

7.不要迷失自己

8.做自己命运的主人

第九章 敢于奋起，没有绝望的处境

1.抛弃“不想活”的念头

2.不要屈服于命运的安排

3.永远对人生充满希望

4.人生应该选择从容

5.信念伴你走出困境

6.顽强的人生才美丽

第十章 快乐心态，根除气病的良药

1.选择正确的心态，和快乐拥抱

2.快乐心态是一服良药

3.放下就是快乐

4.生活中不是缺乏快乐，而是缺少发现

5.学会以微笑面对生活

6.没有快乐，赢了世界又如何

7.让乐观主宰你的一生

<<不要为失败气馁>>

章节摘录

2.说话口无遮拦 俗话说：“祸从口出。

”有些人之所以不能成功、不能得到别人的认可和欢迎，就是因为其说话口无遮拦，说话不经过考虑，什么话都说。

说话是人们彼此之间交流沟通的主要方式，话说好了，对自己会有很大的益处；说话不得体，不仅会让人反感，而且还可能会给自己带来灾祸和麻烦。

当然，嘴巴是我们自己的，想说什么话一般都不会有人干涉和限制，但是，这并不表示我们说话时就可以随心所欲、口无遮拦了，因为说话一般都是为听者所说，并不是在唱独角戏或是自言自语；所以，说者一定要考虑听者的感受，正所谓“说者无心，听者有意”。

维持彼此之间良好交流和沟通的前提条件就是要会说话。

有些时候，话从口出，祸也会从口而出。

我们应当时刻谨记，世界上没有后悔药可以买，说出去的话，泼出去的水，想收也收不回来了。

同样地，一旦我们说错了话，对别人造成了伤害或者是造成了不可弥补的局面，想要收回可就难了。

因此，在说话之前，我们应该进行仔细的思考，思考一下对方的身份，思考一下所在的场合，思考一下自己说的话是否过重，思考一下自己说的话是否会令别人觉得难堪……思考的目的，主要在于确定我们说的话是善意的、是有分量的、是有一定作用的。

只有这样，才能使自己所说的话能够为人所听，才能得到他人的尊重和欢迎。

在与别人交谈时，并不是我们想说什么就说什么，一些不该说的话是不可以随便说的，一定要考虑到自己所说的话是否会对对方或自己带来负面影响或者是不必要的麻烦。

因为每个人都是要对自己说的话负责的。

俗话说：“良言一句三冬暖，恶语伤人六月寒。

”在现实生活中，有多少人都是因为一句话的不当而顿起干戈、产生矛盾、气坏身体。

这样的教训数不胜数，所以我们一定要引以为戒，在说话的时候，一定不要口无遮拦，把不该说的话说出来。

2010年英国大选之前，现任英国首相戈登·布朗于4月28日上午来到了大曼彻斯特区罗奇代尔市，并与当地支持工党的选民进行交谈沟通，为工党拉票。

此时，有一位自称是支持工党的退休女选民达菲问布朗，该将如何处理英国空前的赤字规模，以及来自东欧的移民和公民退休金问题，还有大学学费和反社会行为等其他各项问题。

对此，布朗都一一进行了详细的解释。

临别时，布朗跟达菲亲切地握手道别，气氛还算友好。

道别之后，布朗便走向坐车，准备前往下一站继续为自己拉票。

不料，布朗此时并没有意识到自己的身上还带着天空电视台的无线麦克风，只听他对自己的助手抱怨道：“是谁安排我和那个女人交谈的？

简直是荒唐至极……”接着他还余怒未消地说：“她就是那种偏执的女人，还说她过去也是一名工党成员，简直是太可笑了。

”于是，布朗在背后说的这些“坏话”就这样被直播了出去。

事情发生后，英国广播公司立即联系了布朗的竞选团队，并且还把录音放给布朗听，此时的布朗才意识到这件事情的严重性，他立刻打电话向达菲表示真诚的道歉。

然而，达菲却表示说：“我感到很失望。

”她还告诉媒体，自己的家族祖祖辈辈都是工党的支持者，而且也已经填好了选票，但现在她决定要放弃投票了。

在布朗失言事件曝光后的数小时内，工党之前赢得的5月6日议会选举多数席位的倍率从先前的30：1降至最低水平46：1，而保守党则由原先的2：1升为13：8。

布朗的失败完全是由于自己的口无遮拦而造成的。

虽然那些话都是他的真实想法，但他不应该随意说出来，他根本就没考虑这些话会对当事人造成什么样的伤害和影响，也没有考虑到说出这些话后将为自己带来什么样的后果。

<<不要为失败气馁>>

要知道，几乎所有的误会和是非都是缘于口无遮拦和不为别人考虑而引起的。

而且，生活中每个人都有自己的尊严，就算达菲真的像布朗说的那样，但也不能随便说出来，甚至是在大庭广众之下说出来。

因为有些话一旦不小心说了出来，给别人造成的伤害是永远无法弥补的，而且还会严重地影响别人的社会地位和人生前途。

失言是一种对别人极不礼貌的冒犯，所以如果把握不好哪句话是否应该讲时，最简单的做法就是适时闭上自己的嘴巴，如果有些话确实要说要问，那我们就要先换位思考一下，假如自己站在别人的立场上，最希望听到怎样的话，最不能接受怎样的话……想好了之后我们再说，这时也就不会因鲁莽而对别人造成伤害了。

P7-9

<<不要为失败气馁>>

编辑推荐

人生在世，不如意事十有八九。

上司批评你迟迟没有作出绩效，评职称时被人挤掉名额，在重要的考试中成绩不及格，儿子不争气老师劈头盖脸地训斥你教导无方，街坊邻居对你指指点点.....为此你说能不生气吗？

不论是在工作方面还是在生活方面，每个人都会有自己的失败之处。

王宇编著的这本《不要为失败气馁》从大处着眼、小处着手，不但仔细分析了失败的种种原因及由失败而生气所引发的后果，而且还结合一些趣味故事阐述了不要为失败而气馁的重要性，并教你消除生气与妙用生气的方法。

<<不要为失败气馁>>

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>