

<<给大脑洗个澡>>

图书基本信息

书名：<<给大脑洗个澡>>

13位ISBN编号：9787800848889

10位ISBN编号：7800848884

出版时间：2007-1

出版时间：金城出版社

作者：隋晓明

页数：349

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>

<<给大脑洗个澡>>

内容概要

当你的心不堪重负的时候，何不暂把一切尘埃拒之门外，给自己寻找一个让灵魂喘息的机会，在冷静的反思中给大脑洗个澡！深夜的凉风可以清醒你的灵魂，而反思中的灵魂可以放松你负重的身心，活得很累的时候，不如找个空间，让大脑片刻地歇息，然后再意气风发地迎接新的挑战。这样，即丰富了你的经历，又增加了人生的亮度和厚度。

人生一时的不如意，不代表一生都将永远不快乐；一度的陷入困境，不代表永世都无法抽离。有时只要在关键的时刻，为大脑洗个澡，让想法改变一下，生命就会有所不同。而那时，你将会发现，成功原来是如此简单。

<<给大脑洗个澡>>

书籍目录

第一章 主宰你的性格

- 积极的心态决定人生胜负
- 自信是成功的第一秘诀
- 避免与他人争论
- 学会自我反省
- 学会拒绝
- 自制是一种美德
- 不要打断别人说话
- 保持自己的本色
- 开发自己的想像力
- 每天做好一件事
- 没有任何借口
- 守信
- 小节不可小视
- 不要做不值得做的事情
- 好习惯是一生的财富

第二章 提升你的价值

- 不要“降价处理”自己
- 不要轻易放弃
- 做个耐心的人
- 学会创新
- 你也应该有个梦
- 依赖是一种束缚
- 爱上你的工作
- 成功需要一定的野心
- 请记住别人的名字
- 锋芒不可太露
- 做最坏的打算
- 每天给自己一些挑战
- 修建自己的码头

第三章 锻炼你的能力

- 别太在意小事
- 弱者等待机会，强者创造机会
- 给别人留足面子
- 站在对方的立场上
- 敢于冒险
- 现在就去行动
- 唯有埋头，才能出头
- 换个角度看问题
- 善待他人就是善待自己
- 把最重要的事情放在前面

第四章 点燃你的热情

- 用热情去感染他人
- 把自卑丢得越远越好
- 从错误中汲取营养

<<给大脑洗个澡>>

天生我材必有用
激发你自己的潜力
找到忧虑清除剂
适时知难而退
善于与人合作
不要表现得比别人聪明
一切从友善开始
用灿烂的微笑温暖别人

第五章 辉煌你的资本

宽容是一种力量
要有感恩的心态
把失败踏在脚下
小不忍则乱大谋
做人有时不要太老实
防人之心不可无
居安思危
得意不要忘形
坚强也是一种谋略
保持一颗平常心
吃亏是福
明智选择，勇于放弃
谦虚不仅仅是美德

第六章 克服你的缺陷

别为打翻的牛奶哭泣
不要犹豫不决
永远不要说自己做不到
不要隐藏自己的过错
学会休息
天下没有白吃的午餐
缺陷并不是绝境
做人带点糊涂
找准自己的位置
专注做手上的事情
要有点阿Q精神
言语行事皆须审慎

第七章 扮靓你的形象

良好的形象能成就你的一生
注意良好的第一印象
穿着打扮有讲究
塑造自己良好的形象

第八章 掌握你的时间

时间究竟是什么
一生最富有也最稀缺的资本
认真活在今天
守时
成功从管理时间开始
将时间做最有效的投资

<<给大脑洗个澡>>

用好零散时间

省时之道

第九章 练好你的口才

口才是利器法宝

三寸之舌强于百万雄师

口才就是领导力

营销全凭一张嘴

幽默感是生活的润滑剂

自我推销需要口才

练就一流的口才

恰如其分地赞美别人

硬话软说走得远

第十章 利用你的环境

选择环境是最高境界

苦难是一笔意外之财

人际关系是无形资产

第十一章 投资你的健康

健康与事业相伴而行

保养自己的身心健康

保持旺盛的精力

体力和精力是一生成功的资本

第十二章 珍惜你的情感

亲情是一生幸福的源泉

友情，人间的真情所在

让美好的爱隋照耀你的事业和心灵

让婚姻凝聚人生的幸福

用真情和细心投资我们的情感

<<给大脑洗个澡>>

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>