

<<要战胜别人，先战胜自己>>

图书基本信息

书名：<<要战胜别人，先战胜自己>>

13位ISBN编号：9787802131064

10位ISBN编号：7802131065

出版时间：2006-1

出版时间：海潮出版社

作者：云和天

页数：257

字数：150000

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>

<<要战胜别人，先战胜自己>>

内容概要

其实，人生中最大的敌人就是自己，一切困难的产生都源自你的心中，当你明白所有的困难和障碍全部是自己制造的时候，你才会真正的去克服它、战胜它。

因为，你找到了根源！

本书正是本着这样一根金线，从人的思想、行为、习惯、性格、人际关系等多方面多角度出发，阐述了一个人获得成功所需要克服的种种来自于自己的障碍。

书中的每一个智慧都从一个侧面帮助你解决现实中的一个难题，解开你思想上的谜团和精神上的枷锁，帮助你矫正各种不良的行为习惯和思维方式，助你步入成功的殿堂！

<<要战胜别人，先战胜自己>>

书籍目录

1.心理——最终击败你的只有你自己2.敌人——“我”是最大的敌人3.救星——只有自己才能拯救自己4.桎梏——宿命往往是我们自己安排的5.命运——生命是由我们内心所决定的6.懦弱——人总是胆小怕事的7.本能——人人都有成功的权力8.乐观——让你不快的，是你的想法9.自信——只要你想，那你就一定能10.自卑——成轼唯一的阻碍是你的自卑11.定位——胜利从改变自己开始12.怀疑——战胜自己的怀疑，肯定自己的价值13.潜能——不要总给自己留退路14.旗帜——做自己是人生的第一天职15.自负——战胜自负，活出真正的自我16.懦弱——什么都怕，那就什么都干不成17.逃避——逃避，不能解决任何问题18.勇敢——找到藏在心底的勇气19.顺从——停止做万事万物的奴仆20.疑虑——生活本身就是一种探险.....

<<要战胜别人，先战胜自己>>

章节摘录

书摘心理 你的一生会出现无数个对手，他们会用各种方式向你挑战，但到了最后，失败的心理往往是从自己心中开始的。

有个名人说过：“一个人在比较了自己与别人的力量和弱点之后，如果仍然看不出差别的话，那么他将很容易被他的敌人打败。

” 穆罕默德·阿里，美国职业拳击运动员，有“拳王”之称。

1981年阿里告别拳坛，一年后，40岁的他被确诊患帕金森氏症，并出现了语言和行动上的障碍。

但他永不屈服的精神鼓励他站了起来，并担当了联合国和平大使，经常拖着病体前往战乱与冲突地区，倡导和解，呼吁和平。

世人在为这种精神所折服的同时，也对是什么一直支撑着阿里，让他有了无数的胜利，而后来又战胜恐怖的病症感到惊奇。

其中的答案在阿里的自述中得到了充分的解释。

在阿里的人生信条中，一直支撑他取得胜利的是这样一句话：“我决不会失败，除非我确信自己已经失败了。

” 在无数的拳击比赛中，阿里始终把自己看作是最强大的，只要自己相信自己会胜利，那么，没有人会击败我。

这种信念，在他12岁的时候已经形成。

在阿里的自述中有这样一段：我在12岁的时候是个爱说大话的人，让父母感到很头痛。

我穿着“金手套”夹克乱逛，趾高气扬，说大话，进行拳击攻防练习。

那时是20世纪50年代，我喜欢说大话，当时在肯塔基州路易斯维尔，人们认为年轻黑人不应该是这样的。

那是在我去摔跤场观看戈尔热·乔治(戈尔热·乔治，美国职业摔跤运动员，将摔跤与表演相结合，成功取得票房佳绩——编者)雪表演前后。

他当时是个大人物，一位白人摔跤手，更多的时间是在摔跤场上进行表演而不是真正进行摔跤比赛。

他着盛装出场，不断地拿观众打趣。

“不要弄乱我漂亮的头发，我很可爱。

”他一边说一边神气活现地在舞台上走过来走过去。

他披着一件很大的红色斗篷，黄色的头发吹得高高的。

“不要弄乱我漂亮的头发”他反复地嚷着，观众则发出一阵阵嘘声。

我当时注意到摔跤场里座无虚席。

观众嘘得越厉害，他卖出去的票就越多。

我回家后更加趾高气扬，更加自吹自擂，更加爱说大话了。

我可怜的父母感到更加不安了。

我在对假想的对手练习拳击的时候总爱说：“我将成为最出色的拳击手。

”直到现在，我自己的公司就叫G.O.A.T.公司，意思是“最出色的”公司。

我在12岁时就知道我将成为最出色的拳击手。

在我的每一场业余拳击比赛中，我总是机动防守、猛击对方并最后获胜。

我拍着胸脯，吹嘘自己多么出色，我一直都知道，我就是知道，我比戈尔热·乔治可爱得多。

我还知道，我能比那个摔跤手卖出更多的票。

P1-2

<<要战胜别人，先战胜自己>>

媒体关注与评论

书评挑战自我，超越自我的70个智慧。

人生中最大的敌人就是自己。

一滴墨水引起千万个人的思考，一本好书改变无数个人的命运。

经过多少次的失败，我们才真正地明白，那个最终使我们受伤的强大的敌人，深深地隐藏在我们自己的心中！

<<要战胜别人，先战胜自己>>

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>