

<<青春的敌人>>

图书基本信息

书名：<<青春的敌人>>

13位ISBN编号：9787802510081

10位ISBN编号：7802510082

出版时间：2008-7

出版时间：金城出版社

作者：王中辉

页数：228

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>

<<青春的敌人>>

前言

## <<青春的敌人>>

### 内容概要

每个人有自己的行为习惯，但是陋习会成为你实现目标的障碍，陋习是人生的绊脚石，是青春时期最大的敌人。

本书介绍了最容易毁掉人生的12种陋习：  
懒惰——天上不会掉馅饼 守旧——不要把自己关在笼子里  
依赖——我的人生，我不做主 急躁——心急吃不了热豆腐 等待——白了少年头，空悲切  
自卑——别不把自己当回事 敷衍——纸糊的衣裳不挡寒 盲从——莫让浮云遮望眼  
骄傲——仰面朝天的瘪麦穗 无序——眉毛胡子一把抓 抱怨——背对阳光只能面对阴暗  
浪费——多出少进，贫困降

## &lt;&lt;青春的敌人&gt;&gt;

## 书籍目录

序言陋习一 懒惰：天上不会掉馅饼 陋习透视 1. 贪图安逸 2. 无所事事 3. 等待幸运 4. 满足现状 实效治疗 1. 激活动力，让惰性在你身上消亡 2. 说一尺不如行一寸 3. 选择现在，马上行动 4. 勤奋才能获得成功的机会 5. 勤奋是创造之神 6. 珍惜生命中的每一秒钟陋习二 守旧：不要把自己关在笼子里 陋习透视 1. 只信经验 2. 循规蹈矩 3. 墨守成规 实效治疗 1. 唯有创新才有出路 2. 突破前人固有的思想束缚 3. 突破惯性思维的桎梏 4. 培养一双善于发现的眼睛 5. 转换一下你的思路 6. 在变化中寻找人生的突破口 7. 开发与与众不同的创新意识 8. 适当冒险：该出手时就出手陋习三 依赖：我的人生 我不做主 陋习透视 1. 高智商，低能力 实效治疗 1. 人生的路要靠自己走 2. 只有自立才能拯救自己 3. 靠己立身，自己的事自己干 4. 培养自己的自救能力 5. 自己的人生自己做主 6. 要自强而不要拐杖 7. 靠自己养活自己 8. 将自己推到激流之中陋习四 急躁：心急吃不了热豆腐 陋习透视 1. 急于行动 2. 行事鲁莽 3. 被愤怒左右 实效治疗 1. 克制自己的浮躁之心 2. 安静的心才能承载梦想 3. 脚踏实地，做力所能及的事 4. 三思而行，不打无准备之仗 5. 锻炼自己的耐烦之心 6. 调整自我：在任何时候都保持理智 7. 迂回有时比直接更快 8. 选择精神愉快而不是愤怒陋习五 等待：白了少车头，空悲切 陋习透视 1. 只说不做 2. 犹豫不决 3. 优柔寡断 实效治疗 1. 人生规划，不能只是空中楼阁 2. 主动出击才能与成功握手 3. 创造机会而不是等待机会 4. 抓住时机，力争改变自己 5. 时时刻刻做好准备 6. 大胆行动才能梦想成真 7. 强迫自己迈出第一步 8. 坚持方向，勇敢行动 9. 抓住今天而有所作为 10. 抛开犹豫从现在开始做陋习六 自卑：别不把自己当回事 陋习透视 1. 自卑情结 2. 贬低自己 3. 关注自己的缺陷 实效治疗 1. 把自卑踩在脚下 2. 生命的脚本由自己书写 3. 把自己看成第一流的人物 4. 坚信天生我材必有用 5. 学会激励自己 6. 大喊一声：我能行 7. 用自嘲化解自卑陋习七 敷衍：纸糊的衣服不挡寒 陋习透视 1. 轻易放弃 2. 投机取巧 3. 马虎轻率 4. 消极被动 实效治疗 1. 绝不半途而废的人 2. 锲而不舍，不轻言放弃 3. 没有任何借口 4. 始终保持一种热情 5. 竭尽全力，力求完美 6. 实干精神会使你脱颖而出 7. 把毅力当成一种习惯 8. 培养谨慎细心的工作习惯陋习八 盲从：莫让浮云遮望眼 陋习透视 1. 盲目跟风 2. 盲从别人 3. 依附强者 实效治疗 1. 没有个性就没有创造性 2. 绝不盲目模仿别人 3. 保持自己的主见 4. 为人生确立明确的奋斗目标 5. 做自己最擅长的事 6. 养成自我决策的习惯 7. 勇于质疑陋习九 骄傲：仰面朝天的瘪麦穗 陋习透视 1. 沾沾自喜 2. 看轻别人 3. 眼高手低 实效治疗 1. 谦虚会使你终生受益 2. 任何时候都不要骄妄傲慢 3. 成功后不要独享荣耀 4. 要给别人留后路 5. 不要有任何虚伪的谦逊陋习十 无序：眉毛胡子一把抓 陋习透视 1. 工作没条理 2. 杂乱无章 3. 一心二用 实效治疗 1. 分清轻重缓急，重要的事先做 2. 掌握好生活的节奏感 3. 学会重点思维 4. 化繁为简，提高时间的使用效率 5. 办大事和办要事的运筹原则 6. 专注地做好每一件事情陋习十一 抱怨：背对阳光只能面对阴暗 陋习透视 1. 唠叨不止 2. 指责别人 3. 斤斤计较 实效治疗 1. 没有什么大不了 2. 凡事往好处想 3. 别为小事烦恼不止 4. 不要怕麻烦 5. 挺起身，障碍就挡不住 6. 为往事干杯，和烦恼再见陋习十二 浪费：多出少进 贫困降临 陋习透视 1. 不恰当花钱 实效治疗 1. 该花则花，不该花不要花 2. 把钱存入银行 3. 省一元大于赚一元 4. 计划消费，摆脱消费困惑

## &lt;&lt;青春的敌人&gt;&gt;

## 章节摘录

懒惰：天上不会掉馅饼陋习透视1. 贪图安逸据说，在很久以前，有一种鸟叫寒号鸟，它长得比孔雀还美丽，叫声比黄莺还动听，但是它有一个最大的缺点，就是懒惰，整天躲在树林里睡大觉。到了秋天，天气一点点凉了，有些鸟儿飞到南方去了，剩下的鸟儿都忙着筑巢以抵御寒冬，只有寒号鸟依然天天睡大觉。

有的鸟劝它：“快点筑巢，否则冬天会冻死你的。”

寒号鸟听了不以为然地说：“着什么急，过两天再筑也不迟，看天气多好，阳光多灿烂，正适合睡大觉。”

就这样日子一天天过去，寒号鸟仍然没有筑巢。

冬天来到了，树叶落尽，北风呼啸，别的鸟儿都躲到自己温暖的小巢里去了，只有寒号鸟缩在树杈里，冻得直打哆嗦，不住地叫着：“哆嗦，哆嗦，寒风冻死我，明天就垒窝。”

第二天，风停了，阳光又照得一切暖洋洋的，寒号鸟却又开始睡大觉了，别的鸟儿劝它筑巢，它却说：“不着急，我昨天没睡好，今天正适合睡大觉。”

当晚，北风又呼啸而来，天开始下起了大雪，寒号鸟冻得拼命地喊叫，等到天亮时刻，别的鸟找到寒号鸟时，发现它已经冻死了。

寒号鸟的故事流传已久，且上了小学课本，它说明了贪图安逸的危害性。

卡耐基认为，贪图安逸是一种与生俱来的习性，它是由一种病态的、消极的思想造成的恶果。

但是，作为一个有志成功的人，必须要战胜自身的惰性细胞，改变懒散的习性，向着希望的方向努力。

美国底特律有位妇人，名叫雅克妮，她原本是一位极为懒惰的妇人。

后来，她的丈夫意外去世，家庭的全部负担都落在她一个人身上，她不仅要付房租，而且还要抚养两个子女。

在这样贫困的环境下，她被迫去为别人做家务。

她白天把子女送上学后，便利用下午时间替别人料理家务；晚上，子女们做功课，她还要做一些杂务。

这样，懒惰的习惯被克服了。

后来，她发现很多现代妇女外出工作，无暇整理家务，于是她灵机一动，花了7美元买来清洁用品和印刷传单，为所有需要服务的家庭整理琐碎家务。

这项工作需要她付出很大的精力与辛劳。

她把料理家务的工作变为专一技能，后来甚至连大名鼎鼎的麦当劳快餐店也找她代劳。

雅克妮就这样夜以继日地工作，终于使订单滚滚而来。

现在她已是美国90家家庭服务公司的老板，分公司遍布美国27个州，雇用的工人多达8万人。

雅克妮的成功事例说明了，世间的贫穷大部分是由于懒惰、贪图安逸不肯奋斗造成的，如果一个人不愿奋斗，自甘过着贫穷生活，那么就永远无法摆脱困境，连上帝也无法帮他。

## <<青春的敌人>>

### 编辑推荐

《青春的敌人》：每个人有自己的行为习惯，但是陋习会成为你实现目标的障碍。陋习是人生的绊脚三长两短，是青春时期最大的敌人。

<<青春的敌人>>

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>