

<<心灵重建>>

图书基本信息

书名：<<心灵重建>>

13位ISBN编号：9787106028985

10位ISBN编号：7106028983

出版时间：2008-1

出版时间：中国电影出版社

作者：王樱博

页数：231

字数：200000

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>

## <<心灵重建>>

### 内容概要

人最大的对手不是别人，而是自己。

人只有彻底地认识自己、了解自己，才能超越自己。

本书从多方面让你看清楚自己，重新认识自己，内容包括：战胜自我，你定赢；别人眼中的“你”；扔掉你人生的包袱；“我

”是最棒的等。

超越自我，认识你自己。

<<心灵重建>>

作者简介

王樱博，国内最年轻的组织行为动力学专家、心灵导师，著名课程“引爆生命行动力”训练师，授课时间长达8000小时，参训学员五万余人次，服务过国内外40余家大型企业和团队。出版书籍《心灵重逢——做好你自己》。

## <<心灵重建>>

### 书籍目录

#### 第一章 让你“迷失”在快乐中

快乐是一种选择  
我的快乐我做主  
快乐就在你心中  
换个角度，寻找快乐的支点  
快乐需要学会自爱  
只有糟糕的心情，没有糟糕的事情  
你快乐吗  
你是最棒的  
不要把心锁住  
“做”让你更快乐  
你快乐所以我快乐  
“笑一笑，十年少”

#### 第二章 战胜自我，你定赢

给自己鼓掌喝彩  
自我超越  
希望之灯永不熄灭  
自卑——人生的绊脚石  
推开眼前那扇门  
战胜自己就是战胜敌人  
勇气——战胜自己的良药  
想做个“不倒翁”吗  
坐井观天：跳不出自己的界限  
明日复明日，明日何其多  
寻找自己的富矿区  
把“不可能”从你的人生字典中剔除

#### 第三章 别人眼中的“你”

永远使你成为受欢迎的人  
给自己角色定位  
独一无二的你  
赞美他人—赞美自己  
正直：做人的准则  
认真对待每一个人  
多和陌生人说话  
战胜自己的弱点  
接受反对意见，闻过则改  
如何让人进一步喜欢你  
别人眼中的“你”  
秉持自我

#### 第四章 扔掉你人生的包袱

擦净心灵的灰尘  
给自己松松绑  
给自己开一张处方  
心底无私天地宽  
思想包袱——一生的累赘

## <<心灵重建>>

站得高你就看得远

懂得忘却的艺术

贫困胜于浮华

别让贪欲害了你

世上本无事，庸人自扰之

半个月亮更美丽

“身在福中不知福”要不得

### 第五章 “我”是最棒的

播下信心的种子

用自信之伞撑起一片天空

自信——竞争的前提

你自信吗

生命诚可贵

你就是一名冠军

自己相信自己

成功属于“有心”人

解铃还需系铃人

告诉自己“我很重要”

自信的良方自己开

自信会给你带来好运

让自己激励自己一下

我是最棒的

### 第六章 带着“野心”上路

你有“野心”吗

给心灵的火焰加把柴

不要被现状束缚住

太阳每天都因你而灿烂

心中的那缕阳光

第二个春天也很美丽

为你的企盼加油

希望伴你一路同行

目标是你振奋的种子

目标助你一臂之力

丢弃希望是你最大的悲哀

在变化中寻找自己的目标

### 第七章 做生活中的编导

思路决定出路

给生活加点旋律

发现自己

你会选择幸福吗

我的生活我选择

我的命运我掌握

失败乃成功之母

生活很简单

挑战无极限

驾驭好自己的情绪

命运是一种人生的规律

<<心灵重建>>

不要明天再说  
我的时间我做主  
第八章 做好自己，为我们的今天喝彩  
行为决定作为  
抬起你的头  
活出真我的风采  
勇敢的迈出第一步  
幸福需要自己打拼  
你要喊出自己的声音  
千里马不叫行吗  
坚持，坚持，再坚持  
培养个性魅力  
不断发展，不断完善

<<心灵重建>>

编辑推荐

《心灵重建:认识你自己》由中国电影出版社出版。

<<心灵重建>>

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>