

<<改变1%改变全部>>

图书基本信息

书名：<<改变1%改变全部>>

13位ISBN编号：9787502829469

10位ISBN编号：7502829466

出版时间：2006-9

出版时间：地震出版社

作者：屈宏杰

页数：248

字数：225000

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>

## <<改变1%改变全部>>

### 内容概要

2004年，来自英、美、德等国的上百位科学家经过共同合作研究取得的成果，在英国《自然》杂志宣布，他们成功破译了老鼠的基因组密码。

有意思的是，老鼠这种“低等动物”，竟有99%的基因与自诩“高等动物”的人相同，二者甚至都有着“长尾巴的基因”！

一份被科学家破译的老鼠基因组草图显示，老鼠的20对染色体上共有约25亿个碱基对，与人类23对染色体上的29亿个碱基对相当接近。

两个物种的基因数目大约都是3万个，相同基因达到99%。

参与研究的科学家戏言，我们人类甚至和老鼠一样，都有着“长尾巴的基因”，而不同的基因，只有300多个！

从这一研究成果中，我们可以得出这样一个结论：人鼠之间的差别只有1%，也就是说：只要基因改变改变1%，老鼠就能变成人！

如果一个人做出1%的改变，结果会是什么样呢？

为了追求卓越，使人生变得不同凡响，你一要愿意使自己改变1%：使目标更清晰些，思维更敏锐些，努力更有效些，人际关系更融洽些，能力更提高些，自我约束更严格些，目光更长远些！

阅读本书，让自己得到启示和鼓舞吧！

应用书中的理论，你会使自己在工作和生活中更成功、更优秀、更重要！

<<改变1%改变全部>>

书籍目录

第一章 确立目标，为未来勾画蓝图 健全的计画，可以为丰富而又富于动力的生活播下种子 一个没有目标的人就像一艘没有舵的船 彻底地了解自己，认识自己，相信自己 人的一生中应该恪守、维护、追求些什么 认识和克服回避成功的心理障碍 在生活中树立起成功者的态度 为自己找到成功型性格所要采取的步骤 想超越自我，先要让自己的心灵自由翱翔 为了实现目标，要制订适宜的计画第二章 强化思维，寻找完成目标的有效方法 除了努力工作，还必须勤于思考 在平时注意对知识的积累和思索 学会思考，保持头脑灵活 基础较差，也能改写平凡的人生 每个人都可以进行创造性的活动 处理好几个关系，培养创造思维的能力 使自己拥有较高的创造构想能力 改变传统的思维方式，培养创新意识 避免阻碍创新的几种不良倾向 要调整思维，尽可能用简便的方式去达成目标 对解决一个问题提出多种思路和实施方案 众多的方法中总有一个最佳方法 选择最有效的解决问题的方法的五大原则 有效地解决生活中问题的七点经验 努力将时间和精力放到同一个方向上 付出积极的努力，而不是坐待好运从天而降第三章 用好时间，提高工作和办事效率 要成就任何事业，就要懂得该如何利用时间 不要让自己在生活中随波逐渐 只要你愿意稍加改变，就可以赢得更多的时间 拥有更多时间的秘诀 .....第四章 控制感情，使人际关系更加融洽第五章 坚持学习，全面提高自己的能力第六章 注重品德，保持诚实地生活第七章 摆脱失败，把焦点放在未来

<<改变1%改变全部>>

#### 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>