

<<幸福生活从改变习惯开始>>

图书基本信息

书名：<<幸福生活从改变习惯开始>>

13位ISBN编号：9787504472137

10位ISBN编号：7504472131

出版时间：2011-5

出版时间：中国商业出版社

作者：李朝晖

页数：258

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>

## <<幸福生活从改变习惯开始>>

### 内容概要

所有成功人士都有一个共性，那就是基于良好习惯构造的日常行为规律，从他们身上你能发现这样一个共性，那就是良好的习惯。

正是这些好习惯，帮助他们开发出更多的与生俱来的潜能，当然，他们身上也并不一定没有坏习惯，但是一定不会太多。

本书就是站在培养好习惯的立场上，为我们铺就充盈的幸福之路，扫去阴霾。

## <<幸福生活从改变习惯开始>>

### 书籍目录

#### 第一章 让良好的习惯改变生活

四种境界

生命仅需一颗心脏

适合自己的道路

带着志气上路

健康优先于工?

勿做工作狂

休息很重要

每天的问候

快乐是福

快乐的衬衣

随心所欲

相信自己的选择

要沉得住气

拒绝虚荣

换个方向看风景

莫生气

知足常乐

爱的意义

什么是财富

好习惯带来成功

#### 第二章 要有独立自主的思想

走自己的路

坚持原则

了解自己的个性

心有主见

开放心灵

求人不如求己

拒绝平庸

凡事靠自己

发挥潜能

吸取教训

不惧风雨

远离自暴自弃的人

学会思考和衡量

绝处也能逢生

懒惰的代价

勇敢地面对苦难

不要怕跌倒

#### 第三章 掌握思考问题的好习惯

发挥想象力

旺盛的求知欲和好奇心

创造性思维

出卖智慧

思考有意义的问题

<<幸福生活从改变习惯开始>>

换一种思维方式

合作共赢

善于思考

勇于质疑

与强者联合

换位思考

坚定的决心

把握独立思考的机会

有自己的思想

珍惜你正拥有的

让对方有台阶可下

第四章 工作之前调整好心态

乐观还是悲观

不要束缚自己

天生我才必有用

心态决定结果

力量与坚忍

海纳百川的心胸

从烦恼中解脱

平静的心态

理想的住所

战胜弱点

态度就是语言

.....

第五章 做事情之前先做好计划

第六章 以良好的习惯工作

第七章 能否控制情绪是关键

第八章 学会充分利用时间

第九章 任何时候都要坚持学习

第十章 快速适应一切可能的变化

第十一章 良好的交际习惯通向成功

第十二章 绝不能低估说话的艺术

第十三章 好的理财技能受用一生

第十四章 生活中做事的好习惯

第十五章 因为习惯，所以幸福

## <<幸福生活从改变习惯开始>>

### 章节摘录

第一章 让良好的习惯改变生活四种境界一位16岁的少年去拜访年长的智者。

少年问：“我怎样才能变成一个自己愉快，也能带给别人快乐的人呢？”

智者送给孩子四句话。

第一句是，把自己当成别人。

在你感到痛苦忧伤的时候，就把自己当成是别人，这样痛苦自然就减轻了；当你欣喜若狂的时候，把自己当成别人，那些狂喜的心情也会变得平和一些。

第二句话，把别人当成自己。

真正同情别人的不幸，理解别人的需要，而且在别人需要帮助的时候给予恰当的帮助。

第三句话，把别人当成别人。

充分尊重每个人的独立性，在任何情形下都不能侵犯他人的核

领地。

第四句话，把自己当成自己。

因为你爱别人，所以你要爱自己。

少年说：“这四句话之间有许多自相矛盾之处，我怎样才能把它们统一起来呢？”

智者说：“很简单，用一生的时间和精力。”

少年沉默了很久，然后叩首告别。

后来少年变成了中年人，又变成了老人。

<<幸福生活从改变习惯开始>>

编辑推荐

我一个习惯，就会多一次成功的机会。  
多一个习惯，就会多一分成功的信心。  
好习惯成就一生，改变习惯就可以改变人生。

<<幸福生活从改变习惯开始>>

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>