

<<放大你的人生做最好的自己>>

图书基本信息

书名：<<放大你的人生做最好的自己>>

13位ISBN编号：9787504478399

10位ISBN编号：7504478393

出版时间：2012-9

出版时间：中国商业出版社

作者：武庆新

页数：255

字数：220000

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>

<<放大你的人生做最好的自己>>

前言

人生的成功不是一蹴而就的，成长的道路总是充满波折。

要想成就你人生的精彩，放飞自己的人生，展现出最好的自己，就要懂得放大自己的人生，积累人生成长发展的资本，就要懂得如何规划和掌控自己，做最好的自己。

很多时候，你的人生之所以受到种种的局限只是因为你的人缺少规划，缺少设计，缺乏一些必要的储备和积累，不懂得如何放大自己的人生，遇见最好的自己。

所以，你在不知不觉中走了很多的弯路，走了很多的错路，走了很多的冤枉路，以至于自己苦心孤诣，到头来却是竹篮打水一场空。

人生就是一个放大镜，正确地运用这个放大镜，不断地放大自己的优势和价值，才能使自己在自我激励和修炼中完善自己，赢得从容成功的人生。

但是，在现实生活中，在纷繁复杂的事中，很多人不懂得如何驾驭这个放大镜，不懂得如何成就最好的自己。

其实，放大自己的人生就是在人生的征程中，懂得珍爱自己、善待自己、正确摆放自己的位置。

从而顺利地成就自己的人生。

那么，要怎样才能放大自己的人生，遇见最好的自己呢？

答案很简单。

要想赢得你人生的满堂彩，你就要有一颗平常心，就要懂得放低自己的姿态，就要懂得适度的道理，就要坦然接受生活中的一切，就要懂得给自己宽心，就要保持一份积极良好的心态，爱上生命中的不完美。

唯有如此，在人生的征程中，你才能够使自己保持一份最佳的心态和心境，遵行一种最恰当的原则和方法，才能使自己的人生不断地开创崭新的奇迹，成就一个又一个的人生新高度。

本书就立足于人生的成长和发展，以人生的成功和幸福为主旨，深入生活的深处，详尽而细致地解读了人生成功的智慧和塑造最佳人生的必备资本。

另外，本书从遇见最好的自己，生活幸福就是平常心，放低自己的姿态，坦然接受生活所给予的一切等多个方面入手，言简而意赅、深入浅出，对年轻人的成长和发展具有很好的指导作用。

翻开本书，细细品味书中的人生智慧，让本书为你的成功助一臂之力，让你的人生绽放出最美的姿态，让你轻轻松松地迈向人生的顶峰，成就你此生最美的风景。

<<放大你的人生做最好的自己>>

内容概要

《放大你的人生做最好的自己》就立足于人生的成长和发展，以人生的成功和幸福为主旨，深入生活的深处，详尽而细致地解读了人生成功的智慧和塑造最佳人生的必备资本。

另外，《放大你的人生：做最好的自己》从遇见最好的自己，生活幸福就是平常心，放低自己的姿态，坦然接受生活所给予的一切等多个方面入手，言简而意赅、深入浅出，对年轻人的成长和发展具有很好的指导作用。

翻开《放大你的人生：做最好的自己》，细细品味书中的人生智慧，让《放大你的人生：做最好的自己》为你的成功助一臂之力，让你的人生绽放出最美的姿态，让你轻轻松松地迈向人生的顶峰，成就你此生最美的风景。

<<放大你的人生做最好的自己>>

书籍目录

第一章 遇见最好的自己

认识你自己是人生的开端
学会找准适合自己的定位
学会欣赏自己、肯定自己
否定自己就是在扼杀自己
不要轻易拿自己和别人比较
人生总是有诸多的缺憾
承认自己不如人的心态
人要学会自己奖励自己
发挥你自己的潜能
压力是生活得更好的滋养
正确认识和评价你的创造潜力
学会把潜力变成自己的实力
不要被所谓的规则所约束
每一天做一件你害怕的事
学会放下自己的面子
正确对待身边的不公平
学会衡量你真正的价值
最难认识的其实就是你自己
演好属于自己的角色
想获得新生活，就要改变自己

第二章 生活幸福就是平常心

拥有一颗平常心是做人的基准
美好的生活需用平常心来体味
人生学会忽略和放下才能快乐
最重要的事就是每天都过得快乐
用一颗宁静的心笑对人生
追名逐利时应少一点欲念
过分追求物利益会失去自我
把自己估计得太高只会跌得很重
攀比会让你失去生活的乐趣
不要过于表现自己
做人不要得意就忘形
凡事不要太张狂
不要轻易地指责别人
不要处处和他人抬杠
吃亏是福，要懂得平常心对待
不要用自己的要求去衡量别人
宁可装傻，也不要自作聪明
生活中没有迈不过去的坎
让自己拥有一份好心情

第三章 放低姿态才能人生畅达

低调是人生的大智慧
身处低谷也是一种机遇
放低姿态才能成为永远的胜利者

<<放大你的人生做最好的自己>>

耐心接受考验是低调的法则

人在檐下要懂得低头

放下架子，做好从零开始的准备

懂得把自己放在较低的位置

低姿态要懂得不能妄自菲薄

放低姿态，谦和做人

第四章 凡事要懂得适度

贪婪的欲望往往适得其反

无克制的欲望只能自取灭亡

吝啬会使你失去很多美好的东西

生活简单就是享受

不要被自己的虚荣奴役

幸福源自于生活中的琐事

第五章 坦然接受生活给予的一切

懂得坦然地面对生活

不要为失去的东西滋生苦恼

懂得解放自己的人才能成就人生

人生载不动太多的负荷

名利是身外之物

过度的担心只会增加心灵的负担

不要再去追悔已经过去的生活

逆境是人生的宝藏

人生要懂得放弃

不要忧虑，让自己快乐起来

不要再对生活厌烦不满

第六章 成就圆满人生要懂得宽心

不要妄想给生活贴上顺畅的标签

多向自己说几个“没什么”

不要让情绪牵着自己的鼻子走

不要被消极的思想套住

优秀的人才常出于逆境

不要让自己的生活关上窗

自省是实现突破的利刃

困境面前要学会转换一下思路

怀有一颗对自己的宽恕之心

让自己的心情充满阳光

不要沉溺在以往的错误中

学会从失败中吸取教训

别老跟自己过不去

别因别人的眼光而自寻苦恼

徒劳的抱怨只能使自己更疲惫

学会舍掉一些无谓的忙碌

不要让烦恼的“胆汁”越来越浓

不要为明日的烦恼而忧虑不安

学会遗忘是成功和快乐的关键

第七章 做自己的主人，保持良好的心态

以积极的心情来迎接生活

<<放大你的人生做最好的自己>>

每一件事都有值得你感激的地方
乐观开朗的人才是真正的强者
消极的心态是一剂慢性毒药
学会化解生活中的不幸
顽强的意志力是天才的基本特征
超越自我是生命本质的要求
强大的自信是成功的基石
成功者只比失败者多走了一小步
学会正确地面对和战胜逆境
人生之路不可能永远平坦
能改变的是自己的态度
做足各种准备，学会提升自己
关键是要有豁达的胸怀
让自己生活得轻松些
沉稳的心态要懂得以退为进
第八章 爱上生命中的不完美
人生是没有十全十美的
残缺也是一种美
因为缺憾你的人生更成功
正确看待人生的悲欢离合
以自嘲的方式来对待不完美
聪明的人懂得睁只眼闭只眼
懂得知足才能感受到快乐
正视缺憾，不要过于追求完美

<<放大你的人生做最好的自己>>

章节摘录

版权页：认识你自己是人生的开端 认识你自己，相传是刻在德尔菲的阿波罗神庙的三句箴言之一，也是其中最有名的一句。

另外，尼采在《道德的系谱》一书中也说：“我们无法避免跟自己保持陌生，我们不明白自己，我们搞不清楚自己，我们的判词是：‘离每个人最远的，就是他自己。’

对于我们自己，我们不是‘知者’……”确实如此，人生最大的难题也是最重要的一步就是认识你自己，客观准确地认识自己才能给自己的人生开启一个良好的起点，才能在自己人生的征程中获得长足的发展和进步。

只有客观准确地认识自己、评价自己，你才能坦然面对人生的得失成败，才能准确迅速地抓住人生的每一次机会，成就自己靓丽的人生，为自己开启一个崭新的未来。

在我们的生活中，我们常常会见到这样的人，当谈到某位企业家、著名影视明星时，他们总是赞不绝口，露出羡慕的神色。

可是当论及自己的时候，他们往往会心灰意冷，对自己缺乏正确的认识和评价，有的人认为自己天生愚钝，没有好的命运没什么可以成就大事的机会；有的人认为自己没有好的运气，没有可以依靠的社会关系从而不能施展自己的手脚。

其实，这就是没有正确客观地认识自己的缘故。

客观准确地认识自己，评价自己，是你人生的开端。

只有端正对自己的认识，克服对自己的偏见，摆脱自我消极心理的影响，才能充分挖掘出自己的潜力，实现自己最大的价值，否则你就只能在自怨自艾中空耗青春，虚度人生。

对于大多数成功的人来说，他们都会表现出一种现实的自我觉察，能够对自己有一个清晰而准确的认识和评价，他们能够把自己和他人区分开来，能够正确认识由于遗传或其他环境因素给自己造成的缺陷和不足。

所以，他们不会因为自己的一点点缺憾和不足而心灰意冷、自怨自艾，不会因为自己的一点点成绩而沾沾自喜、忘乎所以。

他们能够妥善地处理好自己与他人的关系，平衡自己的心绪。

另外，成功者还有着非凡的能力去认识他们与周围环境的关系，去认识每天影响着自己生活的人和事。

他们懂得，“适应”是精神上和肉体上获得成功的钥匙。

所以，他们的生活非常安逸，非常舒适自然。

现实的自我觉察使成功者能够了解自己是什么样的人，了解自己在生活现实中所扮演的角色、潜在能力和将来要承担的角色及要达到的目标。

他们从经验中，或凭借着洞察力、反馈信息、判断能力，不断学习和加深对自己的了解。

他们在生活中不是单靠出力气做事，而是时常开动脑筋，避免发生错误并且及时弥补不足。

<<放大你的人生做最好的自己>>

编辑推荐

《放大你的人生,做最好的自己》旨在让你的人生绽放出最美的姿态,让你轻轻松松地迈向人生的顶峰,成就你此生最美的风景。

<<放大你的人生做最好的自己>>

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>