

<<专心>>

图书基本信息

书名：<<专心>>

13位ISBN编号：9787515702063

10位ISBN编号：7515702060

出版时间：2012-8

出版时间：海潮出版社

作者：姜越

页数：246

字数：230000

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>

<<专心>>

内容概要

姜越主编的《专心——车不能赴两途》内容简单明了，语言通俗易懂，其中不乏各种事例，令人回味无穷。

《专心——车不能赴两途》共分为心无旁骛、事预则立、善抓重点、排除干扰、拒绝拖延、一丝不苟、执著专注、严谨认真八大部分，旨在告诉读者，做一个专心之人要比做一个三心二意之人更容易受到他人的欢迎，也更容易走向成功。

<<专心>>

书籍目录

第一章 心无旁骛——精力集中方成大事

集中精力做好每一件事

一次只做一件事

做事不要三心二意

专心于一个目标去执行

集中精力，全力以赴

专注一事，直至成功

静下心来，持之以恒

做事切忌时断时续

专注是成大事者的秘诀

第二章 事预则立——先定大局谋而后动

凡事预则立，不预则废

计划具体，成功越大

有条理就会有效率

做事一定要谋定而后动

提前规划，方能事半功倍

事前谋划好，难处不慌张

不要跟着感觉走

做事不可急功近利

制订计划，做事才能有条不紊

第三章 善抓重点——分清主次有缓有急

不能眉毛胡子一把抓

做事就要做到点子上

先做重要而急迫的事

抓住关键，效率才能高

难做的事，先从容易处去做

抓住重点，把复杂的工作简单化

把80%的精力放在重要的事情上

第四章 排除干扰——简化生活拒绝诱惑

排除干扰，克制自我

专注内心，拒绝烦扰

摆脱琐事，专注目标

远离贪婪，净化自我

淡泊名利，甘于寂寞

抛却杂念，直指目标

坚守原则，永不逾矩

丢弃欲望，知足常乐

舍弃纷扰，顺应自然

第五章 拒绝拖延——今天之事莫推明日

改变拖延的陋习

拖延的结果是平庸

请现在就付诸行动

行动孕育信息

成功关键在于行动

拒绝拖延，立即行动

<<专心>>

日事日毕，日清日高
切忌拖延，远离懒惰
行动快捷，方出效率
拖延是走向失败的温床

第六章 一丝不苟——细节决定事业成败

成功源于“细节”
细节到位，执行到位
注重细节，善抓小事
缜密不漏，落实到位
抓住细节，改变命运
一丝不苟，精益求精
倾尽全力，狠抓细节
小事认真，大事才会卓越
魔鬼在细节之中

小事不能小视，细节方显魅力

第七章 执著专注——咬定青山绝不放松

用执著闯出一片天地
涓滴之水终可磨石
锲而不舍，创造奇迹
执著专注便是认真
做事一定要有恒心
凡事都不可半途而废
一定要有一股子“牛劲”
不放弃，就有一丝希望
在逆境中绝不放弃
性格坚韧，跌倒了爬起来

第八章 严谨认真——态度比能力更重要

态度决定着你的
简单的事也要认真做
责任比能力更重要
尽职尽责，严格把关
天道酬勤，“笨鸟先飞”
态度认真，用心去做
只有爱岗，才能敬业
态度端正，真抓实干
认真的人必定积极上进
使自己成为一个认真的人
态度认真负责，才能执行到位

章节摘录

集中精神做好一件事 认真、专注地做好每件事，是成功者获得成就的秘诀。很多时候，我们失败的原因之一，是因为我们不够专注，没有状态，没有做好自己的角色。

经济学中有一个手表定律，说的是：如果你只有一只手表，那么你就可以知道是几点；如果你拥有两只或两只以上的手表，就无法确定是几点。两只手表并不能告诉你更准确的时间，反而会让你无法做出准确的判断。

手表定律给我们这样的启示：做事情，我们不能同时设定两种不同的目标，否则便会不知如何是好，感到无所适从。

集中精力做好一件事，通常更容易取得成功。

曾有人问爱迪生：“您认为成功的第一要素是什么？”

爱迪生回答说：“能把你身体与心智的能量锲而不舍地运用在同一个问题上而不会厌倦的能力……你整天都在做事，不是吗？

所有人都是这样。

如果你早上7点起床，晚上11点睡觉，你工作了整整16个小时。

对大部分人来说，他们肯定是一直在做一些事，但区别在于，他们做很多很多事，而我却一直只做一件事。

任何一个人，若想出色地完成工作，拥有一份成就感，那么就得挥刀斩去各种各样的困扰。很多失败者，他们不是没有才能，而是不能专注于同一件事情。

如果把那些私心杂念全部剪除，下定决心把所有的精力集中在一件事上，将来他们肯定会惊讶这朵成功之花竟会如此娇艳。

美国纽约一家公司在招聘雇员时，特别注重考察应聘者专心致志的工作作风。通常在应聘者通过各种测试后，最后一关会由总裁亲自考核。

现任经理莱恩在回忆当时应聘时的情景时说：“那是我一生中最重要的一个转折点，一个人如果没有专注工作的精神，那么他就无法抓住成功的机会。”

事情虽然过去很久了，但莱恩依然清楚地记得，那天面试时，公司总裁找出一篇文章对他说：“请你把这篇文章一字不漏地读一遍，最好能一刻不停地读完。”

说完，总裁就走出了办公室。

莱恩想：“不就是读一遍文章吗？这太简单了。”

他深呼吸一口气，开始认真地读起来。

过了一会儿，一位漂亮的金发女郎款款而来，“先生，休息一会吧，请用茶。”

她把茶杯放在茶几上，冲着莱恩微笑着。

莱恩好像没有听见也没有看见似的，还在继续读。

又过了一会，一只可爱的小猫伏在了他的脚边，用舌头舔他的脚踝，他只是本能地移动了一下他的脚，丝毫没有改变他的阅读速度，甚至不知道有只小猫在他脚边。

那位漂亮的金发女郎又飘然而至，要他帮她抱起小猫。

莱恩还在大声地读，根本没有理会金发女郎的话。

读完了，莱恩松了一口气。

这时总裁走了进来问：“你注意到那位美丽的小姐和她的小猫了吗？”

“小姐和小猫有来吗？”

莱恩不知所以地说道。

总裁又说道：“那位小姐可是我的秘书，她请求了你几次，你都没有理她。”

莱恩很认真地说：“你要我一刻不停地读完那篇文章，我只想如何集中精力去读好它，这是考试，关系到我的前途，我没必要关心一些对我没用的事情。”

……

<<专心>>

<<专心>>

媒体关注与评论

如果一个人不知道他要驶向哪个码头，那么任何风都不会是顺风。

——小塞涅卡 只要专注于某一项事业，就一定会作出使自己感到吃惊的成绩来。

——马克·吐温 专注、热爱、全神贯注于你所期望的事物上，必定有所收获。

——爱默生

<<专心>>

编辑推荐

滴水穿石，功在水滴的专注；铁杵成针，贵在磨针人的执着、生命之路总有无奈，而执符与专注却让它更加精彩、没有相对的永恒，专注才是永远.....

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>