

<<拆掉你心里的墙>>

图书基本信息

书名：<<拆掉你心里的墙>>

13位ISBN编号：9787515802534

10位ISBN编号：7515802537

出版时间：2013-1

出版时间：中华工商联合出版社

作者：李明龙

页数：213

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>

## <<拆掉你心里的墙>>

### 前言

在当前社会的激烈竞争中，人人都渴望成功，可是所谓“显赫”的成功只是属于少数人，更多的人则归于平淡。

成功除了与自己的辛勤劳作有关，更与自己敏锐的思维分不开。

简单说，成功者就是当心头被困难这堵“墙”堵住了时，想办法将这堵“墙”拆除，或者绕了过去的人；失败者就是那些撞在了“墙”上，还不服气，站起来继续往“墙”上撞，第二次，第三次……最后头破血流的人。

如果能够提前看清楚自己的心中有堵“墙”，做好绕开的准备，也许就不会出现头破血流的现象；如果第一次撞了“墙”后及时修正自己的思想，改变方向，也许就不会出现第二次、第三次……撞“墙”；如果能够拆除“墙”当然是最好的做法了。

如果不将这“墙”拆除，万一哪天再次经过这里，又遇到这堵“墙”怎么办？难道再次绕开？人生走的路很多，反复走的路更是多，如果每条道路上都留下一堵“墙”，有一天你会发现自己的心已经被遗留下来的“墙”团团包围，形成“井底之蛙”的现状。

此时，要想跳出“井”那可得费大力气了，与其这样，还不如及时清除心里的“墙”，不留下一点儿变成“井底之蛙”的机会。

那么如何做到这点呢？首先，了解社会上人们普遍性的职业病，看看自己有没有，有则改之，无则加勉；其次，有一个积极快乐、奋发向上的心态，心态决定一切，如果整天处在郁闷、消极的状态中，成功就会远离你；另外，还得明确自己的目标和方向，在向着目标前进时，定期调整自己的方向，不要在前进时忘记了方向，迷失了自己；要想进步，还要学会创新，墨守成规只能是原地踏步，甚至倒退，创新的前提就是要敢于冒险，敢于尝试，敢于打破常规；最后，不得不强调的一点，就是要克服自己身上的毛病，不要让这些小毛病，毁掉自己的一生……总之，本书囊括了生活的方方面面，语言生动活泼，边调侃边摆事实讲道理，不乏趣味性和娱乐性，并有较强的实用性。

希望读者朋友们笑着读完本书，从中悟出一些道理，并应用在自己的生活里。

## <<拆掉你心里的墙>>

### 内容概要

要想叩开成功的大门，就要拆掉传统思维里的那道墙。  
让心灵走出樊笼，人生才能豁然开朗。

本书涉及了社会生活的方方面面，语言生动活泼，边调侃边摆事实讲道理，不乏趣味性和娱乐性，以较强的实用性助你寻找心路，转换心念，走向心的幸福彼岸。

## <<拆掉你心里的墙>>

### 书籍目录

#### 第一章 你是否有现代人的通病?

人，不能被自己困住  
坐等时间不如抓住现在  
锲而舍之，还是锲而不舍?  
现代上班族的心理危机  
压力大?教你减压五法  
解决你的人际关系困扰  
职场人为何缺乏安全感?

#### 第二章 换一种心态，换一种生活

其实，生活本身并不累  
知足在当下，快乐就在当下  
面向太阳，就不会看到阴影  
好心态决定好思路  
积极心态成就灿烂人生  
勇敢生活，别跟自己过不去  
掉泪未必不是真丈夫

#### 第三章 做自己人生的主人

任何时候不要丧失自我  
人，要活出自己的个性  
人生，由我们自己做主  
自知照亮自己的天空  
潜能等待着自己去发掘  
摆脱心灵枷锁，才能找到出路  
学会自制将受益无穷

#### 第四章 给自己一个追求的目标

有目标才不会“迷路”  
目光要长远，目标要远大  
目标要化整为零，循序渐进  
目标是灯塔，激情是燃料  
选对目标，正确地去努力  
目标要实际，勿好高骛远  
规划好你的人生蓝图

#### 第五章 用热忱点燃成功的火焰

热忱是股伟大的力量  
用热忱之心对待工作  
充满热忱的人才会成功  
热忱能带来更多机会

#### 第六章 相信自己，力量就在心中

#### 第七章 敢于向一切困难挑战

#### 第八章 学会选择，懂得放弃

#### 第九章 合作才能获得成功

#### 第十章 别让坏习惯毁掉人生

#### 第十一章 与人为善，人脉无限

#### 第十二章 成功者是善于思考的人

#### 第十三章 创新是成功的重要途径

<<拆掉你心里的墙>>

- 第十四章 方法决定你的命运
- 第十五章 大胆尝试，改变一切
- 第十六章 别让机会从手中溜走
- 第十七章 向着成功，迈出第一步

## <<拆掉你心里的墙>>

### 章节摘录

版权页：一天，曼德拉看到牢房门口的一块岩石，上面只有一点随风吹来的尘土。

曼德拉有了主意：借着放风的机会，他用手掌把岩石上的尘土带进牢房。

三个月时间过去了，他收集了巴掌大的一些尘土。

随后，他又匀出自己很少的饮用水浇在尘土上。

过了两个月，尘土上竟然长出了一块苔藓。

这久违了的绿色，是牢房里的又一个活生生的生命……就是靠着这块毫不起眼的苔藓，曼德拉终于活了下来，并被誉为“世界上拥有最强大的心灵的人”。

很多时候，我们可能在客观环境上完全受制于人，但主观意识却是独立的，由此便可自行决定外界刺激对我们自己的影响。

禅宗强调：“依靠自心见性，依靠自力修行。

”在现实生活中，凡事都要积极主动地依靠自己的智慧和能力去寻求解决的办法。

人生，应该由我们自己做主。

学会做自己的主人，我们的人生航船才不会大起大落——纵然风起潮涌，也仍然能坚定自己的航向，最终享受自己的成功。

自知照亮自己的天空 古人云：“人贵有自知之明。

”自知，即认识自己，了解自己。

自知之明，是人们对自我的正确认识，也是成功的重要条件之一。

认识你自己，找到最适合你的位置，开发属于你的领域，这是走向成功的一条捷径。

每个人从懂事时起，就会问自己这样的问题：我是谁？

从哪里来？

到哪里去？

这些问题是人生中最复杂的问题，却又是人们必须要面对的问题。

其实，人生的许多问题都在一定程度上决定于我们是否能正确认识自己。

例如，我们只有正确认识自己，才能决定从事什么职业、做什么工作。

如果我们选择错了职业，即使再努力工作，也只能碌碌无为。

相反，如果我们能选择适合自己的事业，便能在这份事业上获得成功。

华裔科学家、诺贝尔奖获得者杨振宁的成功正说明了这一点。

1943年，杨振宁赴美留学，他立志撰写一篇实验物理论文。

于是，由费米教授安排，他跟有“美国氢弹之父”之誉的泰勒博士做理论研究，并成为艾里逊教授的6名研究生之一。

在实验室工作的近20个月中，杨振宁成为艾里逊实验室流行的一则笑话的主人公：“凡是有爆炸的地方，就一定有杨振宁！”

”杨振宁不得不正视自己：动手能力比别人差！

在泰勒博士的关怀下，经过激烈的思想交锋，杨振宁放弃了写实验论文的打算，毅然把主攻方向调整到理论物理研究上，从而踏上了成为物理界一代杰出理论大师之路。

试想，如果杨振宁坚持写实验论文，恐怕他的名字至今还是一个籍籍无名的符号。

毫无疑问，只有清楚地认识自己，找到与自己的素质相对应的目标，才能攻其一点，攻出成果，并由此及彼，不断扩大。

“认识自己”被公认为是人类最高智慧的结晶。

认识自我是认识世界的先决条件，同时也是自我成功的起点。

只有在认识了自己之后，一个人才能自信起来，坚定起来，成为有韧性有战斗力的强者。

## <<拆掉你心里的墙>>

### 编辑推荐

《拆掉你心里的墙》是受益一生的心理修炼课，是幸福人生的开窍智慧书。

<<拆掉你心里的墙>>

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>