

<<一个月改掉一个坏习惯>>

图书基本信息

书名：<<一个月改掉一个坏习惯>>

13位ISBN编号：9787801753649

10位ISBN编号：780175364X

出版时间：2005-12

出版时间：长安出版社

作者：冰凝

页数：199

字数：110000

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>

## <<一个月改掉一个坏习惯>>

### 内容概要

卡耐基曾经说过：“紧张是一种习惯，轻松也是一种习惯，坏习惯可以改掉，好习惯也可以建立。”人的一生就像一颗流星，转瞬即逝，为什么不选择轻松而选择紧张呢？就像习惯的生成，拥有好的习惯还是坏的习惯，只在你一念之间。

但是有一点不是你的意志可以左右的，那就是习惯对你一生的影响。

所罗门国王说过：“万事皆因小事而起，你轻视它，它一定会让你吃大亏的。”

因此。

坏习惯不论大小，都应坚决摒弃，以免小节不拘伤大节。

千万不要让坏习惯左右你的一生，它将彻底毁灭你。

一个月轻轻松松地改变一个坏的习惯，在新的一年里到来时，你会发现自己有了多么巨大的改变。

你的人生将会因这种改变而成功长伴、永沐春风。

## &lt;&lt;一个月改掉一个坏习惯&gt;&gt;

## 书籍目录

一月：赶快行动——改掉“懒惰”的坏习惯 阳光一月 加快脚步 成事在勤 主宰自己的生活 主动挽起机会的手臂 做事多动脑 拖延让岁月消沉 选择现在马上行动  
二月：走出低谷——改掉“郁闷”的坏习惯 阴郁二月 甩下包袱 没有什么大不了的 摆脱束缚拥抱自由 带上一颗心去流浪 时间可以化解一切烦恼 给生活加一点点糖 快乐就在身边  
三月：彰显个性——改掉“跟风”的坏习惯 阳春三月 别跟着当傻瓜 不要恣意模仿 别失去自己 相信自己 做你自己 喜欢就去做 发挥自己的优势  
四月：顶天立地——改掉“依赖”的坏习惯 “自渡”四月 独立是强者的特质 靠我们自己 养成自我决策的习惯 把握自己的人生 对自己负责 撑起自己的一片天 相信自己可以做好  
五月：真爱无价——改掉“冷漠”的坏习惯 浓情五月 爱的链条 一生能穿几双鞋 生命的真谛 善待他人 索取与奉献 用爱征服世界  
六月：相信你“能”——改掉“自卑”的坏习惯 自信六月 战胜自卑 用自信开发潜能 要敢想敢做 你就是伟大的奇迹 肯定自己的价值 做最好的自己 自信是成功的先决条件 用补偿心理超越自卑  
七月：让梦飞翔——改掉“浑浑噩噩”的坏习惯 璀璨七月 有梦想的人生走得最远 坚守梦想 播种想象的种子 捕捉每一个梦想的火花 有梦想就有希望 逐梦  
八月：心若平镜——改掉“浮躁”的坏习惯 空灵八月 靠自制战胜浮躁 不要急于求成 自傲者轻浮 谦虚让你终身受益 不要做一块“浮萍” 稳健与浮躁  
九月：锲而不舍——改掉“浅尝辄止”的坏习惯 金色九月 成功源于坚持 换条路继续走 永不放弃 贵在坚持 不要轻言放弃 始终保持一种热情 把“毅力”当成一种习惯 信念使你更加执著  
十月：信誉是金——改掉“食言”的坏习惯 清秋十月 诚实的花 一诺千金 诚信做人 “信誉”成就大业 “信誉”是你的财富 养成“不轻易承诺”的习惯  
十一月：谋事如棋——改掉“无计划行事”的坏习惯 冬日战歌 计划实现梦想 做一个优先顺序表 学会统筹规划 成功源于周密的策划 不要眉毛胡子一把抓 目标是计划的起点 计划要有重点 别在一棵树上吊死  
十二月：鼎故革新——改掉“墨守成规”的坏习惯 岁末“盘点” 你一样可以创新 “刷新”你的脑子 不妨转换一下思路 创造源于创新 不要陷入经验的迷宫 异想天开是成功者的习惯 培养一双善于发现的眼睛

<<一个月改掉一个坏习惯>>

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>