

<<自我和谐>>

图书基本信息

书名：<<自我和谐>>

13位ISBN编号：9787111211655

10位ISBN编号：7111211650

出版时间：2007-4

出版时间：机械工业

作者：陈德云

页数：161

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>

<<自我和谐>>

内容概要

和谐社会需要个人的自我和谐。

只有自我和谐，才能推动整个社会的和谐发展，才能使个人在生活和事业上取得“双赢”，并使个人有可能向更高的职业目标迈进。

本书既是一套有关个人成长的培训教材，也是一套成就自我的系统工具。

通过阅读本书，可使社会中的个人从认识自我到实现卓越人生，理解自我和谐的核心意义和价值，在身体、情感、思想、精神方面平衡自我，达到和谐人生。

<<自我和谐>>

作者简介

陈德云，香港行动成功国际教育集团训练导师，2006第二届华人“亚洲十大杰出培训师”，全球华人NLP协会秘书长，NLP国际商学院授权导师，中国大学生成功素质训练发起人，全国百所大学成功者协会特邀顾问。

陈德云先生是一位杰出的NLP训练导师。
他坚守的培训理念是“

<<自我和谐>>

书籍目录

序一 奇迹不奇 序二 平衡才能持久 序三 黑气球能飞起来吗 前言 第一章 如何运用本书——指导你如何训练自己 第二章 认识自我——积极主动的原则 一 认识自我的源头 二 翻开自己的说明书 三 读懂你自己的说明书 四 认识自我的核心——由消极被动到积极主动 第三章 重建自我——自我领导的原则 一 重建自我的前提 二 重建自我的切入点 三 重建自我的核心——习惯的力量 四 重建自我的方向及规律 第四章 超越自我——自我管理的原则 一 你是否生活在浓雾之中 二 你在生命中所扮演的角色 三 确定你人生的罗盘——价值观 四 整合你的角色、价值观与使命 五 发现你人生的使命宣言 第五章 自然规律与人生法则——获得均衡人生的原则 一 自然规律与人生法则的源头：水知道生命的答案 二 自然规律与人生法则之一：变化 三 自然规律与人生法则之二：相互依存 四 自然规律与人生法则之三：成长 五 自然规律与人生法则之四：秩序 六 自然规律与人生法则之五：平衡 七 自然规律与人生法则之六：四季 八 自然规律与人生法则之七：对立 第六章 自我超越——向上向善的原则 一 何谓自我超越 二 怎样才能跨入自我超越的境界 三 如何调动生命能量进行自我超越 四 心灵能量分布 第七章 身心合一——心灵宁静的原则 一 让心灵呼吸宁静 二 心灵的宁静 三 非宁静无以致远 四 身心合一以致远 五 每天心灵净化练习 第八章 卓越人生——平衡与和谐的原则 附录 后记 感恩的心

<<自我和谐>>

章节摘录

插图

<<自我和谐>>

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>