

<<博赞应变术>>

图书基本信息

书名：<<博赞应变术>>

13位ISBN编号：9787508635286

10位ISBN编号：7508635280

出版时间：2012-10

出版时间：中信出版社

作者：东尼·博赞

页数：302

字数：245000

译者：索析

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>

## <<博赞应变术>>

### 内容概要

变化是生活本身固有的特征。  
不管我们喜欢还是厌恶，周围的一切和我们自己的内在都在变化。  
接受改变是人生所有伟大经历中最自然而然的一部分。

东尼·博赞运用高效的思维导图和大脑思维技巧，让你真正了解什么是改变的内核，赋予你直面变化的强大信念和改变未来的非凡能力

你可以选择属于你自己的个人应变系统，为你提供参考帮助，在改变的各个阶段激励你。

在这本风靡全球的新著中，你还会找到博赞独创的应变思考商(CTQ)，它将帮助你步步提升，并始终走在人生的正轨上。

你还将看到自己的力量有多么强大，你的个人影响力又是多么伟大，人生中每时每刻的变化都将成为自我发展的良机！

最重要的是，你将了解到如何才能最大程度地开发你的思维，释放你内心最隐秘的思想、梦想和野心

。

## <<博赞应变术>>

### 作者简介

东尼·博赞 (TONYBUZAN)，1942年生于伦敦，1964年毕业于英属哥伦比亚大学，获得心理学、英语语言学、数学和普通科学等多个学位。

大脑和学习方面的世界超级作家，出版了80多部专著或合著，系列书销售量已达到1000万册。

全球的公众媒体人物，在英国和国际电视台出现的累计时间超过1000个小时。拥有超过3亿的观众和听众。

大脑和学习方面的世界顶尖演讲家。  
被称为“智力魔法师”、“世界大脑先生”。

世界记忆力锦标赛的创始人，世界快速阅读锦标赛的创始人，脑力奥林匹克运动会的创始人。

## <<博赞应变术>>

### 书籍目录

#### 第一部分 何为改变

1 改变的本质

2 你独特的“ 应变管理系统 ”

3 你的应变态度

博赞应变工具：

1. 你的应变思考商(CTQ)

4 你应变的愿景

博赞应变工具：

2. 愿景与专注力

5 如何改变

博赞应变工具：

3. TEFCAS

#### 第二部分 领悟改变

6 自体感受： 如何改变你的世界

博赞应变工具：

4. 思维导图

7 选择你的未来

博赞应变工具：

5. 积极性思考

8 应变大师们是如何改变世界的

博赞应变工具：

6. 你的应变大师智库

9 人生的应变：

如何使用应变日志

博赞应变工具：

7. 你的应变日志

#### 第三部分 人生规划

10 改变你人生的天平

11 商务变革

12 人与人关系的应变本质

13 岁月的领悟

后记

拥抱你的未来

## &lt;&lt;博赞应变术&gt;&gt;

## 章节摘录

1 改变的本质 字典里对于“改变”的解释是：变动，使之与原来不同；兑换，以得到其他东西；从一种状态到另一种状态；交换。

这是多么激动人心，多么自由开放，有时候又是多么棒的一个词啊！无论我们是否喜欢，但我们确实每时每刻都在改变，我们的社会、我们周围的环境、我们这个星球以及整个宇宙本身皆是如此。就在你读这本书的时候，你的身体也在发生变化：你的身体正在消化、吸收你刚吃的食物里的营养，而你的思维也在积极地活动、发展着——吸收并理解书面上的文字，按照你的需求在你脑海中形成你的观念。

你的眼睛每读取书上的一个字，你的大脑都在发生着改变。

此时此刻，你正在阅读的大脑将会和下一秒钟不同，而且在你余生的每一秒钟，你的大脑都在持续不断地发生着改变。

即使在你睡觉的时候，细胞也在你体内重生。

事实上，你已经不是昨天的那个你了，你正在成为明天你将成为的你。

无论你怎么抵制，都不可能阻止你的改变。

从受精卵开始，我们每个人都在长大。

在变老。

这一有机进化的过程也意味着，我们有无限机会，使自己得到提升和进步！想想自然界在受到威胁的时候有着多么惊人的自我改变能力吧！大自然受到了无止境的环境污染、山林毁坏以及其他的灾难性影响，却还是能够存活下来，且愈加美丽。

自然界为我们提供了无穷无尽的视觉证明——改变可以是一个提高与革新的过程。

这同样也适用于人类。

对于成长和改变，我们有着无限的潜能。

然而具有讽刺意味的是，总是要到我们陷入困境或感到恐惧时，才会深入挖掘我们最大的潜能，并企图改变局面。

即便如此，…… P4

## &lt;&lt;博赞应变术&gt;&gt;

## 后记

你已经来到了本书的最后部分了，你将继续你那不断改变的旅程，那是你未来的人生。读完这本书之后，你就会用一种提高的能力去像一个应变体和应变大师一样去铸造、雕刻并指导你的人生，走向你的未来。

现在的你在人生的旅途中有了一个已经得到提高的终极应变体——你的大脑，作为你的武装。你有了一个越来越适宜且有灵活性的思维和身体，有了进步的自尊，还有，作为你旅途的同伴，你还有了各种应变的工具。

你的应变思考商会为你提供一个时刻在进步的基础，你可以在此基础上加速你积极的应变。你那越来越精良、越来越清晰的愿景会像一盏指明灯一样，时刻吸引你，使你朝你的目标加速前进，同时也能帮助你克服应变过程中的种种困难。

TEFCAs是来自宇宙、基于物理基础的礼物，它能使你数以亿万倍地扩大由你的感官所接收到的信息，指引你向着你的愿景靠近。

思维导图是你的终极思考工具，是你记录你的应变日志的主要工具，它能帮助你做记录，明确显示你的应变工具对你人生的成功所产生的影响。

积极性思考会将你的脑细胞——你的终极劳动力排成直线，它们现在都在为你工作。

伴随着所有这些，像一个真正的思维战士一样行动的是代表你的应变大师：强大的应变大师智库将继续增强你的热情、你的承诺、你的创造力、你的毅力以及忍耐力。

他们也会帮助你在追逐成功的时候为你分担风险。

他们将进一步、不断地提供给你积极的人生风景，同时给你无数愉快、搞笑和欢乐的时光。

你越来越活在当下，你也就越来越活出永恒。

你是那个宇宙飞船的船长，那个飞船就是你的身心，它被你当下不断增强的精力和热情所驱动。

整个宇宙都在期待你的降临!

<<博赞应变术>>

编辑推荐

《思维导图系列:博赞应变术》编辑推荐：只有掌控变化，你才能掌控未来！

<<博赞应变术>>

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>