

<<给大脑洗个澡>>

图书基本信息

书名：<<给大脑洗个澡>>

13位ISBN编号：9787800848889

10位ISBN编号：7800848884

出版时间：2007-1

出版时间：金城出版社

作者：隋晓明

页数：349

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>

## <<给大脑洗个澡>>

### 内容概要

当你的心不堪重负的时候，何不暂把一切尘埃拒之门外，给自己寻找一个让灵魂喘息的机会，在冷静的反思中给大脑洗个澡！深夜的凉风可以清醒你的灵魂，而反思中的灵魂可以放松你负重的身心，活得很累的时候，不如找个空间，让大脑片刻地歇息，然后再意气风发地迎接新的挑战。这样，即丰富了你的经历，又增加了人生的亮度和厚度。

人生一时的不如意，不代表一生都将永远不快乐；一度的陷入困境，不代表永世都无法抽离。有时只要在关键的时刻，为大脑洗个澡，让想法改变一下，生命就会有所不同。而那时，你将会发现，成功原来是如此简单。

## <<给大脑洗个澡>>

### 书籍目录

#### 第一章 主宰你的性格

- 积极的心态决定人生胜负
- 自信是成功的第一秘诀
- 避免与他人争论
- 学会自我反省
- 学会拒绝
- 自制是一种美德
- 不要打断别人说话
- 保持自己的本色
- 开发自己的想像力
- 每天做好一件事
- 没有任何借口
- 守信
- 小节不可小视
- 不要做不值得做的事情
- 好习惯是一生的财富

#### 第二章 提升你的价值

- 不要“降价处理”自己
- 不要轻易放弃
- 做个耐心的人
- 学会创新
- 你也应该有个梦
- 依赖是一种束缚
- 爱上你的工作
- 成功需要一定的野心
- 请记住别人的名字
- 锋芒不可太露
- 做最坏的打算
- 每天给自己一些挑战
- 修建自己的码头

#### 第三章 锻炼你的能力

- 别太在意小事
- 弱者等待机会，强者创造机会
- 给别人留足面子
- 站在对方的立场上
- 敢于冒险
- 现在就去行动
- 唯有埋头，才能出头
- 换个角度看问题
- 善待他人就是善待自己
- 把最重要的事情放在前面

#### 第四章 点燃你的热情

- 用热情去感染他人
- 把自卑丢得越远越好
- 从错误中汲取营养

## <<给大脑洗个澡>>

天生我材必有用  
激发你自己的潜力  
找到忧虑清除剂  
适时知难而退  
善于与人合作  
不要表现得比别人聪明  
一切从友善开始  
用灿烂的微笑温暖别人

### 第五章 辉煌你的资本

宽容是一种力量  
要有感恩的心态  
把失败踏在脚下  
小不忍则乱大谋  
做人有时不要太老实  
防人之心不可无  
居安思危  
得意不要忘形  
坚强也是一种谋略  
保持一颗平常心  
吃亏是福  
明智选择，勇于放弃  
谦虚不仅仅是美德

### 第六章 克服你的缺陷

别为打翻的牛奶哭泣  
不要犹豫不决  
永远不要说自己做不到  
不要隐藏自己的过错  
学会休息  
天下没有白吃的午餐  
缺陷并不是绝境  
做人带点糊涂  
找准自己的位置  
专注做手上的事情  
要有点阿Q精神  
言语行事皆须审慎

### 第七章 扮靓你的形象

良好的形象能成就你的一生  
注意良好的第一印象  
穿着打扮有讲究  
塑造自己良好的形象

### 第八章 掌握你的时间

时间究竟是什么  
一生最富有也最稀缺的资本  
认真活在今天  
守时  
成功从管理时间开始  
将时间做最有效的投资

## <<给大脑洗个澡>>

用好零散时间

省时之道

### 第九章 练好你的口才

口才是利器法宝

三寸之舌强于百万雄师

口才就是领导力

营销全凭一张嘴

幽默感是生活的润滑剂

自我推销需要口才

练就一流的口才

恰如其分地赞美别人

硬话软说走得远

### 第十章 利用你的环境

选择环境是最高境界

苦难是一笔意外之财

人际关系是无形资产

### 第十一章 投资你的健康

健康与事业相伴而行

保养自己的身心健康

保持旺盛的精力

体力和精力是一生成功的资本

### 第十二章 珍惜你的情感

亲情是一生幸福的源泉

友情，人间的真情所在

让美好的爱隋照耀你的事业和心灵

让婚姻凝聚人生的幸福

用真情和细心投资我们的情感

<<给大脑洗个澡>>

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>