

<<遇见不可思议的自己>>

图书基本信息

书名：<<遇见不可思议的自己>>

13位ISBN编号：9787810974776

10位ISBN编号：7810974777

出版时间：2009-10

出版时间：河北大学出版社

作者：余志红，张瑜 著

页数：198

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>

## <<遇见不可思议的自己>>

### 前言

大千世界，芸芸众生。

人作为“宇宙之精华，万物之灵长”，从呱呱落地到走完人生的历程，呈现出各具特色、不可思议的斑斓景象。

有的人，一生顺达，体健运佳，心想事成，不断跃上理想的高峰；有的人，依靠坚毅的奋斗和智慧的浇灌，孕育出惊艳的世间奇葩；有的人，生命的河流绕滩冲关，经久不息；有的人，生命与事业的轨迹均强烈而良性地延伸；有的人，在自我实现的途中屡遭挫折，严重受阻，但依托生命的顽强而最终迎来了人生的艳阳天……但当你把日常所经历过的种种痛苦烦恼仔细分析一下，你会发现，这痛苦的来源有一大部分都是由自己引发的。

如此等等令人感到自己是多么的不可思议，使人们不仅对自己的未来充满希望，而且对自己也感到了迷惘。

自己到底是怎么样的人呢？

自己的一生的种种状态、变化及发展的方向应该是怎样的呢？

自己的运行历程中是否存在着可以认知的普遍性乃至规律性的东西？

是否可以更加全面深入地揭开你自己的种种奥秘呢？

本书《遇见不可思议的自己》就是从挖掘自己潜能的角度，重新审视自己，并回答了人们所提出来的问题。

本书本着发现自己——肯定自己——聚焦自己——控制自己——开发自己——突破自己——创造自己——超越自己这一根金线，从思想、行为、习惯、性格、人际关系等多方面多角度出发，包括66个方面，全面阐述了一个人获得成功所需要克服的种种来自于自己的障碍。

书中的每一章节都从一个侧面帮助你解决现实中的一个难题，解开你思想中的谜团和精神上的枷锁，帮助你矫正各种不良的行为习惯和思维方式，助你步入成功的殿堂！

## <<遇见不可思议的自己>>

### 内容概要

自己的运行历程中是否存在着可以认知的普遍性乃至规律性的东西？  
是否可以更加全面深入地揭开你自己的种种奥秘呢？

本书《遇见不可思议的自己》就是从挖掘自己潜能的角度，重新审视自己，并回答了人们所提出来的问题。

本书本着发现自己——肯定自己——聚焦自己——控制自己——开发自己——突破自己——创造自己——超越自己这一根金线，从思想、行为、习惯、性格、人际关系等多方面多角度出发，包括66个方面，全面阐述了一个人获得成功所需要克服的种种来自于自己的障碍。

书中的每一章节都从一个侧面帮助你解决现实中的一个难题，解开你思想中的谜团和精神上的枷锁，帮助你矫正各种不良的行为习惯和思维方式，助你步入成功的殿堂！

中国有句古话：馈人以鱼，不若授之以渔。

意思就是说，送人一条鱼，还不如教他学会捕鱼。

本书应属于这种教你如何捕鱼之书。

正如一位作者说的：在当今这一人人都想捕到大鱼，人人都想致富，人人都想成功的年代，谁能挖掘和发挥出自己巨大的潜能，把握正确的方法和技巧，谁就能捷足先登，满载而归。

书，是人类智慧的结晶；书，是人类智慧之声；书，是人类的精神食粮。

但愿这本书能成为你和亲友们自励互勉的馈赠之礼，伴随你和你的亲友们一起获得成功！

本书要能达到这种效果，对笔者来说是一件幸事。

## &lt;&lt;遇见不可思议的自己&gt;&gt;

## 书籍目录

前言发现自己——我可以是最棒的在苦难中磨炼自己我是一切的根源，我是最好的坐标敢当强者，成为真正的自己自己才是最强大的对手克服和跨越重重困难和障碍能从失败的阴影走出来用心体味身边的事物在自己的天地舞出最美的旋律肯定自己——丑小鸭也能变成白天鹅富有致富思维抛弃过去，你可以做得更好有信心有能力，别人无可代替使不可能变成可能丑小鸭也能变成白天鹅打造成功系统，弱者能赢强者后天也会有潜能大释放时期铸成伟大杰出的人物聚焦自己——将精力集中在一个焦点上支撑活下去的支柱掸去身上的尘埃，谱写人间奇迹聚焦自己，以想象中的图画为开端寻找潜在优势，取得惊人成绩在比较中发现优势，合理利用你的长处打造优势品牌，叩开成功大门苦难随时会来临，只要去征服警惕负面效应，凡事有“度”坚持练内功，成功的机遇终会来临控制自己——带着枷锁跳舞成功捷径：控制野心做自己熟练的事控制情绪，理性地面对生活中的一切控制潜意识，强迫就会受阻正确把握虚荣心，适可而止最重要控制机会成本，交好友选对路做强者自己控制命运，真正认知成功的涵义开发自己——唤醒心中沉睡的“巨人”唤醒“第六感觉”，触发潜能开发潜意识，它会引领你的方向做自我激励的高手用勇气唤醒成功潜能创造更多奇迹用良好态度激发最大的能量靠想法调动你的潜意识行为不要墨守成规，换个角度去思考从小事中发现商机找到一切问题的根源，去更新意识突破自己——敢于跳出自我局限突破常人的思维局限，使路更宽广让技艺比别人多一些跳出自我局限，把工作当事业做唱出自己的声音，不被别人左右铲除一切阻碍和束缚跳出失败的怪圈有缺陷不用怕，找准舞台也发光创造自己——塑造全新的自我你能决定自己的命运，挑战吧！

走出“务实”，创造性地做事情不断培养创造力，贵在思考根除陈腐观念，做创造机会的人在巨人的肩上创造全新的自我跌倒了只要站起来，就能创出新生活莫在绝望中沮丧，要坚强地成长直面压力，打破低落心态打破坏习惯的束缚，养成好习惯创造性思维能改变你的生活自立自行，创造“最佳自己”超越自己——创造自我新纪录和谐圆满超越平凡选择积极的心态利用价值观的无穷力量，超越自我超越自己：逆境是成功人生的奠基石切断退路，勇敢走过人生的独木桥靠创新意识，创出新气象坚毅和进取的精神意味着超越平庸眼光独到，炼成强悍的自己参考文献

## &lt;&lt;遇见不可思议的自己&gt;&gt;

## 章节摘录

每个人拥有多少潜能，很少被人们认识。

其实，挖潜能就像挤牙膏一样，在外力的一定压迫下牙膏就能够被挤出来。

同理，人在受到巨大压力时，会为脱离困难而拼命地去挣扎，从而产生强大的力量，这种力量有时会产生奇迹。

一个长期受到父母溺爱的人，是很难激发起自身的潜能的，也是很难取得成就的。

只有经过各种苦难的磨炼的人，才能把潜能激发出来。

因此，当我们面临巨大的人生困难和压力时，不要不堪重负地倒下，而是要不断地去激励自己。

原以为不可能完成的任务，突然做成了，就是因为有了外部环境(危机)的压迫而激发起了超能力的缘故。

我们可以看到这样一个人，他有热情和欲望，最终战胜了困难，他就是我们下面要讲的琼斯：琼斯起先是一个身体强健的人，他靠经营威斯康星州的一个农场为生，生活还能够勉强维持。

他工作认真勤奋，从来没有妄想过拥有巨大的财富。

没想到与事无争的他却遇到了灾难，在一次收拾农场时，意外地从梯子上坠落下来。

琼斯全身瘫痪了，双手也不能动了，只有整天躺在床上任人伺候。

亲友们都认为他这辈子算是完了。

事实却不然。

琼斯的身体瘫痪了，意志却丝毫不受影响，依然可以思考事情。

他要让自己活得充满希望，乐观、开朗，做一个有用的人，而不至于成为家人的负担。

经过几天几夜的思考，他想到要发展农场的业务，于是，他把计划告诉了家人：“我的双手不能工作了，我要开始用大脑工作。

你们可以成为我的双手。

我们的农作物全部改种玉米，用收获的玉米养猪，趁着乳猪肉质鲜嫩的时候灌成香肠出售，一定会很受欢迎的。

家人很理解他的用意，在暗自庆幸他没有因此倒下的同时，也很高兴他能够用他的大脑继续工作，并想出这么好的主意来，使农场更具生机。

果不其然，“琼斯乳猪香肠”一炮打响，成为家喻户晓的美食。

从此琼斯家走上了富裕的道路。

琼斯的故事告诉我们，坎坷人生路，需要坚强地去面对。

正如俗语说的：“天无绝人之路。

”生活抛给我们一个问题，同时也给了我们解决问题的能力。

只要有坚强的毅力，就能够抵挡住压力，就能够击溃层层困难，从而走向快乐幸福的生活。

我们还会感受到，在坎坷的人生道路上，幸运和厄运共同存在，不管你遇到怎样的命运，都没有必要张狂或沉沦。

人生好比旅行，只有经受过压力后才会获得如释重负的独特享受。

因为人生有险境有风波才会有刺激，才会使人快乐。

由此，我们也会知道，人生之旅的乐趣在哪里，以及旅行途中，登山涉水的意义何在了。

再看下面这个小男孩儿的故事：有一个小男孩，童年时口吃，如今却成了一个出色的演讲大师，是什么力量使他产生了这样大的变化呢？

以前，他为自己的口吃自卑过，后来在家里人的指点下读了很多矫正口吃的书籍，从书中他了解到，许多演讲大师的口才也曾经并不怎么样，而且有的人以前也有口吃的毛病，但他们却并没有就此消沉，再看看现在的自己，这深深地刺激了他，并激发了他的潜能，激发了他的宏伟志向，立志要改掉口吃的毛病，成为一个演讲大师。

他经过努力才造就了今天的成绩。

从小男孩的故事来看，激发潜能、利用潜能，并不需要有多么高深的学问，而是要有信心、有激情，用热忱的心将潜能层层挖掘出来，充分地利用潜能这个“宝藏”。

## <<遇见不可思议的自己>>

小男孩的成功证明，在生活中，有很多功成名就的人，他们的成功很多都是偶尔得到启发，有的像小男孩一样由于阅读富有感染力的书籍而受到激发，有的则是聆听了富有说服力的演讲而受到感动，有的则是受到他人的鼓励与劝说，从而产生了奋斗的决心与勇气，并从此去拼搏和努力。

一般人遭遇挫折和困难后，常常灰心丧气，失去信心，不愿再继续奋斗下去，这样的人往往不坚强，只要一击，他就会倒下，从此再也站立不起来，他的潜能就得不到发挥，即使他再怎么聪明，也还是个失败者。

那么一个成功者会怎么样呢？

他无论在什么时候，总是能够对自己充满信心，坚信自己一定能赢，拥有一份好心情，努力去开发自己的潜能，发扬优点，改正缺点，勇于发现自我，表现自我，使聪明才智得到正常发挥。

一位成功人士说过，一个人的信心有多大，他成功的几率就有多大。

当你认为自己必定成功时，你就会信心倍增，并产生成功的机制，潜能也会得到极大限度地发挥；相反，如果你总是认为自己成功不了，那么你的信心就会减弱，积极性调动不起来，做什么事都犹豫彷徨，这样你的潜能就不会得到发挥。

<<遇见不可思议的自己>>

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>