

# 《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

出版社：中信出版社

作者：东尼·博赞

页数：302

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以及在线试读，请支持正版图书。

更多资源请访问：[www.tushu111.com](http://www.tushu111.com)

# 《博赞应变术》

## 内容概要

# 《博赞应变术》

## 作者简介

# 《博赞应变术》

## 书籍目录

存活下来的物种不是最强壮的，也不是最有智慧的，而是那些最能够适应变化的。  
——查尔斯·达尔文

=====

Embracing Change

目录

致谢V

说明IX

第一部分何为改变

1 改变的本质3

2 你独特的“应变管理系统”15

3 你的应变态度29

博赞应变工具：1. 你的应变思考商(CTQ)

4 你应变的愿景43

博赞应变工具：2. 愿景与专注力

5 如何改变63

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85

博赞应变工具：4. 思维导图

7 选择你的未来111

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145

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183

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203

11 商务变革227

12 人与人关系的应变本质265

13 岁月的领悟287

后记

拥抱你的未来299

# 《博赞应变术》

## 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

# 《博赞应变术》

## 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，你还拥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会继续增强你的热情、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》

## 精彩短评

- 1、好久不励志...不过真的能量场变了!开心~
- 2、思维这样的东西看后 感觉不买为好 因为这样的内容上网一搜索都是这样的内容。
- 3、改变思维方式的，消极转积极
- 4、凑一套。。。
- 5、这个系列 9本还是10本反正是绝世经典
- 6、只有掌控变化，你才能掌控未来！
- 7、适合不想改变的每一个人
- 8、发货送货都很快，很期待这本书给我带来巨大收获
- 9、博赞应变，适应于学生，工作人事，各个阶段的人不会深奥，不会浅出，不会有任何负面思想存在的一本书籍一般买书，这类书籍如果挑选不好，会影响学习知识的纳入生活工作很理想的书籍
- 10、写得感觉很好，但不实用，理论性强
- 11、作为脑图集大成者博赞先生的书，我总是看到后就毫不犹豫就买了。虽然老外的书由于理念和翻译等等原因，到了国人手上实用性会打折，但是毕竟这是老祖宗的书，很有借鉴性。
- 12、开始买过一个套装，近两年又出了几本，整体感觉还不错。
- 13、Tony Buzan先生在思维导图领域著作甚丰，初中时的阅读学习令我受益良多
- 14、是一种可以让人以更积极的心态去完成梦想的书。
- 15、伯赞的书，看看还是不错的！



# 《博赞应变术》

## 章节试读

### 1、《博赞应变术》的笔记-第1页

### 2、《博赞应变术》的笔记-第2页

2相信我吧！宇宙中没有什么东西是会消亡的，事物只是会与之前不同，并适应了一种新的形式存在而已。出生这个词是用来形容成为与之前不同状态的存在，而死亡则意味着不再维持原样。尽管这个东西可能会变成那个东西，或者那个变成这个，然而事物的总量是不会改变的。（奥维德《变形记》）

14有些人看到一些东西，他们说，为什么呢？我梦想未曾发生的事情，并且说，为什么不呢？萧伯纳  
28密切注意你的思想，因为它们会变成你的语言，注意管理好你的语言，因为它们会变成你的行动，考虑并判断好你的行动，因为它们会变成你的习惯，确认并注意你的习惯，因为它们会变成你的价值观，理解并信奉你的价值观，因为它们会变成你的命运。（甘地）

84 只有当你能够看穿自己的内心，你的愿景才会变得清晰，向外看的人，在做梦，向内看的人，觉醒着（荣格）

200从一粒沙里看出一个世界，一朵花里藏着一个天堂，把无限放在你的手上，永恒在刹那间收藏。（威廉 布莱克）

（予秋：东尼博赞，自从不再与巴利博赞合著后，书的水位下降到了通俗消遣类，我一直觉得拿很多学位的量变，总是无法敌过一次质变来的痛苦，也来的更加让自己成长。因此，当有一次我与朋友提及自己想再拿一个博士学位时，朋友反对，一直的量变可能并不会本质能力的提升，有些事需要勇敢的去面对，克服恐惧，而不是去躲避，去直面问题的实质。北岛曾说，卑鄙是卑鄙者的通行证，高尚是高尚者的墓志铭。一味的迎合大众的口味去降低自己的水位，没错，你可以像现在的东尼一样，著作累身，名气一时，熙熙攘攘的名利卷来，但是你知道自己失去的是什么呢？时间这条垂钓的溪太浅了，而你会失去永恒。眼前的得失，真的那么重要吗？物质名利之外在，只是在于你能独立于物质，而独立的存在，太多的物质会让人沉溺。也许我该反思一下，是跟随旧日的脚步，还是建立新的平台，这个世界除了金钱名利之外，还有许多东西值得固守。零零碎碎的杂想，可能带有我的偏见，毕竟许多人喜欢名利甚之，再说也没什么不好，无论什么事，尊重好啦。人各有志，要学会从不同的人的身上学习其闪光的部分就可以了，其他的不必过分纠结的）

# 《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:[www.tushu111.com](http://www.tushu111.com)