

# 《命运逆袭-改变命运的24小时》

## 图书基本信息

书名：《命运逆袭-改变命运的24小时》

13位ISBN编号：9787550711054

出版时间：2014-11-1

作者：[美] 吉姆·亨特里斯, 尼尔·埃斯科林

页数：218

译者：程慧, 李冠

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)

# 《命运逆袭-改变命运的24小时》

## 内容概要

改变命运的关键在于第一步——下定决心。只要下定了决心，一切皆有可能。也许下定决心只需要短暂一刻，但是它会影响你终身。

《命运逆袭：改变命运的24小时》中吉姆·亨特里斯、尼尔·埃斯科林通过有效实际的建议和鼓舞人心的案例，告诉你如何抓住生命的无限可能。在24小时中，你将会：制定切实的目标；摒弃你的坏习惯；提升你的自尊心；控制你的焦虑和恐惧；增强你的进取心；妙用时间与金钱；为卓越与正直而努力；开发你的幽默感与热忱度；实现每天自我审视。

# 《命运逆袭-改变命运的24小时》

## 作者简介

吉姆·亨特里斯，在北卡罗来纳州大学研究生院从事心理治疗与训练工作，他不仅是一个心理辅导员，同时也是一位公众演说家，曾著《逃跑：来自生活最大陷阱的自由》。尼尔·埃斯科林，杰出的励志演说家和畅销书作家，曾著《你生活在一个说“不”的世界》《当你不知道该做什么的时候，该做点什么》《坚持的101个承诺》。

# 《命运逆袭-改变命运的24小时》

## 精彩短评

1、挺好的。也有种想在喜马拉雅做节目的冲动了

# 《命运逆袭-改变命运的24小时》

## 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)