

《成功从了解自己开始》

图书基本信息

书名：《成功从了解自己开始》

13位ISBN编号：9787512507585

出版时间：2015-2-8

作者：黄悌明

页数：200

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

《成功从了解自己开始》

内容概要

这是一本深刻自剖人性的书,剖析人最本质的"组成",让我们从本质上了解自己,了解自己的欲望,情绪,从而学会控制欲望和情绪,学会欲望和情绪在人际关系中的应用,通过学习和训练,改变潜意识,改变自己,并用实际行动一步一步走向成功.

本书涉及了生物学,进化论,哲学,心理学,人类社会学,成功学等多方面的知识,是一本有深度,逻辑紧凑,需要细心研读的书,它不仅可以解决你平常对生活中的很多困惑,还能让你对这个世界有个崭新的,清晰的认识,从而更好地走向未来。

《成功从了解自己开始》

作者简介

黄悌明,1984年生,浙江省义乌人.

欲望成功学的创始人。

作者2007年大学毕业之后,从事过设计,销售,外贸,电子商务等多种行业的工作,由于对成功的渴望,以及喜欢思考问题的个性,作者一直想要摸索出一套适合自己的成功的方法。经过长期对成功学以及与之相关的其它学科方面的学习、思考与研究,作者一点一滴的积累了大量相关的知识与灵感,并对这些零散的知识进行整理归纳,最终创立了一套独特而较为完整的成功学体系.

《成功从了解自己开始》

书籍目录

第一章 为什么成功首先需要了解自己 / 1

第一节 重新定义成功 / 1

第二节 自我解剖，我的组成 / 7

第二章 意识 / 11

第一节 意识，身体的控制器 / 11

第二节 潜意识 / 12

第三节 本能 / 14

第四节 潜意识的特性 / 16

第五节 潜意识是可以改变的 / 19

第三章 欲望 / 23

第一节 自我保护欲 / 25

第二节 食欲 / 26

第三节 感官欲 / 26

第四节 性欲 / 30

第五节 求知欲 / 31

第六节 征服欲 / 32

第七节 控制欲 / 36

第八节 扩展欲望 / 43

第九节 欲望的选择 / 47

第四章 情绪 / 53

第一节 情绪的定义 / 53

第二节 情绪的作用 / 55

第三节 学会控制情绪 / 58

第五章 策略 / 61

第一节 策略的分类 / 61

第二节 欲望的起源与演变 / 63

第三节 学习 / 65

第四节 知识 / 66

第五节 学习的方法 / 71

第六节 思考 / 77

第七节 训练 / 82

第六章 行动 / 87

第一节 欲望强度 / 88

第二节 如何强化欲望？ / 93

第三节 欲望水平 / 99

第四节 情绪水平 / 102

第五节 如何提升情绪水平？ / 105

第六节 自制力 / 112

第七节 如何提升自制力？ / 118

第七章 社交 / 121

第一节 社交欲望 / 121

第二节 社交策略 / 122

第三节 人性与道德 / 134

第四节 人性的善与恶 / 147

第五节 制度与法制 / 148

第八章 情感 / 151

第一节 情感的本质 / 151

《成功从了解自己开始》

第二节 爱 / 155

第三节 情感的特性 / 162

第四节 如何建立情感 / 164

第九章 综合 / 183

第一节 起点与瓶颈 / 183

第二节 不要奢望公平 / 185

第三节 成功的人生 / 187

第四节 生命的意义 / 192

结语 / 200

《成功从了解自己开始》

精彩短评

- 1、深刻，精炼，卓越，难得一见的好书。
- 2、好书
- 3、非常牛的一本

《成功从了解自己开始》

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