

《人生三宝》

图书基本信息

书名：《人生三宝》

13位ISBN编号：9787511334749

10位ISBN编号：7511334741

出版社：宿文渊 中国华侨出版社 (2013-06出版)

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

前言

良好的性格、习惯、心态是人生成功必备的三大法宝。一个人如何在激烈的竞争中生存立足，求得发展，与自身的性格、习惯和心态有着至关重要的联系。什么是性格？性格是人在社会交往中所表现出来的一种个性，是人的心理特征的外在表现。性格的形成是很复杂的，它既有先天的、遗传的因素，也有后天的、社会的因素。而性格的特点就是一旦形成即相对稳定，较难改变，所以人们常说“江山易改，本性难移”。在这个世界上，几乎没有任何两个人的性格是相同的，而人的性格也蕴藏着巨大的能量。一般来说，性格支配行为，有什么样的性格便会有什么样的行为。好的性格可以让人在错综复杂的人际关系中游刃有余，在坎坷的人生之路上战无不胜，可以助你走向成功的彼岸；而不好的性格则会不断在成长之路上设置障碍，使人迷失前进的方向，甚至会走入万丈深渊。像世界闻名的大发明家爱迪生，他不仅成就了自己的事业和梦想，甚至改变了整个人类的生活。他之所以能取得如此巨大的成就，原因之一就是它具有勤勉、沉稳、踏实、专注、认真而又极有责任感的性格。而在欧洲大陆纵横驰骋，使欧洲各国臣服的法国皇帝拿破仑，他的辉煌业绩也与他坚忍、顽强、永不言败的性格密不可分。一个人身上所具有的好性格越多，与成功的距离就会越近。好的性格是一个人取得成就的内在动力，它的力量能够帮助我们穿越前进道路上的障碍，取得别人的帮助，并能在潜移默化中改变我们的人生轨迹。这正如著名成功学大师卡耐基所说：“性格决定命运。”所以，我们要培养自己良好的性格。什么是习惯？习惯是由一个人行为的累积而形成的某些固定行为，是人们生活中习以为常的行为举止，它也是决定人生成功与否的重要因素。美国著名成功学大师拿破仑·希尔说：“习惯决定成败。”习惯在我们不知不觉的重复的过程中，会逐渐变成人本能的一部分。而习惯具有一种能左右人命运的神奇力量。几乎所有的成功人士身上都有这样一个共性，那就是具有良好的习惯。正是这些好习惯，帮助他们开发出更多与生俱来的潜能，使他们成就梦想，踏上辉煌的发展之路。也有无数失败者用惨痛的事例证明：正是那些不良的习惯使他们离成功越来越远。所以，许多人之所以没有成功，或者成功得很慢、很艰难，没有养成好习惯便是原因之一。如果你想要主宰自己的命运，那么，请先主宰你的习惯——做自己习惯的主人。什么是心态？心态就是一个人对人生、对世界的看法和态度。可以说，心态是我们真正的主人，心态决定了我们的命运。积极心态可以使人学到处世的智慧和做人的道理，使你的人生之路越走越宽，生命的价值越来越大，成就事业，获得幸福；消极心态则很有可能会使人生的航船驶入浅滩，从而失去发展的机会，一生与困苦和不幸相伴。心态具有强大的力量，从里到外影响着一个人，决定着其命运。有怎样的心态，就会产生怎样的行动。同一件事情，由具有不同心态的人去做，其结果必会不同。好的心态就像阳光一样，是能量之源，是快乐之本。当我们的的心灵充满阳光时，我们的生活也一定会变得充满欢笑、丰富多彩。无数成功人士所走过的成功之路均证实了这样一个真理——好心态是成功的关键。具备乐观的心态，你的心理年龄会永远年轻。当你朝着奋斗的目标迈进时，好心态会增加你的愉悦与自信，使你充满力量，去获得财富、成功、幸福和健康，攀登到人生的顶峰，实现梦寐以求的奋斗目标。谁不想获得永久的幸福？谁不想活得轻轻松松？谁不想快快乐乐地过一生？而这一切都需要我们培养好的心态！性格是我们特性的标志，决定了我们的行为取向；习惯是我们行为的不自觉反应，体现了我们的修养和道德水平；而心态是人生的基本态度，它影响着我们的日常判断。它们相辅相成，在人成功的路途中，它们缺一不可。本书从人生成功必备的三大法宝——好性格、好习惯、好心态入手，将丰富动人的小故事与启人至深的哲理相结合，用睿智、生动的语言，由表及里、由浅入深地向人们诠释了性格、习惯、心态在我们人生中举足轻重的地位，并告诉你如何认识自己的性格。用性格来改变你的人生；如何培养良好的习惯，成就自己的一生；如何改变消极的心态，拥有阳光般的心境，传授给你成功的经验和方式。好性格、好习惯、好心态是一个人成功必备的基本素质。如果你将本书讲述的方法付诸实践，充分运用自身的力量应对人生的一切险阻，开发出自己的潜能，改变生存的现状，创造崭新的生活，你就会真正成为自己命运的主人，并迎来成功，成就梦想。

书籍目录

上篇 好新歌第一章 性格决定人生怎样的性格决定怎样的命运性格与职业性格与婚姻性格与健康性格与人际关系 命运掌握在自己手里用性格来改变你的人生 第二章 解开性格密码 性格是人最本质的象征性格的源起及发展 性格的成熟 性格的表现形式 性格的两种基本分类：内向型和外向型4种典型性格分类 MSCP性格分类 红、黄、蓝、绿4色性格分类 荣格性格分类 第三章 血型与性格血型的发现 A型血人性格的全面解析B型血人性格的全面解析AB型血人性格的全面解析O型血人性格的全面解析第四章 认识自己的性格认识性格才能完善性格菲尔测试及性格分析MSCP测试及性格分析荣格性格测试及分析第五章 别让不良性格毁了你狭隘性格：阻碍身心发展刚愎性格：众叛亲离终败北自负性格：膨胀出来的败局多疑性格：聪明反被聪明误孤僻性格：一把关闭心灵的锈锁贪婪性格：永远填不满的欲望之沟自私性格：一己之利终不成大事懦弱性格：畏缩在阴暗的角落第六章 成功必备的15种优良性格自信是开启人生成功之门的金钥匙乐观的性格让你笑对人生风云宽容的性格是滋补心灵的鸡汤谦逊的空杯才能盛更多的水诚信为成功打造金字招牌坚忍的人才能站得比别人更高勇敢为你的成功之路铺开康庄大道理智是导向成功的指南针果断是解决问题的关键自制是你的人生走向成功的保险单热忱是点燃你生命力的火焰独立的性格撑起人生的天空进取让你从一个阶梯到更高的阶梯谨慎是人生避风的港湾稳重是一种成熟的象征第七章 培养和锻造成功的好性格自我充实，不断进取——培养学习型性格三思后行，灵光乍现——培养善思型性格改变命运，不靠他人——培养独立型性格勇往直前，敢于冒险——培养冒险型性格心胸坦荡，豪爽率真——培养豪爽型性格风摧不垮，雨打不折——培养坚忍型性格刚强气质，强者风范——培养刚毅型性格把握时机，雷厉风行——培养行动型性格游刃有余，人脉畅通——培养社交型性格心平气和，宠辱不惊——培养沉静型性格中篇 好习惯第一章 习惯决定成败习惯能成就一个人，也能够摧毁一个人卓越是一种习惯，平庸也是一种习惯第二章 高效能人士的20个习惯在行动前设定目标培养重点思维发现问题的关键要事第一运用“二八法则”向竞争对手学习善于借助他人力量换位思考树立团队精神责任重于一切重在执行把握关键细节有效沟通掌握工作与生活的平衡高效地搜集并消化信息善于集思广益、博采众长善于授权有效决策遇到困难找方法追求卓越，超越自我第三章 杰出员工的18个习惯对重要文件和档案作备份主动与领导沟通比别人多做一点勇于承认错误与他人分享荣誉和工作成就就不告诉别人公司的秘密不打越级报告守时不占公司的小便宜建立良好的人际关系专注你的工作保持办公桌的整洁有序不抱怨额外的工作工作场合注意自身形象不找借口 工作不拖延主动承担责任在工作中不断创新第四章 赢得人脉的12个习惯诚信待人完善自己的人际关系与人为善善于发现别人的优点养成赞美的习惯给别人说话的机会善于发挥语言的作用原谅他人的过错在任何时候都留有余地多用“我们”这个词不谈论隐私对别人的意见要尊重第五章 成就一生的16个习惯相信你自己不浪费每一分钱珍惜每一分钟养成独立自主的习惯控制自己的情绪正确对待压力不满足于现状不轻言放弃耐得住寂寞笑对失败每天学一点东西珍惜你所拥有的不要忽视细节不陷入忧虑的沼泽地不要太自负每天自省5分钟第六章 健康人生的14个习惯清晨刷牙有讲究勤洗手，防病菌勤用脑，防衰老一日三梳，身体健康让两边的牙齿都动起来热水洗脚好处多多养成早起的好习惯每天多做几次深呼吸步行，走出健康来春季早晚去散散步快步走让你更长寿爬楼梯更有益健康吃水果要得当常喝蜂蜜，为健康添“滋味”第七章 一流人才的13种优质思考习惯变通地运用方法解决问题问题在发展，方法要更新拒绝说“办不到”只为成功找方法，不为问题找借口“此路不通”就换方法不能改变环境，就学着适应它顺应变化才能驾驭变化有变才有通打破常规，推开虚掩之门经验并不等于真理先找靶心后射击在变化中化解问题使“不能”成为“可能”下篇 好心态第一章 心态决定命运心情的颜色会影响世界的颜色心态操之在我目标的高度决定人生的高度积极心态：最大限度地利用潜意识挖掘自身的潜能接受自己，迎接阳光第二章 摆脱消极心态自卑是失败者的名片别让悲观挡住你的阳光恐惧是人生的大敌依赖令你远离进步心浮气躁，难以成事忧虑是一种心理疾病嫉妒是痛苦的制造者空想终是“海市蜃楼”懒惰是成功路上的挡路虎走出自闭的牢笼，寻求真正的自由暴躁的性格是发生不幸的导火索偏执的结果只会是此路不通第三章 乐观心态：营造成功的心境乐观源于自我肯定乐观是正视现实，不畏困境乐观是操之在我的“心造幸福”拥有乐观，快乐前行用“心”微笑，让你充满活力乐观，让你拥有好人缘乐观，让你轻松跨越难关乐观者快乐工作，享受生活活在当下，别透支幸福“心境转移”，找寻你的快乐抛却杂事，把心带回家豁达一占堆活可以很简单第四章 积极心态：走向成功的动力积极是永不服老的“年轻”态积极向上，重塑自我走出消极空虚的心理黑洞不要自我设限全力以赴才有更多机会对自己的人生主动出击用“热忱”构筑人生乐园第五章 强者心态：扫除成功

《人生三宝》

的障碍强者是苦难学校的毕业生不惧挑战，勇于奋斗坚强执着的“阿甘精神”无关外在，强者是内心的强大 磨难成就辉煌人生 天助自助者带着希望才能穿越人生的沙漠失败了也要昂首挺胸打败恐惧的方法就是直面恐惧破釜沉舟才能绝处逢生第六章 老板心态：打开成功的钥匙老板心态源于对事业的雄心为自己打工的企业家精神做小事，成大事和工作一起成长敬业，最大的受益者就是你自己成就老板心态的5种意识警惕“打工心态”让敬业成为习惯提升自我管理意识站在老板的角度看问题第七章 卓越心态：提升成功的高度不甘平庸才能造就卓越卓越是对自我的超越卓越，让你成为一流人才卓越，抓住腾飞的机会卓越，激发你的潜能摘去“我不能”的面具为了追求最好，只有做到更好第八章 归零心态：吸收成功的要素归零就是抛开过往，从零开始心有空余，才能装物满招损，谦受益学习，为你增加事业成功的砝码 厚积薄发，积储成功的要素 不做井底之蛙 警惕成功背后的失败 活到老，学到老 善读生活这本“无字书”第九章 务实心态：奠定成功的基石从实际出发，脚踏实地 你的舞台是自己走出来的 务实，奠定成功的基础 立足实际，拒绝大跃进 认清自我，知道自己能做什么 认真规划，知道自己要做什么 付诸行动，莫让梦想成为空谈 坚持到底，尽全力实现目标 发挥主动，不为拖延找借口 第十章 共赢心态：分享成功的秘诀共赢是利己利人的互利合作 共赢是具有远见的和谐发展 不断猜忌，祸起萧墙 单赢，“近视”的成功 和他人共赢会赢得更多 用沟通消除隔阂 不要用个性的“刺”孤立自己欣赏别人的事业风景 与人牵手，快乐合作 学会分享，微笑竞争 第十一章 感恩心态：孕育成功的心灵感恩是对生命过程的一种珍惜感恩是对人生苦难的一种感谢感恩是一种得到的付出心中有爱才能感恩感恩，让我们坦然面对人生的坎坷施与爱心，体现生命价值不要把拥有视为理所当然感恩你所拥有的幸福感恩对手甚至敌人善待生命的每一分钟第十二章 包容心态：通向成功的保障包容是设身处地的理解体谅 包容是可容纳万物的广阔胸襟包容别人，放松自己 包容让你拥有更多的朋友 上善若水，厚德载物 广纳百川万事亨通 宰相肚里能撑船 记住恩惠，洗去怨恨

MSCP性格分类 1. 活泼型性格(S)——外向、多言、乐观 活泼型性格的优点很多，具备这种性格的人通常待人热情、性情奔放、豪迈、幽默、真诚而能言善辩。同时，他们富于浪漫情怀，天生喜欢乐趣，喜欢和人在一起。他们天生具有表演的天才，能把所有人的目光像吸铁石一样吸引过来，不管什么场合，他们永远都是人们瞩目的焦点。他们也很情绪化，感情外露；对任何东西都有着强烈的好奇心，这样就使得他们经常略显孩子气，即使年龄偏大也依然童心未泯，但这并不表示他们对工作没有热情。活泼型性格的人在在工作上也有很高的热情，工作态度很主动，好奇的性格特征使得他们在工作上富有创造性，充满干劲，同时他们热情的性格又会使他们在工作中与同事和谐相处。他们永远精力充沛、活力四射，总是自告奋勇地去做每一件事情，他们从不吝啬赞扬别人，永远学不会记恨；与人发生不愉快时，他们很快就会主动向别人示好，所以他们容易交上很多朋友。活泼型性格的父母在与孩子相处中更是如鱼得水，他们把自己的孩子看做是自己的朋友，这也让孩子们感到轻松，从而愿意与父母一起分享他们的小秘密。活泼型性格的人总会用他们的热情和幽默带给我们欢乐；当我们心力交瘁时，他们会带给我们轻松。活泼型性格的人永远是最受欢迎的人。但是，活泼型性格的人也有其本身所固有的缺点，他们虽然健谈，但通常也会总是唧唧喳喳地说个不停。而且，他们在描述一件事情的时候，总是喜欢添油加醋，似乎不说得夸张点就表达不出事情的真相。虽然他们喜欢表现自我、展示自我，但也容易以自我为中心，往往把自我放在第一位，对自己的故事津津乐道的同时常常忽视别人的感受。而且这种活泼型性格的人因其活泼好动、没有耐性的本性而养成了记忆力不好的坏毛病。他们对数字毫无概念，所以他们通常都记不住别人的电话号码和别人的名字。活泼型的人由于性格开朗，喜欢结交朋友，因而他们的朋友是很多的。但也正因为如此，活泼型的人交朋友大多随兴而至，朋友虽多，但真正称得上知心的朋友却很少。而且，活泼型的人做事情总是很有激情地开始，但往往以没有结束而告终，这是阻碍活泼型性格的人成功的最大敌人。

2. 完美型性格(M)——内向、思考、悲观 完美型性格的人与活泼型性格的人可以说是两个不同的极端。完美型性格的人在情感方面很冷静，他们不会像活泼型的人一样情感外露，相反，他们深思熟虑、善于分析。但这并不是说他们不喜欢与人相处，只是他们对任何事情都有自己的一套标准，而且对任何事都严肃认真；他们要求事情做得有条不紊，喜欢清单、表格、数据，追求准确，有很强的责任心。完美型性格的人在在工作上喜欢预先作详细的计划，一旦开始工作就完全投入，有条理、有目标地完成，善始善终，永远不会中途放弃。而且他们很懂得善用资源、勤俭节约、讲求经济效益，用最合理的方法解决问题。他们对自己和别人都要求很高，他们注重生活细节，对生活环境很讲究，十分爱干净，将事情安排得井井有条。在交友上，完美型性格的人和活泼型性格的人可以说是截然相反。完美型性格的人选择朋友很谨慎，他们的朋友不会很多，但只要是他们的朋友，一般都是十分知心的，可能真诚相对、相互关心。而且他们善于聆听抱怨，积极帮助朋友解决问题。在选择配偶的问题上，他们也追求完美，有着近乎苛刻的标准。完美型性格的父母对孩子有着很高的要求，他们不会像活泼型性格的父母那样把孩子看作自己的朋友，他们希望自己的孩子很出色，因此，他们一般对待孩子都较严厉。由于完美型性格的人善于分析、勤于思考，并且制订相关的计划，目标明确，善始善终，并且高标准、严要求，因此，从某种角度来说，完美型性格的人是离成功最近的人。这也正如亚里士多德所说：“所有天才都有完美型的特点。”当然，任何性格都不是完美的，完美型的性格也存在自身的不足，由于他们不想让自己太激动，很难让人看出是喜是悲。他们总是显得很阴沉，没有活力，使身边的人也觉得很沉闷。由于他们过分地注重细节，并且非常敏感，在现实生活中，他们极易受到伤害。与此同时他们又具有悲观主义的人生观，对自己和他人及一切事物的要求非常之高，这往往带给他们身边的人巨大的压力，从而使他们对自己也过分苛刻。正因为他们的完美主义倾向，他们总是得不到满足，内心十分痛苦，并且缺乏安全感。

3. 力量型性格(C)——外向、行动、乐观 具有力量型性格的人天生就具有领导者的气质，在工作上他们总是显得精力充沛，充满自信；他们意志坚决、果断，一旦认准目标就绝不放弃；他们不易气馁，总是信心百倍地将事情继续下去，并且不允许有任何的差错；他们是天生的工作狂，有很强的行动力，设定目标后，就迅速地将全部身心投入到工作中。同时，力量型性格的人善于管理，能综观全局，知人善任，合理地委派工作，寻求最实际、最合适的解决问题的方法。在交友方面，由于这种性格的人总是自信满满，而且特立独行，再加上他们天生的领导才能，所以他们往往不大需要朋友；另外，由于他们自信的本性，他们往往有点自以为是，听不进别人的意见，所以不大容易交上朋友，因为没人能容忍他们自大的秉性。力量型性格的父母在家庭里可以

《人生三宝》

说是个独裁者，他们说一不二，设定目标，督促全家人行动，像一个领导者一样有条不紊地管理着整个家庭的日常事务。力量型性格的人永远充满动力，他们会充满理想，勇于攀登高不可攀的顶峰。这些性格特质往往使他们在自己所选择的职业中达到顶峰。力量型性格的人正因为力量太强，所以总想控制别人，这会造成许多人的反感。而且，他们永远高高在上，俯视别人的生活，爱指使别人，认为不用他们的方法看待事物的人都是错误的，别人若是犯一点点的错误，他们便不能接受。所以他们希望身边的每个人都听他们的指示，受他们的支配。最让人忍受不了的是：他们从来都不主动道歉，即使他们错了，他们也由于过分自信而拒不道歉，在他们眼中，错误是不可能发生在自己身上的。

4. 和平型性格(P)——内向、旁观、悲观 和平型性格的人在情感方面显得很低调，总是一副很平和、镇静、坦然自若的样子，对任何事情都很有耐心，对任何情况都能适应。他们性情善良，总是善于隐藏自己内心的情绪，总能平静地接受命运的安排；他们很细心，做任何事情都很周到，绝对不会让别人受到冷落；他们有着一成不变的生活模式，在工作上他们也喜欢从事自己很熟悉或者很熟练的工作，不会轻易变换工作；由于与他们相处没有任何压力，因此，他们具有很强的亲和力；他们善于调节问题，有一定的行政能力，不是雷厉风行的领导者，但绝对是平和、给人亲切感觉的、可信任的上司。在交友方面，由于他们是很好的倾听者，对朋友有爱心，所以他们有很多的朋友。但与活泼型性格的人不同的是，和平型性格的人永远是付出较多的一方，他们喜欢静静地站在一旁给处于窘境中的朋友中肯的建议；这让其他性格的人都愿意找和平型性格的…… P20-21

《人生三宝》

编辑推荐

性格支配行为，有什么样的性格便会有什么样的行为。好的性格是一个人取得成就的内在动力，并能在潜移默化中改变我们的人生轨迹。而习惯是人们生活中习以为常的行为举止，它具有能左右人命运的神奇力量。如果你想主宰自己的命运，那么你先得做自己习惯的主人。心态具有强大的力量，从里到外影响着一个人，决定着其命运。同一件事情，由具有不同心态的人去做，其结果必会不同。宿文渊编著的《人生三宝(好性格好习惯好心态超值白金版)》从人成功必备的三大法宝——好性格、好习惯、好心态入手，将丰富动人的小故事与启人至深的哲理相结合，用睿智、生动的语言，由表及里、由浅入深地向人们诠释了性格、习惯、心态在我们人生中举足轻重的地位，并告诉你如何认识自己的性格，用性格来改变你的人生……

《人生三宝》

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