

习惯决定人生



[习惯决定人生_下载链接1](#)

著者:杨仲明

出版者:中国农业出版社

出版时间:2006-1

装帧:简装本

isbn:9787109105553

习惯是一种顽强而巨大的力量，它可以主宰人生。因此，人自幼就应该通过完美教育去建立一种良好的习惯。

习惯能够成就一个人，也能够摧毁一个人，有些人之所以总是不能摆脱失败的困境，总感到自己找不到工作头绪，不在于自己的能力有多少缺陷，而在于没有好习惯来引导自己的工作环节。

本书基于大学生生活习惯的调查，系统论述了习惯决定人生的重要性以及几大良好的习惯的培养，相信这将成为您创造成功人生的得力助手！

年轻人需要学知识、长才干，以获得未来独立生存、挣钱养活自己的本领，但比学知识更重要的是学会生活，养成良好的生活习惯。因为知识是学不完的，今天没有学的知识明天还可以补上。但习惯就不同了。习惯一旦形成，它就要支配人的行为过程，影响人的精神面貌，主宰人的一生，要想改变它是非常困难的。因此，培养孩子养成良好的生活习惯要及早、及时进行，对于孩子生活中的陋习要及早、及时纠正。

本书通过上百例的案例来阐述习惯决定人生的几大要点：起居有常、静心、养生、青春保健、创造性、心灵自由等，语言通俗，道理浅显，易于明了，有助于家长参考以及青少年朋友思考。

作者介绍:

目录:

[习惯决定人生_下载链接1](#)

标签

青春

生活

天道

人生

评论

都不知道哪里来的书了=, = 该书目前少于10人评价

本书言简意赅，内容丰富。对大学生意义更大！

[习惯决定人生 下载链接1](#)

书评

[习惯决定人生 下载链接1](#)