

# 目 錄

## 第一章 檢視自己

自信心	002
與人比較	006
博取他人認同	010
奧秘的我	014
規條與反應	018
自我檢視	022
回應內心的聲音	026
自療脆弱點(上)	030
自療脆弱點(下)	034
七件法寶(上)	038
七件法寶(下)	042
享受多變，在不安全感中成長	046
冒險號列車	050
成長的層次	054
熱情與堅持	058
健康的體魄	062
靜中得力	066

## 第二章 與人接觸

重視誠信	072
溝通之道(一)彼此分享	076
溝通之道(二)清除誤會	080
溝通之道(三)求同存異	084
溝通之道(四)珍視關係	088
說服力(上)雙贏局面	092
說服力(下)預備好自己	096
正向能量(一)說服	100
正向能量(二)確立	104
正向能量(三)連接	108
正向能量(四)吸引	112
生命的相遇	116
珍惜同路人	120
無敵是仁愛	124