

<<心态决定命运>>

图书基本信息

书名：<<心态决定命运>>

13位ISBN编号：9787507527087

10位ISBN编号：7507527085

出版时间：2009-9

出版时间：华文出版社

作者：邢群麟，王非庶 编著

页数：304

字数：316000

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：<http://www.tushu007.com>

## <<心态决定命运>>

### 前言

甲、乙二人是两个多年不见的中学同学，在火车站相遇，他们在候车室里闲聊。甲原打算去上海，但当他听到别人说“上海人精明，连问路都要收钱”时，心里立刻打起了退堂鼓；而对“北京人厚道，即使什么都不干也不会让你饿着”的环境心存向往。于是，甲提出与准备去北京的乙交换车票的要求，乙欣然同意了。

甲顺利地到了北京，整日无所事事，靠着别人的施舍和超市的免费食品悠闲度日。而乙在上海靠智慧掘到第一桶金后，开了个清洗公司，专门替商店清洗牌匾。这桩生意越做越大，后来他又开了很多家分公司。

一次他去北京考察，在火车站有一个捡垃圾的人跟他要啤酒瓶，在递啤酒瓶的瞬间，这两个人都惊呆了：递酒瓶的是那位坚信去哪都能赚到钱的乙，接酒瓶的是那位欣赏北京人博大胸怀的甲。

一个富有戏剧性的故事，却真实地发生过，而且正在你我身边发生着。读完这个故事，我们不禁要思考，难道去上海真的就能成就一个人，而去北京就必然让人穷困潦倒吗？

答案不言自明。

那究竟是什么因素造成了两个人截然不同的命运呢？

从故事中我们可以发现，甲是一个贪图安逸、害怕困难的享受者，当他听到上海的情况后便退缩了，而选择了更易生存的北京；而乙则不然，他是典型的迎难而上的拼搏者和创业者，在连问路都要钱的上海，他不仅没有失去生存的信心，还发现了无限的商机。

虽然两人的起点相同，但他们对于人生追求的心态不同，因而他们走向了不同的人生道路。

## <<心态决定命运>>

### 内容概要

本书详尽阐释心态在人的命运中所起的决定性作用，指出决定一个人命运的并不是环境、资源、机遇等外界因素，关键在于一个人持有什么样的心态，阐明心态是命运的控制塔，良好的心态胜过一切这一普遍适用的深刻的人生哲理。

阅读本书，读者可以塑造积极心态，摆脱消极心态的束缚，不论处于何种环境和条件下都以正确的心态看待世界和人生，对待生活和工作，在压力下摆脱烦恼，在痛苦中找到快乐，在逆境中发现机遇，在失败中看到希望，从而掌控自己的命运航向，收获事业、财富、健康、幸福和成功。

心态是人的-切心理活动和状态的总和，是人对周围环境和社会生活的反映和体验，对一个人的思想、情感、需求、欲望有着决定性的影响。

一个人对待工作、生活的心态，决定了他事业成就的大小和生活世界的颜色。

心态决定一个人的财富、事业、幸福、健康，有什么样的心态，就有什么样的人生，心态决定命运。

## &lt;&lt;心态决定命运&gt;&gt;

## 书籍目录

第一篇 认识心态 上佳的生存状态源于良好的心态 第一章 解读心态，破译成功密码 潜意识：人生巨大的能量库 自我暗示：成功旅程的开始 潜能，存在于内心的巨大能量 描绘自己的心灵地图 心情的颜色会影响世界的颜色 第二章 心态决定命运 自我期待，让梦想成真的“皮格马利翁”效应 有效的自我激励：让你在任何情况下都不会被打倒 目标的高度决定人生的高度 挣脱“自我设限” 学会心理调控 操之在我 接受自己，迎接阳光 积极自我暗示，重塑成功形象 积极释放压力 第三章 积极心态缔造积极结果 PMA黄金定律：走向成功的黄金法则 不可能？不，可能！

不被环境摆布，掌握人生主动权 积极是永不服老的“年轻态” 积极塑造高情商自我 相信“天生我材必有用” 反省：助你破译自我的魔镜 积极心态：最大限度利用潜意识挖掘自身的潜能

第二篇 调整心态挣脱消极心态的束缚 第四章 甩掉自卑的包袱 自卑是失败者的名片 欣赏自己的不完美 最优秀的人就是你自己 在心中撒一颗自信的种子 第五章 别让悲观挡住了阳光 悲观挡住了你的阳光 悲观的阴云从何而来 乐观者眼里没有失败 用阳光驱除内心的黑暗 第六章 恐惧是懦弱者的坟墓 恐惧是人生的大敌 直面恐惧才能战胜恐惧 用勇气的利剑刺穿恐惧的黑暗 少一点恐惧，多一些乐趣 摆脱逃避的沼泽 第七章 扔掉依赖的拐杖 依赖令你远离进步 扔掉依赖的拐杖 自食其力才能赢得尊严 自助者天助 用自己的脚走自己的路 第八章 抚平一颗浮躁的心 心浮气躁，难于成事 耐心等待，成功有章可循 水温合适茶才香 放弃攀比，享受现实的快乐 倾听内心宁静的声音 第九章 不要踏进忧虑的深渊 忧虑是一种心理疾病 不为无法改变的事情难过 与过去说声“再见” 用繁忙代替忧虑 塞翁失马，焉知非福 第十章 不要让嫉妒蒙蔽自己的眼睛 嫉妒是痛苦的制造者 嫉妒别人是承认自己不如人 祛除嫉妒的毒瘤 用欣赏代替嫉妒 在嫉妒中奋起 第十一章 远离空想的城堡 空想终是“海市蜃楼” 绕开好高骛远的行动陷阱 消除犹豫不决的行动障碍 拒绝拖延，今日事今日毕 用目标为你的行动导航 行动不要半途而废

第三篇 黄金心态缔造阳光心态，享受阳光生活 第十二章 阳光心态 什么是阳光心态 心灵阳光才能感受阳光 人生的阳光从微笑开始 阳光的真谛在于简单 用心体会生活中的阳光 第十三章 进取心态 什么是进取心态 人生当有梦想 要有足够强烈的成功欲望 敢于冒险，向人生挑战 不断挑战，才能超越自我 第十四章 执著心态 什么是执著心态 绝不轻言放弃 成功在最后一秒出现 笑到最后，笑得最好 第十五章 豁达心态 什么是豁达心态 人生需要一种豁达 豁达使人宠辱不惊 放弃贪婪，放开心灵 气量是一种风度 善于自我解嘲 第十六章 感恩心态 什么是感恩心态 感恩是一种有回报的付出 ..... 第十七章 老板心态 第十八章 共赢心态 第十九章 顽强心态 第二十章 空杯心态

第四篇 驾驭心态 树立正确心态，成就完美人生 第二十一章 为自己而工作 第二十二章 感谢生活的馈赠 第二十三章 在逆境中不断成长 第二十四章 宽容对待他人

## &lt;&lt;心态决定命运&gt;&gt;

## 章节摘录

决定我们命运的不是环境，而是心态。

无论身处什么样的环境，一旦养成了消极被动的工作态度和习惯，人就很容易不思进取、目光狭隘，慢慢地丧失活力与创造力，忘记了自己当初信誓旦旦的人生信条与职业规划，最终走向好逸恶劳、一事无成的深渊。

而最可怕的是生活态度的消极，工作上的消极、失败与无望，这些必然会对人产生非常可怕的负面影响。

想想看，一个人消极地面对世界，满眼的灰色，为周围的朋友、同事所不屑，该是多么的可悲！

环境怎样是好？

怎样是坏？

标准并不在环境本身，而在于人如何自处：置身其间，不迷失自己，保持积极主动的精神，这样的环境再“坏”也是好环境，反之，再“好”的环境也是坏环境。

环境对人确实有一定的影响，而最关键的还是人自身，归根结底，顺境或逆境都不能成为消极被动的借口。

1940年10月，贝利生于巴西古拉斯州的一个小镇。

在巴西，男孩子要做的第一件事就是踢球。

贝利很小的时候便和小伙伴玩起了足球。

贝利与其伙伴们都是贫穷人家的孩子，他们买不起足咎。

但困难没有阻挡他们踢球的爱好，于是他们就自己做了一个：找一只最大的袜子，在里面塞满破布和旧报纸，然后把它尽量按成球形，最后将补袜口用绳子扎紧。

他们的球越踢越精，球里面塞的东西也越来越多，越来越重。

一个男子汉夏天不穿袜子照样可以走路，可是到了冬天，贝利他们仍然没有袜子穿。

他们只是这样想：有了东西当球踢，这是多么快乐的事啊！7岁那年，贝利的姑姑送给他一双半新的皮鞋。

他把这双鞋当成了宝贝，只有星期日上教堂才舍得穿，穿上它他感到很神气。

他永远不会忘记这双鞋，因为有一天他穿了它踢球，结果鞋子被踢坏了，为这还挨了妈妈的罚。

他本来只是想知道穿着鞋踢球是什么滋味。

也就是从那时起，贝利经常去体育场，一边看球，一边替观众擦鞋。

球赛结束后爸爸来接他时，他已经赚了不少钱！

他们手拉手地回家，非常高兴：父子俩都是有收入的人了！

贝利8岁时进入包鲁市的一所学校学习。

他仍然光着脚踢球，不管严冬还是酷暑。

他的球技在这日复一日的磨炼中已经让许多大人刮目相看了。

就在这之后不久，人们就见识到了这个孩子精彩绝伦的球技。

从球王贝利的成长故事中，我们可以得出这样一个道理：决定我们命运的不是外在的环境、条件，而是我们自身奋斗的程度。

只有不被环境摆布，掌控人生主动权的人才配拥有胜利的光环。

环境如何并不能成为消极被动的借口。

一味把责任推给环境，一个人一旦养成了这种消极的习惯，那么处于顺境或遇到成功时就容易自我满足、停滞不前；处于逆境或遇到困难时就容易轻言放弃、怨天尤人，极难成功。

卡耐基曾经说过：“我的成功原则就是主动。”

在任何行业里，能达到自己主要人生目标的每一个人，都必须运用这项原则。

它之所以十分重要，是因为没有一个人的成功，能够不借助于它的力量。

你可以称之为‘主动’的原则。

研究一下任何一位被视为确实有所成就的人，你会发现，他都有一个明确的主要目标，也有一个完善的计划以达到他的目标，他的大部分心思和努力，都投注在如何主动去达到这一目标上。

## &lt;&lt;心态决定命运&gt;&gt;

” 多数人之所以把自己的生活弄得一团糟，没能获得成功，至少有部分原因是因为他们不能够正确地看待自己，他们对自己往往抱有一种消极悲观的态度。

有些人虽然有目标和理想，而且努力工作，但是最终仍然失败了；有些人希望做些有创造性的事，偏偏无所表现，为什么？

问题或许就出在他自己的内心。

记住，“人是他自己最可恶的敌人”。

每个人的内心都有一个属于自己的小宇宙，当我们有了某种决心，并且相信它会变为事实时，我们小宇宙里的所有力量就会动起来，进而把自己的决心推向实现的方向。

在不经意的某一天，你会发现，自己的梦想真的成为现实了。

回头看一看，这些都是当初你自己的选择，重要的是那种认为自己行的念头一直在支撑着你，正是它改变并影响着你的行为。

你将自己潜能的能力表现出来，就像将深深沉睡在地下的矿藏挖掘出来一样，它本是属于你的，关键在于你是否知道自己有，是否相信自己才是自己命运的决定者。

春永驻，永远年轻。

但一个人的生命从年轻到衰老，是无法抗拒的自然规律。

为了能延缓衰老，让自己多拥有一些年轻时光，一些人追寻各种养生秘方，保健品、保健器械、化妆品、医疗美容……过分关注外在的同时，却忽略了保持青春的另一个重要方面：保持一颗年轻的心。

一个人年轻与否，除了看他（她）的生理年龄和外表，更重要的是看他（她）的心理年龄，即看他是否拥有年轻的心态。

如果你徒有一个年轻的外表，而失去了年轻的心，那你的“年轻”必然不会保持多久。

保持年轻的心态并不意味着要放弃做一个成年人，回归孩童的幼稚，而是要求我们对待现实的心态更积极一些、热情一些。

对于一个积极生活、热爱生命的人来说，年龄只是一个数字。

你若认为自己衰老，你就会变得老气横秋；你若认为自己年轻，你就会变得生机勃勃。

岁月只能在人的皮肤上留下皱纹，失去对生活的热情才能使人的心灵起皱。

人的一生必然从青年走向老年，只要珍惜和把握，无论在哪一个年龄段，都可以创造人生美景。

美国前总统克林顿在白宫办公桌的玻璃板底下压着一张便条，上书：“年轻，只是一种心态。”

克林顿正是以此来不断鞭策自己，始终以饱满的精神状态投入工作。

麦克阿瑟是美国历史上卓有成就的一名五星上将，同时也是获得功勋最多的军人之一。

他投身军旅52载，身经两次大战，时时刻刻都以“责任、荣誉、国家”为念。

他的名言“老兵不死，只有逐渐凋零”在人们心中留下了深远的回响。

麦克阿瑟一生都十分自信，满怀希望，积极而不疑虑。

他晚年时，发表了一篇关于年轻的文章：“年龄使皮肤和灵魂起皱纹，并使你放弃兴趣、爱好，你有信仰就年轻，你若疑虑就年老；你有自信就年轻，你若恐惧就年老；你有希望就年轻，你若绝望就年老。

在心底深处藏有一间记录室，如果永远收到美丽、希望、愉快和勇气的讯号，你就永远年轻；当你的心房被悲观和怯懦主义所掩蔽，你就只有渐渐变老，渐渐凋零了。

” 无独有偶，塞缪尔·尤尔曼，一个大器晚成、70多岁才开始写作的作家，在作品《年轻》中这样写道：“年轻，不是人生旅程中的一段时光，也不是红颜、朱唇和轻快的脚步，它是心灵中的一种状态，是头脑中的一个意念，是

## <<心态决定命运>>

### 媒体关注与评论

你的心态是你的真正主人。

——西方俗语 世界是一面镜子：你皱眉视之，它也在皱眉看你；你笑着对它，它也笑着看你

。——塞缪尔 人与人之间没有太大区别，只有积极的心态与消极的心态这一细微区别，但正是这一点点区别决定了20年后两个人生活的巨大差异。

——拿破仑·希尔 心态改变，态度跟着改变；态度改变，习惯跟着改变；习惯改变，性格跟着改变；性格改变，命运就跟着改变。

——马斯洛

<<心态决定命运>>

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:<http://www.tushu007.com>