

<<阳光心态>>

图书基本信息

书名：<<阳光心态>>

13位ISBN编号：9787538857368

10位ISBN编号：7538857362

出版时间：2008-6

出版时间：黑龙江科学技术出版社

作者：白全珍 编著

页数：277

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>

## &lt;&lt;阳光心态&gt;&gt;

## 前言

“心态决定命运”（有什么样的心态，就会收获什么样的命运）这个观念已被越来越多的人所接受。这一观念的另一层深意就是：心态是我们自己的所有物，我们可以决定我们拥有什么样的心态。也就是说，我们可以决定自己的命运。

从前，有两个秀才一起进京赶考，在路上看到了一口棺材。

一个秀才说：“可真够倒霉的，赶考的路上竟然会碰到棺材，看来这次考试我是没希望了！”

另一个秀才说：“棺材，棺材，是升官发财之意，看来我的运气来了，这次我一定能高中状元！”

他们的心态不同，所以当他们在答题的时候，他们的努力程度也就不一样。

结果正如他们对自己的预测，第一个秀才名落孙山，第二个秀才则高中状元。

之后，他们都对自己认识的人说：“那口棺材可真是灵验啊！”

这个故事表明，消极的心态会导致消极的行动，进而引发消极的结果；而积极的心态会导致积极的行动，进而为我们赢得好运。

在日常生活和工作中，一百个人中会有九十九个人这样感叹：“做人难，做事难。”

这九十九个人中，至少又有十个人感叹“难做人，难做事”。

这些人之所以有这样的想法，是由于缺乏一种积极的心态而造成的。

其实，无论是做人还是做事，都需要保持良好的心态，没有一个好的心态，做人做事当然就难了。

在我们与命运的交锋中，我们始终处于活动状态中的。

我们一生的活动无非就是做人做事，也就是说，做人做事的心态将直接决定这场交锋的成败。

做人做事是我们无法逃避也是不可能逃避的，怎么办？

——我们只有面对它。

我们都希望自己能够收获好的命运，那么，做人做事就必须要有阳光心态。

有阳光心态，我们才能做好人做好事。

什么是阳光心态？

阳光心态是一种坚强、乐观、变通、善良、宽容、知足、感恩的心智模式，是一种积极创造生活并懂得享受生活的生活理念，是一种充满活力与动力并能战胜困难的力量，是一种深刻而不浮躁、谦和而不张扬的和谐之美。

阳光心态体现在为人处事的一件件小事上，体现在生活中的点点滴滴里。

需要指出的是，阳光心态需要去学习，更需要去实践，只有学练结合，才能铸就阳光心态。

有段话说得很经典：你改变不了环境，但可以改变自己；你改变不了事实，但可以改变态度；你改变不了过去，但可以改变现在；你不能控制他人，但可以掌握自己；你不能样样顺利，但可以事事尽心；你不能左右天气，但可以改变心情；你不能选择容貌，但可以展现笑容；你不能预知明天，但你可以用好今天。

你不能改变别人，你只能改变自己。

尽管命运会打击我们，但打击不了我们驾驭命运的强者姿态；尽管痛苦和烦恼会扰乱我们的心绪，但扰乱不了我们对美好生活的渴望；尽管地震可以震动我们，但震动不了我们对生活的坚强信念。

始终保持阳光心态，我们的人生之路才会一路欢歌，一路阳光。

## <<阳光心态>>

### 内容概要

从前，有两个秀才一起进京赶考，在路上看到了一口棺材。

一个秀才说：“可真够倒霉的，赶考的路上竟然会碰到棺材，看来这次考试我是没希望了！”

另一个秀才说：“棺材，棺材，是升官发财之意。

看来我的运气来了，这次我一定能高中状元！”

他们的心态不同，所以当他们答题的时候，他们的努力程度也就不一样。

结果正如他们对自己的预测，第一个秀才名落孙山，第二个秀才则高中状元。

之后。

他们都对自己认识的人说：“那口棺材可真是灵验啊！”

” 心态影响人的能力。

能力影响人的命运。

生命的质量取决于你每天的心态，如果你能保证眼下心情好，你就能保证今天一天心情好，如果你能保证每天心情好，你就会获得很好的生命质量，体验别人体验不到的靓丽生活。

## &lt;&lt;阳光心态&gt;&gt;

## 书籍目录

第一章 相信自己一定能行 1. 别丢掉野心和欲望 2. 别把成功看得太复杂 3. 做人做事要诚实守信 4. 相信自己一定能行 5. 经受住苦难的考验 6. 充分利用一切可用的资源 7. 放下架子, 从小事做起 8. 做一个正直的人 9. 做人做事要学会变通 10. 做事要敢于决断 11. 把失败当做成功的垫脚石 12. 凡事要留有余地 13. 学会选择, 懂得放弃 14. 把一件事坚持做下去 15. 给自己一点勇气, 16. 面对竞争要使自己强大起来

第二章 把缺憾变为前进的动力 17. 依靠自己解决问题 18. 该说“不”时要说“不” 19. 乐于接受别人的反对意见 20. 不断激励和塑造自己, 21. 把缺憾变为前进的动力 22. 工作是工作, 生活是生活 23. 及早消除厌职情绪 24. 学会给工作减压 25. 在工作中保持快乐 26. 打开自己的头脑 27. 用耐心去等待成功 28. 勤奋好学才会有所成就 29. 我们需要一种冒险精神 30. 不要一味地模仿别人 31. 善于创造和抓住机遇 32. 别被挫折吓倒

第三章 宽容是人生的一种至高境界 33. 保持一种创新思维 34. 客观对待事业的“瓶颈”期 35. 关注并保持心理健康 36. 别为了要面子而活受罪 37. 善待自己, 爱自己 38. 不浪费宝贵的时间 39. 运用自我暗示改变自己 40. 做人要勇于表现自己 41. 敢于向别人推荐自己 42. 不要有“怀才不遇”之感 43. 立刻行动起来 44. 别让犹豫囚禁了自己 45. 无论何时都应勤俭节约 46. 控制自己的情绪 47. 宽容是人生的一种至高境界 48. 不要抱怨这抱怨那

第四章 让自己快乐起来 49. 永远保持一颗热忱之心 50. 成功有赖于团结协作 51. 把恐惧拒之门外 52. 要给自己树立目标 53. 满怀希望地活着 54. 让自己快乐起来 55. 要保持着乐观的心态 56. 别让自己活得太累 57. 拿得起, 放得下 58. 为人处事应互相忍让 59. 做人要心怀感恩 60. 没有必要去生气 61. 不要和自己过意不去 62. 要勤勉, 不要懒惰 63. 养成储蓄的好习惯 64. 接受并善待教训 65. 把赞美送给别人 66. 不要在意正在慢慢变老

<<阳光心态>>

章节摘录

## <<阳光心态>>

### 编辑推荐

《阳光心态:决定人生成败的66个细节》由黑龙江科技出版社出版。  
心态影响人的能力,能力影响人的命运,不能改变环境就适应环境,不能改变别人就改变自己。  
不能改变事情就改变态度,不能向上比较就向下比较。  
做人难,做事难,一百个人中,就有九十九个人会这样感叹。  
其实,大家之所以有如此想法,主要是由于缺乏一种阳光心态。  
在你闲暇无聊或苦闷彷徨之际。  
你不妨试着打开《阳光心态:决定人生成败的66个细节》,不管是随意翻看,还是仔细阅读,相信他都会给你指导、给你力量、教你做人的道理。

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>