

李·涛◎著

人对了， 世界就对了



一个人看待世界的角度，往往决定了一个人的心境。
打开心结，不忘初心，拥抱属于你的绚丽人生！

唤醒沉睡的心灵，唯有嘉许的力量才可以做到。
信念对了，一切皆有可能！

北京工业大学出版社

人对了， 世界就对了

李 涛◎著

REN DUILE
SHIJIE JIU DUILE

北京工业大学出版社

图书在版编目(CIP)数据

人对了,世界就对了/李涛著. —北京:北京工业大学出版社, 2015.10

ISBN 978-7-5639-4440-8

I. ①人… II. ①李… III. ①人生哲学—通俗读物
IV. ①B821-49

中国版本图书馆CIP数据核字(2015)第216405号

人对了,世界就对了

著 者: 李 涛

责任编辑: 王 喆

封面设计: 国风设计

出版发行: 北京工业大学出版社

(北京市朝阳区平乐园100号 邮编: 100124)

010-67391722(传真) bgdcbs@sina.com

出 版 人: 郝 勇

经销单位: 全国各地新华书店

承印单位: 三河市九洲财鑫印刷有限公司

开 本: 700毫米×1000毫米 1/16

印 张: 15.5

字 数: 247千字

版 次: 2015年10月第1版

印 次: 2015年10月第1次印刷

标准书号: ISBN 978-7-5639-4440-8

定 价: 30.00元

版权所有翻印必究

(如发现印装质量问题, 请寄本社发行部调换010-67391106)

序 言

有些人常常抱怨自己“生不逢时”、“大材小用”，感叹自己运气太差，总是与机遇擦肩而过。其实，不是机遇故意跟你过不去，而是当机遇出现的时候你没有好好把握住它。

有一句格言说得好：“幸运之神会光顾世界上的每一个人，但如果她发现这个人并没有准备好要迎接她时，她就会从大门里走进来，然后从窗子里飞出去。”

当你发现一次次好机遇都离你而去的时候，你有没有想过，你当时做好了迎接机遇的准备了吗？如果你的回答是否定的，那么，你就不要抱怨机遇为什么不肯光顾你，你要在自己身上找原因。

曾经有一对夫妻带着他们的儿子前来向我咨询如何解决孩子适应环境的问题，谈话中，他们给我讲了儿子小时候的一个故事：

一天，儿子在客厅跑来跑去，一不小心摔倒了，头



人对了，
世界就对了

撞在桌子角上。这个孩子不是认为造成这个后果是因为自己的疯跑造成的，反而责怪桌子角不好，父母反复解释都没有任何效果，儿子不依不饶，非要求父亲将桌子角锯掉不可。

看着孩子的执拗，无奈的父亲只好锯掉了桌子角。

后来，这对夫妻调换工作，从小县城来到广州工作。这时，他们的儿子已经是一个初中生了。在新的环境里，儿子对学习、生活环境很不适应。他不停地抱怨父母不该搬到这个城市来，并且说广州如何如何不好，那里的人如何如何有意跟他过不去。

听完这对夫妻的讲述，我接下来问他们的儿子：“你是觉得不愿意离开那个小县城的小伙伴们，所以一直心存抱怨吗？”他犹豫了一下，“是的，我觉得还是以前的那些小伙伴们对我好，而这里的同学们好像都看我像个乡巴佬，经常嘲笑我。”

之后，我又跟这个孩子聊了他很多感兴趣的话题，让他感觉跟我谈话很开心，接着，我给他讲了这么一个故事：“一只小狗在镜子面前，对着镜子里面的小狗‘汪汪’大叫，镜子里面的小狗也‘汪汪’大叫，小狗表现越凶狠，镜子里面的小狗也越凶狠。”说到这里，我问这个孩子：“假如这个小狗对镜子里的小狗温顺，你认为镜子里的小狗会怎样对他？”

“当然也会温顺友好。”孩子回答说。

“好了，”我说，“如果你对你认识或不认识的人都非常友好，他们还处处跟你过不去，那他们一定有精神病，根本就不应该在城市里待着，而应该被送去精神病院，你说是不是？”

这孩子似乎若有所思，趁这个时机，我赶忙问他：“你有没有想过，那些跟你过不去的人，是不是你当时的态度也不好？或者说你们之间有没有大的误会？”这孩子想了片刻，不好意思地说：“好像每一次都是我先出的恶语……因为我看他们不顺眼。”

“这就是问题的症结所在。试着友好地对待每一个人，如果他们仍然跟你过不去，叔叔我帮你解决，你应该对我有信心，你说好不好？”我微笑着拍拍他的肩膀对他说。

“好，我一定听您的，按您说的做！”孩子一下子开朗起来了。

不抱怨，只为成功找方法，不为失败找借口，要是抱着这样的想法，不成功反而是很稀奇的事。

总是喜欢抱怨的人，一定是自信心不足的人，也是不成熟的人。自信是成功最大的魅力所在，是内在的成熟、稳健，它对塑造良好的积极的自我形象至关重要。

一个具有强烈自信心的人，有着磁石般的吸引力。不管是谁，都不愿与一个暮气沉沉、整日里唉声叹气的人交往，这样的



人对了，
世界就对了

人，只会生活在暗无天日的小天地里，是不会有有什么作为的。只有自信的人才能找到打开成功之门的钥匙。

拥有自信的人，绝不会向挫折和失败低头，对未来总是满怀期望，这就是创造奇迹的起点。失败了、落后了，不后悔，不气馁，同时还会有超越和必胜的信念，这正是一个人成功最为宝贵的特质。

阳光的心态是一笔珍贵的财富，它是人们拥抱这个世界的基石，同时也可以帮助一个人获得应有的成功。

有一位成功人士曾经说过：“一个阳光自信的人，对别人给予自己的点滴的好处心存感激，心中充满着爱，而且他会将这份爱无限传递下去。而社会的和谐、美好，恰恰需要我们每一个人都付出自己的爱心。”因此，对于人们而言，阳光自信，能够充满爱心，能够担负起属于自己的职责，这是获得成功的不二法门。

调整好自己的状态，以一种喜悦的心情去看待这个世界，这个世界同样也会回报给你一份美好。

目 录

第一章 信念一旦改变，未来无限可能

走过繁华、走过喧嚣，我们唯一能做的就是改变自己，远离不安、远离狂躁，一步步解开内心的死结。活着的意义，就是诠释那个最初的自己，破浪前行，努力过后，才能拥抱本属于你的绚丽。

一堂课深深影响了我	003
颠沛流离，为的是实现自己的梦想	007
不管如何落魄，我相信幸运正在路上	010
屡败屡战，越挫越勇	015
不必将别人的不屑放在心上	020
坚定信念，一切皆有可能	025



人对了，
世界就对了

第二章 经历就是财富，磨砺心志才更接近幸福

在少林寺练武的那三年多时间，是我最为宝贵的人生经历，不但强健了我的体魄，而且还磨炼出了我坚强的意志。许多人问我：“你失败过那么多次，是靠什么挺过来的？”我想，这段经历给出了部分答案。

在少林寺冬练三九，夏练三伏	033
比同龄的孩子吃了更多的苦	037
感谢师父对自己的严格要求	042
最大的收获是锻炼出坚强的意志力	047
人生中最重要的一段经历，让我更具备幸福的能力	051

第三章 活在当下，专注的力量超乎想象

生活经验的积累是一个漫长的过程，有的人虽然经历过很多大风大浪，却依然在小问题上即所谓的阴沟里翻船。因此，我们在做出决定或选择时尤其要注意通盘考虑，特别在决定自己的前途和命运的重大抉择面前，一定要头脑清醒、结合实际情况冷静而全面地分析。

我做了人生中最棒的一次决定	059
---------------------	-----

错失机会的顿悟：专注的力量超乎想象	064
爱情成功的秘诀就是专注	069
在寺庙里的觉醒：静得下心，沉得住气	074
专注当下，最有力量	078
成功只有两步：一步开始，一步坚持	083

第四章 能承担多大责任，就能获得多大成功

你应该为你承担的责任，特别是那些重大的责任感到自豪，这是证明自己的最好方式。如果你能承担起重大责任，这本来就证明了自己的价值，你很棒。

曾经冒着生命危险勇抓歹徒	089
我必须为自己的职业负全责	093
成功人士的第一魅力就是负责任	099
把课程带到家乡去	103
只负责分内的事远远不够	106

第五章 嘉许的力量，真诚的嘉许唤醒沉睡的心灵

在这个世界上，什么最有力量？权势？金钱？智慧？自然？不可否认，这些的确都很有力量，但这些力量仅仅只可



人对了，
世界就对了

以改变一个人的外在，永远无法触及一个人的内心。

当一个人的内心沉睡的时候，一切外在的力量都无法将其唤醒。想要真正唤醒一个沉睡的心灵，唯有嘉许的力量才可做到。

没想到嘉许的力量这样大	113
欣赏的目光，浇灌出合作的硕果	117
欣赏是种能力，大格局的人才具备它	122
欣赏和信任的眼神给人超乎想象的力量	127
用夸奖的方法，教出好孩子	132
我一直以善于发现并嘉许别人的优点而自豪	138

第六章 珍惜才能拥有，感恩才能长久

“乌鸦反哺，羊羔跪乳”，动物界有着极为形象生动的感恩故事，然而，在我们身边有太多的人不懂得感恩，他们总是觉得别人为自己付出再多也是理所当然。渐渐地，他们在理所当然里，失去了亲情、友情和爱情。不懂感恩的人必定不懂珍惜，不懂珍惜的人，幸福也必不会长久。因为如此，我们每一个人才必须学会感恩。感恩，能让一个人的境界更高，能让一个人收获更多的幸福与美好。

看到“施舍父母”的报道，刺痛我的心	145
成功策划“德行天下”活动，让数万人受益	150
真诚的感恩让七尺男儿失声痛哭	155
让孩子拥有感恩之心，是我做青少年课程的使命	160
盛满感恩的心，才算真正的富有	165

第七章 永不止步，我一直在不断超越的路上

我渴望成功，我梦想成功，不是因为我想富贵还乡，而是因为只有我成功了，我才有能力、有资本帮助更多的人走向成功。我曾经问过自己，我的人生到达什么样的程度才算成功？我的人生有没有顶峰？得到的答案是，帮助尽可能多的人走向成功，帮助尽可能多的人改变自己的命运，那样自己才算成功。所以，我成功的时刻永远在未来，我人生的巅峰是永无止境的。这也鞭策着我永不止步，永远奔跑在不断超越的路上。

一直在反省：为什么做不起来	173
在“导师圈子”里获得丰富营养	179
与人互动时的收获让我喜出望外	183
心理学研修让我如虎添翼	189
总结过去，我一直在前进的路上	194



人对了，
世界就对了

第八章 内心阳光，你的世界就是晴天

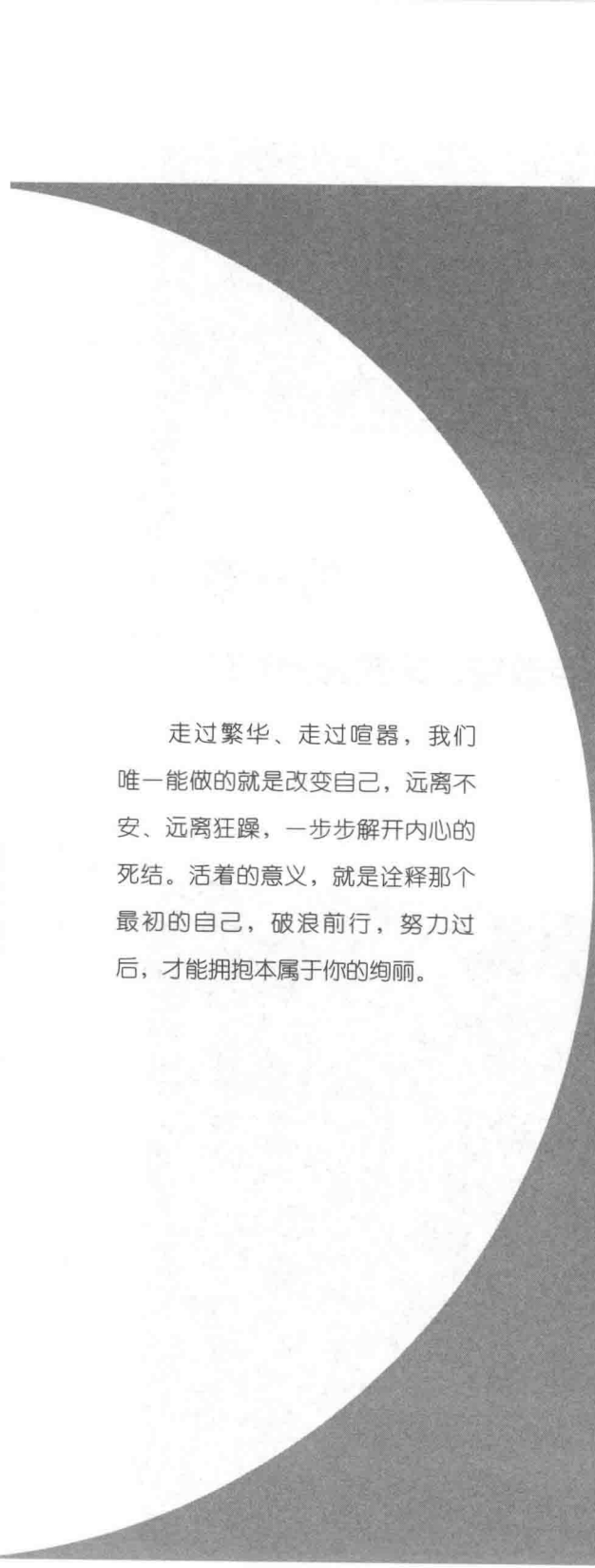
汪国真说过：“心晴的时候，雨也是晴；心雨的时候，晴也是雨。”充满诗情画意的话语说明了一个简单易懂的道理：一个人看待世界的角度往往就决定了一个人的心境。

你的内心是阳光的，你所看到的一切事物也会是积极阳光的；你的内心是阴暗的，你所看到的一切也会是黯淡无光的。内心阳光，任何时候，你的世界都会是晴天。

人生的富足在于内在的丰盛	203
人对了，你的世界就对了	208
“九点阳光”，照亮孩子的心灵	213
每个孩子都是九点钟的太阳，温暖而充满希望	216
不是世界黑暗，而是我们飞得不够高	221

第一章

信念一旦改变，未来无限可能



走过繁华、走过喧嚣，我们
唯一能做的就是改变自己，远离不
安、远离狂躁，一步步解开内心的
死结。活着的意义，就是诠释那个
最初的自己，破浪前行，努力过
后，才能拥抱本属于你的绚丽。

一堂课深深影响了我

我从十几岁走出江西的那个小村庄，一晃十多年过去了，经历了许多，也思索了很多。其间，有过辉煌，也有过失败；有过一帆风顺，也有过坎坷磨难；有过迷茫彷徨，也有过美好的梦想……

一个人的经历，
是一个人宝贵的
财富。

一个人的经历，是一个人宝贵的财富，这些财富，是金钱换不来的，因为金钱买不来经历。在深圳当民警的那段日子，是我人生经历的最初沉淀，也是我了解各种人心态和动机的极佳窗口。因为深圳是一个移民城市，那时的深圳正处于改革开放的前沿地带，这个城市迅速会聚了来自全国各地的人：经商的、打工的、练摊的、拾破烂的……各色人都有。如果说当时要接触各种各样的人，了解他们的所思所想，深圳无疑是最佳的地方。作为民警，我天天都要跟各种各样的人打交道。这一段经历让我受益匪浅，我能站在更高的层面去看待这个世界，不但洞察力



人对了，
世界就对了

迅速提升，而且看问题的角度都更广泛和多元，这对我以后教练生涯的成功带来极大帮助。

心境开阔了，视野打开了，层次提升了，看人、看事、看物不仅能够做到洞若观火，还能更巧妙地处理工作与生活中遇到的一些问题。

虽然民警的工作经历让我获益良多，但我知道，我不可能一辈子去从事这个工作。至于今后到底要做什么，说实在话，当时我也不清楚，只是朦朦胧胧地觉得，民警工作不是我的追求。

一次偶然的机会，一个朋友邀请我去听了一堂课，正是这一堂课，改变了我的人生。

这是一堂“教练技术”课，是一堂启迪心灵的课，这节课带给我深深的震撼。如果说我之前对自己以后的人生选择还朦朦胧胧的话，那听了这一堂课后，我的人生道路就渐渐地清晰起来。

这节课的主旨内容是“唤醒沉睡的心灵，挖掘自身的潜力”。这节课上，讲师说的每一句话好像都是在说我，比如，“每个人一开始都不清楚自己真正需要什么”、“没有人比自己更了解自己”、“判断什么重要或不重要不是由教练决定的，而是你在教练的指导下自己做出判断”……