

换一种 态度 去 生活

李洁◎编著

获得幸福的76条生存法则

中国言实出版社

在生活以及工作的观念和态度上我们不应该输给别人。人怎样活都是一辈子，那就要以最好的方式生活。



DIFFERENT
ATTITUDE TO LIFE

换一种 态度 去 生活

李洁◎编著

获得幸福的70

中国言实出版社

在生活以及工作的观念和态度上我们不应该输给别人。人怎样活都是一辈子，那就要以最好的方式生活。



图书在版编目 (CIP) 数据

换一种态度去生活：获得幸福的 76 条生存法则/李洁编著 .

—北京：中国言实出版社，2009.1

ISBN 978 - 7 - 80250 - 126 - 3

I . 换…

II . 李…

III . 人生哲学—通俗读物

IV . B821 - 49

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2008) 第 173241 号

出版发行 中国言实出版社

地 址：北京市朝阳区北苑路 180 号加利大厦 5 号楼 105 室

邮 编：100101

电 话：64924716 (发行部) 64963101 (邮 购)

64924880 (总编室) 64890042 (三编部)

网 址：www.zgyscbs.cn

E-mail: zgyscbs@263.net

经 销 新华书店

印 刷 北京京都六环印刷厂

版 次 2009 年 1 月第 1 版 2009 年 1 月第 1 次印刷

规 格 710 毫米 × 1000 毫米 1/16 17 印张

字 数 242 千字

定 价 29.80 元 ISBN 978 - 7 - 80250 - 126 - 3/B·192



前言

从前有一位国王，虽然过着奢靡的生活，但总觉得自己一点都不幸福。这时有人对他说：谁拥有世界上最幸福之人的衬衫，谁就会幸福无比。于是，国王几经查访，终于找到了世上最幸福之人，没想到却是一位穷得连一件像样的衬衫都没有的乞丐。

于是国王问：“你这样穷，为什么还活得这么幸福？”

他回答说：“我每天不但可以靠野菜填饱肚子，还可以在水果丰收的季节里，品尝到各种美味的水果；我每天不但可以住在山洞里躲避风雨，冬天还可以点燃树枝取暖；晴天可以远眺美景，雨天可以漫步细雨中享受浪漫，雪天可以欣赏美丽无比的银色世界……我还有什么理由不幸福呢？”

贫穷的乞丐的幸福感竟然能够超过富有的国王，这其中的奥秘也不过是贫穷的乞丐知晓了获得幸福的奥秘——换一种态度去生活。

庄子云：“达生之情者，不务生之所无以为；达命之情者，不务命之所无奈何。”参透了，对生命对生活快乐的感觉就多了。人生就像一场戏，因为缘分所以我们相识。在我们一生的过程中肯定会遇到无数坎坷，也会遭遇许多流言蜚语。但是，我们不要因为自己的不幸或被蔑视，就从此灰心丧气，更不要一蹶不振。爱需要勇气，我们的生活更需要勇气，学会换个角度看人生，它依然美丽。

人世间，有谁生下来就能一帆风顺？唯有你在成长与前进的时候学会换个态度看人生，对生活乐观豁达，对世事有着高度的洞察力，你才不会有年少的幼稚、天真与娇气。谈笑间，醉卧云中，指点江山，把酒当歌，是为人处世的达观与真诚！人世间，与人为善，助人为乐，是对世间万事万物的理

换一种态度去生活

解与认同；淡泊明志，宁静致远，是对功名利禄一笑而过的大气。曾有人说：你不管碰到什么天灾人祸，抑或被罢官、失恋、失业、下岗、离婚等，你都依然能够微笑着面对一切，换个角度看人生，很快就会走出人生的低谷，并走向希望的田野。

我们不能掌握生命的长度，但可以改变生命的宽度，可以改变心态。换个方法思考，可以使问题变简单；换个立场看人，可以宽容处世；人生中，某个时候，仅需换换角度，就可以改变自己的一生。换种心态看人生，可以得到更多幸福。



目 录

生存法则之一：

如果怎样活都是一辈子，为什么不选择最好的方式活下去呢……………（1）

生存法则之二：

勇往直前是种好习惯，但很多时候拐个弯会省下更多的时间和精力……………（5）

生存法则之三：

乐观是好事，但有些事往往需要你做出最坏的打算……………（9）

生存法则之四：

揪别人的尾巴很容易，但同时要小心藏好自己的……………（13）

生存法则之五：

改变不可怕，可怕的是失去了因改变带来的良机……………（17）

生存法则之六：

也许你已经站在了很高的位置，但请注意你所面对的方向……………（20）

生存法则之七：

记忆力好并不能说明什么，健忘才是幸福的准则……………（23）

生存法则之八：

人人都会犯错，但为了错误去后悔就是错上加错……………（27）

换一种态度去生活

生存法则之九：

你也许很聪明，但让所有的人都知道你的聪明并不是件聪明的事 (30)

生存法则之十：

如果你找了 100 个后退的理由，那就再找 101 个前进的理由 (34)

生存法则之十一：

找 100 个理由证明自己不是懦夫，不如找 1 个理由证明自己是勇士 (37)

生存法则之十二：

对你的男人多一点了解、少一点爱；对你的女人多一点爱、少一点了解 (41)

生存法则之十三：

不能改变的事，不妨试着接受它 (45)

生存法则之十四：

最快乐的人并不是一切东西都是最好的，但他们会充分享受自己已有的东西 (49)

生存法则之十五：

空想着中了彩票会如何，不如立刻起身去买一张彩票 (52)

生存法则之十六：

从每一次的忧患中看到一个机会，而不是从每一次的机会中都看到某种忧患 (55)

生存法则之十七：

看不惯现在孩子的打扮吗？十几年前你的父母也是这样 ... (58)



生存法则之十八：

有些事情我们本身无法控制，不如先控制好自己 (62)

生存法则之十九：

我们无法决定生命的长度，但至少可以决定它的宽度 (66)

生存法则之二十：

阻止不了天空下雨，你可以让心里放晴 (70)

生存法则之二十一：

明天会怎样谁都不知道，所以好好地利用今天吧 (74)

生存法则之二十二：

事事顺利有些难度，但最起码我们可以事事尽力 (77)

生存法则之二十三：

觉得痛苦的时候，看看你是不是追求了错误的东西 (81)

生存法则之二十四：

没有永恒的快乐，痛苦亦然 (84)

生存法则之二十五：

没有 100 分的另一半，只有 50 分的两个人 (88)

生存法则之二十六：

要相信自己，但不能只相信自己 (91)

生存法则之二十七：

出发之前千万不要忘了问自己：我要去哪里 (94)

生存法则之二十八：

把你想要的大声说出来，猜来猜去你累他（她）也累 (98)

生存法则之二十九：

也许别人对你没有信守时间与承诺，但你不能这样做 (102)

生存法则之三十：

把脸一直向着阳光，这样就不会见到阴影…………… (106)

生存法则之三十一：

换一条路回家，你会看到不同的风景…………… (110)

生存法则之三十二：

羡慕他人的时候，也有人在羡慕你…………… (113)

生存法则之三十三：

当你觉得一切都很舒适的时候，危机就离你不远了…………… (116)

生存法则之三十四：

能够听取他人的意见，但不能事事听从…………… (120)

生存法则之三十五：

常常为难你的人其实是你的贵人…………… (123)

生存法则之三十六：

孤独不可怕，可怕的是内心深处的寂寞…………… (126)

生存法则之三十七：

也许你是匹好马，但千万不要等着伯乐来发现你…………… (129)

生存法则之三十八：

没有选择的时候，往往是最好的选择…………… (132)

生存法则之三十九：

做什么都行的人往往什么都干不成…………… (135)

生存法则之四十：

明智的放弃，要胜过盲目的执著…………… (138)

生存法则之四十一：

没人给你鼓掌，那就勇敢地自我欣赏…………… (141)



生存法则之四十二：

放掉几颗糖果，手就能从罐子里出来了 (144)

生存法则之四十三：

没有创新的灵感时，不妨先从模仿开始 (147)

生存法则之四十四：

孩子弄坏了闹钟，你要这样想——幸好弄坏的不是
电视 (151)

生存法则之四十五：

看不清对方，可能是你离得太远，也可能是离得太近 (154)

生存法则之四十六：

就算所有的人都忘了你的生日，你也要记得为自己
买个蛋糕 (157)

生存法则之四十七：

很多时候，不知道真相要比知道真相幸福得多 (161)

生存法则之四十八：

你养的兔子永远都不会吃鱼，永远 (164)

生存法则之四十九：

不要以为你什么都行，你要知道自己的不足并敢
于承认 (168)

生存法则之五十：

花时间去后悔，不如振作起来去寻找新的机会 (172)

生存法则之五十一：

即使是维纳斯，也有断臂的缺憾 (175)

换一种态度去生活

生存法则之五十二：

别抱怨朋友把你当成了泔水桶，因为你也同样需要

倾诉的对象 (178)

生存法则之五十三：

抱怨别人之前，先想一想自己 (181)

生存法则之五十四：

不要责备父母的啰唆，你也有老的一天 (184)

生存法则之五十五：

40岁前用健康换钱，40岁后就要用钱去换健康了 (187)

生存法则之五十六：

你不想下楼倒垃圾，他也是 (190)

生存法则之五十七：

偶尔的忧郁无伤大雅，关键看你如何化解它 (193)

生存法则之五十八：

不要用他人的错误来惩罚自己 (196)

生存法则之五十九：

如果有人指出了你的缺点，你要学会感谢他 (200)

生存法则之六十：

诚实地面对自己，就没有人能够骗得了你 (203)

生存法则之六十一：

当你发现自己没有鞋子穿的时候，想一想这世上还

有人没有脚 (206)

生存法则之六十二：

把每一天当成生命的最后一天去过，会活得更



滋有味 (210)

生存法则之六十三：

不同的选择有不同的命运 (213)

生存法则之六十四：

忌妒别人，不会给自己增加任何的好处，也不可能
减少别人的成就 (216)

生存法则之六十五：

如果有一条疯狗咬你一口，难道你也要反咬它一口吗 (219)

生存法则之六十六：

心中装满着自己的看法与想法的人，永远听不见别
人的心声 (223)

生存法则之六十七：

如果你不能从内心去原谅别人，那就永远不会心
安理得 (226)

生存法则之六十八：

如果不想自己丢脸，最好学会维护别人的面子 (229)

生存法则之六十九：

不要因为愤怒干出蠢事 (233)

生存法则之七十：

不要因为在人生的道路上狂奔，就失去了观看两旁
花朵的机会 (237)

生存法则之七十一：

不是每个往你身上倒大粪的人都是你的敌人，也不是
每个把你从粪坑里拉出来的人都是你的朋友 (240)

生存法则之七十二：

在别人伸出援手之际，别忘了，只有你也愿意伸出手来，人家才能帮得上忙 (243)

生存法则之七十三：

世上没有绝望的处境，只有对处境绝望的人 (246)

生存法则之七十四：

虽然凡事都要三思，但别忘了，三思过后还要“行” (249)

生存法则之七十五：

与其梦想天边的玫瑰园，不如欣赏开在你窗口的玫瑰 (252)

生存法则之七十六：

不要问别人为你做了什么，而要问你为别人做了什么 (255)



生存法则之一：

**如果怎样活都是一辈子，
为什么不选择最好的方式活下去呢**

每个人都会在生活中遇到很多的困难和无奈，在我们身边总会发生一些令我们不愉快或是难以接受的事情，这些事情让一些悲观的人更加悲观了，对人生充满了失望，继而，有人选择了放弃自己的生命，有人选择了在颓废和抑郁中度过，既然选择了生存下去，那为什么不以最好的方式生活下去？无论过去发生了什么，过去的已经过去了，为什么不珍惜眼前的生活呢？生命短暂，时光如梭，既然选择生存，就要以最好的方式活下去。

相对漫漫的时间来说，人的一生极其短暂，不过是几朝日升日落，几许花开花谢。所以，人生在世，不论遇到什么样的困难与挫折，都要保持一个乐观的心态，不要自暴自弃，要以最好的方式活下去。

杰克是个很乐观的人，同时也是个很倒霉的人，但他总是生活得很开心，他的心情总是很好，他对事物总是有正面的看法。每当有朋友问他最近怎么样时，他总会回答：“我快乐无比。”朋友们都非常羡慕他的生活方式。

杰克的朋友曾对杰克说，这很难办到！一个人不可能总是看事情的光明

面，不可能总是保持愉快的心情！”“你是怎么做到的？”朋友问他。

杰克笑着答道：“每天早上我一醒来就对自己说，杰克，你今天有两种选择，你可以选择心情愉快，也可以选择心情不好。我当然要选择心情愉快。怎么过都是一天，为什么不高高兴兴地过呢？这就好比每次有坏事发生时，我可以选择成为一个受害者，也可以选择从中学些东西，我当然要选择从中学学习。我要以最好的方式去生活。”

“可是哪有你说的那么容易！”朋友立刻反驳。

“就是那么容易。”杰克答道，“其实人生就是选择。当你把无聊的东西都剔除后，每一种处境就是面临一个选择。你选择如何去面对各种处境；你选择别人的态度如何影响你的情绪；你选择心情舒畅还是糟糕透顶……归根结底，你自己选择如何面对人生。如果怎样活都是一辈子，为什么不用最好的方式去生活呢？”

几年后，朋友听说杰克出事了。那是一天早上，他忘了关后门，结果被3个持枪的强盗拦住了，强盗一时紧张，对他开了枪。不幸中的万幸是，杰克因抢救及时，经过18个小时的抢救和几个星期的精心照料，居然从医院走了出来，只是仍有小部分弹片留在他的体内。

又过了几个月，朋友见到了杰克。朋友问他现在感觉怎么样，他像没事人一样答道：“我快乐无比。想不想看看我的伤疤？”

朋友看了他的伤疤后，问他当强盗来时，他在想些什么。

杰克答道：“我脑海中想的第一件事是，我应该关后门，当我躺在地上时，我对自己说我正面临两个选择：一个是死，一个是活。我当然要选择活。”

“你不害怕吗？你有没有失去知觉？”朋友问道。

杰克继续说：“医护人员对我太好了。他们不断告诉我，我会好的。但当他们把我推进急诊室后，我看到他们脸上的表情，从他们的眼中我分明看到几个字——‘他是个死人’。我知道我需要采取一些行动了。”

“那你采取了什么行动？”朋友赶紧问。



“有个身强力壮的护士大声问我对什么东西过敏。我马上告诉他，是的。这时，所有的医生和护士都停下来等着我说下去。我深深地吸了一口气，然后大声告诉他们：子弹！在一片大笑声中，我又说道：我的选择是活下来，请把我当活人来医，而不是死人。”

杰克活了下来，一方面要感谢医术高明的医生；另一方面得感谢他那惊人的生活态度。

怎样活都是一辈子，为什么不选择最好的生活方式呢？

生活总是有许多未知数，但是有一点不会改变，那就是我们在来到这个世界之时，就注定了要离开。只是我们不知道是哪一天、以什么方式，或许浪漫地遗留一份美好，或许残酷得如同梦魇。可能就是这个世界有太多无法预料的事情，从而激发了我们的生命力，让我们可以始终不弃地来面对世事；同时，也就是这种积极的态度，使我们以开阔的心胸面对未来，深刻体会到生命每一刻的存在，珍惜生活中的每一秒。

聋哑教育家海伦·凯勒曾经说过：“面对阳光，你就永远看不到阴影。”是啊！当我们房间的灯亮着时，窗外也可以享受到房间光线的温暖；同样的道理，只要你内心的生命力在不断地搏动，周围人的心也会被你的智慧照明。“乐观，是心理的阳光，如一条暖暖的细流潜入心田。”成功的人，一定会把注意力集中在积极的事情上，你跟他们谈话时，听到的是各种可以振奋人心的好消息和可以开怀大笑的故事，而不是牢骚、恐惧和不确定的事情。他们不会说最近没做什么事，而是说他们确实做了什么事，他们总是活得很踏实，而又不失情趣。法国文豪吉得在作品《田园交响乐》中，曾叙述了双目重获光明的女孩朱莉的一段话：“我未曾想过阳光是如此明亮，空气是如此清香，天空是这么辽阔，但是人们为什么都有张忧郁的脸孔呢？”阴霾不会布满整个晴空，我们身处幸福却浑然不觉，甚至还不满足。

换一种态度去生活



其实我们应该增加一个好习惯：以积极的态度改变我们的心灵。不管事情多么糟，想一想，明天太阳总会在清晨纯净的空气中升起，心情就会好多了。事情总是会逢凶化吉，如果往好的方面想，并不断把积极的思想装入大脑中，事情往好的方面转化的速度就会更快。很多时候，坏事能变成好事，好事也能变成坏事，就看你以怎样的心态来面对了。所以，无论何时都应该以最好的心态和方式面对生活。