

每天成长的心灵指南 点滴进步的人生智慧

态度改变人生

谁动了你的 命运？

李立之◎主编

人不能改变别人，但可以改变自己
人不能改变环境，但可以改变态度
选择积极向上的人生态度，享受生活的每一天！

 金城出版社
GOLD WALL PRESS

态度改变人生

谁动了你的命运？



字	175 千字	编
版	2010 年 1 月	文
印	北京 经济科学出版社	编
中	16.25 元	编
字	175 千字	编
版	2010 年 1 月	文
印	北京 经济科学出版社	编

主	编 李立本
责任编辑	曹雷
开	本 16.25 元
印	17.5 元
字	175 千字
版	2010 年 1 月
印	北京 经济科学出版社
字	175 千字
版	2010 年 1 月
印	北京 经济科学出版社



金城出版社
GOLD WALL PRESS

图书在版编目 (CIP) 数据

谁动了你的命运?: 态度改变人生/李立之主编. —北京:
金城出版社, 2010. 6
ISBN 978-7-80251-435-5

I. ①谁… 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 (2010) 第 089344 号

Copyright © 2010 GOLD WALL PRESS, CHINA

本作品一切中文权利归 金城出版社 所有, 未经合法许可, 严禁任何方式使用。

谁动了你的命运? 态度改变人生

主 编 李立之
责任编辑 雷燕青
开 本 787 毫米×1092 毫米 1/16
印 张 17.5
字 数 175 千字
版 次 2010 年 7 月第 1 版 2010 年 7 月第 1 次印刷
印 刷 北京温林源印刷有限公司
书 号 ISBN 978-7-80251-435-5
定 价 36.00 元

出版发行 金城出版社 北京市朝阳区和平街 11 区 37 号楼 邮编 100013
发 行 部 (010) 84254364
编 辑 部 (010) 84250838
总 编 室 (010) 64228516
网 址 <http://www.jccb.com.cn>
电子邮箱 jinchengchuban@163.com
法律顾问 陈鹰律师事务所 (010) 64970501



人们常说：“性格决定命运”，“态度决定一切”。

性格是决定人生方向和命运归宿的重要因素。但态度也影响着人的命运，态度决定一切。从逻辑思维来看，态度决定行为，行为决定习惯，习惯决定性格，性格决定命运。所以要想改变命运，就要从改变自己对生活的态度开始。

因此，要改变命运，首先就要改变态度。我们要变消极为积极，变被动为主动，变悲观为乐观。如果有一天，你发觉对待工作开始变得没有激情和动力，那就到重新审视自己的态度的时候了。

这个经由思想塑造命运的模式，其实就是打造成功和创造命运的过程。做事的积极态度不是天生的，它不需要天分，不是靠遗传，所以说不是一成不变的。态度是形成习惯的一种动力，它是在日常的生活和工作中慢慢培养出来的。

时时留意撒播在精神花园里的意识种子，因为这些种子将会萌生你未来

的人生态度。当我们面对世界万物的时候，都应该保持一种积极主动的思维。积极主动的思维有利于我们不断汲取人生经验，积极向上的生活态度往往使我们的人生化平淡为神奇。

生活像一条奔流不息的河，昼夜不舍，演绎着生命的历程。每个人不同的人生经历和感受，决定了不同的生活态度和生活内容。有人过得庸庸碌碌，像一本陈年流水账，有人活得多姿多彩，似一幅绚丽的图画；有人重复着机械而单调的日子，觉得生活索然无味；有人却能游刃有余地驾驭着生活之舟，驶向幸福美满的乐园。

这一切难道是命运的安排？答案是否定的。命运虽有人的能力和机遇因素在内，但我们对待生活的态度更至关重要。

培养自己的积极态度，首先我们要在头脑意识中注意到这几个方面：

首先，树立信心，做生活的强者。不管顺境还是逆境，都要泰然面对，宠辱不惊，保持镇静自若的心态。要相信太阳每天都是新的，需要从头做起，认真做好每件事，过好每一天。

其次，珍惜时间。浪费时间等于缩短生命，得过且过如同慢性自杀。要紧紧把握住时光的轮盘，不使它空转。这样才能让短暂的生命得以扩展和延长，才能真正享受到生活的乐趣。

再次，乐观、幽默的心境不可少。保持一颗童心很必要，开朗、宽阔的心胸会忘却生活中的烦恼和忧愁，就能够运筹帷幄，把一切困难和失意踩在脚下。

然后，保持勤奋的习惯。勤奋是生活的动力，懒惰是成功的绊脚石。人在每一个生活阶段，都要制订出不同的目标，要有所追求。每达到一个目的，就会增加一分快乐和满足。

最后，以一颗善良、宽容之心善待一切。我们要善待朋友，善待生活，善待一切事物，珍惜世间一草一木，热爱自然界万物生灵。把贪婪、自私、胆怯的杂念抛到九霄云外。

另外，要善于接受和创新。面对日新月异的世界，要睁大好奇的眼睛，探索求知的欲望不能泯灭。无知和落后者必定会成为生活中的懦夫，我们要

积极应对。

每个人可以有不同的命运，但每个人都可以演绎自己的辉煌，其中的关键点就在于你的生活态度。态度是一种行为方式，正确的态度将产生积极的结果，会让你的生活和工作葆有激情和动力。我们不能改变过去，但可以改变现在；我们不能改变别人，但可以改变自己；我们不能改变环境，但可以改变态度。

态度源于信仰，每个人都有自己相信的一种观念。正确的观念，投射到工作上，就产生具体的正确态度。例如：相信世界是公平的，没有不劳而获，这是信仰，也是观念。投射到工作上，就会变成全力以赴，一步一个脚印，不会贪便宜、走捷径。

观念与态度是连动的，对外界的每一件事，每个人都会产生不同的对应态度，进而产生不同的作为。观念的正确，包括许多层面，例如乐观、正面思考、负责等人生守则，这其实是回到做人的基本原则，但它们都是正确的人生态度。

换个方法思考，可以使问题变得格外简单明了；换个立场看人，可以宽容处世；换种心态看人生，可以得到更多美好与欢喜。

态度可以是一种火上心头就冷静的持重，可以是一种失败到底就崛起的坚强，可以是一种虽辱犹荣就能自解的洒脱，可以是一种时来运转会珍视的稳妥，也可以是一种知难而进图奋进的圆熟，是一种勇往直前且桀骜不羁的英雄气魄。

牢记这句格言：学习是终身的伴侣，态度是进步的曙光。有了积极的头脑和习惯，就一定会创造出更充实的生活，也会对未来充满了憧憬和希望。我们要培养这样的生活态度，一定会从内心里感觉到：世界原来是这般美丽，工作原来是这般逍遥，生活原来是这样美好。

这是一本极具价值的人生指南图书，本书全面系统地介绍了影响命运的一些人生态度的形成、作用及影响，强调了正确积极态度的重要作用，并对一些我们应该具备的重要态度进行了详细介绍。如果你觉得对培养积极态度不知如何下手，那么在仔细阅读完这本书之后你一定会变得释然。

本书尽最大可能刺激人们的心灵和斗志，激发人们追求积极的工作和完美的生活！如果你想确立自己的人生定位，提高你对生活的感知，让你能够以更加积极地去面对生活、工作和自己，那么从态度开始去改变自己的命运吧。



前言	1
第一章 积极工作——在单调的工作中寻找乐趣	1
1. 积极主动，把工作做到最好	3
2. 踏实肯干，切莫得过且过	8
3. 注重细节，工作之中无小事	14
4. 保持热忱，爱岗敬业	18
5. 尽心尽力，尽职尽责	23
6. 学会快乐的工作	27
7. 爱岗敬业，发挥自己的聪明才智	32
心理测试：职场上你的潜力有多大？	38

第二章 乐观自信——笑对人生的磨砺 43

1. 珍惜时光，热爱生活的每一天 45
 2. 学会健忘，忘记过去的失意 50
 3. 乐观自信，面对生活的不幸 56
 4. 认真生活，珍惜现在所拥有的一切 60
 5. 感恩生活，用爱回报生活中的磨难 65
 6. 追求幸福，绝望轻生是弱者的表现 70
 7. 学会坦然，从容面对生活 75
- 心理测试：你现在的心态 79

第三章 敢于冒险——直面逆境与挑战 83

1. 敢于冒险，才能拥抱成功 85
 2. 知难而上，勇者无畏 90
 3. 挑战困难，困难都是纸老虎 95
 4. 不留退路，留退路就堵死了出路 99
 5. 永不退却，喝彩就属于你 101
 6. 迎接逆境，才能获得新生 106
- 心理测试：你富于冒险精神吗？ 111

第四章 战胜自我——不断追求卓越 113

1. 超越自己，永远不要安于现状 115
2. 不畏困难，越挫越勇 120
3. 持之以恒，创造自己的奇迹 123
4. 理性思维，不要迷失了自己 126
5. 相信未来，胜利属于勇敢者 131

6. 不计回报, 随时启程	136
7. 生命在于不断进取	141
心理测试: 你有浮躁心理吗?	146
第五章 改变态度——我们的行动是关键	147
1. 从现在起, 开始改变	149
2. 创造机会, 不要得过且过	153
3. 展现笑容, 态度改变心情	157
4. 路到尽头, 可以选择回头	161
5. 多想途径, 不要在一棵树上吊死	166
6. 将“绝不可能”变为“绝对可能”	170
心理测试: 你有逃避心理吗?	174
第六章 平和心灵——淡定是一种境界	177
1. 纯真心灵, 平和人生	179
2. 不露声色, 要善于隐藏自己	184
3. 学会放下, 自在生活	188
4. 宁静的内心才能走向成功	192
5. 豁达大度, 淡定生活	196
6. 保持谦虚, 卖弄才学不可取	201
心理测试: 你是个拿得起放得下的人吗?	203
第七章 坚持行动——简单是幸福的密码	207
1. 实现梦想, 行动是关键	209
2. 没有行动, 一切都是空谈	213
3. 乐于付出, 不要期望不劳而获	218
4. 做行动的主人	221

5. 行事要有果断的个性	225
6. 每天多付出一点点	229
心理测试：你有空虚心理吗？	233

第八章 把握自己——态度决定人生高度	235
1. 争做一流，态度决定人生的命运	237
2. 态度决定事业的成败	242
3. 优秀与否源于你做事的态度	247
4 端正态度，打起精神来做事	252
5. 张弛有度，掌握命运	256
6. 自律才能把握自己的命运	259
7. 走出低谷，深刻把握自己的人生	264
心理测试：生活态度测试	267

第一章

积极工作

——在单调的工作中
寻找乐趣

第一章

也许我们无法选择自己的工作，但我们可以选择自己的态度，正如我们无法选择天气，但我们可以改变自己的心情一样。露出笑容，积极面对，你眼前的天空就会变得明朗许多。没有人会告诉你需要做什么事，没有人给你行动的清单，这要靠你主动思考，在主动工作的背后，需要你付出的是比别人多几倍的智慧、热情、责任感、想象力和创造力。当你养成主动工作的习惯之后，你就可以用行动证明自己是一个勇于承担责任的人，一个可信赖的人，一个有可能成为领导者和管理者的人。

1. 积极主动，把工作做到最好

无所事事——对一个感情热烈的年轻人是很大的危险。

——丰尔尼雪夫斯基【俄】

宿命论是那些缺乏意志力的弱者的借口。

——罗曼·罗兰【法】

积极工作是创造性的劳动

积极性是一种态度，积极性也是一种习惯。习惯是可以培养的，如果我们在工作中缺乏积极性，就需要我们自己去一步步培养。

世界上从来没有什么救世主，我们的事业、我们的人生也不是上天安排的，而需要靠我们积极主动地去争取。要知道，命运从来都不是注定好的，命运永远掌握在自己的手上。在竞争异常激烈的当今社会，被动意味着挨打，积极主动才可能占据优势地位。

所谓积极主动，就是在没有人要求你、监督你、驱使你的情况下，你能够自觉并出色地做好需要做的事情。只有当你主动、真诚地面对你所做的工作时，你的事业才会有突破性的发展，成功才会伴随你创造性的劳动而来。

很多人对工作不满意，抱怨薪水太低、没有发展前途等，总觉得现有的

工作不值得自己留恋。特别是工作不久的员工，在单位接触的是一些简单平常的工作，就觉得这种平淡的生活对自己是一种折磨，想着自己真是怀才不遇。再看看周围比自己干得好的同学和朋友，跳槽的念头就油然而生。其实，这种想法是很消极的。

“消极”与“积极”是相对的，消极的情绪在工作中表现为否定的、反面的、阻碍发展的一种心理，如不求进取，工作和生活情绪消沉，甚至一味消极怠工，消极对抗不合作的心态。这当然不是工作上好的心理状态，一味消极应付、不求进取地处理问题，很快就会让自己厌倦工作，甚至面临被辞退的危险。

很多时候，只要我们抱着积极的心态和无畏的精神，在工作上主动一点，就会发现自己的工作实际上是有乐趣的，自己是大有可为的。

还有的人认为，只要把自己的本职工作干好就行了。因此，对于老板安排的额外工作，总是抱怨，从来不主动去做，或者想方设法逃避这种责任。

其实，多做一些分外的工作，不仅可以让你在工作中不断地锻炼自己，充实自己，而且会让你拥有更多的表现机会，让自己的才华充分地表现出来。如果我们总是能让上司领略到喜出望外的感觉，他将会对我们建立起更高的信任、依赖与赏识，从而在有限的资源分配中向我们倾斜。对于有积极心态和主动做事的人来说，机会的大门从来都是敞开的。

不管你现在所从事的是怎样一种工作，无论你是建筑工地上的一名工人，还是办公室里的一名普通职员，积极性都是必备的素质之一。积极主动的人都善于主动地去填补工作中的模糊空间。其实，你可以在行动中逐渐完善。只要做起来，哪怕很小的事，哪怕只做了五分钟，也是一个好的开端，就能带动我们着手做好更多的事情。

小李是一家外企的文员。这家企业一贯崇尚节俭的作风，甚至每页打印纸都要充分利用——正反两面都要使用。有一天，公司的勤杂工请假没有上班，而小李手头的工作又不太多，于是，办公室主任让小李把一摞用过一面的打印纸按规格分类以备再用。小李对

此很不以为然，认为这不是自己的分内事，再过两天干也无所谓。可当第二天主任面带不悦地抱走那摞纸自己整理时，小李才感到事情的严重性。果然，不久公司进行裁员时，小李正在其列。

没有人愿意和整天无精打采的人打交道，也没有哪一个领导愿意去提升一个毫无热情的下属，我们需要更加积极，更加上进。如果你在工作中打不起精神，你会丧失很多的本该属于你的机遇。在日常工作中，我们要保持一种肯定、积极和不断进取的心态，这种心态是高效工作的前提。消极被动的态度在工作中是错误的，不应该在我们的工作情绪中。被动和消极则意味着我们将命运交给别人来安排，一味地等待着机遇的降临。但是，一旦机遇不会降临，自己就会陷入进退两难的境地。因此，凡事都应主动，被动的人不会有任何收获，也不会有工作中有好的业绩。

主动工作是智慧型的劳动

任何一家公司制定的规章制度即使再详细、再完整，也不可能把每一个人应该做的每件事都规定得一清二楚。公司里总是有很多临时的或者意想不到的事情，没有什么明确规定，说这些临时的事情应该由谁负责，但这些事情又是一定要人去做。

当安排工作时，如果被指派的人有这样的想法：“凭什么要我去？为什么要占用我的时间？我又不是专门负责这项工作的。”那么，你的被动情绪将使你无法完成好这项工作。可以肯定的是，这种斤斤计较、患得患失的人在任何一个公司或单位都很难有出头之日。

“被动”是和“主动”相对的一种情绪和态度。很多人在工作中很少投入自己的热情，而只是被动地应付工作，于是被工作所累。他们遵守纪律、循规蹈矩、却缺乏责任感，只是机械地完成任务。没有主动性，就没有创造性的工作成果，因此也错失了很多机会，实际上，被动是缺乏智慧的表现。

许多职业人士一样有着明确的目标，他们能够清晰地界定自己的职责范

围，他们的能力也足以胜任工作，但是他们认为自己缺乏足够的判断能力和掌控能力，因此日复一日地埋头于自认为别人要他们做的事情中，结果却使自己的职业生涯难有起色。

工作是生活的一部分，工作的情绪同样影响着生活的状态。有一位农民说过这样一个道理：“庄稼地这个东西，你不能糊弄它。你让它吃饱，它就让你吃饱；你要饿着它，它就饿着你。”这句话虽然很简单，但是其中所蕴含的道理值得每个人深思。对待工作也是同样的道理，工作就像是的一面镜子，你如何对待工作，工作也就会如何对待你。

工作需要自身的勤奋和不懈地努力，工作更需要付出热情和积极的行动，没有热情是不能做好自己的本职工作的。在工作中，我们需要的是一种积极自发的精神。只有以这样的态度对待工作，我们才可能提升自己的工作水平，同时获得工作成果给予生活的更多奖赏。

从小处说，工作是我们生活幸福的基础；从大处说，工作是我们事业成功的阶梯。我们不能选择是否工作，我们能做的只有选择如何面对工作。同样的工作，不同的心态会产生不同的结果。快乐地、主动地对待工作，它会变得有趣和富有成就感；消极地、被动地对待工作，它会变得枯燥而乏味。

很多人认为，公司是老板的，我只是替别人工作。工作干得再多，再出色，得好处的还是老板，于我何益。这种想法无异于在浪费自己的生命和自毁前程。

工作就是一个舞台，个人的价值在这个舞台上得到了展现，让人体会到了自己对于别人，对于社会的重要性，因此，才会那么投入，才会忘我。其实对于我们来说，缺的不是能力，而是一种主人翁的精神。常常在某些单位的墙上看到“爱厂如家”“今天工作不努力，明天努力找工作”这样的标语，这些标语，是在提醒我们要把工作上的事当成自己家里的事一样来认真对待。可是，不知道在看到这些标语的时候，有几个人在心里反省一下自己对待工作的态度。

一个主动工作的人，知道自己工作的意义和责任，还会随时准备把握机会，展示超乎寻常的工作表现。每一个雇主也都在寻找能够主动做事的人，