

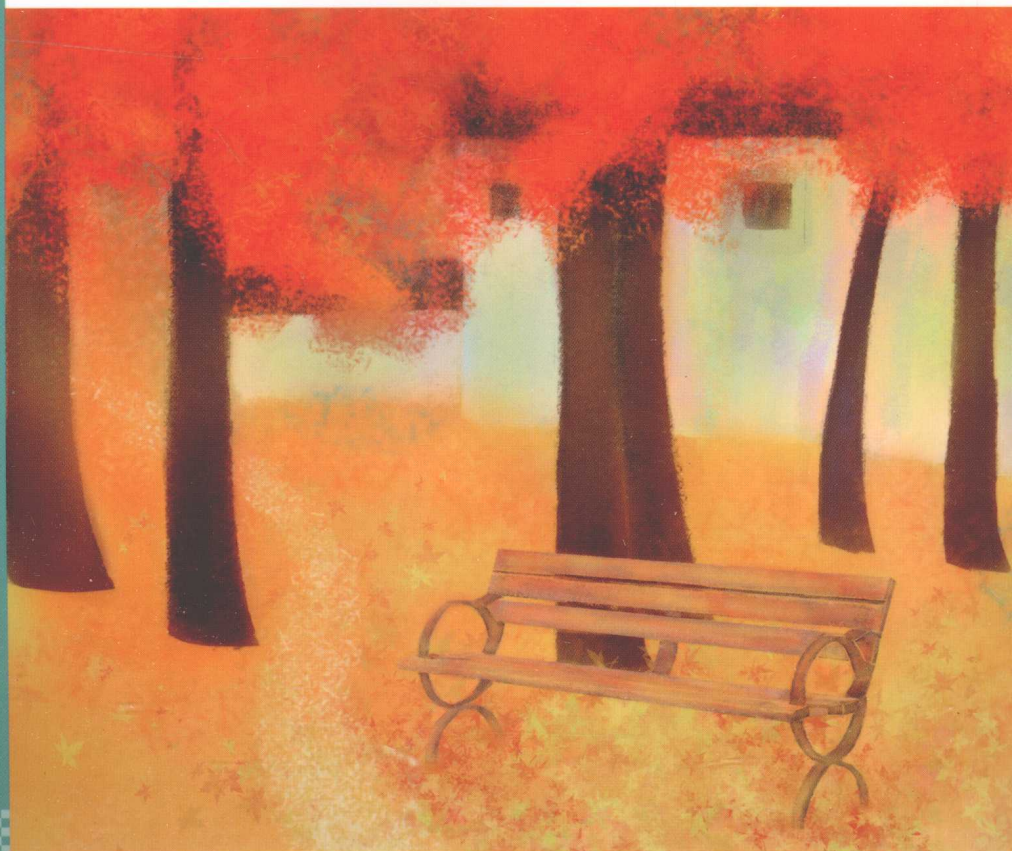


知书达礼
zhishudali 典藏

才学世界
CAIXUESHIJIE

心态改变一生 全集

世间万物，有如硬币一般，皆有一正一反。正者使人奋进激昂，反者让人萎靡不振；一正一反之间，凸显人生真谛。你的生活是“正”还是“反”，皆取决于你一念之间，这“一念”便是那能决定你一生命运的心态……



主编 崔钟雷

吉林人民出版社

XINTAI GAIBIAN YISHENG QUANJI

心态改变一生全集



吉林人民出版社

图书在版编目 (CIP) 数据

心态改变一生全集 / 崔钟雷主编. — 长春: 吉林人民出版社, 2010.7

(才学世界)

ISBN 978-7-206-06922-2

I. ①心… II. ①崔… III. ①成功心理学 - 青少年读物 IV. ①B848.4-49

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2010) 第 130023 号

心态改变一生全集

策 划: 钟 雷

主 编: 崔钟雷

副 主 编: 王丽萍 刘 超 那兰兰

责任编辑: 马忠平 李 峰 封面设计: 稻草人工作室 

吉林人民出版社出版发行 (长春市人民大街 7548 号 邮政编码: 130022)

网 址: www.jlpph.com

全国新华书店经销

发行热线: 0431-85395845 85395821

印 刷: 北京画中画印刷有限公司

开 本: 787mm × 1092mm 1/16

印 张: 13 字 数: 200 千字

标准书号: ISBN 978-7-206-06922-2

版 次: 2010 年 7 月第 1 版 印 次: 2010 年 7 月第 1 次印刷

定 价: 10.80 元

如发现印装质量问题, 影响阅读, 请与印刷厂联系调换。

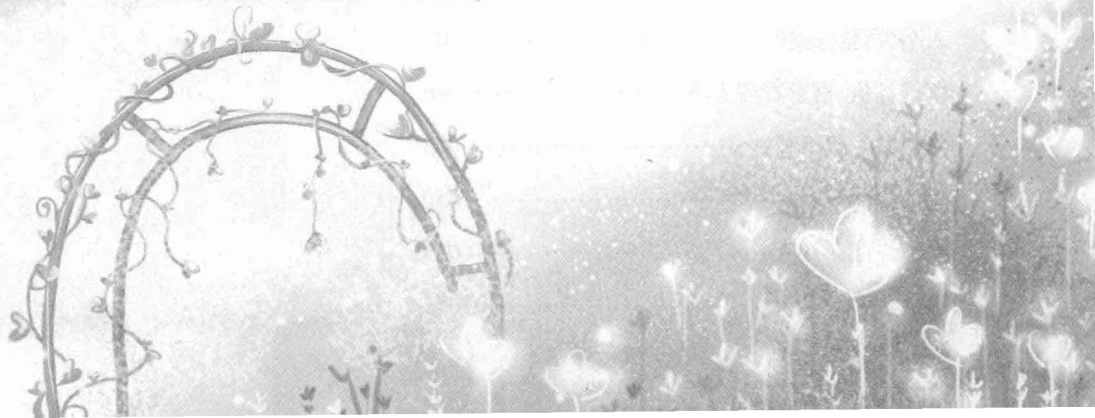


前言

春华秋实，岁月无痕。时光的飞逝，为我们的人生留下了许多宝贵财富，太多的记忆、太多的情感，让我们始终无法释怀；太多的感动、太多的追求，使我们久久不能遗忘。人生的旅途漫长遥远，我们在饥渴的时候，都会找一碗心灵鸡汤来果腹；在疲惫的时候，都会找一个灵魂的港湾来休憩。为此，我们精心编写了本套《才学世界》系列丛书，让你的人生旅途不再彷徨与烦恼。

细细品读每一则故事，就像喝一杯陈年老酒，需要慢慢啜饮，渐渐懂得每个故事所蕴涵的生活意义。它们或许会使你领悟到生活的真谛，或许会使你以新的视野和方式去观察大千世界，芸芸众生、那些飞扬的青春、动人的情感、奋进的力量，以及令人震撼的生命本性的跃动，如清风拂过心田，如春雨滋润心灵，在不知不觉中，净化自己，感动自己，使你做一个善良的人，做一个感动别人的人。

本套丛书精心选编了多篇名家名作，文字优美，内涵深刻，用心去感受，你会发现每个故事都能从不同方面洗涤自己的头脑与灵魂，使你更有信心地去追寻梦想与未来。当你面临挑战、挫折和困惑之时，这本书会给予你力量；当你感到无助、迷茫和失落之际，这本书会给予你慰藉。它会成为你终生的益友，在你展翅高飞的时候，永远指引着你去努力开创属于自己的一片天空。



目录

才学世界 Contents

寻找你的未来

用切口证明自己	010
在绝处寻找生机	012
骨瓷碗	014
坚持与放弃	016
沙漠之路	018
寻找你的未来	020
永不放弃你的希望	023
这也会过去	025
改变命运的那一会儿	027
把命运转换成使命	029
钻石就在你身边	031
不要去看远处的东西	033
罗纳尔多的龅牙	035
想成功的人请举手	037
像烟花那样绽放	039
登上山顶	041
人人都可能当总统	043
跌进坑里,别急着向上看	046
你能够心想事成	048
选择自信	050
垒高自己	053
一根木头的梦想	055

每天都有彩虹

散步的心灵	058
浮生若茶	060
幸好还有梦想	063
希望是一只美丽的风车	066
没有借口	068
爱我所有	070
感知渺小	072
内心的平安才是永远	074
让日子发亮	076
每天都有彩虹	078
不欺心	080
1%的希望	082
静心才能容纳真相	084
播种与收获	087
跑出自己的速度	089
坚守自己的声音	091
我最幸福	093
正视无知	096
钻石和珍珠	098
在一叶花瓣上细数阳光	100
加上快乐的分数	103

目录

才学世界

Contents

让心灵解冻

“放下”的智慧	106
甘于“补白”	110
当你踩到了紫罗兰的心	113
忍住一份甜	116
比良知柔软,比金钱坚硬	118
你是别人的一棵树	121
把失败写在背面	123
让心灵解冻	125
人生要懂得转弯	127
让画满字的白纸开出花朵	129
内外皆柔软	131
另一种快乐	133
“黑贝”发祥地的震惊	135
你不能失败	137
一片叶子拥有树	139
主宰自己的命运	141
人生如打牌	144
淡泊宁静乐常有	146
泥泞留痕	148
真心无价	150
性定菜根香	152
慷慨之道	154
灯芯将残	157
循序渐进的生命	159
爱心不是偶然的	161



锻造生命的铁

独一无二的柠檬	164
把不幸扛在肩上	167
精神,生命的配方	169
要活在巨大的希望中	172
锻造生命的铁	174
被突破的极限	176
不能跳舞就弹琴吧	178
生命不打草稿	180
不必为勇敢道歉	182
用半截声带说话	185
百折不挠	188
抬起头来	190
痴爱	192
屡败屡战	194
女儿渡	196
在生命的低谷中演绎神话	198
抓紧一截树枝	200
只要行动,就有奇迹	202
高贵的心灵是不沉的方舟	204
35 个紧急电话	206

Xintai Gaibian Yisheng Quanji

心态改变一生全集

寻找 你的未来

我给予所有年轻创业者的忠告非常简单：一生的时间很漫长，所以不要急于为将来作出决定。生活不会让你把什么都计划周全。



用切口证明自己

刘克升

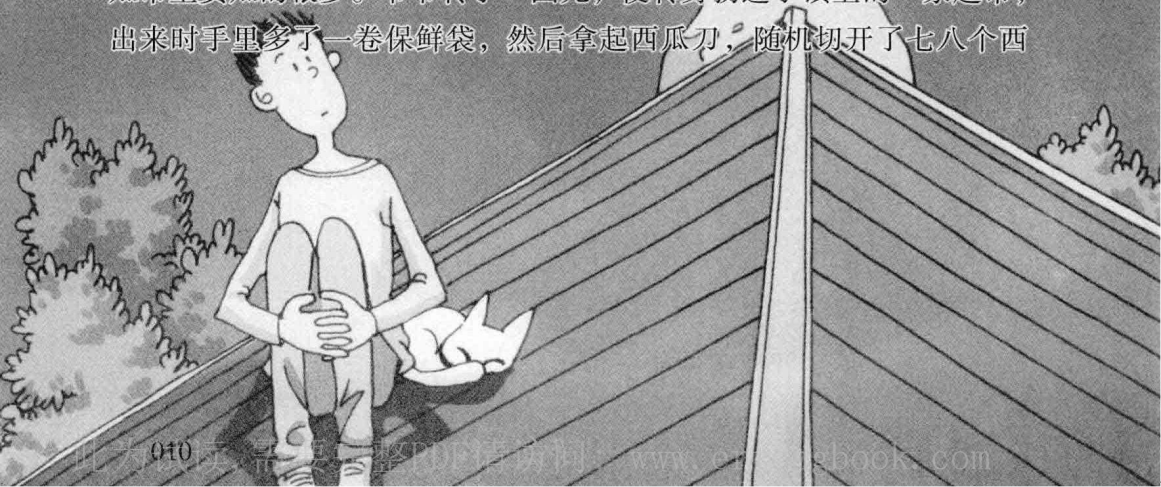
小时候，住在乡下，和爷爷在院外空地种了一片西瓜。辛辛苦苦地浇水、施肥、除草、捉虫……到了盛夏，西瓜长得又大又圆。

瓜太多，一时半会儿吃不完，需要卖一部分出去。我和表哥推着一辆三轮车，到镇上去卖西瓜。虽说筐里的西瓜都是熟透的沙瓤瓜，可是到集市上人家都不相信。我切开了一个西瓜做样本，大家又说这是提前挑好的。

到了下午，我们只好推着三轮车，垂头丧气地回来。爷爷问：“你们为什么不再多切两个西瓜？”我们嗫嚅着说：“怕万一切出个不熟的西瓜来，连累了其他的西瓜，坏了所有的买卖。”

爷爷说：“明天我带你们一起去卖瓜吧。”

第二天一大早，我们推着昨天没有卖出去的西瓜，一起来到瓜市。瓜市里卖瓜的很多。爷爷转了一圈儿，便转身拐进了镇上的一家超市，出来时手里多了一卷保鲜袋，然后拿起西瓜刀，随机切开了七八个西



瓜,无一不是熟透了的沙瓤瓜。我们把每瓣西瓜都用保鲜袋裹了起来,单独出售。每瓣西瓜的切口截面,透过保鲜袋,都呈现出了正宗的沙瓤质地,在明晃晃的阳光下,显得格外惹眼、诱人。

这些装在保鲜袋里的西瓜很受大家欢迎。我们高兴极了,操起西瓜刀准备再切几个。爷爷制止了:“不用了!大家已经开始认可我们的西瓜了!没有必要再把其余的西瓜都切开了……”

话音刚落,大家纷纷拥了过来,很快把那些尚未切开的西瓜抢购一空。

爷爷喜欢读书,悟禅。讲到处世,很多年后跟我重提卖西瓜的事说:“为人处世和卖西瓜的道理都是相通的!我们心中的忌讳太多,越是遮遮掩掩,越是难以让人认清我们真正的内心。当被世人怀疑,得不到认可的时候,不妨学学那天在镇上卖西瓜的方式,拿出袒露自己内心的勇气来,多给自己切两刀,学会用切口证明自己,从而赢得世人的信赖。”

很多人因为过多的顾忌,对外界时时刻刻充满了戒备,缩回了自己的真诚,把它隐藏在了内心。久而久之,形成了惰性,逐渐丧失了展露自己真诚的勇气。殊不知,人的真诚就像西瓜的沙瓤,如果不是恰到好处地切开几道切口示人,大家怎么会彻底地了解你、信任你呢?

感悟



每个人的心中都有忌讳,因此难以让人了解自己。但如果想赢得别人的信赖,就必须鼓起勇气,真诚地袒露自己的内心,要像露出沙瓤的西瓜那样:用切口证明自己。

在绝处寻找生机

赫慧慧

曾读过一则非常有意思的寓言：

话说两条欢天喜地的河从山上的源头出发，相约流向大海。它们各自分别经过了山林幽谷、翠绿草原，最后在隔着大海的一片荒漠前碰头，相对叹息。

若不顾一切往前奔流，它们必会被干涸的沙漠吸干，化为乌有；要是停滞不前，就永远也到达不了自由、无边无际的大海。云朵闻声而至，提出了一个拯救它们的办法。

一条河绝望地认为云朵的办法行不通，执意不就范；另一条河则不肯就此放弃投奔大海的梦想，毅然化成了蒸气，让云朵牵引着它飞越沙漠，终于随着暴雨落在地上，还原成河水流到大海。

不相信奇迹的那条河，宿命地流向前方，被无情的沙漠吞噬了。

在面对生活的困境时，我们都可以选择当第二条河，凭着自己坚定的信念和梦想，在绝处中寻找生机，而不是用死亡来拒绝面对难题。

访问过一名癌病患者，她透露自己当初在被推入手术室的那一刻，不断地和上帝“讨价还价”，祈求上帝让她多活 10 年，待她那两个年幼的孩子年长一些，再来把她带走。

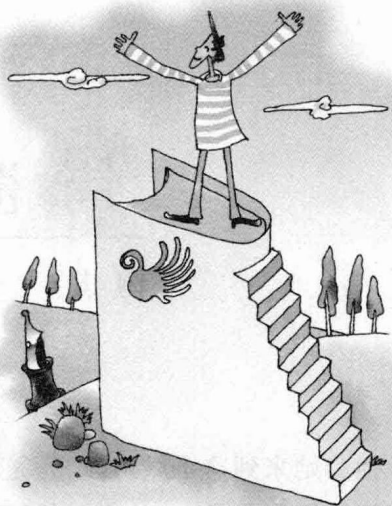
在那一刻，孩子成了她活着的最大的意义。为了孩子，她积极乐观地面对病魔，一路走来已有 12 年，而上帝也未向她“讨债”。她说，患病后认识的另一名女士就没这么幸运了：虽然病情相似，但她却因丈夫离开，生活失去了重心而自怜自艾，放弃与病魔搏斗。面对死神的挑战，患

病不到五个月的她选择放弃，像极了在沙漠中被索汲水分至死的第一条河。

反观前者，从最初难以接受地不断质问：“为什么是我？”到现阶段能自适豁达地面对自己的病情，她显然已越过生命中干旱的沙漠，尝到了生命泉源的甘甜。

是不是没尝过茶般的苦涩，就无法体会美酒的醉人？难道我们就非得经过挫折和生活的历练，才能真正领悟出活着的意义？

我们周围有很多看似平淡无奇的人，背后其实都有着一个个发人深省的故事，待我们去观察发掘，并引以为借鉴。只要你放缓脚步，懂得在喧闹过后，于沉淀的平静中，换个角度看待周围的人和事，或许你就能从他人的生活经历中，咀嚼出生命的真味。



感悟



成功之路注定不会是坦途。遇到高山时，不妨绕个弯前行；遇到河流时不妨待其冰冻三尺再过，只是不要无谓地静止或后退。路是自己走出来的，选择决定成败，请慎重选择你迈出的每一步。

骨瓷碗

阿琪

他和她来到这个城市时，还是刚刚毕业的穷学生，租住在城乡结合部简陋的村屋里，连着几个月找不到合适的工作，他越来越急躁。幸好她是师范毕业的，就做了一块牌子，站到菜场里自荐给孩子做家教，她被两个买菜的妇女看中了，于是成了两个孩子周末的家庭教师。

一个月下来，她赚了 800 元，交了 300 元的房租，还剩 500 元。该用钱的地方太多了，她却跑到友谊商场，捧回了两个碗和两个碟子。

碗和碟都是上好的骨瓷做的，纯正的象牙色，在低矮的出租屋昏暗的光线下，闪烁着高贵的迷人的光芒。他问她是不是很贵，她报出的数字吓了他一跳，没想到这几个小小的瓷器居然花掉那么多的钱。这么昂贵的瓷器，恐怕只有富贵之家才会用吧，她却买了，捧回了简陋的出租屋里。

那天晚上，她烹制晚餐时格外用心，豆腐被她煎得金黄，上面撒了好些葱花和香菜，摆在象



牙色的高贵的碟子里,有说不出的悦目;还有一碟是青菜,被象牙色的瓷器映衬得碧绿碧绿的。和每天一样,是简单得不能再简单的菜肴,以他们的经济状况,只吃得起这样简单的菜肴。

可是,当端起她捧给他的那一碗米饭时,他的心态发生了奇妙的变化。小小的骨瓷碗手感细腻极了,高贵的象牙色映衬得里面的饭粒每一颗都饱满、都闪着珍珠般的淡淡色泽。以前怎么没注意到米饭居然如此喷香、如此诱人呢?

那一顿他吃得很香。几个小小的瓷器让他触摸到生活的精致与高贵,在贫困与艰难中挣扎的他不再绝望。那天晚上,他把那件旧西装拿去洗衣店洗了,熨得笔挺,又亲手把那双旧皮鞋擦得锃亮。第二天,他精神饱满地出去求职了。一个星期后,他找到一份不错的工作。五年后,他已经在那家跨国公司里做到高层。

他们搬进了市郊的别墅。别墅装饰得非常豪华,很多用过的旧东西都被他们扔了,只有那几个小小的瓷器却被一直小心翼翼地珍藏着。他说,在出租屋里住了那么久,我的精神已经垮了。每天外出找工作的时候,我都忘不了自己是住在简陋的出租屋里的,连神态和举止都带了出租屋的寒酸与猥琐。可是那些精致的瓷器让我触摸到生活中久违的高雅和精致。每天使用它们,在我的精神里也注入了一种对高雅精致生活的追求,让我在困顿的环境里保持向上而不沉沦的心态。

所以说,在困顿中挣扎的人们,别忘了给自己买几个骨瓷碗。那是一种对高贵的向往,一种对美好生活的追求。

感悟



是未来决定心态,还是心态决定未来,值得我们思考,在艰难的境遇中,别忘了为自己开一扇窗,让灿烂的阳光照亮人生的路。

坚持与放弃

潘向黎

20 世纪 70 年代,身体状况大不如前的拳王阿里被医生判了运动生涯的死刑,但是他凭着顽强的毅力重返拳台。他与另一位拳坛猛将弗雷泽进行第三次较量(前两次一胜一负),进行到第十四回合时,阿里已精疲力竭,濒临崩溃的边缘,“这个时候一片羽毛落在他身上也能让他轰然倒地”。但是他知道,比到这个地步,与其说在比气力,不如说在比毅力,就看谁能比对方多坚持一会儿了。于是他竭力保持着坚毅的表情和誓不低头的气势,使对方以为他仍存着体力。最后,弗雷泽放弃了,裁判当即高举阿里的臂膀,宣布阿里获胜。这时,保住了拳王称号的阿里还未走到台中央,便眼前漆黑,双腿无力地跪倒在地上。弗雷泽见此情景追悔莫及,并为此终生抱憾。

终日搏杀在职场上的现代人和当年的老拳王有共同之处。那就是,为事业、荣誉、地位而战,承受着巨大的压力,甚至达到身心俱疲、濒临崩溃的地步。这个时候,我们能否像拳王那样,拼了性命去“再坚持一

下”呢?很简单,那可能会导致健康崩溃(包括身体和心理上的健康)。日本多发于壮年上班族的“过劳死”,就是这种“再坚持一下”的黑色版本。

生命只有一次,对它

