

你的态度， 决定你 人生的高度

成功与失败者之间，只是一个态度之差！

请积极、乐观、主动地对待你的人生！

人静而后安，安而后能定，定而后能慧，慧而后能悟，悟而后能得。

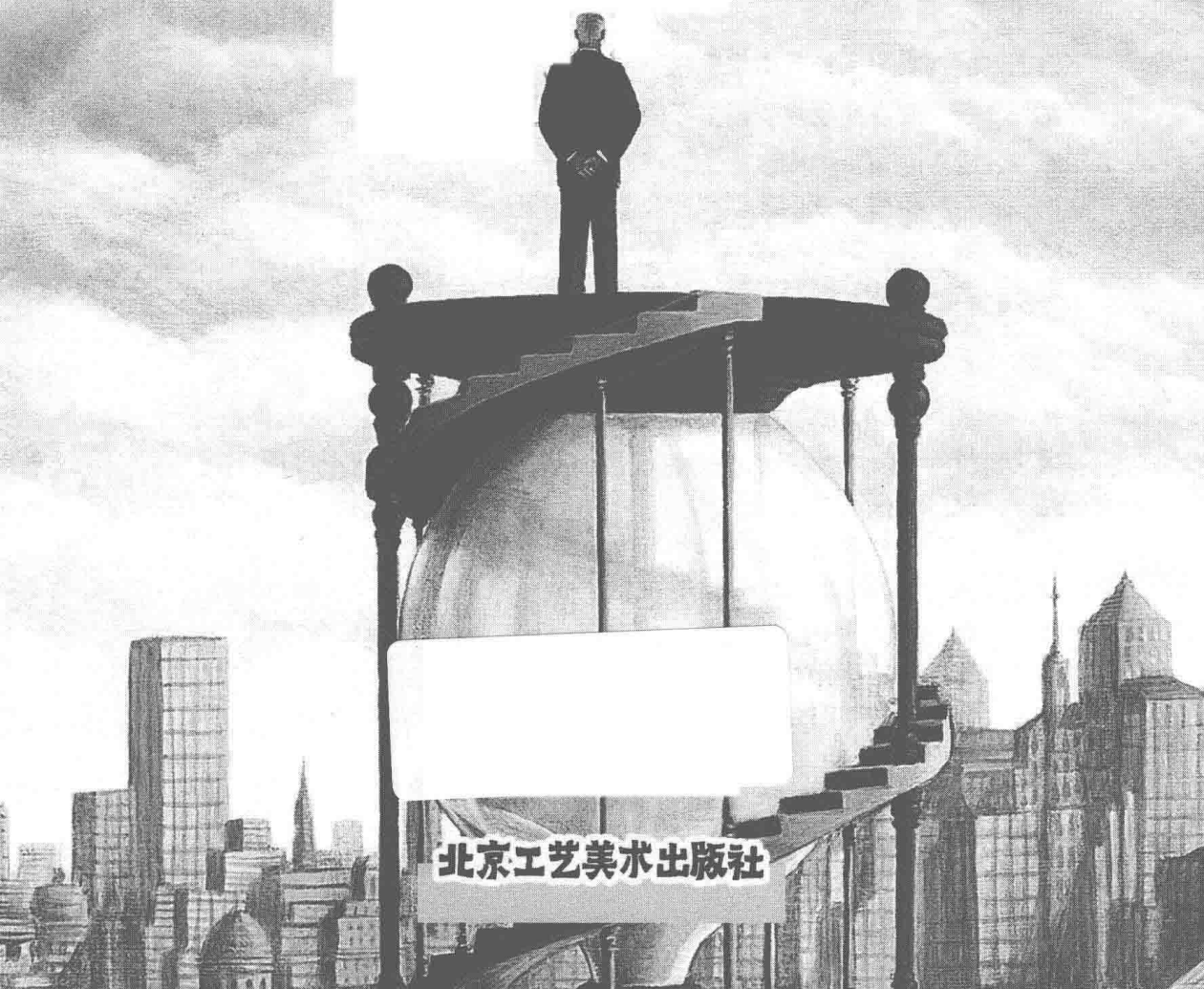
郑和生 ◎ 主编



北京工艺美术出版社

你的态度， 决定你 人生的高度

郑和生 主编



北京工艺美术出版社

图书在版编目(CIP)数据

你的态度, 决定你人生的高度/郑和生主编. — 北京: 北京工艺美术出版社, 2017.6

(励志·坊)

ISBN 978-7-5140-1208-8

I. ①你… II. ①郑… 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(2017)第030010号

出 版 人: 陈高潮

责任编辑: 贾德江

封面设计: 天下装帧设计

责任印制: 宋朝晖

你的态度, 决定你人生的高度

郑和生 主编

出 版	北京工艺美术出版社
发 行	北京美联京工图书有限公司
地 址	北京市朝阳区化工路甲18号 中国北京出版创意产业基地先导区
邮 编	100124
电 话	(010) 84255105 (总编室) (010) 64283630 (编辑室) (010) 64280045 (发 行)
传 真	(010) 64280045/84255105
网 址	www.gmcbs.cn
经 销	全国新华书店
印 刷	三河市天润建兴印务有限公司
开 本	710毫米×1000毫米 1/16
印 张	18
版 次	2017年6月第1版
印 次	2017年6月第1次印刷
印 数	1~6000
书 号	ISBN 978-7-5140-1208-8
定 价	39.80元

目录

学会与自己相处

- 003 认真对待你的梦想
- 008 不管成绩如何，先努力试试看
- 012 独处的时光会说话
- 016 别吝啬对自己的任何一种付出
- 020 快乐从来与拥有多少无关
- 030 请活出你人生的优雅
- 035 享受你的个人时光
- 039 有生命力地活在当下
- 044 努力奋斗的路上，请多一点耐心
- 047 让你的人生丰富起来
- 051 一个人的时候，想办法让自己优秀起来

目 录

正视人生的苦难

- 057 世界它才没有负于你
- 061 你最大的敌人就是你自己
- 064 谁还没走点弯路呢
- 067 你的每一次经历都是成功路上的修行
- 079 乐观地对待人生的每一次挫折
- 082 别找借口了，你不就是害怕吗
- 085 嘲笑不可怕，可怕的是你因此而放弃了自己的梦想
- 090 勇敢战胜人生的苦难
- 093 即使翅膀断了，心也要飞翔
- 095 我们谁都有黑暗的时光
- 098 不在顺境中得意，但要在逆境中微笑
- 101 你失败的次数越多，离成功的距离就越近
- 104 笑对人生各种刁难
- 106 事情越来越艰难，但你仍需再努把力

目 录

远离你的坏情绪

- 111 笑对挑战，失意不矢志
- 114 自卑不可怕，可怕的是只顾着自卑却忘了努力
- 117 将阳光注满你的生活
- 120 时间那么宝贵，可别浪费在坏情绪上了
- 124 你是怎样度过你的那些糟糕时光
- 128 少一些抱怨，多一些积极
- 132 别让你生气的样子太难看
- 135 与其纠结过去，不如把握当下
- 138 未来哪来那么多忧虑的
- 143 别让你的坏情绪持续太久
- 147 你不用想着事事取悦他人
- 152 不抱怨的人更容易成功
- 156 懂得取舍，选择并不难
- 159 好好吃饭，哪还有坏心情
- 162 你的世界大了，烦恼也就小了
- 166 心情不好，更要好好说话

目录

修好你人生的品

- | | |
|-----|-------------------|
| 173 | 做事先做人，占有好人品 |
| 176 | 保持你对每个人应有的尊重 |
| 183 | 你生活的每一个细节都决定着你的品质 |
| 188 | 你所吃的亏是为日后攒的福 |
| 191 | 别轻易让步你做人的底线 |
| 196 | 别失了你的诚信 |
| 199 | 修好你的人格魅力，从让人舒服开始 |
| 204 | 别让你的成功败在了人品上 |
| 207 | 精彩人生需要用心欣赏 |
| 211 | 专注人生从专注工作开始 |
| 216 | 试着换个角度看问题 |

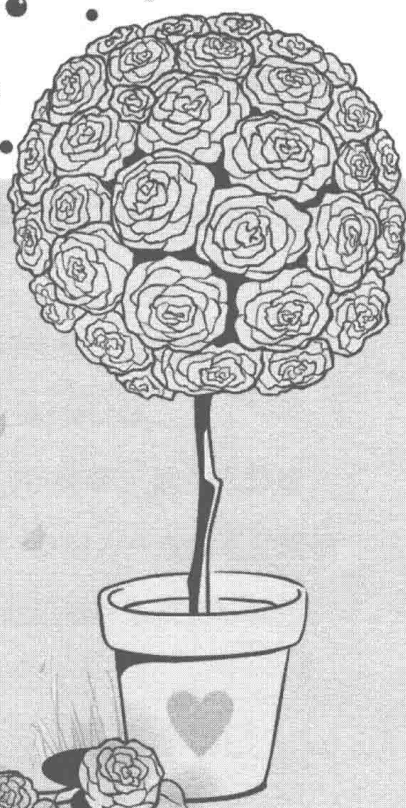
目 录

我们需要有一点个性

- 223 少在乎点别人，多放得下自己
- 227 真正的锋芒，必然自带三分温柔
- 233 给他人留点空间，给自己也留点余地
- 235 别太把自己当回事儿
- 237 真实地呈现自己的人生
- 240 有时，我们需要对这个世界凶狠一点
- 244 一心一用，让生活简单下来
- 248 自己喜欢，这是所有选择的前提
- 254 去做自己都尊重的那种人
- 258 带着颜色去生活
- 263 请千万别舍弃了你的有趣
- 267 对全世界都温柔以待
- 271 让自己有辨识度一点
- 276 其实你并不用太合群

学会与 自己相处

这个时代不缺梦想，
真正缺的是，
被严肃对待的梦想。
每一个梦想都值得被认真对待——
起码你自己要认真对待。
亲爱的，
我们一起加油。



{ 认真对待 你的梦想 }

“那时我们有梦，关于文学，关于爱情，关于穿越世界的旅行。如今我们深夜饮酒，杯子碰到一起，都是梦破碎的声音。”

这是我之前很喜欢的一句话，暗含一种值得玩味的无奈。

越大，越觉得，“梦想”是一个“幼稚”的词。小学的课堂里，老师问“你有什么梦想”，孩子们争先恐后地回答，“我要当老师”“我想成为一名科学家”“我要做宇航员”，面孔稚气而明亮。同样的问题，若是放到大学的课堂，得到的回应，恐怕只有满堂沉默吧。

不知从什么时候开始，我们慢慢地不敢说梦想，再后来，竟然不敢想梦想。

上个星期，我进行了一次职业生涯咨询。朋友问我有什么收获，其实没多少“实际”的收获，最大的收获是，我看清楚了自己想要什么。

我对咨询师说：“摆在我面前的有三条路，第一条路呢，很多人想走，但得到机会的人很少，而我有这样的机会；第二条路，会辛苦一点，不过成长也会更快；第三条路比较小众，但好几个前辈选了，他们看起来过得很光鲜。我该何去何从呢？”

咨询师问我：“你想走哪一条？”

我懵了：“我就是不知道自己该走哪一条，才来咨询的啊。”

咨询师说：“你刚才只是分析了眼前几条路的利弊，但没有提及你个人

更喜欢哪一个，更倾向于哪一个。”

我想了想，发现这三条路，虽然是身边同侪的常规路径，但其实，哪一条都不是我所向往的。

——回首过去，我似乎一直在努力做那些大多数人看起来很厉害的事，但其实，那些不是我想要的啊。

咨询师又问我：“如果让你给职业生涯做个规划，你五年后想要做什么？十年后想要做什么？十五年后又想做什么？”

说真的，我不知道。

我努力地想象着，过了半天才唯唯诺诺地开口：“其实吧，我自己想做的事儿，挺可笑的……”

看着她鼓励的眼神，我才继续说下去：“我呢，现在在打理一个自己的公众号，写写文章什么的。我真正想做的事情根本不是在企业工作，而是走一些我想去的地方，和当地的人聊一聊，写下他们的故事，靠稿费和读者的打赏谋生。虽然真的很不切实际，但这算是我的梦想吧。”

咨询师没有打断我，我便开始了漫长的独白。

虽然在企业里，也同样是靠写东西赚钱，但是因为公司类型的限制，我的选题总是比较单一的，要写的内容也要根据公司需要来安排，总归不自由。况且，我觉得文字这种事情，审美是很多元的，你觉得喜欢的，上级可能觉得太冒进，每当要一而再再而三地改稿时，我会觉得心很累。我根本不知道上级到底要的是什么，还是说，他就只是想要我改到最后期限的那一刻为止？

而我喜欢的东西，是和不同的人交流。每个人的经历不同，对这个世界的看法就截然不同，我喜欢和不同的人聊天，不带评判性地去记录他们的观点，这对我的启发很大。

我之前做过一件事情，“一张照片换一个故事”，和陌生人聊天，用一

张拍立得的照片，换一个故事。每一个寻常的过客，身上都承载着许多的故事。你可能和一个做社会企业的人聊完天后，产生了对奢侈品行业的思考；你可能和一个走过很多地方的背包客聊完天后，产生了对贫富悬殊问题的忧虑。

我很喜欢和陌生人聊天，因为我自己的经历是有限的，而和一百个人聊过后，我就有机会体验一百种不同的人生。

所以，如果不考虑任何外界因素，我最想做的，是四处走走，和不同的人聊聊天，靠写字养活自己。

“哈哈，是不是很扯？我还从来没有跟任何人说过这些想法。是你问了，我才敢坦诚地说出来——也是随口一说啦，太不切实际了。要是把这些想法告诉我爸妈，他们一定以为我疯了。”自白后，我替自己圆场，试图把自己从一个理想主义者“洗白”成一个靠谱的现实主义者。

在这个时代，谁会把“作家”当一份正经职业？靠写字赚钱，没有稳定收入，没有合同，没有保险，这太不稳定了，说出去肯定会被别人笑话的。

可是，咨询师很真诚地看着我说：“我一点也没觉得你的想法很不切实际，我觉得这才是你内心真正的想法。”

被她这么一说，我才猛然意识到，之前的我，一直在否定自己的梦想，甚至嘲笑自己的梦想。我声称自己有梦想，其实心里坚信的是，它一定不可能被实现的。

有句话说，这是一个什么都缺、唯独不缺梦想的年代。“梦想”一词，似乎已经很廉价了。你跟别人说梦想，别人只觉得你幼稚、天真，只有你摆出一副端正麻木的大人面孔，不再做不切实际的梦，别人才觉得你成熟、靠谱。

在这样的大环境下，我一边偷偷怀揣梦想，一边又自嘲它是痴人说梦，好像这就能显得自己很成熟似的。

可是，连我自己都看不起自己的梦想，又谈何实现呢？

为了让我相信，我的想法并不是不切实际的，咨询师跟我讲了两件真人真事。

一个是她大学里的舍友S。当年，她们从经济专业毕业，S在某个乡镇做干部，就这么工作到了三十岁，S却一直觉得，她喜欢文学，她还想读书。于是在三十岁的那一年，S居然辞掉了稳定的工作，去了Z大读中文系的研究生。

另一个是她的朋友L。L在高校当老师，她是个发烧级“驴友”，以往每个寒暑假，她都把所有时间拿来全国各地跑，她甚至徒步去过墨脱。2009年的时候，她三十多岁，辞职，去了很多地方，成为专栏作家，写了好几本游记。

真好啊。

我听了后，一方面觉得很羡慕、很鼓舞——既然他们能认真地去实现自己的梦想，我为什么不能呢？另一方面，我又觉得担忧：“她们这样做，家里人会同意吗？”

咨询师说：“做出一个选择，就意味着要承担相应的后果。这也包括外界的压力。”

这一小时的谈话，我收获了不少。

正是因为开玩笑式地把理想说了出来，我才猛然意识到：原来我内心真实的想法是这样！

我审慎地想了很久，觉得我承担得起外界的压力。那么，接下来该做的，就是为它而努力吧。

要不要把这些心路历程发出来，我也斟酌了很久。

有人说，梦想总是不能说出来的，因为有一种说法是，梦想一旦被说出来后，就很可能成为“嘴上说说”而已，很难成真了。

那些缄口沉默的人，有一部分，确实是在默默努力着实现梦想；可是，还有一部分呢，是害怕说出来后没能实现，太丢人，因此不敢公开做出承诺。

后者把梦想埋在心里，渐渐地开始偷懒，自我放弃，还侥幸地想：“哎，反正也没人知道，我默默把它忘了好啦。”

所以，我还是公开地写下了这篇文章。我想成为一个靠写字谋生的人，我会为之努力，我愿意承担一切可能的后果。我可能会失败，但我一定会做出最大努力。

——你呢？你的梦想是什么？

是成为一名优秀的同声传译，是成为匡扶正义的律师，是去苏黎世大学读研究生，还是成为尝遍天下美味的美食家？……

我真诚地希望，你也能看一看自己的内心：你真正喜欢的，真正想做的，究竟是什么？

这世上大多数人，都在盲目地走大多数人在走或者大多数人想走的路。到头来，却发现，他们得到的，其实不是自己想要的。

前几天，一位我很欣赏的朋友转发了我的文章，写下了这样一段话评价我：对梦想的追求，什么时候都不算早、不算迟，不必非等到一个确定的时间、确定的地点。

能给她带来一点感触，我也真的很荣幸。

其实，梦想本身并不遥远，梦想本身，并不可笑。真正可笑的是我们——很多时候，是我们自己摇着头说着不可能，在萌芽时期就扼杀了自己的梦想；是我们自己嘲笑着、否定着、践踏着自己的梦想，却以为这是“长大了”“成熟了”的表现。

我想，这个时代不缺梦想，真正缺的是，被严肃对待的梦想。

每一个梦想都值得被认真对待——起码你自己要认真对待。

亲爱的，我们一起加油。

{ 不管成绩如何， 先努力试试看 }

他问：“我也想写字，该往哪里投稿？”

我答：“你如果刚刚开始，还是要多练笔，多读书，投稿可以缓一缓，有许多机会。”

他说：“如果不能发表的话，写了还有什么意义？”

我无言以对。

大部分自称喜欢写字的人，都停留在“称”，而“写”的部分却很少。

不多写、多练，投稿也多是失败，更容易放弃，所以……为什么不先去努力把事情做好，再看结果如何呢？

他带着不满走了，我明白他的言外之意：你现在出书、写稿顺风顺水，肯定不理解我的郁闷。

她问：“我成绩不理想，总是想努力，可总不行，心里着急，怎么办？”

我答：“我也只能是劝你继续努力，学习这件事任何人都替不了你，除了你努力，没有别的办法。”

她说：“可是真的好难啊。我觉得自己很努力了，但不见成绩，所以很灰心。”

我不知道该说什么。

我是理科学渣，高中150分的数学题只考49分，你比我还不如？！

我能做的就是，利用所有时间补课，从基础开始补，一点点地赶，考试做不出最难的那道题，但至少我可以把基础分拿到手。坚持半年，成绩也只是

刚及格而已；但再坚持半年、一年，高考时数学没有拖后腿，几乎是我整个高中三年最好的一次成绩，心满意足。

她是带着满腹狐疑走开的，大概励志鸡汤听太多，总觉得不那么可信。

唉，本来就是，看上去别人的路总是好走一点，鲜花满地，而自己呢？则总是荆棘丛生。

他问：“我非常不喜欢现在的工作，但是我喜欢的行业又进不去，很迷茫，很没劲。”

我答：“有没有可能先赚钱糊口，业余来发展兴趣爱好，掌握技能，时机成熟，你就可以跳进喜欢的行业啊！”

他说：“哪有说起来那么简单？要花钱，还得有时间，我现在就很忙很累很辛苦……”

我沉默。

我认识的很多人，都能证明他的牢骚满腹根本没有一点用处，哪怕用一点力量去改变现状都会有收获。

我先生学机械的，后来靠上培训课程和读书自学，从事了自己喜欢的IT，而时间都是挤出来的；

朋友zhaozhao，学中文的，做编辑多年，这几年对中医感兴趣，花钱、花时间去学中医；

还有拍档小怕，公司白领，私下从未放弃钟爱的摄影和设计工作，没学过相关专业，同样能做出令人叫好的设计。

但他觉得我说的这些，都是“成功者”，离他太远了，他是一个很普通的人，所以，寸步难行。

呵，我讲的哪一个人，又不是普通人呢？

他们和你之间，只差一个“努力”而已。