


心态
对了，
事就成了



曹习华 / 著

山东文艺出版社

曹习华 / 著



心态对了，
事就成了

山东文艺出版社

图书在版编目 (CIP) 数据

心态对了,事就成了 / 曹习华著. — 济南: 山东文艺出版社, 2016.12

ISBN 978-7-5329-5345-5

I. ①心… II. ①曹… III. ①成功心理 - 通俗读物
IV. ① B848.4-49

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2016)第 271759 号

心态对了,事就成了

曹习华 著

主管部门 山东出版传媒股份有限公司
出版发行 山东文艺出版社
社 址 山东省济南市英雄山路 189 号
邮 编 250002
网 址 www.sdwyppress.com

读者服务 0531—82098776 (总编室)
0531—82098775 (市场营销部)

电子邮箱 sdwy@sdpress.com.cn

印 刷 北京嘉业印刷厂
开 本 710 毫米 × 1000 毫米 1/16
印 张 15.5
字 数 215 千
版 次 2016 年 12 月第 1 版
印 次 2016 年 12 月第 1 次印刷
书 号 ISBN 978-7-5329-5345-5
定 价 38.00 元

版权专有,侵权必究。

序

成功学大师拿破仑·希尔曾经说过：“一个人如果心态积极地去面对人生，乐观地接受挑战和应付麻烦事，那他就成功了一半。”

对于我们每个人来说，生活都不会是一帆风顺的，难免会遭遇挫折或不幸，这不是我们能选择的。然而如何去面对这些难题，在挫折面前保持什么样的心态，则是我们可以选择、决定的。不同的心态会让人们的生活迥然不同。人生所呈现出的色彩是艳丽还是暗淡，往往取决于我们选择怎样的心态。

古往今来，为什么世界上成功卓越的人少，而失败平庸的人多呢？这和是否有良好的心态有很大关系。当遭遇困难时，大多数人的态度是：算了吧，选个容易的，或者觉得自己不行，干脆倒退回去，结果陷入了失败的深渊。而成功者的态度则不然，他们用积极的心态对待困难，用积极的意识鼓励自己，想尽办法让自己不断前进，直至取得成功。

可以毫不夸张地说：心理素质和心态决定着人的一生。内心强大的人可以积极地面对人生的种种困难，即使遇到难以解决的事情也不会被击垮，相反，压力和困境能激发他（她）的创造力和潜能，让他们冲出逆境，化

不利为有利。而内心弱小的人则在困难面前不堪一击。

随着现在社会竞争的加剧，很多人都感觉压力很大，有些内心脆弱的人承受不了压力，整日生活在痛苦和挣扎中。

作为一个与文字打交道的人，我很想做点什么，或许我能做的，就是把我所想的、所认识到的、所学习的一些东西表达出来，给那些需要调整自己的内心、渴望有良好心态、渴望快乐生活的人一些警示。

我想对朋友们说：这个世界不光有风雨，还有阳光和彩虹，千万不要因为从发丝滴落的雨水，就否定这个世界还有晴天的存在。这个世界有太多美好的东西值得我们去发现，去争取，只要你拥有一颗强大而有创造力的内心。

愿这本书能够带给你智慧和力量！

第一章
生活，容易；活，不容易！

- 林子大了，什么鸟都有 / 003
“鸭梨山大”，你承受得了吗？ / 006
无法改变环境，那就改变自己吧！ / 009
障碍也能成为人生的风景 / 013
困难面前，请昂起头 / 017
放得下，才能拿得起 / 021
面对太阳，把阴影抛在身后 / 025

目 录 C O N T E N T S

- 没有富爸爸，一样可以成功 / 033
没有高学历，一样可以成功 / 036
当配角，也能活出绿叶的精彩 / 039
现在没钱，不代表以后也没钱 / 042
别人有的，你也一定要有吗？ / 045
烦恼太多，那就控制欲望吧！ / 048
你知道自己想要什么吗？ / 051

第二章
不是富二代，不是高富帅，
你羡慕嫉妒恨了吗？

第三章
淡定，这个世界
本就没有绝对的公平

- 生气是拿别人的错误惩罚自己 / 057
这世界没有绝对的公平 / 062
怀才不遇者如何显身手? / 066
有付出才能有回报 / 069
即使不顺心，也别倒下 / 072
就让过去的过去吧 / 075
没有你的同意，谁都无法使你自卑 / 078
真正的强者从不抱怨 / 084

目 录 C O N T E N T S

- 你幸福吗? / 089
幸福就在你心中 / 092
攀比会毒害你的幸福 / 096
你拥有幸福的能力吗? / 099
让你的心灵沐浴阳光吧 / 102
心怀感恩，则满怀幸福 / 106
为自己播种希望 / 108

第四章
内心强大，
幸福就会在你手中

- 自大要不得 / 113
别让骄傲封死了前进的道路 / 116
刚愎自用危害多 / 120
花要半开，酒要半醉 / 122
有一种智慧叫大智若愚 / 125
人不怕不聪明，就怕太聪明 / 128
除了你自己，没人能打倒你 / 131
小不忍，则乱大谋 / 134

目 录 C O N T E N T S

- 朋友对你影响有多大？ / 139
诚信是做人之本 / 142
“谎言”也可以很美吗？ / 145
学会赞美他人 / 148
有“礼”走遍天下 / 152
沉着冷静才能游刃有余 / 155
别让不好意思害了你 / 157
做人要认真，但别太较真 / 160
别让忧虑害了你 / 162

- 穷人比富人少什么? / 167
- 人生需要定位 / 171
- 把握机遇才能抓住财富 / 174
- 不吃亏的人难成器 / 178
- “错误”是成功的先导 / 181
- 最大的“恐怖分子”是你自己 / 184
- 别一直跟着别人屁股跑 / 187

目 录 C O N T E N T S

- 犹豫不决的人抓不住成功 / 193
- 天下没有免费的午餐 / 196
- 向着胜利勇敢前进 / 199
- 人生需要放手一搏 / 202
- 成功需要坚持 / 205
- 精彩的人生需要挑战 / 209
- 生命的本质就是勇于探险 / 212
- 做个有弹性的人 / 214

思想有多远，
就能走多远，

第九章

- 拆掉思维里的墙 / 219
改变自己才能改变世界 / 222
学会变通才能少走弯路 / 225
给自己插上想象的翅膀吧 / 228
沿着旧地图，找不到新大陆 / 231
只有想不到，没有做不到 / 234

第一章

生，容易；活，容易；
生活，不容易！

困难和逆境给人创造了宝贵的磨炼自己的机会，

只有那些无所畏惧，在困难面前不低头的人，

才能经受住人生的考验，成为真正的强者！

林子大了，什么鸟都有

“林子大了，什么鸟都有”，这个社会也是如此，圈子大了，什么人都有。我们任何人都可能一辈子关起门来过日子，不可能不与他人有交集，所以当我们为了在社会上立足，而把生活圈扩大，接触的人越来越多时，就会发现，这社会什么人都有：有好人，有坏人，有正直的人，有邪恶的人，有聪明绝顶的人，有“智商急需充值”的人，有少言寡语的人，有伶牙俐齿的人，有直来直去的人，有当面一套背后一套的人，有连地上的蚂蚁都不忍伤害的人，有心狠手辣、杀人不眨眼的人……

谁都希望自己所接触到的是好人，是对自己有益的人。可是如果很不幸地碰到了一些居心不良、心理扭曲甚至丧心病狂、精神变态的人，我们又避之不及，该怎么办？我想说的是，一定要先学会自保。

要想自保，首先要让自己有强大的内心，因为只有内心强大的人才能在任何情况下都保持头脑清醒，才能根据具体的人和具体的事随机应变。所谓的随机应变是指：能用智的就别用武力，实在不可避免需要动武的，也应该记住打得过就打，打不过就跑；有时可以逞能，有时则应该学会低头。如果不懂得自保，任性而为，那么很可能会吃大亏。

2013年7月，在北京发生的一起狠心男子摔死两岁女童的事件，曾一度引起了社会的广泛关注。我们先来回顾一下事件的经过：一个推着儿童手推车带着两岁女儿外出的母亲与两个开车的男人因停车问题发生口角，

随着口角的升级，其中一男子下车对该女子大打出手，打完还不解气，竟然把正在手推车上熟睡的两岁女童摔到了地上，导致女童死亡。

显然，对于这起事件，大多数人都会严厉谴责无论从道德上或是法律上都应该受到制裁的那个披着人皮却做出兽行的男人，而同情那位要承受丧女之痛的女人。但是我却有不同的看法，在对那位妇女深表怜悯的同时也对她处理这件事情的方法表示质疑：相对于那两个开车的男子来说，她一个女人又带着一个年幼的孩子本身就处于弱势，而她显然没有意识到自己的处境，任性地跟气势汹汹的男子评理甚至是言语攻击。显然，她没有理解“林子大了，什么鸟都有”这句话的现实意义，因此自然想不到自己这样的行为会造成什么可怕的后果。

很不幸的是，缺乏自我保护意识的她，这次在社会的大林子里碰到的恰恰是一只“恶鸟”，在争执的过程中，发现对方是蛮横嚣张的类型后，她仍然没有选择忍让退避，而是选择了“对攻”，结果她被“恶鸟”啄伤了，更惨痛的是，自己的孩子也因自己的“勇敢”而丧生。

让个车位本是小事，但是却让女儿丧生，这样的据理力争和争强好胜未免代价太大了。在这起事件中，争执双方本不相识，也从无恩怨，只是因为车位的问题才有了交集，产生了矛盾，作为带孩子的母亲完全没必要因此而争执，就算起了争执，看到对方来者不善，自己又带着孩子，如果她选择示弱和忍让，那么事情的结局也许不会那么悲惨。

可能会有很多人不同意这种看法，认为退让是对坏人的纵容。但是在一些特殊的情况下，选择忍让是更理智的行为，并不代表是害怕坏人，也不代表是纵容坏人。如果碰到坏人，哪怕自己处于绝对弱势的情况下，也

要为了显示自己的“勇敢无畏”和追求真理而去选择硬拼，那么会让一个本来只是具有做恶人潜质的人在“勇敢者”的刺激下最终成为真正做下恶行的坏人。

勇敢只有用在理智、内心强大且能够随机应变的人身上才能发挥最大的效力。在生活中，面对不同的人 and 事，我们应该学会灵活掌握解决问题的方法，具体的人具体对待，具体问题具体分析。

切记：林子大了，什么鸟都有！

“鸭梨山大”，你承受得了吗？

大概很多人都有这样的感慨：人这一辈子活着太不易。小时候为了取得好成绩，读重点中学、上重点大学，要拼命学习；毕业参加工作后，为了房子、车子而拼命工作；结婚后为了让父母和自己的爱人过上好日子而拼命赚钱；有了孩子后，为了孩子有良好的未来而煞费苦心；孩子长大了，成家了，我们也慢慢老了……凡此种种，不禁让人慨叹人生的压力重重，套用网络上的一个词就是“鸭梨山大”。

有的人一提到“压力”这个词就既头疼又反感，觉得压力是生活中的绊脚石，美好的生活不应该有压力，应该是无忧无虑的。生活中没有压力就真的好吗？有心理学家针对这种心理指出：生活中存在压力是很正常的事情，而且适当的压力有利于人的身心健康。有科学家研究发现，生活在适当压力下的人们能够更深刻地感受到自己的努力，以及自己的努力所带来的成就；有压力的生活更容易让人思索自己人生的价值，并努力实现自己的人生价值。

在美国，曾经有这样一位大学生，为了偿还父母给他垫付的学费，每到放假他都要去父亲的工厂上班。在工厂里，他和其他工人一样，按时打卡上下班，每月按照出勤的次数和工作量结算工资，如果迟到，就会被扣奖金。

这样的日子让他觉得有压力，有时候他真想好好休息一下，不再想那

些讨厌的学费、伙食费。但是现实让他不得不坚持下去，因为他那“铁面无私”的父亲从来都不会跟他讲情面，如果不能按时还债的话，父亲会毫不留情地按照当初的约定向他收取滞纳金。

几年后，他终于大学毕业了，欠父亲的债也还完了。他想，也许父亲应该让我接管他的公司了，我可以喘口气了。可令他万万没有想到的是，父亲不但没有让他接管公司，而且对他更加苛刻了——让他自力更生，自己去找工作，维持基本的生计，不再借给他钱。

他搞不懂父亲为什么这样对待自己。父亲公司的规模不小，效益也不错，而且父亲经常做慈善，可是为什么对自己却这么吝啬呢？无奈之下，他只好自谋出路。迫于生活的压力，他努力地工作，因为偷懒的下场是没有钱来填饱肚子和交房租。在别人的工厂工作了一段时间以后，他利用自己积攒下来的钱开了一家小店，小店的生意渐渐地好了起来，他又用赚来的钱开了一家公司，小公司慢慢地变成了大公司。正当他觉得自己终于摆脱了生活的压力，可以真正好好喘息一下的时候，他的公司却因为经营不善而倒闭了。一夜之间他又变成了一个一贫如洗的人。

面对打击，他曾一度颓废过，甚至对生活失去了信心，但是他并没有消沉太久。他迫使自己冷静下来，好好总结了失败的教训，咬紧牙关挺起胸膛，重新踏上了征程。可是这个时候，他的父亲却找到了他，让他来接管公司。对于父亲的决定他感到不解。他问父亲：“我现在是一个一败涂地的人，你为什么还要我接管你的公司呢？”父亲语重心长地说：“孩子，虽然你现在和几年前一样一无所有，但是你有了一段宝贵的经历，你学会了正视生活中的压力，并且学会了在压力中生存。我相信，现在的你一定能