



关键心态定制

别让人生输在心态上



中源◎著

教你如何**打破心灵枷锁**调整行为习惯
应对复杂多变的生活**使你的生活走向坦途**

为你量身定制的成功者心态，让未来触手可及

世界如此险恶，内心必须强大

SPM

南方出版传媒

广东经济出版社

中源◎著

关键心态定制

别让人生输在心态上

SPM

南方出版传媒

广东经济出版社

· 广州 ·

图书在版编目 (CIP) 数据

关键心态定制 / 中源著. —广州: 广东经济出版社, 2016. 10

ISBN 978-7-5454-4832-0

I. ①关… II. ①中… III. ①领导心理学—通俗读物 IV. ①C933-49

中国版本图书馆CIP数据核字 (2016) 第 223225 号

出版	广东经济出版社 (广州市环市东路水荫路 11 号 11~12 楼)
发行	
经销	全国新华书店
印刷	北京盛兰兄弟印刷装订有限公司 (北京市大兴区黄鹅路西临 89 号)
开本	787mm×1092mm 1/16
印张	14
字数	138 000
版次	2016 年 10 月第 1 版
印次	2016 年 10 月第 1 次
书号	ISBN 978-7-5454-4832-0
定价	58.00 元

如发现印装质量问题, 影响阅读, 请与承印厂联系调换。

广东经济出版社常年法律顾问: 何剑桥律师

• 版权所有 翻版必究 •

推 荐 序

在一些私下的场合，经常有一些企业家和我谈起企业管理的话题。社会的飞速发展和经济的腾飞，使中国近年来发生了巨变，与此同时，一些社会问题也日益凸显。我们正处于一个前所未有的巨变时代，中国企业的管理者们也在这一波发展浪潮中，面临前所未有的困惑和挑战。

近些年，我一直在研究管理思维。在分析了世界上的各种管理思维方式后，我发现，无论东西方文化存在何种差异，管理真正的精髓在于“心”。在当今社会，绝大多数的问题，都是因“心”而起。

我们因心获得自主的力量，我们也被心所束缚。有着五千年华夏文明的中国人，因历史的优势，袭承了祖先圣贤的智慧，也因为渊源历史，难以摆脱“根源”上的执念。而世界万物无不时刻处于变化之中，心亦如此。要适应，唯有变；要发展，唯有变。

心变了，思维就变了，态度和行为也就变了，最后，我们所处的环境也将随之改变。

心能变善，也能变恶。那么，如何变，才能真正实现成长，不背道而驰？这就需要一些方法，而这也就是“本”的层面。

万物皆有律，“律”就是事物的规则和定律。我们做事一定要符合自然的客观规律，也可称为“道”。管理也是如此。企业的管理者要想管好企业，管好他人，首先要遵从管理之道，要了解自己的“心”，并认清“心”和外物的关系，把自己的“心”调整到正确的位置，让自己的“心”具备“变”的条件。

同时，“术”的修炼也必不可少。有了“变”的想法，我们还需要有促成“变”的“工具”。管理的方式和方法、领导力的掌控和运用、性格的认知和把握，以及习惯的养成和调整，都属于“工具”的范畴。如同行走需要脚，吃饭需要手一样，只有在想法和行动的共同作用下，我们才能最终顺利达成“变”的结果，实现真正有效的管理。

实践出真知。当然，最终的成功离不开勇敢地冒险和尝试。

希望本书能对你有所启发。

李仕强

关键心态定制

目 录

推荐序

第一章

不为人知的心灵枷锁

C H A P T E R 1

- | | |
|-----|---------------|
| 003 | 谁能解五千年的毒 |
| 012 | 什么导致你内心经常“死机” |
| 018 | 信念—观念—杂念 |
| 021 | 生命的最高哲学 |
| 025 | 什么时候种下你人生的苹果树 |
| 029 | 学习和成长最大的敌人 |

第二章

成长是怎样炼成的

C H A P T E R 2

- | | |
|-----|----------|
| 035 | 大自然的神秘之手 |
| 039 | 强关系与弱关系 |

- 044 以生存为目标把握时机快速行动
- 047 智慧的五个层次
- 050 内心世界和外部世界的冲突
- 052 你正在被社会和文化催眠
- 055 锻炼—训练—磨炼
- 058 实践出真知

第三章

教练式高效学习

CHAPTER 3

- 063 一手体验
- 066 两个工具
- 073 三个立体的人生维度
- 075 四种人生境界
- 079 五种爱的语言
- 085 六板斧
- 087 七种颜色的思维
- 090 八条领导秘诀
- 093 九点领导力

第四章

性格与习惯

CHAPTER 4

- 109 | 习惯决定命运
- 113 | 人为什么有那么多的心结
- 115 | 习惯为什么那么难改变
- 123 | 改变习惯有什么甜头
- 126 | 改变人类习惯的密码
- 130 | 创业要如何改变性格与习惯

第五章

大爱创业哲学

CHAPTER 5

- 155 | 德兰修女：大爱的哲学
- 160 | 成为人生赢家的必要条件
- 165 | 调动爱的力量
- 171 | 十种爱的方法
- 175 | 人性的光辉
- 178 | 爱就是看见和回应

第六章

创业教练生态系统

C H A P T E R 6

- 189 | 独木难成林，企业也需生态系统
- 197 | 山寨PK创新生态系统
- 199 | 无形的生态系统
- 205 | 生态系统“进化论”
- 211 | 谁能带来无与伦比的体验
- 213 | 任性曲线

第一章

不为人知的心灵枷锁

CHAPTER 1

关键心态定制

第二章

成长是怎样炼成的

谁能解五千年的毒

根深蒂固的“重男轻女”思想

当我们经过深入地学习，回归到一个发现自我的旅程的时候，发现影响我们世界观和人生观的往往是那些曾经使我们内心受到伤害的经历。尤其是“重男轻女”这种思想，对很多人造成了深刻的伤害，这种封建思想的流毒在人的心底逐渐形成一种负面情绪，并伴随一生。事实上，受到这种“毒素”影响的不只是女人，也有男人。

自古以来，小农经济的传统伦理和农耕社会的意识形态，塑造了中国传统的父权制宗族制度，在这种制度下，家族的人权、物权、财权、事权基本都掌握在男性手里，女性往往被排除在家族权力核心之外。在这种制度下，儿子和女儿比较起来，更多地承担了养老送终、获得承认、传宗接代、情感回馈的责任。

我们五千年的农业社会容易产生这样一种思维定式：男人具有社会性的天然优势。原因很简单，男人的体力强，更能干农活，在商业时代之前，养育男人的家庭往往在日后能得到更多的投资回报。在智力及教育方面，古人推崇“女子无才便是德”的思想，他们认为“无才”的女子更容易接受管束。过去，越是在资源有限甚至贫穷的情况下，重男轻女思想的经济法则越起作用。所以，“重男轻女”实际上是一种功利心，认为男性比女性更能为自己带来利益回报。

“重男轻女”的另外一个原因，是在某些传统观念里认为生男孩有面子，“重男轻女”在一些地方逐渐从旧习气演变成一种荣耀。在有些“重男轻女”观念较深的家庭里，女儿出世，父亲气得连饭都吃不下。即使在“重男轻女”程度一般的家庭中，家长也常认为女孩子长大后要嫁人，不需要读太多书。于是，我们经常能看到这样的家庭：父母不顾子女的能力和意愿，要女儿辍学工作，赚钱供她们的兄弟读书，即使女儿成绩很好，儿子无心向学，这些父母也照样如此。此外，在这些家庭中，父母也会给予儿子和女儿不同的待遇。例如：家中那些好吃的、好玩的都优先考虑给儿子，却要女儿做较多的家务。更有甚者，把儿子视为宝贝，视为家中的小皇帝，却把女儿当奴仆看待，常常打骂女儿。

如果你随意采访任何一个中国人：“生了儿子会比生了女儿更高兴吗？”大部分人都是肯定回答。但是问题并没有到此结束，真正的问题是，那些曾经被轻视的女人，后来都做了妈妈，在年

轻时，她们的内心被种下自己“不重要”“不被爱”“没有价值感”的种子，在她们长大后，又会怎样影响家族中的一代又一代呢？……事实上，你会发现，当她们的后代成长起来的时候，好像先天不足地“不会爱”“没能力”“冷漠”“自卑”“自私”“索取”……男人和女人都无法尽到自己的本分，不能完全承担好做父母和阳光健康地培养子女的责任。越来越多的例子显示，很多学业上十分优秀的孩子，由于童年时期家庭教育方式不当，长大后内心扭曲变形，犹如一棵弯曲的树木，不仅很难成长为栋梁之材，更容易给家庭留下沉重的负担。

以上种种事例，在学习德融达的智慧心灵之旅中，你会清晰可见，而且这些对你的人生、事业、财富、婚姻、人际关系影响之大，完全超乎你的想象，非常令人震撼！甚至达到令人追悔莫及的程度！

中国男人心中遮遮掩掩的皇帝梦

中国是一个官本位的社会，自古以来就是皇权至上。几千年历史沿袭，导致现在社会上大多数人的处世方法都是在效仿官员，员工服从领导，下级服从上级。官僚队伍的廉政与否对整个社会的风气影响极大，一旦官员腐败了，整个社会的风气就糟透了。看了很多落马官员的堕落史，发现了一个很重要的线索，就是他们都有很多的情人。近年来，随着经济的发展，中国人在物质上

逐步富裕起来，但在精神层面还很落后，经常是“饱暖思淫欲”，而不是生活幸福了以后陶冶“高尚情操”。甚至，“高尚情操”这个词在现代中国竟然不一定是褒义，竟含有可笑幼稚的贬义成分，至少很多人在私下场合里是这样的。30年狭小的时空，巨大的变革和发展，让14亿中国人还来不及多想，很多不可思议的事情就已经发生了。

1915年12月，袁世凯窃取“辛亥革命”的胜利果实，恢复皇帝称号，是一种五千年的旧习气的回光返照，可是，历史进步的洪流是谁也阻挡不了的。同年12月25日，蔡锷和唐继尧在云南宣布起义，发动护国战争，讨伐袁世凯。全国相继响应，1916年3月份袁世凯被迫宣布取消帝制，5月下旬袁世凯忧愤成疾，1916年6月6日，袁世凯因尿毒症不治而亡，时年57岁。

反观现代，也有很多大大小小的人物在59岁以后，或者离休以后被揭露出曾经做过违法违纪的事，最后葬送了一生的功绩。所谓“以史为鉴”，历史最大的作用是可以作为镜子，来对照自己和国家，可以让人学习警醒。毛泽东主席在1949年，回到阔别28年的北京城时，他就说“我们不做李自成”，要求干部队伍清正廉洁，他认为只有这样才有国家的长足进步和发展。

没有梦想的人有了钱，犹如一个精神病人驾驶汽车，没有方向感和自制力，不知道会开向何方，疯狂到什么程度，会在哪里停下来……

隐藏在“互联网+”下的固执封闭的心

在政府号召全民“大众创业，万众创新”的时代，“互联网+”似乎已经成为一个共识，但是，又有多少人清楚“互联网+”的这个“+”本质到底是什么？你可以说“+”是“连接”，是“信任”，是“协作共享”，也是一种“紧密的关系”……类似的答案还可以有很多，但无论是什么，都不可以是“固执和封闭”，也不可以是“隔绝与绝缘”。

清朝末期，腐朽自大的清统治者认为“天朝物产丰盈，无所不有，原不籍外夷货物以通有无”，进而实行闭关锁国政策。政策实施以后，原本在世界上领先的大清帝国逐渐落后衰败，被西方工业革命的浪潮远远甩在身后，最终由于国力衰微，受到列强的冲击和压迫。直到现在，还有很多人的内心依然是这样的“固执和封闭”。在马路上，我们看到一个外国人，跟他打招呼，说“hello”，他也跟你打招呼“hello”，可是看到一个中国人，你这么跟他打招呼，他就觉得你神经病。这就是“固执封闭”的习惯，这个习惯背后折射的是“自卑”“恐惧”“冷漠”的情绪。

我们经常谈创新的时候，听到一个人跟你说，“我这有个新的东西特别好”。这时身边就会有人说，“不可能，你别上当受骗了！”“你别那么傻了！”“你被人忽悠了吧！”“你有病吧！你不能歇会儿！”在接触新事物的时候，传统的中国人受“固执封闭”思想的影响，往往都会采取泼冷水的方式来回应，或者以打

击别人为乐。这种“故步自封”，就像刘姥姥进大观园，根本没见过市面，也不敢梦想。美国人敢于梦想，所以会有“美国梦”。哥伦布带领一大批冒险家发现了美洲大陆，那时的美国是为冒险家们量身定制的乐园，当时敢冒险的人才会到美国去，所以美国人的祖先都有冒险基因。我们的祖先都是耕田的，他们的想法是我今年一定要把这个田耕好，不然今年没收成，没吃的就饿死了。所以我们农耕时代的“毒素”就是目光短浅，固执封闭，小农意识，只看眼前。

中国自古就是农耕文明，几千年留下来的有“光辉灿烂的文明”，同时也有“毒素”。中国人生活在一个方方正正的国度里，东面是海，南面是海，西面是山，北边是万里长城，像大篱笆一样把我们封闭起来。就像北方农村居住的房子，外面会用栅栏围上一圈，我们内心的“保守封闭”源于注重家园和田园的小农意识。

我们的宫廷剧里充斥着人际关系，裙带关系，明争暗斗，钩心斗角，就是封建流毒的体现，也折射出现代人的内心。所以，现代人手里离不开手机，心里有着最不为人知的纠结，做着新时代的“中国梦”，却依然很难迈出“矫健”的步伐。

人和电脑一样，都有内在程序。如果说打印机打出来的东西不理想的话，需要调整的是电脑里的软件和资料，而不是修理打印机。所以，创业者在“创新时代”，工作绩效不理想和所带队伍不优秀，需要在内心去升级信念程序和改变观念。