

改变命运的魔棒 引爆思维的力量

蔡建文◎编著

思维 决定命运

成就一生的70种思考方式

成功者无一不具有创造性思维，**失败者**总是困于僵化的思维之中。

人的命运常常为**思维方式**所左右，

转换思维就是打开命运之门的**金钥匙**。



哈尔滨出版社
HARBIN PUBLISHING HOUSE

改变命运的魔棒 引爆思维的力量

蔡建文◎编著

思维 决定命运

成就一生的70种思考方式

成功者无一不具有创造性思维，**失败者**总是困于僵化的思维之中。

人的命运常常为**思维方式**所左右，

转换思维就是打开命运之门的**金钥匙**。



哈尔滨出版社
HARBIN PUBLISHING HOUSE

图书在版编目(CIP)数据

思维决定命运 / 蔡建文编著. - 哈尔滨: 哈尔滨出版社, 2006. 6

ISBN 7 - 80699 - 686 - 9

I. 思... II. 蔡... III. 成功心理学 - 通俗读物
IV. B848 - 49

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2006)第 031021 号

责任编辑: 邢万军

封面设计: 翼之扬设计室

思维决定命运

蔡建文 编著

哈尔滨出版社出版发行
哈尔滨市动力区文政街 6 号
邮政编码: 150040 电话: 0451 - 82159787

E-mail: hrbcbbs @ yeah. net

网址: www. hrbcbbs. com

全国新华书店经销
黑龙江新华印刷二厂印刷

开本 787×1092 毫米 1/16 印张 16.5 字数 240 千字

2006 年 6 月第 1 版 2006 年 7 月第 2 次印刷

ISBN 7 - 80699 - 686 - 9/B·40

定价: 28.00 元

版权所有, 侵权必究。举报电话: 0451 - 82129292
本社常年法律顾问: 黑龙江大公律师事务所徐桂元 徐学滨

序 言

法国著名博物学者费伯赫曾经用一种“前进毛虫”作实验，费伯赫小心地让毛虫绕着花盆围成一圈，花盆里放了它们最爱吃的松针。毛虫沿着花盆不停地打转，转了七天七夜，终于因为疲倦和饥饿而死。虽然食物近在咫尺，但是由于后面的毛虫只知道跟着前面的虫走，终至饿死。

心理学家作过这么一个实验：把一只黑猩猩关在一只铁笼里，在铁笼的外面放置一串香蕉。猩猩出于本能，极力想得到那串香蕉，但它只知道一直朝着香蕉的方向去努力前进，结果每次都被铁笼所阻止。它没有想到，只要掉转头，就能找到走出铁笼的途径去取得香蕉。

别以为这只是动物的愚蠢，实际上，在生活中我们人类也经常犯这类错误，只不过没有引起我们的重视罢了。许多人学习也非常认真，但成绩就是不好；许多人工作也非常勤奋，但就是成就不大；许多人做事也非常努力，但就是赚钱不多……虽然各有各的原因，但缺乏正确的思维方式，却是最根本的原因。我们不难发现，同是一个学校毕业的人，有的功成名就，有的落魄潦倒；同在一个单位上班的人，有的得心应手，有的举步维艰……所处的环境一样，所受的教育差不多，结果却是如此的明显，其关键就在于思维方式的不同。成功者无一不是具有创造性思维，而失意者很少不是囿于僵化的思维之中。

大量的事实证明，古往今来，许多成功者既不是那些最勤奋的人，也不是那些知识最渊博的人，而是一些善于思考的人。一只苹果从树上掉下来，

这是最平常的现象,但牛顿却感到好奇——苹果怎么会往地上掉呢?许多自以为聪明的人闻之哑然失笑,认为太荒唐了,但牛顿却偏要寻根问底,结果发现了万有引力,成为世界著名的科学家。水开了,蒸汽便会将锅盖顶起,也许这是千百年来天天发生的事情,许多人看了熟视无睹,认为这是天经地义的事情,但英国人纽科曼却偏要弄个明白——蒸汽怎么会冲起锅盖呢?结果他发明了蒸汽机,从而引发一场工业革命。

科学发明是这样,我们做其他任何事情也不例外。一个人如果不善于思考,不敢于创新,可以肯定,不管他学识多么渊博,也不管他如何刻苦勤奋,他都不可能有什么大的成就。唯有那些眼光敏锐、思维活跃、具有独立性和创新精神的人,才有可能获得真正的成功。发明大王爱迪生曾经说过:“天才,就是百分之一的灵感加上百分之九十九的汗水!”许多人片面理解了这句话的含义,认为成功只需要付出超常的勤奋,但却忽视了一点,如果没有百分之一的灵感(也就是那种带有爆发力的积极思维),百分之九十九的汗水都将白流。毛毛虫至死都在打转转,不可谓不勤奋,但最终还是饿死了;黑猩猩拳打脚踢,不可谓不努力,但就是吃不到香蕉,其原因就是缺乏那一点点灵感。灵感虽然只要百分之一,但那是发面时用的酵母,是必不可少的。

20世纪的一项重大发现,就是认识到思想能控制行动。你怎样思考,你就会怎样去行动。著名科学家爱因斯坦认为:“人们解决世界上的问题,靠的是大脑的智慧和创造性思维,而不是照搬书本。”物理学家劳厄说得更加透彻:“重要的不是获得知识,而是发展思维能力。”在当前竞争日益激烈的社会形势下,我们需要知识,我们需要勤奋,我们更加需要正确的思维方法。

一个人能否成功,在很大程度上,就看他的思维方法是否正确。在人类的发展史上,留下了许多成功者充满睿智和创新的思维故事,对此进行认真体会与品味,对于开启我们的智力、训练我们的思维具有极其重要的意义。

编者

2006年3月

目 录

第一章 自信是一种永恒的美丽

普通人的生活中总有一把锁,常常锁住他们的梦想、希望和命运。这把锁是什么?就是不自信!不相信自己能改变自己,不相信别人能做的事自己也能做,于是不敢有 too 高的欲望和追求,不敢想,不敢干。这样的人永远成不了大事。

自卑是人身上的一根毒筋	2
自信的力量	5
自信是平庸的良药	9
自信让你拥有世界	12
成功的大门为自信的人敞开着	15
弱点不是成功的障碍	19
把信心种在心智里	22
昂起头,寻找人生的灯塔	25
搭建自信的平台	28
任何困难都不能动摇你的信心	32

第二章 树立积极进取的人生态度

积极进取是成功者必备的一项基本素质。一个人要想成大事,就必须要有积极进取的精神,因为只有积极进取,才能持之以恒地一步一步地走向目标,走向成功,任何诱惑都改变不了你既定的目标,任何困难都阻挡不了你前进的步伐!正如胡巴特所说的:“这个世界愿对一件事情赠予大奖,包括金钱与荣誉,那就是‘进取心’。”

成功垂青勤奋的人	36
毅力能创造奇迹	39
积极的心态是成功的要素	45
坚持不懈才能迈向成功	49
有胆有识方能敢闯善闯	52
优柔寡断是成功的敌人	57
消极的心态要不得	61
挺起胸膛:我们凭什么胆怯?	65
不要轻言放弃	69
不要在挫折面前妥协	73

第三章 明确目标是成功的动力法则

没有目标的人,就像一个不知目的地的行路人,永远到不了终点。一句西方谚语说:“如果你不知道你要到哪儿去,那通常你哪儿也去不了。”许多人之所以失败,主要是因为他们没有一个明确而又恰当的目标,结果只能在人生的旅途上徘徊。

树立目标并向着目标前进	78
确定目标就是确定前进的方向	81

成功从确立目标开始	84
最有可能实现的目标才是最佳的目标	87
心中有个“指南针”	91
人生靠自己设计	94
将一个大目标分解成若干个小目标	98
有步骤地实现目标	101
不妨有点“野心”	104
咬定目标不放松	107

第四章 善于抓住稍纵即逝的机遇

一个人的一生里,有许多机会,但是有些人能抓住机会,有些人则不能。这是因为机遇降临时,它的身上并没有贴着机遇的标签,相反,它还常常乔装打扮,扮成不幸、挫折和困难的模样。目光短浅的人看不到,反应迟钝的人抓不住。只有少数眼光独特的人才有可能发现机遇,把握机遇,从而成就事业,获得成功。

机遇是通向成功的捷径	112
慧眼识机遇	116
机遇偏爱有准备的人	121
像“老鹰”一样捕捉机遇	125
把机遇牢牢地抓在手里	128
“守株待兔”守不来机遇	131
愚者坐等机会,智者创造机会	133
不要忽视身边的机遇	138
随机应变才能把握机遇	141
面对机遇要善于把握	144

第五章 具有反败为胜的力量

当你在某一刻突然遭受挫败的时候,你不要以为天下就你一个人会“享受”这样的“待遇”,实际上,不管是谁,在成大事的过程中,都有失败的可能。如果失败了,需要你迸发出反败为胜的决心。能够反败为胜是一个人成大事最直接、最鲜明的标志。心理学家阿德勒宣称,他发现人类最不可思议的一种特性,就是“人具有一种反败为胜的力量”。

失败并不意味着完结	150
失败是成功的阶梯	153
失败过不等于你永远失败者	156
跌倒后马上爬起来	159
检讨失败的原因	162
不要害怕失败	166
走出失败的阴影	169
不被眼前的成功击倒	172
逆境击不垮有志者	175
反败为胜是成功的最高境界	179

第六章 只有创新才能发展

一个二十多岁的小伙子,他这样形容今天这个时代给他的感受,他说今天这个时代的创新就像一条疯狗,追得他整天惶惶不可终日。从这位小伙子的话里,我们可以看出,创新已成为当今世界人们最大的压力,但也是当今世界发展最大的动力。因为只有创新,我们的社会才能发展,我们的事业才有可能成功。

创新是成功的突破口	184
创新就是不要墨守成规	187

好奇是创新的起点	191
好的创意是成功的种子	195
创新的意念是立业之母	198
换一个角度看问题	201
挖掘自己的潜能	206
激活创新的思维	209
取天下之聪明,以生我之聪明	212
细微之处有文章	216

第七章 不断超越自己完善自己

一个人的个性是什么样的,与他到底能成就什么样的事业是有密切关系的。狭隘、保守、自私者与容易冲动、行事草率者或许也可以有一点儿作为,但绝不能大有作为,因为他们缺乏成就大事业所需要的乐观向上的精神、尊重别人的习惯和理智行事的作风。因此,加强自身修养,培养良好的个性,也是实现成功目标的一个重要方面。

别让情绪驾驭你	222
控制消极的情绪	225
冲动于事无补	228
保持最佳状态	231
保持乐观向上的精神面貌	233
尊重别人就是尊重自己	235
朋友多了路好走	238
诚实是一种无形的资本	243
雕琢有吸引力的个性	247
给自己一个准确的定位	250

1

自信是一种永恒的美丽

普通人的生活中总有一把锁，常常锁住他们的梦想、希望和命运。这把锁是什么？就是不自信！不相信自己能改变自己，不相信别人能做的事自己也能做，于是不敢有太高的欲望和追求，不敢想，不敢干。这样的人永远成不了大事。





自卑是人身上的一根毒筋

上帝赐给了你成功、快乐和坚强的本能，只是你没有发现罢了。

美国著名心理医生基恩博士常跟病人讲起自己小时候经历过的改变他一生的经历：

一天，几个白人小孩正在公园里玩。这时，一位卖氢气球的老人推着货车进了公园。白人小孩一窝蜂地跑了上去，每人买了一个气球，兴高采烈地追逐着放飞的气球跑开了。

白人小孩的身影消失后，基恩——那时还是一个黑人小孩，才怯生生地走到老人的货车旁，用略带恳求的语气问道：“您能卖给我一个气球吗？”“当然可以，”老人慈祥地打量了他一下，温和地说，“你想要什么颜色的？”他鼓起勇气说：“我要一个黑色的。”脸上写满沧桑的老人惊诧地看了看这个黑人小孩，随即递给他一个黑色的气球。他开心地接过气球，小手一松，气球在微风中冉冉升起。

老人一边看着上升的气球，一边用手轻轻地拍了拍基恩的后脑勺，说：“记住，气球能不能升起，不是因为它的颜色、形状，而是因为气球内充满了氢气；一个人的成败，不是因为种族、出身，关键是你的心中有没有自信。”

一位美容医生悟出这样一个道理：美与丑，并不仅仅在于一个人的本来面貌如何，还在于他是如何看待自己的。一个人如果自惭形秽，那他就不会成为一个美人；同样，如果他觉得自己不聪明，他就成不了聪明人；他不觉

得自己心地善良,即使在心底隐隐地有此种感觉,那他也成不了善良的人。

有这么一个故事:心理学家从一个班的大学生中挑出一个最愚笨、最不招人喜爱的姑娘,并要求她的同学们改变已往对她的看法。在一个风和日丽的日子里,大家都争先恐后地照顾这位姑娘,向她大献殷勤,陪送她回家,大家有意识地努力地从心里认定她是一位漂亮、聪慧的姑娘。

结果怎样呢?不到一年,这位姑娘出落得很好,连她的举止也同以前判若两人。她愉快地对人们说:她获得了新生。确实,她并没有变成另一个人——然而在她的身上,却展现出每一个人都蕴藏的美。这种美,只有在我们相信自己,周围的所有人也都相信我们、爱护我们的时候,才会展现出来。

有人说,我们每个人的身上都有一根特殊的“毒筋”,一有机会它就出来影响你的情绪,打击你的信心,阻碍你的步伐……这根“毒筋”就是自卑!

所谓自卑,就是一种对自己缺乏信心,甚至自惭形秽的心理状态。在青少年身上,自卑心理突出表现在对自己能力、品质、外貌作过低的评价。说得通俗一点,那就是自己瞧自己不顺眼,总觉得自己比别人矮了一头,差了一截。而这“不顺眼”“矮一头”“差一截”,其实都是以别人为参照物的:“我皮肤黑”“我个子矮”“我眼睛小”“我文凭低”“我能力差”……因为自己感觉到有这些“缺陷”,有这些“不顺眼”“不如意”的地方,他们便常常感到心中有个难解的结,总担心别人会歧视他们,小看他们,笑话他们。

这就是像一根毒筋一样经常缠绕着我们的自卑情绪,它使我们说话底气不足,做事信心不足,导致自我贬低、自我封闭,成为我们获得成功的一大心理障碍。而事实上,绝大多数时候,这种自卑是我们在庸人自扰。在现实之中,我们不能不承认自己的某些方面“确不如人”,这是很自然的事。但是,这种现实的差距并不代表我们就是一个没有能力的“低能儿”,更不应把这种差距变为自己失败的借口。

每个人都既有长处,又有短处,既有优点,又有弱点。问题是,你要强调什么?你要怎样生存下去?如果过于夸大自己的弱点,觉得自己事事不如人,则你会愈来愈弱;而如果你善于发扬自己的长处,强化自己的优点,则不管多大的事情你也有信心去做,不管多大的困难你也能够克服。古今中外的成功者,无一不是善于超越自卑、勇于战胜自己弱点的人。



许多人深陷于自卑情绪中不能自拔,实际上是自寻烦恼,自找苦吃。心理学家研究发现,许多身受自卑感作祟的人,均是将注意的焦点放在自身的弱点上,过于夸大它的影响。他们以为每个人都会注意他们的这些弱点,其实并不如此。

一次,希尔博士测验这项理论,他收到的许多信,显示出相同的问题,即内心的自卑感:没有人喜欢我,因为这种原因或者那种原因。

有一个女孩因太胖而引以为羞,又有人苦于自己太瘦,一个男孩认为自己耳朵太大,另一个抱怨两耳不够贴近头部,也有人因为自己太高或太矮而不安。他还接到过一封信,一个年轻女孩抱怨她长得太漂亮。她说没有人是真正喜欢她自己,人们喜欢的只是她的身体。

还有一个青年写信给希尔博士说,没有人喜欢他,因为他的鼻子太大了。于是希尔打算做个试验,请那个青年列举6个人的姓名,都是他认为不喜欢他的人,然后,希尔博士便抽空一一打电话过去,问他们认为这位年轻人有什么特点?一个人说他很友善,另一个说他数学不错,一个女孩子说,他的舞跳得棒极了。结果呢?这些人没有一个提他的大鼻子是明显的特征。很明显地,唯有他自己没有忘记他的大鼻子,时时记着这个特质。

自卑者面对生活缺乏勇气,不能与强大的外力相抗衡,致使自己在痛苦的陷阱中挣扎。有的人把自己身体上或者性格上的小缺点都当作自身的大毛病,而且充分相信是因为这个弱点,所以自己失败了。其实这是十分错误的,你应该看到你的长处和优点,上帝赐给了你成功、快乐和坚强的本能,只是你没发现罢了。

在成功与失败之间,在自信与自卑之间,其实仅有一步之遥;任何选择上的错误都有可能造成一种无法弥补的事实——永远失败。因此,我们要超越自卑,增强自信。我们每个人都不可能是完美的,我们有各自的缺陷,但我们也有自己突出的优点。我们要把“自卑”这根缠绕着我们的毒筋一刀割断,把“自卑”这棵隐藏在我们内心的腐烂的枯草拔出来,从此挺胸抬头,阔步前进。



自信的力量

这个世界是由自信心创造出来的。

有两只小青蛙，溜到农民的房子玩。它们站到一个坛子沿上跳舞时，不小心掉到了里面。里面装的是黏糊糊的油，它们想跳出来，但油太黏，想爬出来，但壁太滑。几经尝试，没有结果。青蛙 A 边游边想，看来我是没有希望了，怎么也出不去了。反正也没希望了，还游什么呢？这样想着，四肢越发划不动了。

而青蛙 B 呢？它想，今天真糟糕，掉到油里了。怎么才能出去呢？它一边继续游，一边在想：我应该能找到跑出去的办法。四肢虽然很累了，可它还是坚持着不停地游。边游边想：只要还有力气，不管怎样，我都要游下去。就在它几乎游不动的时候，后腿碰到了坚实的固体。原来，黄油在它的不停搅动下，凝固了。后来，青蛙 B 踩在黄油上跳出了坛子，独自回家了。

这个故事给我们什么启示呢？那就是自信的力量是何其之大，它能让我们摆脱困难，走出绝境。许多人一遇到困难，就感到绝望，失去信心，结果坐以待毙；而充满自信的人，则总是相信天无绝人之路，不管遇到多大的困难，他都勇于挑战，结果则经常是曲径通幽，柳暗花明，峰回路转，雨过天晴。

生活中，人们大都喜欢自信的人。因为绝大多数人都知道自己有这样那样的弱点，有或重或轻的自卑心理。在面临困难和险境时，自信的人常常



是值得信赖并能给人以希望的。即使他们不能帮助自己解决问题,至少也总是带给你信心和希望。与自信的人在一起,困难只是生活中一次不同的体验。

古往今来,不知有多少伟人凭着超人的自信心,创造了非凡的业绩。韩愈应试,名落孙山,但他毫不气馁,坚信自己文章的水平和自己的能力,再次应试时,面对相同的考题,他把上次写过的文章一字不变地再次写出呈上,竟金榜题名。周朝的姜尚在江边直钩垂钓,数十年痴心不改,信心十足,终被周文王重用,给人类留下了千古流传的佳话。

前世界拳击冠军乔·弗列勒每战必胜的秘诀是:参加比赛的前一天,总要在天花板上贴上自己的座右铭——“我能胜”!

包玉刚赁一条破船闯大海,当年曾引起不少人的嘲弄。但包玉刚并不在乎别人的怀疑和嘲笑,他相信自己一定会成功。为此,他抓住有利时机,正确决策,不断发展壮大自己的事业,终于成为雄踞“世界船王”宝座的华人巨富。他所创立的“环球航运集团”,在世界各地设有 20 多家分公司,曾拥有 200 多艘载重量超过 2000 万吨的商船队,结束了洋人垄断国际航运界的历史。他拥有的资产达 50 亿美元,曾位居香港十大财团的第三位。回顾一下他成功的道路,他在困难和挑战面前所表现出的坚定信念,对我们每个人都是有很大的启示的。

包玉刚不是航运家,他的父辈也没有从事航运业的。中学毕业后,他当过学徒、伙计,后来又学做生意,30 岁时曾任上海工商银行的副经理、副行长,并小有名气。31 岁时包玉刚随全家迁到香港,他靠父亲仅有的一点资金,从事进出口贸易,但生意毫无起色。他拒绝了父亲要他投身房地产的要求,表明了欲从事航运的打算。因为航运竞争激烈,风险极大,亲朋好友纷纷劝阻他,以为他发疯了。

但是包玉刚却信心十足。他根据在从事进出口贸易时获得的信息,坚信海运将会有很大的发展前途。经过一番认真分析,他认为香港背靠大陆、通航世界,是商业贸易的集散地,其优越的地理环境有利于从事航运业。于是,37 岁的包玉刚正式决心搞海运,他确信自己能在大海上开创一番事业。为此,他抛弃了他所熟悉的银行业、进口贸易,投身于他并不熟悉的航海业,

当时人们对他的举动纷纷讥笑讽刺。的确,对于穷得连一条旧船也买不起的外行,谁也不肯轻易把钱借给他,人们根本不相信他会成功。他四处借贷,但到处碰壁,尽管钱没借到,但他经营航运的决心却更加强了。后来,在一位朋友的帮助下,他终于贷款买来一条20年航龄的烧煤旧货船。从此,包玉刚就靠这条整修一新的破船,扬帆起锚,跻身于航运业了。

而与这些成功者相对应的是,有许多人却因为缺乏自信心而坐失良机,最后碌碌无为,一事无成。

我们都知道电话是贝尔发明的,可是很少有人知道,在贝尔之前,就有人发明了电话,但他没有努力去宣传和推广自己的成果,结果被埋没掉了。贝尔发明了电话后,起初也不被理睬和相信,但是他信心十足,不断利用各种机会广泛宣传,终于把电话推广开来。

日本有一个青年叫神田三郎,他的学习成绩很好。一次参加松下电器公司的招聘考试,他在面试时给“松下”留下了深刻印象。可笔试时,神田三郎却出人意料地没有进入录取线。“松下”叫人复查考试成绩,结果发现神田三郎的综合成绩名列第二,因为电子计算机出了故障,把分数和名次搞错了,才导致神田三郎落选。“松下”立即给神田三郎发录用通知,可神田三郎已因招聘落选,不能正确认识自己的能力,感到绝望而跳楼自杀了。

大量的事实说明,一个人只要有明确的目标、可行的规划和坚定的信心,便能克服遇到的挫折和阻碍,从而实现自己的梦想。李·巴朗兹是机械工程师,他发明一种自动的冰激凌冷却器,能够制作松软可口的冰激凌。他希望从美国东海岸到西海岸都开设冰激凌连锁店,于是拟定计划并且付诸行动,但当时许多人认为这很难获得成功,为此给他泼冷水。但巴朗兹不以为然,他坚信自己的目标能够实现,规划是可行的,没有不成功的道理。因此,他我行我素,一心一意扑在开设冰激凌连锁店上。为了迅速办起冰激凌连锁店,他采取提供设备及营运企划,协助别人开设冰激凌店,这种做法在当时是一项创举。他以成本价出售冰激凌制造机,然后从冰激凌成品的销售额中获得利润。于是,在很短的时间内,巴朗兹冰激凌连锁店如雨后春笋般在美国各地纷纷开业,巴朗兹也因此成为美国乃至全世界各类加盟店的始祖。为此,他总结经验说:“如果你对自己、对你正在做的事情及你想要