

成功者

的 6大心理素质

木木◎主编

有度量去容忍那些不能改变的事

有勇气去面对那些已经做错的事



有智慧去分辨那些非此即彼的事

有能力去发现那些可有可无的事

有恒心去完成那些看似无望的事

有毅力去改变那些可能改变的事



吉林出版集团有限责任公司

成功者的 6大心理素质

木木◎主编



吉林出版集团有限责任公司

图书在版编目 (CIP) 数据

成功者的 6 大心理素质 / 木木主编. — 长春: 吉林出版集团有限责任公司, 2014.1

ISBN 978-7-5534-3485-8

I. ①成… II. ①木… III. ①成功心理—青年读物
IV. ① B848.4-49

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2013) 第 299359 号

成功者的 6 大心理素质

CHENG GONG ZHE DE 6 DA XIN LI SU ZHI

木木 主编

出版策划: 孙 昶

责任编辑: 王 媛 于媛媛

责任校对: 侯 帅

装帧设计: 蒋宏工作室

出 版: 吉林出版集团有限责任公司 (www.jlpg.cn/yiwen)

(长春市人民大街 4646 号, 邮政编码: 130021)

发 行: 吉林出版集团译文图书经营有限公司

(http://shop34896900.taobao.com)

电 话: 总编办 0431-85656961 营销部 0431-85671728

印 刷: 北京中达兴雅印刷有限公司

开 本: 787mm × 1092mm 1/16

印 张: 15

字 数: 220 千字

版 次: 2014 年 1 月第 1 版

印 次: 2014 年 1 月第 1 次印刷

书 号: ISBN 978-7-5534-3485-8

定 价: 29.80 元



- 有度量去容忍那些不能改变的事
- 有毅力去改变那些可能改变的事
- 有能力去发现那些可有可无的事
- 有智慧去分辨那些非此即彼的事
- 有恒心去完成那些看似无望的事
- 有勇气去面对那些已经做错的事





第一章

有度量去容忍那些不能改变的事

- 抓不住，就送一程 / 002
- 不去想，也是一种智慧 / 005
- 你的世界，来自你心的光亮 / 008
- 用别人的眼睛看世界 / 010
- 珍珠源自肉磨沙 / 012
- 用宽容改变愤恨 / 015
- 给压力找对一个出口 / 018
- 放不下的，都抛给时间吧 / 020
- 一直没有忘记你 / 023
- 奶奶 / 026
- 心若在，梦就在 / 029
- 理科班的才子 / 032
- 在他乡开放的樱花 / 035

○

第二章

有毅力去改变那些可能改变的事

这一次，我没有躲避 / 040

将拖延化作前进 / 043

淡雅人生滋味长 / 046

改变自己 / 049

想不通与走不通 / 052

没有人注意火红花在泥土下的成长 / 055

找到适合自己的那把刀 / 058

无脚少年踢出美丽人生 / 061

做一个问心无愧的老师 / 064

让自己的方法变成对的方法 / 067

走向狼群的狼王 / 070

被粉丝改变的托马斯·卡莱尔 / 073

第三章

有能力去发现那些可有可无的事

在红尘中发现生活禅 / 078

给奶茶加点珍珠 / 081

美好比美更好 / 084

把出游当作一种修行 / 087

心灵之眼 / 090

在关键时刻去发现 / 093

只当他们不存在 / 096

有一种“冷漠”，你不必介意 / 099

第三十七包零食 / 102

谁都可以耀眼发光 / 105

梦想的翅膀永远在舞动 / 107

生命中的石头 / 110

艺高人胆小 / 112

你预见明天，明天便青睐你 / 115

在火锅店办婚宴 / 118

第四章

有智慧去分辨那些非此即彼的事

- 竞争，拼的就是内涵 / 122
- 周云蓬：为了梦中的橄榄树 / 125
- 做贵人的贵人 / 128
- 分辨与选择 / 131
- 这是我的答案 / 134
- 每一条弯路都是财富 / 137
- 飘香的紫罗兰 / 139
- 被你提问最多的是谁 / 142
- 不要伤害自己 / 145
- 冒险成就传奇 / 148
- 用对你的热情 / 151
- 不想过每天都一样的生活 / 154

第五章

有恒心去完成那些看似无望的事

请帮我抱抱我的父亲 / 158

八个人的希望录像 / 161

没伞的孩子，就必须努力奔跑 / 163

要出头，先低头 / 166

第N+1次的求爱 / 169

被放大的难度系数 / 172

印出自己的名片 / 175

挫折是人生的高地 / 178

被谎言成就的人生 / 181

那个让我成为作家的老师 / 183

让理想站在更高的山上 / 186

你我都可以成为剧中的主角 / 189

做自己命运的设计师 / 192

打碎的梦想怎么往回拼 / 195

第六章

有勇气去面对那些已经做错的事

写字楼里的青葱岁月 / 200

你的包容，让世界更美 / 203

寻找回来的世界 / 206

另一种声音 / 209

别让个性成了职场上的绊脚石 / 212

也许，你已经原谅我了 / 215

被你的虚荣所伤害的人 / 217

用纯净透明的眼睛看世界 / 220

“雪藏”你的借口 / 223

进错房间的佟丽娅 / 226

第一章

有度量去容忍那些不能改变的事



抓不住，就送一程
不去想，也是一种智慧
你的世界，来自你心的光亮
用别人的眼睛看世界
珍珠源自肉磨沙
用宽容改变愤恨
给压力找对一个出口
放不下的，都抛给时间吧
一直没有忘记你
奶奶
心若在，梦就在
理科班的才子
在他乡开放的樱花

抓不住，就送一程

王磊

日落黄昏，倦鸟归巢，山上渐渐安静了下来。突然，一个年轻人面容狰狞怒气冲冲地跑到高高的山冈上发泄似的狂喊着。年轻人的暴躁惊动了正在不远处打坐的禅师，面目慈祥的老禅师缓缓地走到年轻人面前，对他露出了善意的笑容，然后和年轻人攀谈了起来。

在谈话的过程中，老禅师始终眯着眼睛微笑着在听年轻人的倾诉。年轻人从一个边缘的小城来到这个灯红酒绿的大都市闯荡，经过多年的打拼吃了很多苦才好不容易在企业里干到了中层管理人员的位置，也有个相识了几年的女朋友。可是，现在这一切都毁了，老板因为种种原因要将他辞退，现在他正在为公司培训替代他的新人，每天在公司里的日子过得非常压抑。而女友知道他很快将失去这份收入丰厚的工作之后，也提出了分手。女友的理由很简单，她不能让自己未来的孩子拥有一个没能力给他们安稳富足生活的父亲。

“我跟了老板整整8年呀！他一句话就让我走人。我的女朋友当初刚来到这个城市的时候举目无亲，是我帮她找了份工作，全力以赴地照顾着她，可现在她却在我最艰难的时候选择了离开！”年轻人几乎是声嘶力竭地说完了自己的经历，愤怒的眼中燃烧着熊熊烈火。年迈的禅师轻轻地拍了拍年轻

人的肩膀，然后拉起他的手在山上信步游走起来。清凉的山风让年轻人烦躁的内心渐渐平静了下来，这时候，老禅师忽然停下了脚步，伸手去抓一片飘来的柳絮。

柳絮轻盈而调皮，每次都从禅师的手掌之中溜掉。年轻人默默地看着老禅师，眼中充满了疑惑。“呵呵，我老了，抓不住这些柳絮了。”老禅师说完之后，抬起头和年轻人面对着面，说道：“这世上种种美好与精彩，我们并不一定都能抓到，既然抓不到，倒不如送它们一程，让它们活得更加精彩飘逸，让自己得到安宁与豁达。我们要有魄力、有胆量去容忍那些不能改变的事，这样我们自身才能远离烦恼。”说完，老禅师轻轻地将抓柳絮的手向上微微一扬，柳絮被禅师的手这么一送，在湛蓝的天空下飞得更加高了。

老禅师说完之后，年轻人呆立良久。忽然，他的脸上露出了淡然的微笑，向禅师深深鞠了一躬，转身下山去了。回到城里之后，年轻人兢兢业业地将自己在工作中的经验都教给了那个即将接替他的新人，老板看在眼里，没想到受了委屈的他居然还会这么为公司出力，心里很不是滋味儿。当他离开公司的时候，老板动情地紧紧握住他的手对他说：“我对不住你，没想到你还能这样对我！辞退你，我也是有难言之隐，你这个朋友我记住了，以后有事就来找我。”他笑着和老板告别，然后在同事们的留恋和注视中大踏步地走出了公司的大门。

和女朋友最后道别的时候，他送给她一份特别的礼物——一盒治疗风湿的膏药。女朋友有风湿病，每次疼起来都在床上呲牙咧嘴地直打滚。女孩儿看到这份礼物之后，哭得差点抽搐过去，他安慰完她之后，潇洒地转身离开了。

在随后的日子里，他始终奉行着一个原则——能抓住的人和缘分，他都加倍珍惜；不能抓住的，他就笑着送他们一程。这样的心态让他赢得了很多

人的尊重，也得到了别人更多的回报和帮助，他也渐渐走出了困境。

后来，他经过多方寻访找到了禅师所在的寺院，想当面感谢老禅师。可让他万万没想到的是，好不容易才找到了禅师的所在，老禅师的弟子却告诉他，禅师已经圆寂，从时间上推算，恰好是他们见面的第二天。弟子还告诉他，老禅师当时身体状况非常不好，每时每刻都在遭受着疾病的折磨，有时候疼得汗水直淌，但却始终面带微笑地生活着。虽然，老禅师早就知道自己来日不多，但依然平静乐观地生活着。

听完这些之后，他努力让自己的脸上绽放出微笑，用笑容将眼角的泪水挤走。这时候他才明白，相遇的时候，老禅师是忍受着巨大的身体痛苦在为自己解脱烦恼。老禅师那时候已经知道自己的生命快要终结了，却还用生命最后一份力量送了自己一程，让自己的人生走上了正轨。

他向禅师圆寂的地方磕了几个头，然后微笑着向山下走去。老禅师教会了他一个道理：当你能够容忍那些不能改变的事情时，你的人生就拥有了更大的格局。

不去想，也是一种智慧

王磊

从机场走出来之后，就看见老同学笑呵呵地靠在一台车旁和我打着招呼。坐上了老同学的车，我上下打量了他一下，然后伸出拳头笑骂着打了他一拳：“同样是一起从大学毕业的，我们这么多人连房子都没买上，你小子踩上什么狗屎运了，又是升职又是买房，现在连私家车都买了！”老同学笑着推开我的手，说道：“我哪有那么好的运气，说到底，可能就是因为摆脱了很多不必要的烦恼，能够更加专心地为事业努力罢了。”

接着，老同学一边开车，一边说起了他这些年的经历。自从大学毕业之后，他也和我们一样南下北上，东奔西跑地在求职路上奔波着。后来，好不容易在一家公司站稳了脚跟，薪水却又低得可怜。

在那段时间里，老同学的日子非常不好过，他上大学已经花光了家里所有的积蓄，工资虽然很少，可他也不好意思再向父母开口了，只好打碎了牙齿往肚子里咽。于是，他每天上班穿得西装革履，下班之后却躲在出租屋里吃泡面，日子别提有多辛酸了。

然而，日子苦些倒还好说，最关键的是身边烦恼不断。公司里的一个女同事为人尖酸刻薄，说起话来像刀子一样扎心。初入公司的老同学曾经在言语上顶撞过这个同事，于是只要一有机会，这个同事就冷嘲热讽地挖苦老

同学。老同学偶尔加班，对方就指桑骂槐地说现在的毕业生在上学的时候功课没学好，以至于晚上还要加班来完成工作；而老同学和部门领导说了几次话，对方又挖苦老同学工作不行，拍马屁却是行家。老同学几乎到了忍无可忍的地步，可是对方年龄比自己大，又是一个女人，能拿她怎么样呢？于是，老同学强压着怒火，始终没有发作。

烦恼事总是喜欢结伴而行，在公司里惹了一肚子气的老同学在生活里也是压力巨大。由于身上的钱花得差不多了，房租费有时候不能及时拿出来，经常会拖后几天。于是，婆婆妈妈的房东就在他耳边唠叨个没完，老同学一边恨得牙直痒痒，一边还得强作欢颜。工作、生活，都是一堆烦恼，老同学脑海里天天想的都是这些破事儿，工作效率直线下降，又被领导狠批了一顿。

日子越过越闹心，老同学越想越生气。一天傍晚，走在广场上的老同学想起这些让人烦恼的事情，就气得够呛，抬脚朝着一块小石头就踢了过去。可他没想到，石头没踢到，皮鞋却被甩了出去。说来也巧，不知道哪里来的野狗，叼着老同学甩出去的皮鞋就往远处跑。老同学连追带喊，又拿石头吓唬，这才将鞋夺回。

追回了皮鞋之后，老同学差点没蹲在地上哭出来。难道自己出门没看皇历？怎么这么倒霉啊？

痛苦万分的老同学差点收拾行李回老家了，不过，他又不甘心，于是坐下来仔细地想着自己所面临的情况。想着想着，他忽然发现这些烦恼事虽然很多很杂，可是却没有一件事情能置人于死地。说白了，这些烦恼事没有一件是能影响人生大方向，给自己造成生命威胁的，那么既然如此，不去想不就得了。

人一旦想明白了，就连身体都觉得无比轻松。再去公司上班的时候，无

论对方说什么，老同学就当耳旁风，该干嘛干嘛，时间一长，对方就觉得没意思了，自己也懒得说了。而房东无非就是喜欢多唠叨几句，老同学笑呵呵地听着，你说什么我都笑脸相迎，反正不耽误我住在房子里。

不管发生什么事情，只要不是威胁到自己生命安全的，老同学干脆不搭理，专心地做着自己该做的事情。由于能力不错，再加上专心工作，老同学很快就成了公司进步最快的新人，连老板都对他另眼相看。

后来，老板渐渐喜欢上了这个聪明伶俐、凡事都特别看得开的年轻人，把他升为了自己的助理。近水楼台先得月，得到老板的赏识之后，老同学干得风生水起，后来就成了分公司的经理，事业越做越红火。

老同学说完之后，我看着窗外的风景，默然无语。都是平民草根，大家在奋斗的路上几乎都经历了这么一个被烦恼困扰着的阶段，而让我汗颜的是，老同学懂得不去想，而我却被这样的烦恼困扰了多年，以至于现在还是一无所成。

那天的重逢，我很开心，不仅是因为看到了分别多时的朋友，更是因为让我明白了如何摆脱烦恼。

不去想，并不是逃避和退缩，而是在不危及自己根本利益的前提下，不让没必要的事情扰乱了自己内心的宁静。不去想那些不必要的烦恼，容忍那些不能改变的事，就会拥有宁静的心态，也只有这样，才能安心做事，收获成功。