

重建心智模式NO.1课程

◆ 李胜杰 著

“学习型中国——
世纪成功论坛”
强档推出

人间远景 “百位名师代表作”
系列丛书 18

心灵财富教练

一本给心灵全面减压、让生命超凡脱俗的绝妙书
让精神和物质上的贫穷永远远离你
因为你即将阅读本书

海潮出版社

心灵财富 教练

李胜杰 著

海潮出版社

图书在版编目(CIP)数据

心灵财富教练 / 李胜杰著. — 北京: 海潮出版社, 2004

ISBN 7-80151-833-0

I. 心... II. 李... III. 成功心理学 IV. B848.4

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2004) 第 020555 号

心灵财富教练

李胜杰 著

海潮出版社出版发行 电话: (010) 66969738

(北京市西三环中路 19 号 邮政编码 100841)

大厂回族自治县彩虹印刷有限公司印刷

开本: 880 × 1230 毫米 1/32

印张: 8.0 字数: 130 千字

2004 年 5 月第 1 版 2004 年 5 月第 1 次印刷

印数: 1-10000 册

ISBN 7-80151-833-0/C·133

定价: 26.00 元

自序

自从《心灵财富训练》工具书出版以来，我一直被出版社及读者催着尽早将其理念篇问世，可我一直奔波于全国各地的训练场中，只能靠训练间隙时间进行写作，时断时续、苦不堪言。但因为有了大家的期待，辛苦的背后又有一种力量与使命感。现在此书终于跟大家见面了，愧疚中也算松了口气，在此更要感谢大家一直以来的关爱与支持。

随着现代生活的节奏加快，我们不得不面对现代生活中瞬息万变、纷繁复杂的各种变幻，适应快节奏、高压力的生活，调适、转换心态的能力必须要加强，所以我们能够掌握一套有效、简单的心态调适理念与技术更是尤为重要。

人生的幸福美满其实是人的一种感觉，一种心情。外部世界是一回事，我们内心又是一种境界。一个人是阳光灿烂、喜



悦满心，还是孤独无助、沉沦失意，这主要是由我们的心理、态度来支配。事物本身只能影响我们的态度，并不能直接影响我们的心情。

只有强健的躯体，并不算是一个完全健康的人。在强健的躯体内，必须同时具有一种正常而良好的心理，这才是我们获得幸福、取得成功的前提。我们每个人都可能遭受官场失利、情场失意、商场失败等各方面的打击；我们每个人都会经受幸福时的满足、顺利时的舒畅、委屈时的压抑、挫折时的迷茫，这所有的一切组合在一起就是我们的人生。人生就是一碗酸、甜、苦、辣、咸五味俱全的汤，每种滋味你都可能品尝。

此书理念一切皆由“心者道之主宰”出发，用心去感受生命中的所有事件。以积极、健康、乐观的角度看待所有发生。不断地迁善、修正内在与外因和谐的能力，为自己走过幸福、健康、快乐、富有的人生打下坚实的基础。

此书的面世要感谢人间远景刘景澜先生及全国各地支持我的朋友及学员们。

李胜杰于深圳

2004年4月20日



目 录

C O N T E N T S

第一章 生命没有秘密

充满爱心的人们正用行动证实你的爱,他们的目光中充满友善,言语中充满关怀,举止中有了更多的抚慰,生活中有了更多的理解,他们正进入你的世界,正用无限的爱为你充实生命。

生命的真实 /3

心灵的处方 /12

宽恕与施舍 /20

爱的力量 /31

第二章 人生的答案

对于生命,只要不放弃,就意味着成功;只要奋力拼取,就会更加卓越。

敬畏生命 /43

清点自我 /47

内心的童真 /53

不要责怪 /63



第三章 改良思想

如果你相信生命的奇迹,那就会积极地思考,积极地行动,去重塑一个新的自我。虽然你此时贫困潦倒,但只要改变了思考的模式,必会改变人生的一切不如意。

相信就是事实 /69

自满的危害 /71

思考致胜 /77

第四章 直面人生

改变是生命中不变的特色,看看周围,一切都在改变和成长,停止改变就是停止生活,因此改变的能力是生命卓越的重要因素。

人生的问题 /91

痛苦 /101

人格的力量 /110

第五章 走出阴影

我愿意放弃,我愿意放弃,放弃那些阻碍我成长的坏毛病和习惯,放弃那些曾经给我带来伤痛的行为,我不会再让这些旧的行为影响我的行程。我愿放弃,放弃唾手可得的利益,放弃与人为敌的情绪。我愿意放弃,放弃那些不如意。

受害者 / 负责任 /119

放弃与新生 /124



没有藉口 /133
 驾驭心灵 /143
 建立新的一切 /149
 你尝试了吗 /162

第六章 富有人生

人心就像一本存折,只有打开来才知道到底有多少收益。每本心的存折正是用一点一滴的善去积累的。

不再孤立 /173
 时时成功 /179
 拥有财富 /187

第七章 开启心灵之门

如果我们能用清静之心去生活,不受利和名所奴役,那么无论你做什么事,自己总是主人,于是智慧之光也就会常现了。

谎言的天地 /197
 九种原罪的迷失 /204

附 录

何谓“心灵财富训练” /223
 “心灵财富训练”的畅销音像系列 /224
 “心灵财富训练”的课程内容 /225

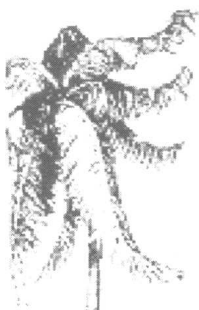


企业团队精神建设 /228

学员心声 /231

后记 /238





充满爱心的人们正用行动证实你的爱，
他们的目光中充满友善，言语中充满关怀，
举止中有了更多的抚慰，生活中有了更多的
理解，他们正进入你的世界，正用无限的
爱为你充实生命。



第一章 生命没有秘密

人的一切行为都是受着思想的左右;有好的思想,将会有好的言行;有好的言行,必会有好的结果。

生命的真实

在这本书中,关于生命、工作、情感……,我只想告诉大家,我们可以生活得更好,我们可以拥有更多,人生可以更加精采,我们可以创造更伟大的奇迹。

人的一切行为都是受着思想的左右;有好的思想,将会有好的言行;有好的言行,必会有好的结果。假设有不良的思想,那么结果一定会令人感到遗憾。

假如有两个人,一个人常说:“世界是残酷而无情的,人是贪婪和自私的,人人对我都别有用心。”另一个人常说:“世界是美好的,所有人对我都有莫大的关心和帮助。”认识世界的不同,会让他们产生不同的人生观,最终制造出不同的人生环境:你相信的,终究会变成事实。我们的潜意识常常在接受



我们的意识所相信的一切。既然我们所相信的终会变成事实，那么，我们为什么还要制造诸多不良的思想？我们就应该相信：美好的言行，必会创造美好的未来。如果你相信生命是无助的，人间没有真情，那么，你的世界很可能变成孤独和没有爱，因为你想躲避太阳的温情，你总会有一千个理由；如果你相信它，你总会用一千次的努力去证明。事在人为，人只有学会自助，才能助人。只有想不到的，没有做不到的。放弃所有的消极思想和意念，让自己改变；放弃所有的愚蠢和无知的行为，升华自己，在短短



的一生中,创造更加有意义而又无憾的生命。如果你始终相信人间总会有爱,总会有真情存在,上苍没有舍弃你,人们都在爱你,同时你也爱他们,那么,过不了多久,你的想法就会变成事实。充满爱心的人们正用行动证实你的爱,他们的目光中充满友善,言语中充满关怀,举止中有了更多的抚慰,生活中有了更多的理解,他们正进入你的世界,正用无限的爱为你充实生命。你首先必须要学会放弃,放弃你以往所有的愚蠢的思想和观念,放弃你所有的错误行为,让你变成另外一个你,一个更加卓越的你。我们本来的生命并非如此,我们可以拥有更多的财富和朋友,前提是你必须决定要放弃所有愚蠢的、无知的、消极的思想。

你现在的消极观念,可能是早在儿童时期就已经形成了,很多人放弃了自己,认为他的一生是注定孤独无助的,他的一生是注定艰苦和悲伤的,他的一生就应该在贫苦中度过,他们常常贬低自己,时常把自己看得一文不值。其实我们本来的生命并非如此,我们可以拥有更多的财富和朋友,前提是你必须决定要放弃所有愚蠢的、无知的、消极的思想。你要问一问自己,它是你必须承受和继承的吗?你现在的困境,可能早在父母那里得到“本该如此”的验证,那么你要问一问自己,它是你想要的吗?我们小的时候,受着我们身边人的影响,它可能来自你的父母、长辈和伴随你成长的亲人。在幼年时,我



们天真无邪,从大人那里学习生存的本领,继承大人的思想去看世界,继承大人的观念去认识事物。假如和你一起生活的大人们常在恐惧、内疚、愤怒中,那你便会被无辜地感染,自然而然地学到了孤独和愤怒,自然而然地失去了自信,陷入无助之中。失去自信的孩子常会想:“这件事不是我做的,因为我家很穷。”;“我就应该作一个坏人,因为我父母吸毒”;“这完全是我的错。”……即使他们长大成人,也还会不自觉的重复小时候的影响,很难忘怀,也很难摆脱。

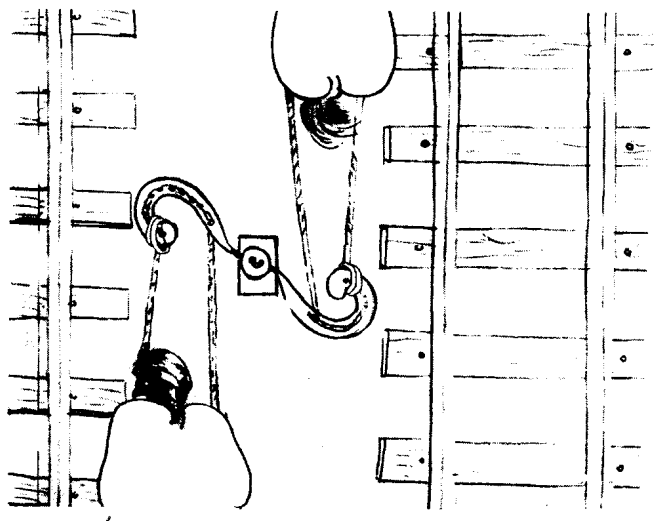
我们此时的不如意,可能并不是我们想要的。也并不是我们不能分辨是非,这是因为在我们内心中有一个牢不可破的“家”,小时不如意的经历在内心中时隐时现。我们不能够坐下来冷静地思考,现在已长大成人,身为他人的妻子、母亲、丈夫、父亲,为何我们对待别人的态度,仍像自己的父母呢?其实要想了解自己的父母并不难,只要听一听他们孩童时的经历,你就不难知道恐惧、愤怒、忧伤是从哪里来的。

我有一个朋友,他经常与人吵架,有时还会跟自己的父母大吵大嚷,事后他却后悔不已。我了解他的这种不能自制的性格,全都是从他父母那里“继承”而来。他的父母都是孤儿,童年的不如意,养成了他们孤僻、冷漠的性格,他们总是用怀疑的眼神看待世界,总是用争吵来解决家庭问题。岂不知这一切都深深地影响着他们的子女,以至于他们的儿女都很孤僻、冷



漠,常用怀疑的眼光来看待世界和生活。其实,这一切都来自生命中的“惯性”。

一位叫赵晓的作者在《财经时报》中刊登了一篇《路径依赖》的文章,让我们不难看出生命中的不幸。文章是这样写的:新制度经济学中,“路径依赖”是一个使用频率极高的概念,说的是人们一旦选择了某个制度,就好比走上了一条不归之路,惯性的力量会使这一制度不断“自我强化,让你轻易走不出去”。



下面的这则故事，也许会让你对“路径依赖”的威力印象更为深刻，并从中体会到几许悖谬与幽默：美国铁路两条铁轨之间的标准距离是4英尺又8.5英寸。这是一个很奇怪的标准，究竟是从何而来的呢？原来这是英国的铁路标准，而美国的铁路原先是由英国人建的。那么为什么英国人用这个标准呢？原来英国的铁路是由建电车轨道的人所设计的，而这个正是电车所用的标准。电车的铁轨标准又是从哪里来的呢？原来最先造电车的人以前是造马车的，而他们是沿用马车的轮宽标准。好了，那么马车为什么要用这个轮距标准呢？因为如果那时候的马车用任何其他轮距的话，马车的轮子很快会在英国的老路上撞坏的。为什么？因为这些路上的辙迹的宽度是4英尺又8.5英寸。这些辙迹又是从何而来的呢？答案是古罗马人所定的。因为欧洲，包括英国的长途老路都是由罗马人为他们的军队所铺的，所以4英尺又8.5英寸正是罗马战车的宽度。如果任何人用不同的轮宽在这些路上行车的话，他的轮子的寿命都不会长。我们再问，罗马人为什么以4英尺又8.5英寸为战车的轮距宽度呢？原因很简单，这是两匹拉战车的马的屁股的宽度。

等一下，故事到此还没有完结。下次你在电视上看到美国航天飞机立在发射台上的雄姿时，你留意看看在它的燃料箱的两旁有两个火箭推进器，这些推进器是由一家公司设在犹

