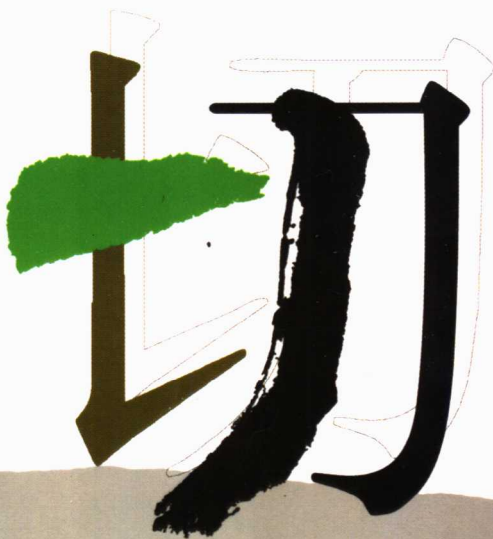


「心态决定」



「于反 / 主编」





“励志人生”丛书

心态决定一切

主编 于 反
漫画 席海军

科学技术文献出版社

Scientific and Technical Documents Publishing House

北 京

图书在版编目 (CIP) 数据

心态决定一切 / 于反主编. —北京: 科学技术文献出版社,
2005.2

(励志人生丛书)

ISBN 7-5023-4918-9

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

中国版本图书馆CIP数据核字 (2004) 第128999号

出 版 者 科学技术文献出版社
地 址 北京市复兴路15号(中央电视台西侧)/100038
图书编务部电话 (010)65814027, (010)68537104(传真)
图书发行部电话 (010)68514035(传真), (010)68514009
邮 购 部 电 话 (010)68515381, (010)58882952
网 址 <http://www.stdph.com>
E-mail: stdph@istic.ac.cn
策 划 编 辑 周 玲
责 任 编 辑 周 玲
责 任 校 对 樊雅莉
责 任 出 版 王芳妮
发 行 者 科学技术文献出版社发行 全国各地新华书店经销
印 刷 者 北京金鼎彩色印刷有限公司
版 (印) 次 2005年2月第1版第1次印刷
开 本 850×1168 32开
字 数 182千
印 张 9.125
印 数 1~6000册
定 价 15.00元

© 版权所有 违法必究

购买本社图书,凡字迹不清、缺页、倒页、脱页者,本社发行部负责调换。

序

人人都有梦想，人人渴望成功，但有的人能够登上成功的顶峰，有的人却碌碌无为，也有的人在向成功目标迈进时，摔得头破血流。究竟是什么原因，导致如此不同的人生结局呢？

世界顶级成功大师拿破仑·希尔耗费数年心血，终于找到了这一问题的答案——成功者与失败者的差别，主要在于前者拥有积极的心态，而后者则习惯于用消极的心态去面对人生。积极的心态是一种难能可贵的品质，包括希望、乐观、自信、忠诚、勇气、拼搏、慷慨、宽容等正面情绪；而消极心态则反映了一种自卑、颓废、不思进取、绝望的负面心理态度。



对于拥有积极心态的人来说，每一次挫折，都能激发他们内心深处的巨大潜能；每一次失败，都会为他们带来宝贵的经验教训。历经无数次挫折与失败，他们将获得无数次成功的喜悦。踏着无数次成功的阶梯，他们将一步步攀上成功的巅峰。失败者的人生经历则截然相反，即使遇到一点小小的挫折，他们也会牢骚满腹，怨天尤人；经历多次失败的打击，他们终将滑入黑暗的深渊。

在美国的成功领域，有识之士都将 PMA（“积极心态”的英文简写）当做一条黄金定律，他们始终用积极的思考和乐观

心态决定一切

的精神支配自己的人生，并且创造了令人仰慕的辉煌业绩。亚伯拉罕·林肯曾经说过：“如果一个人决心获得某种幸福，那么他就能得到这种幸福。”人与人之间原本只有微小的差异，但这种微小的差异却往往造成截然不同的结局。造成这种差异的原因，正是一个人的心态。心态决定一切！这已经成为一条金科玉律，引领着更多的人驶向成功的彼岸。



目 录

第1章 点燃心中的圣火 / 1

- ◇ 不同心态导致不同人生 / 3
- ◇ 积极心态——成功的助燃剂 / 7
- ◇ 如何面对人生 / 10
- ◇ 谨防扼杀希望的凶手 / 14
- ◇ 让世界随着你转动 / 17
- ◇ 寻求隐形护身符 / 20
- ◇ 培养自己成功的感觉 / 23
- ◇ 给自己一束亮光 / 25

第2章 说你行你就行 / 29

- ◇ 用自信催发巨大潜力 / 31
- ◇ 自己就是一位成功大师 / 34
- ◇ 将自己当做心中偶像 / 37
- ◇ 挖掘自己的“超级宝藏” / 42
- ◇ 驱逐精神上的“恶魔” / 45
- ◇ 自卑——人生之大敌 / 48



- ◇ 给自己吃一颗“定心丸” / 51
- ◇ 多一份自信，多一份成功 / 55
- ◇ 培养自信心之秘诀 / 57

第3章 进取心——成功的动力 / 61

- ◇ 进取心，不可或缺的成功条件 / 63
- ◇ 积极进取，搏击人生 / 66
- ◇ 在工作中修炼进取心 / 71
- ◇ 梦想源于进取 / 73
- ◇ 引导人们追随你 / 76
- ◇ 积极进取的人生是完美的人生 / 80
- ◇ “进取”让戏弄者走开 / 82
- ◇ 朝前走，不回头 / 84



第4章 大海航行靠灯塔，人生奋斗靠目标 / 89

- ◇ 目标是成就事业的动力 / 91
- ◇ 步步为营，订立目标 / 96
- ◇ 确定目标 5 大准则 / 98
- ◇ 驾驭你的目标 / 101
- ◇ 描绘自己理想中的环境 / 104
- ◇ 瞄准目标，扣动扳机 / 107
- ◇ 全力以赴，向目标冲刺 / 109

第5章 勇往直前，百折不回 / 113

- ◇ 身处逆境是一种幸运 / 115

- ◇ 奇迹总在最后出现 / 118
- ◇ 失败乃成功的必经之路 / 123
- ◇ 将“苦”当“补” / 126
- ◇ 梅花香自苦寒来 / 128
- ◇ 苦难——获得智慧之源泉 / 130
- ◇ 失败中的“成功哲学” / 133
- ◇ 在逆境中微笑 / 136

第6章 独辟蹊径，与成功握手 / 141

- ◇ 理解创新之含义 / 143
- ◇ 驴子的悲哀 / 147
- ◇ 克服创新的障碍 / 151
- ◇ 给你一盏灯，快来买我的油 / 154
- ◇ 惟有创新，才有出路 / 159
- ◇ 创新，需要超人的勇气 / 162



第7章 不要让机会女神擦肩而过 / 167

- ◇ 机会是飘浮在空中的云 / 169
- ◇ 弱者等待机会，强者创造机会 / 172
- ◇ 慧眼识“机” / 175
- ◇ 激发抓住机遇的灵感 / 179
- ◇ 机会源于思考 / 183
- ◇ 把握晋升的机会 / 186

第8章 时间与财富，二者可以兼得 / 189

- ◇ 伟人成功之秘诀 / 191
- ◇ 如何支配时间 / 195
- ◇ 控制时间的艺术 / 198
- ◇ 忙里偷闲 / 200
- ◇ 如何支配你的财富 / 203
- ◇ 节俭并非吝啬 / 205
- ◇ 别让投资打水漂 / 208

第9章 培养自己，迈出众人之列 / 213

- ◇ 领导人物的主要特征 / 215
- ◇ 储备知识食粮 / 217
- ◇ 寻求贵人助你一臂之力 / 222
- ◇ 注重培养精英 / 226
- ◇ 知人善任，任人唯贤 / 229
- ◇ 雇用一个人的“手”与“整个人” / 233

第10章 百忍能胜 / 237

- ◇ 忍耐是一种魅力 / 239
- ◇ 以一时之忍而成远大目标 / 242
- ◇ 培植忍耐之树 / 245
- ◇ 百忍成金 / 248
- ◇ 小不忍则乱大谋 / 253
- ◇ 一鸣惊人 / 255

第 11 章 强健体魄——成功的保证 / 259

- ◇ 身体是革命的本钱 / 261
- ◇ 失去健康你就失去了一切 / 264
- ◇ 永远有颗年轻的心 / 266
- ◇ 塑造宁静的心灵 / 271
- ◇ 完善自己的人格 / 273
- ◇ 让心灵趋于完美 / 276



第1章

点燃心中的圣火





不同心态导致不同人生

一个人能否成功，关键在于他的心态。成功人士与失败人士的差别在于成功人士有积极的心态，而失败人士则习惯于用消极的心态去面对人生。

两个人从牢中的铁窗望出去——一个看到泥土，一个却看到了星星。

生活在同一个世界上，有的人过得幸福、充实、快乐，有的人却在苦恼与徘徊中度过一生。有的人与成功共舞，有的人却与失败为伴。成功者与失败者的区别往往在于他们的心态不同，因为不同的心态会导致不同的结果。



迈克尔·施特在大学毕业前夕四处投递求职信。

一天，他接到一个大公司的电话通知，让他第二天去面试，地点设在一家大宾馆。

第二天，迈克尔提前30分钟到了这家大宾馆。此时宾馆外已经聚集了几十名前来面试的求职者。宾馆服务人员以没有接到公司的通知为由，将他们拒之门外。大多数求职者带着失望的表情离开了宾馆。但迈克尔的心态很平静，他想：公司没有通知？这样大的公司恐怕不会开这样的玩笑吧！是不是事出有因？



他思考片刻,然后若无其事地向宾馆的大门走去,两个服务人员立即拦住不让进去。

他说:“我是来找你们经理的,我是他的朋友,已经预约过了,不信你们可以打电话问问。”

服务人员没有再说什么,很客气地让迈克尔进了大门。来到电梯间时,有几个跟他一样的应试者正在那里等候,因为他们被告知电梯坏了,正在修理。迈克尔心想,他们可能也像我一样,是“混”进来的!

他恍然大悟:这一定是招聘单位设的“路障”,旨在考核求职者的恒心和耐心。于是,他的信心更坚定了。

他没有加入等候的行列,而是转身沿着楼梯朝20楼跑去。当他气喘吁吁地走进2018房间时,该公司的几个主考官早已等候在那里了。

进去之后,他作了自我介绍。

考官未加思索地说:“你已经被录取了。”

他感到有些突然。

负责招聘的考官说:“你已经完全通过了我们的考核。”

看来这家公司的考题不是印在“试卷”上的,而是设在参加面试的路途上。迈克尔凭着积极的心态和灵活的头脑战胜了其他竞争者,通过了人生道路上的一次考核。

有一个年轻人好不容易得到一份工作,到一个海上油田钻井队工作。第一天,负责人让他在限定时间内,登上几十米高的钻油台,把一个包装盒交给最顶层的主管。



他小心翼翼地拿着盒子，快步登上狭窄的阶梯，将盒子交给主管。主管随意地在盒子上签了个名，就叫他马上送回去。

他快步跑下阶梯，将盒子交给负责人，负责人同样也在盒子上面签了名，仍叫他送上去交给主管。他满腹狐疑，看了看负责人，又依照指示行事。

第二次爬到顶层时，他已经气喘如牛，可主管仍旧默不作声地在盒子上签了个名，示意他再送下去。他有些生气，但还是转身走了下去。

当他再次将盒子交给负责人时，负责人依旧签了个名，然后让他再上去一趟。此时，他已怒火中烧，瞪了负责人一会儿，但没有发作，最终抓起盒子爬了上去。这次到达顶层时，他的全身已经湿透了。

主管头也不抬地接过盒子，说道：“将盒子打开吧！”

他撕开外面的包装纸，打开盒子，呈现在他眼前的是一瓶香槟和两个玻璃杯。他猛地抬起头，双眼怒视主管。

主管又对他说：“倒两杯香槟吧！”

年轻人觉得他们是在戏弄他，便将盒子摔在地上，吼道：“你们是不是把老子当成傻瓜了？！”

这时主管从位子上站了起来，叹口气说：“年轻人，刚才你所做的一切，叫做承受极限训练，因为我们在海上作业，随时都可能遇到突发的情况和危险，这就要求每一位队员必须具备极强的体力和心理承受能力。你没有坚持到最后一刻，实在很可惜！你无法享受自己辛辛苦苦带上的香槟了，现在，请你另谋高就去吧！”



上面这两个例子中的年轻人，一个因心态健康获得了成功，另一个却因心态控制不好遭到了失败。

一个人能否成功，关键在于他的心态。成功人士与失败人士的差别在于成功人士有积极的心态，而失败人士则习惯于用消极的心态去面对人生。

当然，有了积极的心态并不能保证事事成功，但积极的心态肯定会改善一个人的日常生活。任何一种单一的方法都不能保证凡事心想事成，只有当积极的心态和其他成功因素紧密结合后，才会达到成功的彼岸；反之，采取消极心态的人则一定不能成功，即使碰运气能取得暂时成功，那也是昙花一现，转瞬即逝。



积极心态——成功的助燃剂

拿破仑·希尔曾经说过，有些人似乎天生就会运用积极的心态，使之成为成功的原动力，而另一些人则必须通过学习才会使用这种动力，并且每个人都能够学会发展积极的心态。

一个对自己的内心有完全支配能力的人，对自己有权获得的任何其他东西也会有支配能力。

有两位年届70岁的老太太，一位认为这把年纪已经走

