

ATTITUDE DETERMINE EVERYTHING

态度 决定一切

决定成败的往往并不是个人的能力，而是工作的态度
改变命运的往往并不是什么机遇，而是生活的态度
有什么样的态度，就有什么样的人生，态度决定一切

杨艳丽 张军 编著



黑龙江科学技术出版社

成功人士的100个习惯 成功人士的100个习惯

态度

决定一切

成功人士的100个习惯
成功人士的100个习惯
成功人士的100个习惯

成功人士的100个习惯

态度 决定一切

杨艳丽 张 军 编著

黑龙江科学技术出版社
中国·哈尔滨

图书在版编目(CIP)数据

态度决定一切 / 杨艳丽, 张军编著; 一哈尔滨: 黑龙江
科学技术出版社, 2009.5

ISBN 978-7-5388-6171-6

I. 态… II. ①杨…②张… 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 (2009) 第 069678 号

态度决定一切

TAIDU JUEDING YIQIE

作 者 杨艳丽 张 军

责任编辑 张丽生 刘 野

装帧设计 李卫锋

文字编辑 陈荣赋

美术编辑 刘欣梅

出 版 黑龙江科学技术出版社 

地址: 哈尔滨市南岗区湘江路 77 号 邮编: 150090

电话: 0451-53642106 传真: 0451-53642143(发行部)

发 行 全国新华书店

印 刷 北京中印联印务有限公司

开 本 720 × 980 1/16

印 张 18.5

版 次 2009 年 7 月第 1 版 · 2009 年 7 月第 1 次印刷

书 号 ISBN 978-7-5388-6171-6/B · 80

定 价 29.80 元

前言

PREFACE

在竞争激烈的现代社会中，有些人脱颖而出，有着卓越的成就，成为时代的精英；有些人却迷失在竞争的海洋中，碌碌无为、辛苦平庸地度过了自己的一生。是什么造成他们之间如此大的差距呢？是家庭出身、教育背景，还是智力水平？其实都不是，决定一个人卓越与否的关键因素就在于他对待工作和生活的态度。可以这样讲，面对人生，态度越主动、越积极，前程便越光明、越美好，用什么样的态度面对人生，就会拥有什么样的人生。正确的态度，是坚持正确前进方向的重要保证，也是我们知难而进、走向成功的精神支柱。只有拥有坚定自信的态度，脚踏实地，刻苦磨炼，才能成就自己美好的人生。态度决定一切！

如果说，出身和学历是走向成功的阶梯，那么态度就是使你更快迈向成功的助推器。因为出身和学历一旦成形，很难改变，而态度则不同，可以靠自己把握。能不能登上成功的峰巅，取决于你对待这座山峰的态度。记住，你的脚永远比山还要高。曾经有一位印度先哲在几千米的雪山上苦苦修炼，参悟出生命的意义，他最终发出的感慨是：“你的态度就是你的真正主人！”是啊，生于尘世，每个人都不可避免地要经历苦雨凄风，面对艰难和诱惑，拥有什么样的态度，将直接决定你的人生轨迹。

有两个囚犯，从狱中眺望窗外，一个看到的是沙漠和仙人掌，一个看到的是万点星光。面对同样的境遇，前者采取悲观失望的态度，看到的自然是满目疮痍；而后者持一种积极乐观的态度，看到的则是灿烂美景。英国诗人弥尔顿说：“一切皆由心生，天堂和地狱只不过一念之间。”一个人可以是平凡的，但绝对不能是平庸的。平凡与平庸的最大区别在于：平凡的人可以把平凡的事情做伟大，平庸的人使崇高的事情变卑下。而产生这种区别的根本原因就在于：两种人的生活态度、工作态度、人生态度不同。

托尔斯泰说过：“我劝所有的人都要想到自己的翅膀，要向上高飞。”

其实每个人都有自己的理想，态度就是你理想的翅膀，改变你的态度，你就能张开翅膀，飞向理想的天堂，成为一名卓尔不凡的人，拥有一个卓越的人生。要知道，在现代社会中，态度已经成为竞争的制胜武器，专业知识的拥有很容易，技能的完善也不难，只有态度才是体现一个人价值的重要因素。态度是学历、经验、人格和内在精神的总和，态度比教育、金钱、环境更重要。就像一位哲人说的：“人生所有的一切都必须排在态度之后。”的确，在态度这一内在力量的驱动下，我们常常会激发自身的无限潜能，而这种潜能，如果被正确地运用，结果会远远超出我们最美好的构想。有人说，就算我们到最后什么都失去了，但至少我们还能以踏踏实实的态度去生活。的确，态度永远是你成功的基石。

鉴于本书对“态度决定一切”的独特阐释以及对读者阅读心理的把握，全文在序篇中揭示了态度顽强而伟大的力量，诠释了认识、情绪、习惯、意志、潜意识、行动六个要素对态度的影响。第一篇分析态度对我们的影响，揭示态度的重要性。正确的态度为我们指明人生方向，提升我们的生存境界，提高我们的生命质量，拥有正确的态度，我们将可以拥有一个和谐、富有、健康的人生。第二篇针对如何打造正确的态度，提出了卓越态度的六项修炼，即从信念、目标、热情、学习与思考、习惯、行动六个方面塑造自己卓越的态度。第三篇则从灵活驾驭态度的角度对态度进行诠释。在生活中，我们要用进取、变通、敬业、忠诚、责任、协作、人脉、自我管理以及创富的态度来成就我们完美的人生。第四篇是对全书的提升，指明我们迈向成功人生应具备的12种黄金态度：乐观的态度、积极的态度、归零的态度、平和的态度、强者的态度、共赢的态度、企业家的态度、务实的态度、卓越的态度、创新的态度、感恩的态度、包容的态度，拥有了这些态度，就为我们的成功插上了一双翅膀。另外，《态度决定一切》一书引用了大量经典的、充满智慧的故事，所阐述的道理深入浅出。朋友，从现在开始改变自己的态度吧——命运就掌握在自己的手中！

走进这本书，不仅仅是一个获取知识的旅程，更是一个塑造态度、学习掌控自己人生命运的旅程。亲爱的读者们，完成这个旅程后，愿你们有一个美好而成功的人生。

目 录

CONTENTS

序篇 伟大的力量 ——态度决定一切

■ 第一章 态度让一切皆有可能 / 3

态度，一种激发自我的力量	3
人生的竞争，归根到底是态度的竞争	6
态度决定成败	8
良好的态度开启和谐、富有、健康的人生	11

■ 第二章 诠释态度，破译成功密码 / 14

认识——态度的奠基石	14
情绪——态度的调剂师	17
习惯——态度的方向盘	19
意志——态度的罗盘针	22
潜意识——态度的催化剂	24
行动——态度的执行官	26

第一篇 正确的态度， 引领你的人生轨迹

■ 第一章 正确的态度为你指定人生的方向 / 31

态度的选择是人生的关键	31
正确的态度是成功的催化剂	34
错误的态度是人生的一剂毒药	36
重塑正确的态度，创造生命的奇迹	39

■ 第二章 正确的态度提升你的生存境界 / 42

负责的态度完善你的人格	42
诚信，擦亮你做人的牌子	45
独立的态度是成功的靠山	47
坚韧的态度成就你的事业	50
宽容的态度让爱伴你一生	52
平和的态度让你拥有更多的财富	55

第二篇 卓越态度的 六项修炼

■ 第一章 信念：积极态度的支柱 / 59

信念，让你从困境中崛起	59
信念能冲破“不可能”的铜墙铁壁	62

坚信“自己能做到”是最大的财富 65

■ 第二章 目标：卓越态度的起点 /68

选定积极的目标，你的人生领先一大步 68

成功就是向着一个目标不断前进 71

确立目标，为未来勾画蓝图 74

明确的目标让你充满信心和激情 76

■ 第三章 热情：点燃完美态度的神奇火种 /80

热情能给命运带来转机 80

热情可以提高工作效率 82

热情是不竭的动力之源 84

■ 第四章 学习与思考：用智慧选择成功的态度 /87

终身学习，点亮生涯规划的灯 87

系统思考，鱼与熊掌可以兼得 89

在学习中提升自己的价值 91

建立你的“思维空间站” 93

■ 第五章 好习惯：态度的潜在操纵者 /97

习惯是一种顽强而巨大的力量 97

好习惯就是把正确的事情坚持下来 99

好习惯让空想家变成行动者 101

好习惯让你与众不同 103

■ 第六章 行动：让你的态度在积极的行动中落实 /105

在行动中积累成功的资本 105

行动赋予生命力量 107

你的行动决定你的价值 109

第三篇 灵活驾驭态度， 成就你的完美人生

■ 第一章 进取，开启人生的“蓝海” /113

进取，驶向成功彼岸的加速器	113
进取可以唤醒沉睡的潜能	115
冲破心中的瓶颈，寻找崭新的人生领域	117

■ 第二章 思路决定出路，观念决定成败 /120

拓展思维是提升智慧的途径	120
只有正确地思考才能思考得正确	123
观念领先一步，成就胜人一筹	125
改变命运从改变观念开始	128

■ 第三章 敬业，最完美的职业态度 /131

敬业是工作的灵魂	131
把工作当做一种神圣的使命	134
卓越源自敬业的态度	136

■ 第四章 忠诚，成就丰盈人生 /139

忠诚让我们看到一种信念和责任	139
忠于公司就是忠于自己	141
与公司同舟共济	144
企业利益至上	146

■ 第五章 责任，让负责成为自己的生活态度 /150

优秀，从意识到自己的责任开始	150
守住责任，就守住了人生的使命	153

为自己建立“无借口区” 155

■ 第六章 协作，释放人生最大的能量 /158

协作，让你的力量放大 158

没有完美的个人，只有完美的团队 161

沟通，团队协作的润滑剂 163

■ 第七章 主动交际，打造你的人脉存折 /167

有朋走遍天下，无友寸步难行 167

寻找生命中的贵人 170

利用“人脉圈”的马太效应 173

■ 第八章 管理自我，做自己生活的CEO /175

握紧自我情绪的遥控器 175

规划的能力，让理想起航 178

适时改变自己的包装 180

■ 第九章 富庶的生活来自创富的态度 /183

你不理财，财不理你 183

灵活变通，广聚财源 186

知识是永远的财富 188

用金钱温暖人生 190

第四篇 塑造黄金心态， 开拓成功之路

■ 第一章 乐观的态度：营造成功的心境 /195

乐观来自对自己的肯定 195

乐观是正视现实，用笑脸迎接挫折	197
把身心从背阴处移到阳光普照的地方	199

■ 第二章 积极的心态：走向成功的动力 / 203

积极是激发潜能的自我暗示	203
善用积极态度，挖掘潜能的冰山	205

■ 第三章 归零的态度：吸收成功的要素 / 209

归零源于对自我的反省	209
十年磨一剑，积蓄成功的要素	211
扔掉背包里的荣誉，轻装上阵	214

■ 第四章 平和的态度：开拓成功的道路 / 217

宠辱不惊才是真正的平和	217
知足常乐，不做欲望的仆人	220
世事本不完美，人生当有不足	222

■ 第五章 强者的态度：跨越成功的障碍 / 225

苦难，生活赠与强者最好的礼物	225
像“阿甘”一样坚强执著	228
敢于冒险，没有尝试何来成功	230

■ 第六章 共赢的态度：分享成功的秘诀 / 233

共赢是追求和谐发展的远见卓识	233
单赢，“近视”的成功	235
懂得分享才能创造共赢	237

■ 第七章 企业家的态度：打开成功的钥匙 / 240

让企业家精神根植于心	240
把职业当成事业，你就是“老板”	243
把大事规划好，把小事做到位	245

■ 第八章 务实的态度：奠定成功的基石 / 248

- 用务实的态度来实现自己的梦想 248
- 即使简单也要一丝不苟地“踏实” 250
- 付诸行动，在平凡中积累卓越 252

■ 第九章 卓越的态度：提升成功的高度 / 255

- 让卓越成为奋斗的结果 255
- 野心永远是卓越者随身携带的行囊 257
- 在复命中实现卓越 259

■ 第十章 创新的态度：挑战成功的极限 / 262

- 创新，根植于现实中 262
- 让有限的资源产生无限的价值 265
- 创新思维，危机变良机 267

■ 第十一章 感恩的态度：一种得到的付出 / 270

- 心怀感恩，才能够获得幸福 270
- 感恩你所拥有的幸福 272
- 学会感谢你的对手 274

■ 第十二章 包容的态度：通向成功的保障 / 278

- 包容让压力化整为零 278
- 包容别人，也是在包容自己 280

□ 序篇 □

伟大的力量
——态度决定一切

|| 第一章 ||

态度让一切皆有可能



态度，一种激发自我的力量

一位哲人曾经说过：“人生所有的能力都必须排在态度之后。”在态度这一内在力量的驱动下，我们常常会激发自身的无限潜能，而这种潜能如果被正确地用在生活、学习、工作中，结果会远远超出我们最美好的构想。有人说，就算我们到最后什么都失去了，但至少我们还能以踏实的态度去生活。的确，态度永远是你成功的基石，它永远能够承载能力，也永远可以为能力导航。

在美国有一位颇负盛名、被称为传奇人物的教练——伍登。他在全美12年的篮球联赛当中，替加州大学洛杉矶分校赢得10次全美总冠军。如此辉煌的成绩，使伍登成为人们公认的有史以来最成功的篮球教练之一。

曾经有记者问他：“伍登教练，你在赛场上总是精力充沛，是什么力量支持你取得今天这么辉煌的成就呢？”

伍登很愉快地回答道：“每天我在睡觉以前，都会提起精神告诉自己：

我今天的表现非常好，而且明天的表现会更好！”

“就只有这么简短的一句话吗？”记者有些不敢相信。

伍登坚定地回答：“简短的一句话？这句话我可是坚持了20年！重点和简短与否没关系，关键在于你有没有持续去做，如果无法持之以恒，就算是长篇大论也毫无帮助。”

伍登那积极与执著的态度不单是表现在篮球上，他对其他的生活细节也持同样的态度。有一次他与朋友开车到市中心，面对拥挤的车潮，朋友感到不满，继而频频抱怨，伍登却欣喜地说：“这里真是个热闹的城市。”

朋友好奇地问：“为什么你的想法总是异于常人？”

伍登回答：“这一点都不奇怪，我是用心中的‘眼睛’来看待事情。不管是悲是喜，我的生活中永远都充满机会，这些机会的出现不会因为我的悲或喜而改变。只要用积极的态度去面对生活中的大事小事，我就能够掌握机会，激发更多的潜在力量。”

伍登积极的生活态度给了他生活的激情与工作的动力，让他在收获成功的同时也收获了一种健康的生活方式与生活态度。由此可见，积极的态度可以激发出人体内最大的“快乐因子”，让你在面对一切问题时都可以保持最乐观的心态，永远看到积极的一面。一位专家曾经说过：生活的状态、人生的方向完全受控于个人生存态度的牵引。我们在生活中所秉持的最重要的态度有如一股无形的力量，左右着我们的每一次选择，最后也决定了我们的一生。

无数成功人士的奋斗历程已经证明：成功是由那些抱有积极心态的人所取得的，并由那些以积极的心态努力不懈的人所保持。拥有积极的心态，即使遭遇困难，也可以获得帮助，事事顺心。

其实，态度是一种力量，它可以激发人体内在的潜能。每个人的身上都潜伏着巨大的力量，这种能量一旦激发，就会给人生带来无法想象的成功，而态度就是激发这种能量的导火索。一旦我们意识到这种力量的存在，并以更加积极的态度运用它，我们就能够改变整个人生。

现代人正在过着机械式的生活，每天上班、下班、吃饭、休息……就这样日复一日，年复一年。生活对于我们来说，似乎变得枯燥乏味、简单