

心态制胜

YouZenMeYangDeXinTaiJiuYongYouShenMeYangDeQianCheng

WIN

有怎么样的心态
就拥有
什么样的
前程！

心态若改变，态度跟着改变；态度若改变，习惯跟着改变；
习惯若改变，性格跟着改变；性格若改变，人生就跟着改变。

——马斯洛

君子/编著



XINTAI ZHISHENG

人应该懂得在适当的时机和地点，
以适当的方式来运用他的青春、财富、实力、
精力和学识为自己和他人谋福利，
人也应该有足够的勇气承认自己的弱点，
有勇气面对自己的恐惧感，在失败时正气凛然，在成功时谦虚温和。

中国三峡出版社

人应该懂得在适当的时机和地点，
以适当的方式来运用他的青春、财富、实力、
精力和学识为自己和他人谋福利，
人也应该有足够的勇气承认自己的弱点，
有勇气面对自己的恐惧感，在失败时正气凛然，在成功时谦虚温和。

心态制胜

YouZenMeYangDeXinTaiJiuYongYouShenMeYangDeQianCheng

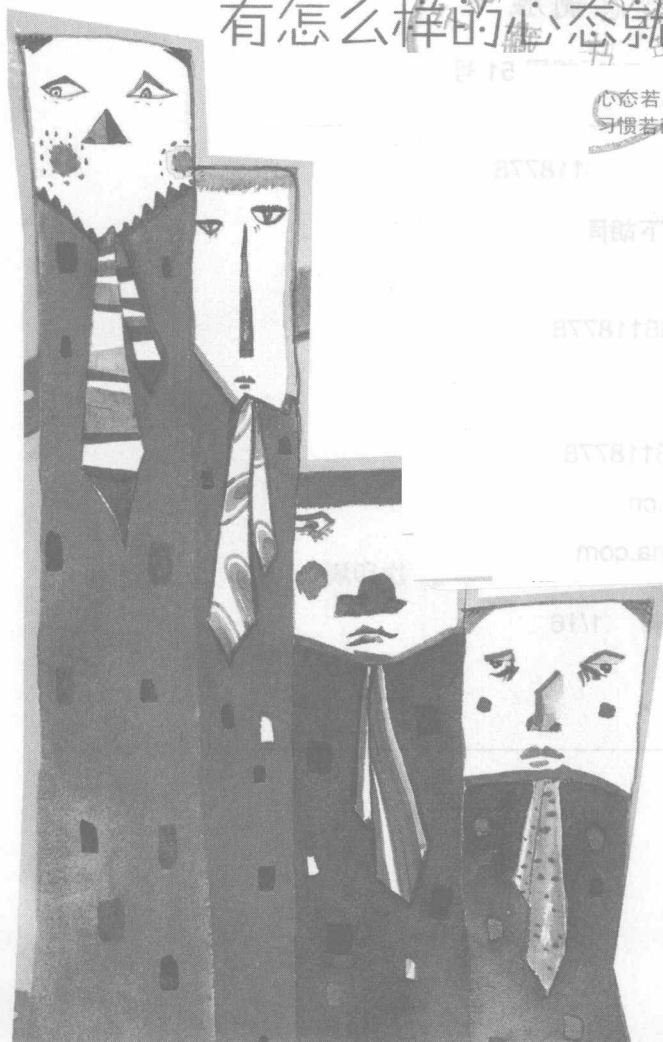
WIN

有怎么样的心态就拥有什么样的前程！

心态若改变，态度跟着改变；态度若改变，习惯跟着改变；
习惯若改变，性格跟着改变；性格若改变，人生就跟着改变。

—— 马斯洛

君子/编著



中国三峡出版社

图书在版编目(CIP)数据

心态制胜/君子编著.—北京:中国三峡出版社,2009.4

ISBN 978-7-80223-504-5

I.心... II.君... 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 024979 号

心态制胜

君子 编著

出版发行:中国三峡出版社

地 址:北京市西城区西廊下胡同 51 号

邮政编码:100034

电 话:(010)66112758 66118778

<http://www.zgsxcbs.cn>

E-mail:sanxiaz@sina.com

印 刷:北京交通印务实业公司

经 销:新华书店

版 次:2009 年 5 月第 1 版 2009 年 5 月第 1 次印刷

开 本:787毫米×1092 毫米 1/16

印 张:15.25

字 数:170 千

ISBN 978-7-80223-504-5

定 价:28.00 元



目 录

觉悟篇

何谓道？道即平常心。

能悟透平常心者，即可得道成“仙”。

持平常心处于世，将永立于不败之地。

平常心的世界是无限的，应有尽有，其乐无穷。

第一章 成败之心

跌倒后能爬起来就是成功	4
以柔克刚的成功之道	6
胜败无常	8
只要去做就没有遗憾	10
穷则独善其身，自得其乐	12
乌龟不与兔子赛跑	14
一只巴掌拍不响	16
寻求生命的自由	17
诚至之心定得回报	19
无为而无不为	21

第二章 淡薄之心

- 珍惜生命,坦然处世 24
- 淡化名利,保持虚静心灵 26
- 生命不该为荣禄所羁 28
- 不做物质的奴隶 31
- 摆脱物我对立,寻求超脱人生 32
- 透悟人生,创造生命的逍遥自由 34
- 淡泊自尊,但求发展 36
- 不满足的心是永远无法满足的 38
- 看重名利,只会使你一生更辛苦 40
- 命运面前不可消极沉沦 42
- 真才实学是立身之本 44
- 仁义应是人生真谛 45
- 阿谀奉承是甜蜜的毒药 47

第三章 贫富之心

- 保持清静心态,不被物欲所困 50
- 正确把握理智与欲望的分寸 52
- 知足之人,虽贫而富 54
- 凡事不可过度强求 57
- 理想不应与物欲相等 59
- 物之贵贱在于人的分别心 61
- 智者会把贫穷视为幸运 63
- 人生本应无悲伤 65
- 不可做金钱的奴隶 67

第四章 仁爱之心

411	永葆善良之心去爱人	70
411	积极人世,力求圆满人生	72
411	仁爱之心是成就事业的基础	74
451	以善的力量去克服现实中的恶	76
451	正确处理感情与理智的关系	78

第五章 幸福之心

	善良的人永远幸福	82
	沟通人间真情	84
551	忘却烦恼是一种幸福	85
451	知足者常乐	87
651	选择快乐,你才会快乐	90
851	醉生梦死不能算为一种境界	92
951	悲观与乐观的一念之差	94

第六章 宁静之心

	不可迷失真实的自我	98
	以美丽的心情去工作	100
	真正富足的标准	102
1021	追求真而自然的品格	103
121	不沉迷于乐,不沉溺于哀	105
421	安之若命,不为环境所羁	107
901	忙碌不堪等于毁灭自我	109
131	精神生活重于一切	110

第七章 生死之心

- 从奇怪的死亡说到美好的死亡 114
- 超然物外,顺应自然 117
- 视死亡为一种积极的动力 119
- 要和死神争时间,比胜负 121
- 生死无常,理智待之 124
- 如何看待死亡,是你对生命的态度 126
- 活得有价值,死才有意义 128

第八章 忍辱之心

- 坦荡面对现实 132
- 德性高尚的人永不自卑 134
- 君子落魄,依然自强不息 136
- 尝尽人间苦楚才不枉“走一遭” 138
- 苦难中追求和谐与伟大的人格 139
- 对待非议置若罔闻 141
- 难得糊涂,糊涂难得 143
- 以忍息怨,宽大为怀 145

第九章 宽容之心

- 宽容是一种可贵的胸怀 150
- 培养宽容之心去理解别人 152
- 宽容他人的缺点和过失 154
- 不为小事而争 156
- 用宽恕来治疗内心的创伤 158
- 与其抱怨,不如调整 161



寓言篇

一则好的寓言，	
像沉闷夏日里一缕清新凉风，	
一扫你内心的阴云，	
开启灵智的泉源，	
使你心情豁然开朗。	
赌注	166
女人与魔仆	168
十分钟愚蠢	169
我不相信鬼	171
天堂或地狱	173
上帝之过	175
福特出差	178
真理	180
差别	182
位子	184
黑鼻子的偶像	187
空白的招牌	188
大象的尾巴	190
他笑了	192
两个疯子	194
庆祝一切	195
完美的女人	198

糟粕	199
演员之死	201
黄金尘土	202
谁也不是	204
装死的人	207
猫头鹰的恐惧	209
井底之蛙	211
射猴	213
指语	215
是这样的吗?	217
教士与魔鬼	219
领悟与准则	221
王子与公鸡	223
两种方案	226
生命	228
无用	230
河流	232



WIN 心态制胜
X I N T A I Z H I S H E N G

觉 | 悟 | 篇

何谓道？道即平常心。

能悟透平常心者，即可得道成“仙”。

持平常心处于世，将永立于不败之地。

平常心的世界是无限的，应有尽有，其乐无穷。

WIN XIN TAI ZHI SHENG 心态制胜

觉|悟|篇

第一章 成败之心

乌龟为什么要和兔子赛跑,并妄图超过它呢?

作为乌龟,它是根本不必有此野心的。因为那不但是极其愚蠢的,而且只能徒增烦恼。

跌倒后能爬起来就是成功

每个人都渴望成功、获利,然而在追逐成功的过程中,事情往往并不像想象的那么简单,一个又一个的失败总是接踵而至。在我们的人生中,失败似乎总比成功更多些。那么,我们该怎样面对失败呢?最好的答案应该是在失败后吸取教训,跌倒后再爬起来,保证同样的错误不再犯第二次。只有这样,才能说明你在通往成功的道路上迈出了坚实的一大步。

日常生活中,当我们看到别人颇有成就时,往往会说:“为什么他会成功呢?大概是碰上好运气了吧,那么自己也来试试看。”可是话说回来,“在这之前,他必定经过无数次的辛苦和失败”——有了这种认识才是最重要的。

一味地去模仿别人,往往并不能取得成功,更多的可能是失败。所以,与其仿效他人,不如在自己的失败中汲取教训,这样才会有收获。

虽然在通往成功道路上的烦恼种类很多,但大都不外乎是“如何解决问题使自己成功”,那么如何解决问题呢?倒不如来听听经历过失败和困苦的人们怎么说。

美国的爱迪生之前曾经做过不下五千次的科学实验,可是“其中真正成功并确立了独创理论的只有五次而已”。他这么说道。

而旁边的人听到了就说:“做了很多无用的实验啊!”

爱迪生却回答道:“不,并非如此,虽然只有五次成功,其他都失败



了,可是光知道这一点就是一大成功。”

如果我们遭受失败就灰心丧气,想要就此放弃,那么与其如此,倒不如好好地反省“为什么自己会失败”,以免又犯同样的错误。

没有经历过失败的人很了不起,然而失败后能够重新站起来的人就更加了不起,而那种稍微成功就得意扬扬的人是没有前途的。

虚心使人进步 骄傲使人落后

“昨天遇到一位大老板,他对我说的第一件事是,谦虚使人进步,骄傲使人落后。”

谦虚使人进步,骄傲使人落后,这句话在《道德经》中也有提到,“不自满者,故得;自是者,故去”;《周易》中说,“谦,亨,君子裒万民”;《尚书》中说,“满招损,谦受益”。

《周易》中说,“谦,亨,君子裒万民”;《尚书》中说,“满招损,谦受益”;《道德经》中说,“不自满者,故得;自是者,故去”。

谦虚使人进步,骄傲使人落后,这句话在《道德经》中也有提到,“不自满者,故得;自是者,故去”;《周易》中说,“谦,亨,君子裒万民”;《尚书》中说,“满招损,谦受益”。

谦虚使人进步,骄傲使人落后,这句话在《道德经》中也有提到,“不自满者,故得;自是者,故去”;《周易》中说,“谦,亨,君子裒万民”;《尚书》中说,“满招损,谦受益”。

谦虚使人进步,骄傲使人落后,这句话在《道德经》中也有提到,“不自满者,故得;自是者,故去”;《周易》中说,“谦,亨,君子裒万民”;《尚书》中说,“满招损,谦受益”。

谦虚使人进步,骄傲使人落后,这句话在《道德经》中也有提到,“不自满者,故得;自是者,故去”;《周易》中说,“谦,亨,君子裒万民”;《尚书》中说,“满招损,谦受益”。

谦虚使人进步,骄傲使人落后,这句话在《道德经》中也有提到,“不自满者,故得;自是者,故去”;《周易》中说,“谦,亨,君子裒万民”;《尚书》中说,“满招损,谦受益”。

谦虚使人进步,骄傲使人落后,这句话在《道德经》中也有提到,“不自满者,故得;自是者,故去”;《周易》中说,“谦,亨,君子裒万民”;《尚书》中说,“满招损,谦受益”。

谦虚使人进步,骄傲使人落后,这句话在《道德经》中也有提到,“不自满者,故得;自是者,故去”;《周易》中说,“谦,亨,君子裒万民”;《尚书》中说,“满招损,谦受益”。

以柔克刚的成功之道

物极必反，势强必弱，这是事物的发展规律。但世人往往厌恶柔弱，喜欢刚强。许多时候，我们忽略的是最为平易的道理。

相传老子曾师于常枞。常枞病重时，老子前去看望，对常枞说：“先生病得这样重，有什么要跟弟子说的吗？”

常枞给老子讲了待人处世的成功之道。他问老子：“你看看，我的舌头还在不在？”

“在啊！”

“我的牙齿还在吗？”

“一颗也没有了。”

常枞问：“你知道这是什么意思吗？”

老子想了想，答道：“知道了，舌头还能存在，不就是因为它柔软吗？牙齿之所以全掉了，不就是因为它太刚强了吗？”

常枞感慨地说：“对啊，天下的事情、待人处世的道理都在里面，我没有什么可以告诉你的了。”

这则寓言出自《说苑·敬慎》，用牙齿与舌头来比喻老子柔软胜于刚强的主张，虽并非尽然恰切，但于道理还是说得极为明白的。

知强而守弱，以柔弱胜刚强，差不多是可以概括老子的人生哲学的。老子是深知事物的辩证关系的，他主张柔弱，并非追求柔弱本身，柔弱是



其手段,刚强生存才是其目的,所谓“守弱就叫刚强”便是。

春秋末年,晋国的六卿之一赵简子临终留下遗言,要将儿子赵无恤立为继承人。有人说:“历来都是长子继位,无恤怎么可以呢?”

赵简子回答说:“他是最能够为国家忍辱负重的。”

赵无恤继立后,晋国另一大夫知道他善为忍辱负重后,就向他挑衅。一次,他在席间打了赵无恤两个耳光,左右的人压抑不住愤怒要杀了这个大夫,赵无恤却阻止说:“先君立我为后,让我们为社稷忍辱,怎能因此而杀人呢?”

十个月后,智伯认为赵无恤可欺,出兵将其围困在晋阳。

赵无恤防御不出,后联合其他晋卿分兵出击,一举剪除了智伯。在获胜后的酒宴上,赵无恤将智伯的头颅做成酒器劳军痛饮。

这可谓柔弱胜刚强的典型例子。

内心虽然刚强,外表却柔弱而不与人争。暂时的忍辱可以防对方于不义,使矛盾更暴露,同时亦能取得众人支持,这就是雄与雌、刚与柔、荣与辱的相互转变之理。

老子说:“要想收缩它,必定先使它扩张;而欲削弱它,必定先使它刚强;将要废黜它,必定先是提举它;将要夺取它,必定先给予它”。

有人认为老子是个阴谋家,其实不然,老子的这段话不过是从道的立场解释事物转换的规律罢了。老子主张无为自然,所谓“无为而无不为”。知道刚强,却守护柔弱,最终以柔克刚,以退为进,这实则也是无为而无不为之一种表现。

以柔克刚,用于勾心斗角,是为阴谋;用于社稷民生,才是真正的大道。用于我们日常的生活,则应该是:虽深知什么是刚强,却不劳神苦思去争取。努力争取,终会实现自我的目标——这一切谓之道。

老子说:“归根曰静。”

静,就是顺应自然而无为,就是浑然不用心机,与万物一体,自生自化,因为不争,也没有人能争得过。

仔细想想,确有道理。

胜败无常

当我们遇到有胜负的比赛时，我们最先想到的往往是如何才能获胜。如果轻而易举就能获胜当然是没问题，但是你急着打败对方，而对方又是不可轻视的人，结果很可能是你要面对被打败的窘境。

我们都知道比赛跳远的时候，有准备的起跳比随意一跳要远得多了。开门时如果推不开，就要试试拉开它。

在柔道比赛中，即使自己没有力量，也可以利用对方的力量，把对方的力量拉过来，借力使力将对方打败。在这种情况下，如果自己用力过猛，反而会使对方有机可乘，被对方制伏，正所谓匹夫之勇亦足以坏事。

伏伏一个人拜剑道名人为师，学习剑道，但是不管他如何攻击却都打不到对手的脸，因此他问老师：

大师“老师，我想要打敌人的脸时，不管怎么防御，自己的身体都会露出破绽，要怎样才能不被别人打到身体，而又能打到别人的脸呢？”

老师答道：“在你攻击别人之前，别人若要攻击你的身体就让他去，你只要记得要打的是他的脸即可。”

徒弟得到了这个秘诀，剑道果然突飞猛进，他对老师说：

“老师，自从您教了我这个秘诀以后，我的技术大为进步了呢！”

老师答道：“不论是谁都可教给你这个秘诀，但只要你实际体会，如此罢了。”