

徐光耀 编著



“心态”有多么重要？你意识到了吗？也许你对此并未细心考虑过，但一定遇到过一些让人心绪烦乱、甚至心灰意冷的时候，这就是“心态的症结”。
毫无疑问，没有积极的心态，你要想成就一番大事，可能性几乎等于零。

成大事

必备的 ChengDaShiBiBeiDe
ZuoRenXinTai

做人心态

一个人如何成大事？根据通行的回答，一般都能找出几种似乎较为满意的答案。
当然，也可以寻找出另外的答案。
本书则以“做人心态”为思考点，对此问题做出一些可行的探索。

超人的智慧 严谨的思维

中国商业出版社



成大事

必备的

ChengDaShiBiBeiDe
ZuoRenXinTai

做人心态

一个人如何成大事？根据通行的回答，一般都能找出几种似乎较为满意的答案。
当然，也可以寻找出另外的答案。
本书则以“做人心态”为思考点，对此问题做出一些可行的探索。

徐光耀 编著

超人的智慧 严谨的思维

中国商业出版社

图书在版编目 (CIP) 数据

成大事必备的做人心态 / 徐光耀编著. —北京:
中国商业出版社, 2006.1

ISBN 7-5044-5567-9

I. 成… II. 徐… III. 成功心理学 IV. B848.4

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2005) 第 157317 号

责任编辑 陈李苓

中国商业出版社出版发行

(100053 北京广安门内报国寺1号)

新华书店总店北京发行所经销

中国电影出版社印刷厂印刷

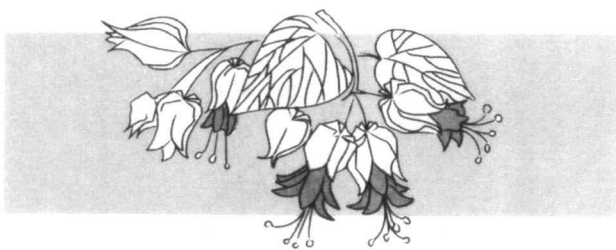
*

640×960 毫米 16 开 16 印张 300 千字

2006 年 7 月第 1 版 2006 年 7 月第 1 次印刷

定价: 25.80 元

(如有印装质量问题可更换)



前言

一个人如何成大事？根据通行的回答，一般都能找出几种似乎较为满意的答案。当然，也可以寻找出另外的答案。本书则以“做人心态”为思考点，对此问题做出一些可行的探索。

“心态”有多么重要？你意识到了吗？也许你对此并未细心考虑过，但一定遇到过一些让人心绪烦乱、甚至心灰意冷的时候，这就是“心态的症结”。毫无疑问，没有积极的心态，你要想成就一番大事，可能性几乎等于零。

美国哈佛大学基多夫说：“忽视心态对人生的影响，看似无关大局，实际上在你最需要克服人生心理障碍时，自我心态的调整往往起决定性的作用。在必要的时候，心态质量的好坏，就会让你趋向不同的选择。”基多夫还讲道：“在我接触的成功人士中，他们大多是心志非常健全的人——遇到人生的坎坷，知道正面迎击；发生事业的大逆转时，能够

P R E F A C E

前言



在短时间内以变应变，重新开始起跑。持有这种积极心态就会给人生带来不可估量的力量。”

假如你能多正视几次自己的心态问题，你所面临的选择和付出的努力都不会轻易的失去，更不会在非心态的因素中自我折磨。要知道，有许多人，只有虚幻的梦想而处于兴奋状态中，一旦“不如意”，就会怨天尤人，甚至破罐子破摔。这种心态岂能引导你继续前行？

其实，最好的治疗自己心态问题的老师不是别人，正是你自己，因为任何来自于外界的治疗，都只是短暂的安慰。你能否成为自己心态的主人呢？以下几个方面可供参考：

第一，成大事的心态重点在于有敢于行动的态度和精神，否则一切都是空无虚有。你敢于找出自己行动的方向、行动的理念，在一种“敢”字的心态中努力争取，那么就有可能赢得最大的人生胜局。

P R E F A C E

前言



第二，与人相处，如果缺乏良好的心态，其后果是你会越来越孤独，这样是不利于你成大事的。凡能成大事者，都善于凭自己的“好心态”与周围人达到一种和谐状态，获得最高的人生指数，才能靠近自己成大事的目标。

第三，一个人如何掌握成功的工作法则？尽管能力和机遇是一个方面，但是心态也起着关键的作用——为什么有些人能够在一项工作上做出大成绩，而有些人在几项工作中都一无所成？显然，学会优化自己的工作心态是必不可少的。所谓优化心态就是指以忠诚和负责的态度热情地做好每一项工作。

一个人欲成大事，是对自己人生价值的高度渴望和热情，当然，积极的心态是落实渴望和热情必不可少的一个方面。我们的建议是：在你走入逆境时，学会让自己心态重新归到一种积极的层面，正视自己，另辟蹊径，千万不可坠入消沉之中。

P R E F A C E

目 录

做大事始于敢于行动的心态

成大事的心态重点在于有敢于行动的态度和精神，否则一切都是空无虚有。你敢于找出自己行动的方向、行动的理念，在一种“敢”字的心态中努力争取，那么就有可能赢得最大的人生胜局。

- 相信自己能做大事 /3
- 自信的人能出人头地 /6
- 成大事者善靠谋略取天下 /10
- 敢于激发自己的进取精神 /16
- 用信心支撑行动 /21
- 在读书中得到升华 /25
- 追求对自己最重要的价值 /29
- 把精力投入到自己的强项上 /30
- 做生活的攀登者 /33
- 每天都超越自己一点点 /37
- 成大事者面对环境的心态 /40
- 为自己创造新起点 /41
- 成就大事业属于打不垮的人 /44

好心态能够赢得更多的朋友

与人相处，如果缺乏良好的心态，其后果是你会越来越孤独，这样是不利于你成大事的。凡能成大事者，都善于凭自己的“好心态”与周围人达到一种和谐状态，获得最高的人生指数，才能靠近自己成大事的目标。

- 爱自己才能爱别人 /53
- 为感情开个“账户” /56
- 对一切都充满爱心 /58
- 有理也要让三分 /63
- 帮助别人等于帮助自己 /66
- 从容才能尽快到达彼岸 /70
- 做一个友谊上的大富翁 /74
- 打破尴尬的局面 /76
- 处世不要太较真 /81
- 千万不要“不好意思” /85
- 找个理由干杯 /87
- 别太在意别人的看法 /90
- 在批评中加点糖 /92
- 换个角度看待周围的人和事 /95
- 把快乐传递给朋友 /97

善于优化每天的“工作心态”

青年人如何掌握成功的工作法则？尽管能力和机遇是一个方面，但是心态也起着关键性的作用——为什么有些人能够在一项工作上做出大成绩，而有些人在几项工作中都一无所成？显然，学会优化自己的工作心态是必不可少的。所谓优化心态就是指以忠诚和负责的态度热情地做好每一项工作。

- 人生的乐趣在于工作 /105
- 热爱每一项工作 /107
- 热情是工作的灵魂 /112
- 激发工作的热情 /116
- 淡化自己的优位 /118
- 把工作与兴趣结合起来 /123
- 学会为自己颁奖 /126
- 将个人进取心应用到工作上 /128
- 工作是美丽的 /130
- 乐观主义是工作的力量 /131
- 乐在工作中创造业绩 /133
- 别把工作当成苦役 /137
- 以老板的心态对待公司 /140
- 在绝望中抓住快乐 /142
- 在勤奋中创造奇迹 /145
- 希望是前进的动力 /149
- 打开心中的结 /153

与人分享你的财富 /156

从工作中获得愉悦 /160

目
录

缺乏积极心态，人生随时会背上重负

积极心态的力量是巨大的，常能成为激励一个人承受人生包袱的动力，同时也能让人生变得没有一点重负感。因此要学会每天给自己一个希望，这样才会一天一天逼近自己成大事的目标。

人的面貌是最美的景物 /165

幸福和快乐就在心中 /168

做人应有好心态 /170

调整渴望完美的心态 /174

用积极的心态发挥最大的潜能 /176

每天给自己一个希望 /178

保持一颗年轻的心 /179

保持一种有益的兴趣爱好 /183

给情绪装个“安全阀” /187

给心灵放个假 /190

快乐总是在放弃之后 /193

寻找最好最新的观念 /196

每天都乐趣无穷 /197

描绘心中美丽的图景 /199

永远快乐的八大秘诀 /201

找到自己健康心态等于找到快乐的捷径

没有健康作为保证，所谓成大事都是带有赌命意识。这是许多青年人人性中的弱点之一。显然，健康不只是身体的健康，而且心态的健康同样起着“枢纽”作用。只有心态达到了健康指数的青年人，你的成功才会是长久的。

- 健康是人一生的财富 /205
- 心理健康的秘诀 /208
- 以良好的心态为健康加码 /209
- 潇洒对待金钱就能延长生命 /211
- 人生健康的要诀 /214
- 良好的爱好使人健康长寿 /215
- 消除病态的恐惧 /219
- 保持健康的七种方法 /222
- 保持青春的六个秘诀 /223
- 想像养生的健康新技法 /224
- 超越人生的痛苦 /225
- 走出抑郁的阴影 /226
- 消除愤怒的情绪 /230
- 放弃自我的偏见 /236
- 唤醒沉睡的生命激情 /237

做大事始于敢于行动的心态

成大事的心态重点在于有敢于行动的态度和精神，否则一切都是空无虚有。你敢于找出自己行动的方向、行动的理念，在一种“敢”字的心态中努力争取，那么就会有可能会赢得最大的人生胜局。



相信自己能做大事

伟人都对自己拥有超乎常人的信心。英国诗人华兹华斯毫不怀疑自己在历史上的地位，也不耻于谈论这一点，也预见到自己将来的名声。恺撒一次在船上遭遇暴风雨，艄公非常担心，恺撒说：“担心什么？你是和恺撒在一起。”

命运给我们在社会等级上安排好了一个位置，为了不让我们在到达这个位置之前就跌倒，它要让我们对未来充满希望，正是由于这个原因，那些雄心勃勃的人都带有过分强烈的“自以为是”的色彩，甚至到了让人难以容忍的地步，但这却是为了让他获得继续向前的动力。一个人的自信正预示着他将来的大有作为。

从道德的方面看，去相信那些充满自信的人，也是一种保险的做法。如果一个人开始怀疑自己的正直诚实，那么，这离别人对他产生怀疑也为时不远了。道德上的堕落，往往最先在自己身上露出了征兆。

今天的人成天马不停蹄地忙碌着，他们没有时间去小巷子里寻找那些埋名隐姓的大师，而宁可相信一个小人物对自己的评价，除非有一天能够证明他的确不行。今天的世界是一个尊崇勇气和胆量的世界，一个凡事总爱抱怨、

似乎生活本身就是个巨大错误的年轻人，在今天难免要受到人们的轻视。

德国哲学家谢林曾经说过：“一个人如果能意识到自己是什么样的人，那么，他很快就会知道自己应该成为什么样的人。但他首先在思想上得相信自己的重要，很快，在现实生活中，他也会觉得自己很重要。”

对一个人来说，重要的是我们要能够说服他相信他自己的能力，如果做到这一点，那么他很快就会拥有巨大的力量。

“固然。谦逊是一种智慧，人们越来越看重这种品质，”匈牙利民族解放运动的领袖科苏特说，“但是，我们也不应该轻视自立自信的价值，它比任何个性因素都更能体现一个人的男人气概。”

英国历史学家弗劳德也说：“一棵树如果要结出果实，必须先在上壤里扎下根。同样，一个人也需要学会依靠自己，学会尊重自己，不接受他人的施舍，不等待命运的馈赠。只有在这样的基础上，才可能做出成就。”

青年人应该培养自己的自尊，使自己超越于一切卑贱的行为之上，从而与各种各样的侮辱与不体面绝缘。

在一次法庭辩论上，作为辩护律师的库兰说：“我研究过我收藏的所有法学著作，都找不到一个这样的案例——在对方律师反对的情况下，还可以预先确定某项条件，这样的事情从来没有发生过。”

“先生——”主审的罗宾逊法官打断了他的话。这位

法官是因为写过几本小册子才得到现在的职位的，但那些书写得非常糟糕，粗俗不堪。他接着说：“我怀疑你的图书馆藏书量不够。”

“确实，先生，我并不富裕，”年轻的律师十分镇定，他直视着法官的眼睛，“这限制了我购书的数量。我的书不多，但都是精心挑选，而且是仔细阅读过的。我阅读了少数精品著作，而不是去写一大堆毫无价值的作品，然后才进入这一崇高的职业领域的。我并不以我的贫穷为耻，相反，如果我的财富是因为我卑躬屈膝，或是用不正当手段获得的，那我会真正感到羞愧。我或许不能拥有显赫的地位，但我至少保持了人格上的正直诚实。倘若我放弃正直诚实去追求地位，眼前就有很多的例子告诉我，这么做或许会让我得到所需要的东西，但在人们的眼里，我却只会显得更加渺小。”从此以后，罗宾逊再也不敢嘲笑这位年轻的律师了。

“依靠自己，相信自己，这是独立个性的一种重要成分，”米歇尔·雷诺兹说道，“是它帮助那些参加奥林匹克运动会的勇士夺得了桂冠。所有的伟大人物，所有那些在世界历史上留下名声的伟人，都因为这个共同的特征而同属于一个家族。”

只有自信与自尊，才能够让我们感觉到自己的能力；其作用是其他任何东西都无法替代的。而那些软弱无力、犹豫不决、凡事总是指望别人的人，正如莎士比亚所说，他们体会不到也永远不能体会到，自立者身上焕发出的那

种荣光。

做
大
事
始
于
敢
于
行
动
的
心
态

自信的人能出人头地

我们无时无刻不在展现我们的心态，无时无刻不在表现希望或担忧。我们的声望以及他人对我们的评价，与我们的成功有很大的关联。如果别人不相信我们，如果别人因为我们的思想经常表现出消极软弱而认为我们无能和胆小，那么，我们将不可能提升到一些责任重大的高级职位上去。

如果我们展示给人的是一种自信、勇敢和无所畏惧的印象，如果我们具有那种震慑人心的自信，那么，我们的事业必定会获得巨大的成功。

如果我们养成了一种必胜信心的习惯，那人们就会认为，我们比那些丧失信心或那些给人以软弱无能、自卑胆怯印象的人更有可能赢得未来。

换句话说，自信和他信几乎同等重要，而要使他人相信我们，我们自身首先必须展现自信和必胜的精神。

以胜利者心态生活的人，以征服者心态生活在世界上的人，与那种以卑躬屈膝、惟命是从的被征服者心态生活的人相比，与那种仿佛在人类生存竞赛中遭到惨败的人相比，是有很大区别的。