

一个朝着自己目标永远前进的人，整个世界都给他让路
好心态就像一把万能钥匙，让你能开启任何厚重的人生大门

心态

高于一切

(一)

龙 柒 / 编著

积极的心态像太阳，照到哪里哪里亮

播下一种心态，收获一种行为；播下一种行为，收获一种习惯；播下一种习惯，收获一种性格；播下一种性格，收获一种命运。一个健全的心态，比一百种智慧都更有力量。心态是决定命运的真正主人！
一个人有什么样的心态，就会有什么样的人生。

这本书会改变你的命运



新世界出版社
NEW WORLD PRESS

一个朝着自己目标永远前进的人，整个世界都给他让路
好心态就像一把万能钥匙，让你能开启任何厚重的人生大门

心态 高于一切

(一)

龙 柴 / 编著

积极的心态像太阳●照到哪里哪里亮

这本书会改变你的命运



新世界出版社
NEW WORLD PRESS

图书在版编目 (CIP) 数据

心态高于一切/龙柒编著. —北京: 新世界出版社, 2009. 7

ISBN 978-7-5104-0388-0

I. 心… II. 龙… 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 097042 号

心态高于一切 (一)

作 者: 龙 柒/编著

责任编辑: 罗平峰 邓 婧

出版发行: 新世界出版社

社 址: 北京市西城区百万庄大街 24 号 (100037)

发 行 部: (010) 6899 5968 (010) 6899 8733 (传真)

总 编 室: (010) 6899 5424 (010) 6832 6679 (传真)

[http: //www. nwp. cn](http://www.nwp.cn)

[http: //www. newworld—press. com](http://www.newworld—press.com)

版 权 部: +8610 6899 6306

版权部电子信箱: frank@nwp. com. cn

印 刷: 北京昌平新兴胶印厂

经 销: 新华书店

开 本: 710mm×960mm 1/16

字 数: 260 千字

印 张: 28

版 次: 2010 年 5 月第 2 版 2010 年 5 月第 2 次印刷

书 号: ISBN 978-7-5104-0388-0

定 价: 56.00 元 (全二册)

版权所有, 侵权必究

凡购本社图书, 如有缺页、倒页、脱页等印装错误, 可随时退换。

客服电话: (010) 6899 8638



修炼一颗“善变”的心

(前言)



前

言

繁华的都市里，众人脚步匆匆。如今大多数人在意和追求的早已不是温饱、冷暖，而是自身价值的实现和幸福感的满足。追求财富、追求成功、追求理想，归根结底也不外乎落脚于此。

然而说来容易做起来难。为什么成功的人越来越多，而感到幸福和满足的人却越来越少？为什么我们的心永远比我们的脚走得远？为什么我们越来越看不到幸福的彼岸和终点？

佛说，不是风动，亦非帆动，而是人心在动。世间万事之所以呈现出那么多不确定的面孔，全在于人心善变。这人心即现代人格格外看重的“心态”。摆正了心态才能摆正人生路，因为任何人的命运原本都在自己手中，心转则运转。遗憾的是很多时候我们把握不好“心转”的时机和角度，以至于不是“深受打击”就是“错失良机”。

心态高于一切，良好的心态比什么都重要。能力、学识、资金、人脉都是可以使一个人锦上添花的资本，但却绝难替代

心态这种内在驱动力。没有这些资本，我们未必不能成功——一无所有、白手起家的榜样比比皆是；但没有健康、“善变”的心态，则挫折和失败迟早都会降临。

健康的心态尚好理解，至少本书所提到的所有正面的心态都是健康的。那么什么是“善变”的心态呢？这应该是贯穿本书始终却又隐于文字深层的一种观点：没有谁可以做到彻底心静如水，并且永远一成不变；作为现代人，心态善变是正常的，总不变才令人担忧；但要懂得如何去变。真正“善变”的高手是那些刻意修炼心理平衡能力、心态修复能力的人，他们善于以心态的万变来应对外在环境的万变。他们不是没有焦虑、郁闷、担忧乃至重创后的行将崩溃和绝望恐惧，只不过他们更容易快速疗伤、快速复原，快速进入到另一种更加积极而健康的心境中，从而化危机为机遇。

拿起这本书，放在你行装的一角，放在你的枕边吧，行路休闲间、起心动念间不妨翻来看看，即便不能马上奏效，至少也能若有所悟，不断走向释然，并最终收获一个得以快意前行、让心飞翔的新支点！



目 录



目
录

第一章 斩断心态中的十大“毒瘤”

每个人都有性格上的缺陷，那种与生俱来的“毒瘤”或多或少都曾困扰过我们哪怕还算清醒的心灵。幸运的是，一部分人可以去伪存真，扬弃人性的消极被动，从而由“放下”走向“自由”；遗憾的是，更多一部分人囿于种种原因，很难轻易斩断深藏在容颜之下的心性顽疾，于是，他们的理想之路还将更漫长……

- 贪婪：知足常乐，贪婪即祸 (3)
- 欺骗：永远不要抵押诚实 (6)
- 逃避：不逃避，不放弃 (9)
- 盲从：不要轻易做“粉丝” (12)
- 犹豫：优柔寡断，必受其乱 (15)
- 金钱至上：金钱可以仰视，绝不投降 (18)
- 攀比：盲目攀比有害无利 (21)
- 恐惧：正视不可避免的恐惧 (24)

苛责：少苛责自会多快乐·····	(27)
自私：不自私才能不“自缚”·····	(30)

第二章 成功者和失败者相距一小步

决心、恒心、信心、平常心，前奥运冠军邓亚萍将自己的成功归结为拥有这“四心”。决心是目标，恒心是坚持，信心是勇气，平常心是奋斗之后的豁达与安然。成功与失败之间的距离远没有我们以为的那么遥远，只要把握好心中的天气，锻造出制胜的常规法则，其实成功离任何人都不遥远。

学会创新，才能创富·····	(35)
真诚是机遇的敲门砖·····	(38)
站在积极的角度看问题·····	(41)
美梦终是梦，肯拼才会赢·····	(44)
给予并分享信任的力量·····	(47)
找准角色，演好自己·····	(49)
学会减压才能经得起挑战·····	(53)
成功之前，让心灵先到达那个地方·····	(56)
成功不是靠力量，而是靠坚持·····	(59)
压力是最好的动力·····	(61)
提前预防负面情绪·····	(63)
学会忙中偷闲·····	(66)
有合作才会有出路·····	(69)
工作，但不陷在工作里·····	(71)
有目标，才会有收获·····	(74)



信心是成功的最大内因·····	(77)
不放弃是成功的终极原因·····	(79)
任何失败都是暂时的·····	(81)
希望是东山再起的第一资本·····	(84)

第三章 人生在零度也能沸腾

人生的潮起潮落在所难免，顺境逆境的际遇更是有如自然阴晴，大可不必过于刻意圈点。低潮时蓄势雄起，逆境时奋力昂扬，我们需要做的无非若此。然而为什么同样濒临低潮逆境的人往往会演绎出完全不同的人生？那是因为有的人找到了在零度也能沸腾的资本——好心态；而有的人在惶恐中完全失去了它……

人生原本荣辱各半·····	(89)
世界从无真正的绝境·····	(92)
相信自己，完善自己·····	(95)
思想的坚强才是真正的坚强·····	(98)
过去不重要，重要的是挑战过去·····	(101)
开发自己身上沉睡的金矿·····	(104)
不要把钻石错当鹅卵石·····	(107)
一定要有自给自足的能力·····	(110)
可以谦逊，绝不自卑·····	(113)
人生在零度也能沸腾·····	(116)
善迎困难，化“危”为“机”·····	(119)
积极心态就是转运的阳光·····	(122)
最大的靠山是我们自己·····	(124)





人际关系需刻意梳理	(127)
不奋斗，一切终是零	(129)
要冲锋，更要量力而行	(132)
理性对待他人的评价	(135)
越乐观，越光明	(137)
机会是人创造的	(139)
坏事的反面往往是好事	(142)
敢于面朝大海，才有春暖花开	(145)
谁是穷人？谁是富翁	(148)

第四章 “撑大”心灵的地盘

从容的心情和健康的心态是我们立身于世的最大本钱，但却并非人人都能意识到。谁更善于保护并利用这笔天然财富，谁就更容易获取真正的财富。我们固然没有办法做到让自己的心灵永远晴朗无云，但至少应该学会及时地、适时地撑起“平衡伞”、“减压伞”，千万不要等到大雨滂沱才仓皇躲雨……

与其改变别人，不如改变自己	(153)
活在当下，感恩拥有	(156)
用从容的心驾驭未知的路	(159)
平凡最难	(163)
重要的是，幸好我们活着	(166)
心情需要常松绑	(169)
做个“不会”生气的人	(172)
不要太在乎身外的干扰	(175)





尽量“撑大”心灵的地盘	(178)
豁达是金	(181)
充满自信的人最强大	(184)
切莫庸人自扰	(187)
心胸坦荡，烦恼全无	(190)
以平常心迎福祸	(193)
放下虚荣，收获安然	(196)



目

第五章 不被诱惑奴役

阅历人生，无“诱”便能无“惑”。很多人之所以痛苦，往往是因为他们追求了错误的东西。其实一时追求了错误的东西并不可怕，可怕的是他们有可能最终不仅没有得到目标，反而被这些错误彻底劝降。诱惑面前，谁先心动，谁便先输，这跟高手过招是一样的道理……

录

钱财像水，抓得越紧溜得越快	(201)
对手不一定是敌人	(205)
越知足，越富足	(208)
巧算账，更要算大账	(211)



第一章

斩断心态中的十大“毒瘤”

每个人都有性格上的缺陷，那种与生俱来的“毒瘤”或多或少都曾困扰过我们哪怕还算清醒的心灵。幸运的是，一部分人可以去伪存真，扬弃人性的消极被动，从而由“救下”走向“自由”。遗憾的是，更多一部分人困于种种原因，很难轻易斩断深藏在容颜之下的心性顽疾，于是，他们的理想之路还将更漫长……

贪婪：知足常乐，贪婪即祸

有些人因为贪婪，想得到更多的东西，却把现在所有的也失掉了。

——伊索（希腊）

生活当中，有的人已经家财万贯，却还想要飞来横财；有的人已经官居高位，却还想再升一级，这些人因为对名利的过于贪婪，最终都在名利中迷失了自己。

有一个农民想买一块土地，他打听到有个地方的人想卖地，于是就到了当地，向当地人询问土地的价格。

当地人说：“只要交 20130 块钱，给你一天的时间，从太阳升起的时候算起，直到太阳落下地平线，你能用步子圈多大的地，这些地就都归你了。但是在太阳落下地平线之前不能回到起点的话，这些土地你将一寸也得不到。”

农民心里想：“那我辛苦一点，多走一些路，就可以圈更大的土地了，这样的生意实在是太划得来了。”于是他就和当地人签订





了合约。

天刚刚亮，农民就迈大步向前奔走；到了中午，他也顾不得吃饭，当他回头时已经看不见出发的地方了，但是他仍然不停地往前走，心里在想：“再忍耐一点，以后就可以多享受一点了。”

他又走了很远的路，眼看太阳就要下山了，他心里非常着急，因为太阳下山之前他不赶到起点的话，这些土地都不属于他了。于是他大步往回赶，可是太阳很快就要落到地平线以下了，终于他耗尽了全身的力气，这时离起点只剩下两步了，当他倒下的时候两只手刚好触到起点的那条线。那片土地归他了，可是又有什么用呢？他已经失去生命了。

我国古代南朝的中书令王僧达，从小聪明伶俐，但却养成了自负、贪婪的毛病。孝武帝即位时，他被提拔为仆射，位居孝武帝的两个心腹大臣之上。王僧达也因此更加自负，以为自己在当朝大臣中无人能及。他在朝时间不长，就开始觊觎宰相的位置，并时时流露出这一情绪。谁知，事与愿违。就在他踌躇满志之时，却被降职为护军。此时，他并没有醒悟，仍惦记着高位，并多次请求到外地任职。这又惹怒了皇上，他被再次削职。这回，他终于恼羞成怒，开始对朝政看不顺眼，所上奏折，言辞激昂，终于被人诬为串通谋反而被赐死。

由于贪婪，那个农民和王僧达都失去了自己的生命，没有了生命，贪婪得来的东西又有什么意义呢？欲壑难填，正是人性中最大的缺憾。而不知足的人，即使有再多的金钱、再高的地位，他也无法获得幸福。



心态左右人生

人人都有欲望，都希望丰衣足食，都想过美满幸福的日子，这是人之常情。但是，对于物质和金钱的求取，也不要过于贪婪。因为得与失是互为辩证的，在得到的同时，相应的也会失去。珍惜现在所拥有的，不要去奢求那些遥不可及或者本不属于你的东西，才是人生幸福的真谛。



第一章
斩断心态中的十大「毒瘤」



欺骗：永远不要抵押诚实

抵押了的田地，总有一天可以赎回来；但诚实一旦被押当，那就永无赎回的机会了。

——托马斯·密德尔顿（英）

任何不诚实的行为都无法长久隐藏，通过欺骗、狡诈获得好处的人，终将受到人们的遗弃和正义的惩罚。诚实的人，不会为了一点小利而舍弃众人，他们坦坦荡荡，在维护了自己利益的同时还会获得别人的称赞和拥护。

有一个年轻的鞋匠，名叫荣瑟，他从小就因为家中贫穷，而被父母送到鞋店学习制做手工皮鞋。

这位学徒工在鞋店内负责的工作，是制做鞋底。在早年自动机械还不是十分发达的年代里，制做鞋底是一件十分辛苦的工作。



荣瑟必须先将整块的牛皮剪出一个个鞋底的形状，然后将剪下的牛皮鞋底浸到水里面，等到鞋底完全被水浸透之后，再将鞋底取出，用鞋匠特制的平头铁锤，用力地捶打牛皮，直到将那块鞋底的水分捶干为止，然后才可以开始做缝线等其他制鞋工作。

这是一项丝毫不能偷懒的工作，荣瑟必须日复一日，将完全潮湿的鞋底用力捶干。每天重复一成不变的工作，当然令荣瑟觉得十分厌烦，直到有一天，他按照老板的吩咐，到附近的鞋店办事，正巧遇上那家鞋店也在制做鞋底。

荣瑟在一旁观看，很快便发现，对方将牛皮从水中取出之后，并未做捶打的程序，而是直接将湿淋淋的鞋底钉上鞋面。

荣瑟不解地问道：“鞋底的牛皮，没经过捶打，直接就做成鞋子，耐用的程度会是一样的吗？”

那家鞋店的老板诡异地笑着回答道：“傻孩子，这样做成的鞋子，耐用的程度当然差了很多。不过，这种鞋子比较容易穿坏，我的客人就会提早上门修理鞋子，或是再买新鞋啊！”

怀着疑惑的心情，荣瑟回到了自己的店内，立即向老板提出了自己的疑问。深具经验的老板微笑着对他说：“孩子，我们这家鞋店的生意，是他们那家店的三倍，你可知道为什么我们的生意会这么好吗？这也正是那个老板想破了头都无法理解的奥秘。其实，制做鞋子本身并没有秘诀可言，诚实地对待每一位前来买鞋的顾客，就是我的成功法宝啊！”

