

激扬人生励志经典

好心态成就 好人生 全集

吕晓滨 主编

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。

线装书局

激扬人生励志经典

好心态成就 好人生 全集

吕晓滨 主编

线装书局

图书在版编目(CIP)数据

好心态成就好人生全集/吕晓滨主编. —北京:
线装书局, 2011. 3

(激扬人生励志经典)

ISBN 978-7-5120-0308-8

I. ①好… II. ①吕… III. ①成功心理学—通俗读物
IV. ①B848.4-49

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2011)第 004506 号

好心态成就好人生全集

主 编: 吕晓滨

责任编辑: 赵安民 孙嘉镇

排 版: 腾飞文化

出版发行: 线装书局

地 址: 北京市鼓楼西大街 41 号(100009)

电 话: 010-64045283 64041012

网 址: www.xzhbc.com

经 销: 新华书店

印 刷: 北京市通州富达印刷厂

开 本: 787mm×1092mm 1/10

印 张: 40

字 数: 825 千字

版 次: 2011 年 3 月第 1 版 2011 年 5 月第 1 次印刷

定 价: 735.00 元(全 15 册)



在纷繁复杂的社会大家庭中，每个人都扮演着不同的角色，发挥着不同的作用，有的是大树，有的是小草；有的是泰山，有的是尘埃；有的是太阳，有的是星辰……人人都应正确理解生命辉煌的真正内涵，创造一份属于自己的独特辉煌，给人生多一份绚丽，多一份精彩！

那么如何培养自己的能力和修养，如何学会利用时间，如何抓住成功的机遇，如何选择适合的职业，如何才能走向成功？我们每个人只有不断努力塑造自我，让自己的思维、智慧、知识、技能日益充盈丰满，综合素质日臻完善，思想更加成熟，行为更加理性，不断否定自我并超越自我。并且无论什么时候，都不要对生活失去信心，不要让别人摧毁你的信心。只要有信心，任何艰难险阻都不会成为你前进路上的绊脚石！

在向成功迈进时，你也许会迷茫，看不清前方的道路，这时千万不要犹豫，不要觉得自己可能会错过什么，因为当你犹豫的时候，不仅手边的事情做不好，后面的事情也会被耽误，最终只会一事无成。有道是：双鸟在林，不如一鸟在手。认真做好一件事情比想做好两件事情可贵得多。因此，人生要合理确定奋斗目标，要脚踏实地一步一

步向前走，做行动的巨人。每条道路都可以走出属于它的风景，做什么不重要，重要的是怎么做。要做到别人没有做到的事情，这样才能站稳脚跟，获得成功的资本。

在社会生活中，每个人都有自己的思想和追求，我们只有尊重他人的存在，跳出以自我为中心的桎梏，给自己定好位，才能在激扬人生的道路上与自己思想融合，与他人融合，与社会融合，少走一些弯路，少一些挫折，在天空中划出一道属于自己的生命彩虹。

书中的每一页都洋溢着激情，充满着催人奋进的精神。它们将教会你如何理解和热爱生活，并创造自己独特的生活。

成功不必刻意寻求，全方位自我提高，超越自己就是进步！



目录

第一章 成也心态,败也心态

心态决定你的一切,真可谓“成也心态,败也心态”。一个好的心态,比一百种智慧都更有力量。一个人有什么样的心态,就有什么样的人生。一切的成就,一切的财富,都始于积极的心态。

1. 心态决定一切	16
2. 好心态引领成功人生	17
3. 成败在于心态	18
4. 好心态成就快乐人生	20
5. 好心态带来好人生	21
6. 成功源自好心态	22
7. 积极心态能够激发潜能	23
8. 阳光心态,阳光人生	25
9. 好心态来自美好心灵	27
10. 幸福是一种心态	28
11. 心态左右你的人生观	30
12. 热情促你成就伟业	31
13. 小细节成就好心态	33
14. 好心态赢得他人尊重	34

15. 好心态开启财富之门	35
16. 心态健康影响身体健康	36
17. 好心态收获好人缘	38
18. 换一种心态生活	39
19. 心正路就正	41

第二章 平和心态,宠辱不惊

宠辱不惊,看庭前花开花落;去留无意,望天空云卷云舒。美好的人生离不开平和的心态。不为名利所累,不为得失所累,就能够活得明白,活得真实,活得潇洒,活得健康。

1. 宠辱不惊,去留无意	44
2. 向善生活,平和人生	45
3. 坦然面对人生挫折	46
4. 不以物喜,不以己悲	47
5. 我坦然,我美丽	49
6. 笑对人生得失	50
7. 以平和的心面对一切	51
8. 笑对人生起伏	53
9. 坦然地面对失意	55
10. 是非成败转头空	56
11. 笑看人生的输赢	58
12. 坦然面对,平和心态	59
13. 平平淡淡才最真	60
14. 淡定中的辉煌	61
15. 生活就是这么简单	63
16. 心平气和是一种修养	64
17. 不抱怨的人生才快乐	65
18. 得而不喜,失之不忧	67
19. 平和做人,赢得尊重	68
20. 拥有一颗平常心	69
21. 淡化不幸,把握幸福	71
22. 常怀平和的心来生活	72





第三章 淡泊名利,知足常乐

名利原本无所谓好坏,适时以用,量才而夺才是受用。淡泊名利,知足常乐。在平淡中寻找快乐,在宁静中制造浪漫,这才是至高至上的生活方式。

1. 淡泊宁静,志趣高洁	76
2. 不为虚名所累	77
3. 莫让贪婪伤了你	79
4. 名利面前宠辱不惊	81
5. 坚守自己的纯真本性	82
6. 控制好名利之心	83
7. 平淡生活最真实	85
8. 莫将名利记心头	86
9. 不要成为欲望的奴隶	88
10. 生命仅需要一颗心脏	89
11. 放下名利,知足常乐	90
12. 淡然身边的财富	92
13. 学一点安贫乐道的精神	93
14. 少一点算计,生活才轻松	96
15. 安于拥有,知足常乐	98
16. 放下名和利的包袱	99
17. 太贪心会招来麻烦	101
18. 只要知足就会快乐	102
19. 珍惜当下,简单快乐	104
20. 知足者才能常乐	105

第四章 感恩之心,温暖人生

感恩,是一种歌唱生活的方式,它来自对生活的爱与希望。学会感恩,感激父母给了我们生命,感激路人给了我们帮助,感激……生活中怀有一颗感恩之心,才能体味到人生的幸福。

1. 常怀一颗感恩之心	110
2. 因为活着,所以感恩	111

3. 对生活真诚地表达谢意	113
4. 怀抱感恩生活	114
5. 给自己一颗感恩的心	116
6. 滴水之恩,涌泉相报	117
7. 感恩让生活更充实	118
8. 知足感恩	120
9. 感恩的心,感谢有你	121
10. 感谢对你重要的人	122
11. 感谢生活的馈赠	124
12. 珍惜每一个回报的机会	125
13. 感恩那不起眼的爱	126
14. 感恩生命	127
15. 学会付出爱心	129
16. 人生要懂得感恩	131
17. 多点善良和感恩	132
18. 保持一颗感恩的心	133

第五章 积极心态,笑对人生

以欢乐面对人生,以宽容对待别人,以笑声战胜挫折,以信心面对困难,以欣赏的目光看待每一件事物。这才是积极的心态,这样才能成就美好的人生。

1. 积极心态,乐观生活	136
2. 为失败而笑	137
3. 以微笑面对生活	138
4. 乐观地面对生活	140
5. 一切会好起来的	141
6. 不绝望,就会有出路	142
7. 活在希望中	144
8. 笑看云卷云舒	146
9. 让乐观的心态长伴左右	147
10. 学会苦中作乐	150
11. 在逆境中时刻保持微笑	152
12. 敞开心扉,笑对人生	153
13. 对厄运说“不要紧”	154





14. 在困苦中选择快乐	156
15. 没有人注定不幸	157
16. 勇于迎接不幸的来临	159
17. 人生绝不能失去希望	160
18. 人生没有过不去的坎	162
19. 即使失意,也不可失志	164
20. 做低谷中的伏龙	165
21. 用笑来调剂生活	167
22. 学会释解不幸的压力	168
23. 拥有一颗乐观的心	170

第六章 欣赏自己,自信成功

你是这个世界上独有的,站立或是倒下都是独一无二的。这个宇宙之中只有一个你,是默默无闻还是熠熠生辉都是靠自己的觉悟……你不比别人多,也不比别人少,你不用注视人们的眸光便可知道,你在阳光下用身影发表宣言:你就是一道风景!

1. 我很重要	174
2. 你就是一道风景	175
3. 懂得欣赏自己	176
4. 我是最优秀的	177
5. 学会赞美自己	178
6. 真实地喜欢自己	179
7. 正确认识自己	180
8. 是金子总会发光	182
9. 你就是自己的上帝	183
10. 活出自我的风采	185
11. 你是你自己的圣人	186
12. 自信才能走向成功	188
13. 懂得尊重自己的价值	190
14. 为自己而活	191
15. 学会善待自己	193
16. 把命运紧紧抓在自己手中	195
17. 你是你生活的主人	197

18. 认清真实的自己	198
19. 靠自己站起来	200
20. 天生我材必有用	201
21. 自信是成功的一半	203
22. 世界就在你的脚下	204
23. 挑战自我,打败自己	205

第七章 宽容豁达,海阔天空

宽容是一种大度,是一种豁达。以一种宽容的心态去对待生活,你会觉得生活是一首诗,是一曲歌。生活是无比的轻快、欢畅、真实而美好。

1. 宽容是做人的一种境界	208
2. 宽容是一种修养	209
3. 包容是一种气度	212
4. 得饶人处且饶人	213
5. 包容是福	215
6. 学会原谅过去	217
7. 宽容是一种风范	218
8. 宽容他人就是宽容自己	219
9. 给自己一份宽容	221
10. 没有什么不可原谅的错	223
11. 不要生“不值得”的气	225
12. 抛弃愤怒,放下仇恨	227
13. 宽容伤害过自己的人	228
14. 做人懂得退一步	230
15. 让一步,宽一分	231
16. 放下仇恨,才能活得轻松	233
17. 以德报怨,化敌为友	234
18. 人生因宽容而美丽	236





第八章 学会选择,懂得放弃

不同的选择会产生不同的结果,而选择的正确与否,往往也决定了人生的成败。想要成就精彩的人生,就必须重视自己的每一次选择,坚持自己的选择,放弃沉重的包袱,这样才能让自己登上成功的巅峰,实现自我的价值。

1. 学会选择与放弃	240
2. 成败是一种选择	241
3. 放弃也是一种选择	243
4. 该放弃时就放弃	244
5. 放下重担,找回快乐	246
6. 学会放手,追求全新生活	247
7. 凡事不必太认真	248
8. 对生活说“没关系”	249
9. 摘下你的有色眼镜	250
10. 正确看待人生的得失	252
11. 正确取舍,把握命运	253
12. 不要为过去感到愧疚	254
13. 舍弃小利才能抓住大利	256
14. 莫为失去而烦恼	257
15. 有舍方有得	258
16. 盲目地坚持不如理智地放弃	259
17. 放下那些不适合自己的	261
18. 放弃是一种成熟	263
19. 不要怕走弯路	264
20. 放下是为了得到	265
21. 懂得及时抽身	266
22. 懂得放下才有快乐	267

第九章 谦虚谨慎,低调处世

人生得意之时请多一些谦虚,多一些谨慎,不去张扬!始终告诫自己前方的路还很长,很长……要以睿智的思维勇往直前去开创新的天地,再创辉煌!

1. 别让骄傲毁了你 270
2. 谦虚是一种美德 271
3. 懂得谦逊,低调处世 272
4. 保持谦逊的态度 274
5. 谦虚者多益 276
6. 谦受益,满招损 278
7. 该低头时就低头 280
8. 谨慎低调,锋芒不外露 281
9. 做人要保持谦逊 282
10. 戒骄戒躁,不傲慢 284
11. 低调是人生的积蓄 286
12. 谦逊是成功必要的特质 287
13. 清高孤傲不可取 289
14. 宜谨慎,戒骄躁 290
15. 傲慢的姿态处世不可取 291
16. 做人不要恃才傲物 293
17. 做人不要自吹自擂 294
18. 不能目中无人 296
19. 不要锋芒太露 297
20. 别跌倒在自己的优势上 298

第十章 快乐洒脱,简单人生

在瞬息万变、诱惑四伏的今天,更需要我们保持一种平淡沉稳的心态,远离浮躁,简单生活,放弃痛苦,收藏阳光,收藏快乐,探寻快乐,挖掘快乐。

1. 快乐是什么 302
2. 珍惜拥有就是快乐 303
3. 快乐就在我们身边 305





4. 用心体会快乐	308
5. 把快乐当成一种习惯	309
6. 予人快乐,予己快乐	310
7. 不为小事而生气	312
8. 选择快乐的心情	313
9. 学会淡忘才会快乐	314
10. 和快乐的心态交朋友	316
11. 你人生快乐吗	317
12. 遗忘多一点儿,快乐多一点儿	318
13. 快乐来自心境	320
14. 快快乐乐过一生	321
15. 排解悲伤的情绪	323
16. 找寻自己的快乐	324
17. 快乐就是一种能力	325
18. 快乐是心灵的一剂良药	327
19. 简单,就会快乐	329
20. 快乐是一种人生态度	330

第十一章 积极奋进,走向成功

燃起热情的灯火,以积极奋进的心态,坚强不屈的意志,坚定执著的信念,
才能开启这成功的大门,去开创丰富多彩的人生!

1. 燃起热情的灯火	332
2. 积极让你变为强者	333
3. 让希望照亮成功之路	335
4. 每天超越自己一点点	336
5. 每天激励自己	338
6. 激励自己不断进取	342
7. 敢于主动出击	344
8. 朝着目标走下去	345
9. 摆脱失败,走向成功	347
10. 成功其实很简单	348
11. 永远做在别人前头	349
12. 一心向着目标前进	351

13. 敢于表现自己	354
14. 保持着一种野心和欲望	356
15. 把缺憾变成前进的动力	357
16. 积极思考,挑战自己	360
17. 不断为自己创造新起点	361
18. 坚定执著,才能收获成功	363

第十二章 阳光心态,健康生活

给心灵晒晒太阳,塑造阳光心态,只有拥有了阳光心态,你才能享有快乐
心灵、享受健康生活、成就灿烂人生!

1. 好心情让你受益一生	366
2. 每天,让好心情陪伴	368
3. 给心晒晒太阳	369
4. 给心灵放个假	370
5. 放松心情,善待自己	372
6. 给自己一个微笑	374
7. 别让愤怒控制了你	376
8. 别让自私毁了你	377
9. 远离忧郁	379
10. 及时卸掉“情绪”的包袱	381
11. 嫉妒比坟墓更残酷	382
12. 让心灵轻松起来	384
13. 让心智没有负担	385
14. 别活得那么累	387
15. 活得简单才能活得自由	390
16. 每天,给自己一个美好的期盼	391
17. 会休闲的人心才轻松	393
18. 心中种一棵“忘忧草”	395
19. 加重心理补偿的砝码	396
20. 用心去生活	397
21. 让心灵自由飞翔	399

第一章

成也心态，败也心态

心态决定你的一切，真可谓“成也心态，败也心态”。一个好的心态，比一百种智慧都更有力量。一个人有什么样的心态，就有什么样的人生。一切的成就，一切的财富，都始于积极的心态。



1. 心态决定一切

心态决定命运，心态决定人生，心态决定一切。生活中，我们经常会看到运动员在竞赛场上因为心态的起伏变化而导致出人意料的结果。心态决定着我们对人对事对环境的眼光，而这看法又决定了我们对一切事物的态度。

有一位老人，每天都坐在加油站外面的椅子上，他向每一个开车经过的人打招呼。

有一天，他的孙女儿在他身旁，陪他共度美好的一天。他们坐在那里，看着过往的人们，一位身材很高大的外镇男人到处打听有关这个镇子的一些情况，他是想要找地方住下来。

外镇男人走过来说：“这是怎样的一个小镇？”

老人慢慢地看向他回答道：“你是从一个怎样的小镇来的？”

外镇男人说：“我原先住的镇子，很不好，人们都喜欢互相批评，或是恶语伤人。邻里之间总是说长道短的，大街上闲话飞舞，总之，我不喜欢那个小镇，住着很不舒服。现在我很高兴能离开那个让我过得不舒服的地方。”摇椅上的老人对外镇男人说：“那我得告诉你，其实，这个小镇跟你原先的那个小镇没什么两样。”

那个外镇男人走后不久，来了一辆大车，停在加油站加油，车子上载着一家人。车子慢慢开进加油站，从车上出来一位母亲带着两个孩子，他们走到老人与他孙女儿的面前，然后很有礼貌地问洗手间在哪里，老人指着一扇门，上面有根钉子悬着扭歪了的牌子。孩子的父亲也下了车，问老人说：“住在这个小镇很不错吧？”老人接着反问道：“你原先住的小镇怎么样呢？”

孩子的父亲亲切地回答老人：“我原先住的小镇每个人都很亲切，邻里之间互帮互助。无论去哪里，总会有人跟你打招呼，说谢谢。我真舍不得离开。”老人和蔼地看着这位父亲，然后亲切地笑着说：“其实这里也差不多。”

那家人向老人道谢之后，然后就驱车离开了。两个人同时来问老人，然而得到的回答却是不同的，这令孙女儿很不理解。于是，孙女儿就问祖父：“爷爷，为什么你告诉第一个

