

一本让你拥有积极心态、把握好自己的书

心态好

徐光亚 编著

活得好

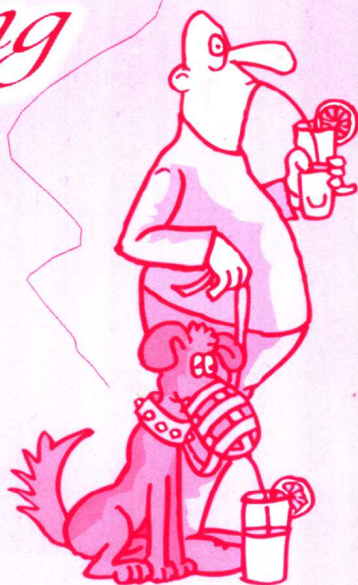
*Good
Feeling
Good
Life*



人人，事事，处处皆如此。与其混浊而迷茫地生活，不如尝试改变一下自己的心态。当你有了希望的蓝图，有了生活的热情，你就会发现生命原来如此可爱。人的心态只有变好，生命的质量才会提高。

心态好 活得好

*Good
Feeling
Good
Life*



图书在版编目(CIP)数据

心态好 活得好/徐光亚编著. - 北京:线装书局,
2003.11
ISBN 7-80106-308-2

I. 心… II. 徐… III. 人生哲学-通俗读物
IV. B821-49

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2003)第 101452 号

心态好 活得好

编 著 徐光亚
责任编辑 王长林 李可可
监 印 李国利
封面设计 康笑宇设计工作室
出版发行 线装书局
社 址 北京朝阳区春秀路太平庄 10 号
邮 编 100027
电话传真 64153263
经 销 新华书店
印 刷 北京市京宇印刷厂
开 本 1/32(880mm × 1230mm)
字 数 235 千字 印 张 11
版 次 2003 年 12 月第 1 版 2003 年 12 月第 1 次印刷
印 数 1-10000 册
书 号 ISBN 7-80106-308-2/F·25
定 价 22.80 元

一本
让你
拥有
积极

Good Feeling Good Life



极
心
态

把
握
好
自
己
的
书

Good Feeling Good Life



责任编辑：王长林 李可可

选题策划：黄永军 Email: huangyongjun18@sohu.com

封面设计：耀午书装
010-84473166

前言

古人有训：“盛喜之下，勿许人物；盛怒之中，勿訾人言。喜时之言，多失信；怒时之言，多失体。”换言之，人在心平气和的时候，看待事物，认识道理是清清楚楚；反之，当你心澜难平、怒涛汹涌的时候，却很难做出理性的判断。打个比方来说，波浪起伏的水面，无法映出任何景色；静止的湖面，犹如一面镀银的镜子。这就是所谓的心态。

当一缕阳光照射到镜子上时，镜子不是自私地据为己有，而是毫无保留地反射给广阔的世界。以此推想，对于别人的好意或帮助，心若明镜的人会知恩图报；一个人，若想做个好人，做个平安幸福之人，就应擦亮心中之镜。

一盏彩灯，如果它发出红色光，受它映照的物体就会略呈红色，反映在镜子里也是红色；如果它发出紫色光，镜子里也会将其周围的物体映出淡淡的紫色。同理，当你欢天喜地时，一定会做出令别人高兴之举；反之，当你悲痛欲绝时，会做出令别人伤心的事。所以，每个人的一言一行、一举一动都潜意识地不可避免地受到自己心态的影响。

不知你有没有问过自己，我的心态如何？我的生活是自己要过一辈子的生活吗？试想，我们一天的日子怎样消费：



我们整天忙忙碌碌，有了闲暇，于是就找些事情来打发时光，比如看看电视，读读小说，或者找亲人知己聊聊天，夜深了，人困了，倒头便睡觉。第二天起床又是执行同样的过程，如此日复一日，年复一年。虽然每个人的生活大同小异，可是每个人的所想所感，所思所念截然不同。要好好地了解自己，重要的是要从内心寻找答案，从别人的行动中领悟感受，仔细倾听自己心海中的一声一息。

回想自己的一天，其实很短很短。早晨的计划，晚上发现只完成很小的一部分。一生也是很短的，年轻时的心愿，年老时才发现只实现了很小一部分。

童年时，人就像小树一样，头发和枝条一起成长；少年时，世界便是树上的天空，天空上飘浮的彩云是一团剪不断理还乱的愁绪；青年时，尽管风疏雨骤，但乌云不会使天空褪色，打着旋儿飘下，意味着又一年的流逝；老年时，恍然醒悟，原来世界才是一棵树，人只不过是树上的一片叶。

体味一生的历程，不想却是心态的溃变与磨练。在苦涩与甜美的回忆中，我们明白了许多，懂得了许多。

我们看到，两棵树虽然不能成为一个紧密的结合体，但它们可以通过一条条细柔的藤条，把彼此紧紧地缠绕在一起。于是，我们明白：与人交往，以硬碰硬，以短较短不可取，明智的做法是刚柔并济，取长补短。

我们看到，种瓜得瓜，种豆得豆，没有泉水浇灌的土地注定要干涸贫瘠，寸草不生。于是，我们懂得：尊重别人，也就是尊重自己；成全别人，也就是成全自己；而伤害别人，最终也会伤害自己。做事，感动了别人，便多了一层真情；感动了自己，便



Good Feeling Everyday Have A Good Feeling Every Day Have A Good Feeling Everyday Have A Good Feeling Everyday Have A Good Feeling Every

多了一份高尚。

快乐与烦恼并存，正如生与死相伴；希望与失望共存，正如成功与失败不可分离；选择与放弃同在，正如完美与缺憾可以相互转化。关键在于，你找哪一个。如果你选择了快乐，你就会拥有快乐，奉献它，得到的还是快乐；寻找希望，失望便会逃之夭夭……

人人，事事，处处皆如此。与其混浊而迷茫地生活，不如尝试改变一下自己的心态。当你有了希望的蓝图，有了生活的热情，你就会发现生命原来如此深重。人的心态只有变好，生命的质量才会提高。



目 录

第一輯

生命短暂 一路花香

- 3 因为短暂
4 乞丐与露珠
5 废墟上的花朵
6 爱的玄机
7 墓碑上的彩蝶
8 悠然下山去
9 如 花
10 背 景
11 对 椅
12 向茱萸草道歉
13 死而无憾
14 感觉的重量
15 桥
16 情
17 只等万一
18 爱情哑剧
19 潮 汐
20 死神也怕咬紧牙关
21 照亮生命的灯



- 23 针和线
24 一路花香
25 富翁之死

第二辑

送人玫瑰 手有余香

- 29 怜 悯
30 蝴蝶飞
32 送人玫瑰手有余香
33 饮 水
34 可 怜
35 摆 渡
37 照亮别人
38 报 复
39 咬过的汉堡包
40 芳草心
42 珠 链
44 一个譬喻
46 循 环
47 伟大的人
49 小小的善
50 蜡烛的心
51 最好的消息

第三辑

滴水之恩 涌泉相报

- 55 诺言
56 白千层



- 93 武当山上的索道
95 发脾气
96 讲理
97 戴高帽
98 很小的善
99 两角钱的尊严
100 总统的谎言
101 索无物
102 梅香
104 荒唐巴掌
105 理直和气和
106 小费

第五辑

相信自己 永不言败

- 109 自负让人显得更美
111 猴子的启示
112 真正的勇气
113 试试别说
114 肯定自己
115 落选
117 畏己知
118 闻一语窃贼现原形
119 自己与自己
120 微不足道的事情
121 鬼非鬼
122 提醒自我



123 自 信

124 一枝红杏

第六辑

希望之灯 照亮一生

127 财 富

129 心 灯

130 寓 言

131 路

133 为时不晚

135 秩 序

136 母亲的心

137 以谎制谎斗皇帝

138 “一元钱存款”

139 最好的安慰

141 预 言

142 蔷薇和荆棘

143 争气活到底

144 弱者的等待

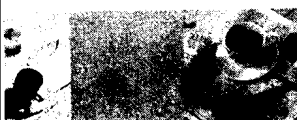
145 寻找流动

146 拐弯处的回头

148 小心你自己

149 希望之弦

150 差 别



第七辑

人在旅途 挑战命运

- 153 学会生活
155 人与自然
156 未知数
157 生命旅行的真谛
158 草
159 走进星星的世界
160 乞丐的钵子
161 活得简朴和明智
162 两只猫
164 牢不可破
165 顾不上热
166 “看脚下，看今生”
167 准备失业是为了不失业
169 爱是什么？
170 谬误与真理之门
171 最大的财富
173 冰雪的启示
174 童 心

第八辑

鱼肉熊掌 不可兼得

- 177 出卖纯净
178 杀群牛
179 让郁金香谢吧
180 要干的事太多



