

一本让你拥有积极心态、把握好自己的书

心态好 活得好

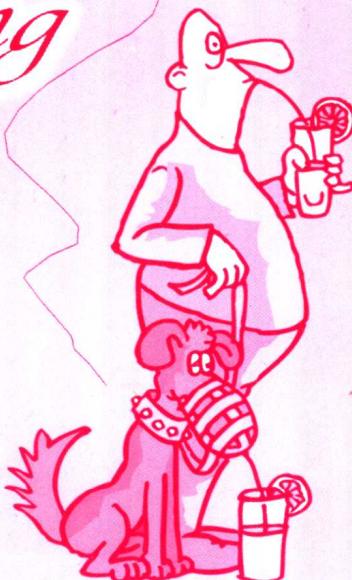
Good Feeling
Good Life

徐光亚 编著



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。

心态度好
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

Good Feeling Good Life



极 心 态

把 握 好 自 己 的 书

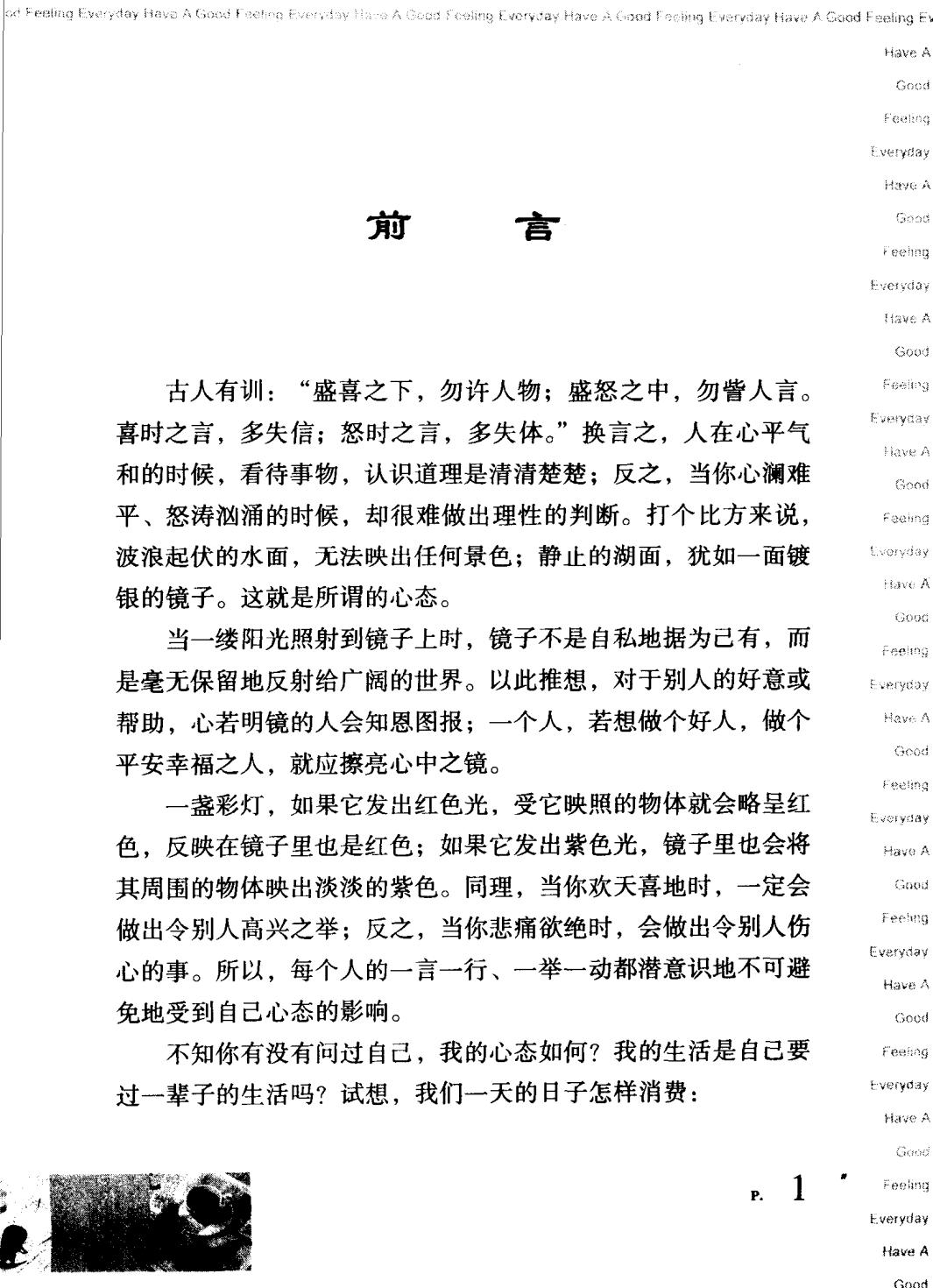
*Good Feeling
Good Life*



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：**端午书装**
010-84479188



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已有，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，不想却是心态的演变与磨练。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



Have A Good Feeling Everyday Have A Good Feeling Everyday Have A Good Feeling Everyday Have A Good Feeling Everyday

Have A

Good

Feeling

Everyday

Have A

Good

Feeling

Everyday

Have A

Good

Feeling

Everyday

Have A

Good

Feeling

Everyday

Have A

Good

Feeling

Everyday

Have A

Good

Feeling

Everyday

Have A

Good

Feeling

Everyday

Have A

Good

Feeling

Everyday

Have A

Good

Feeling

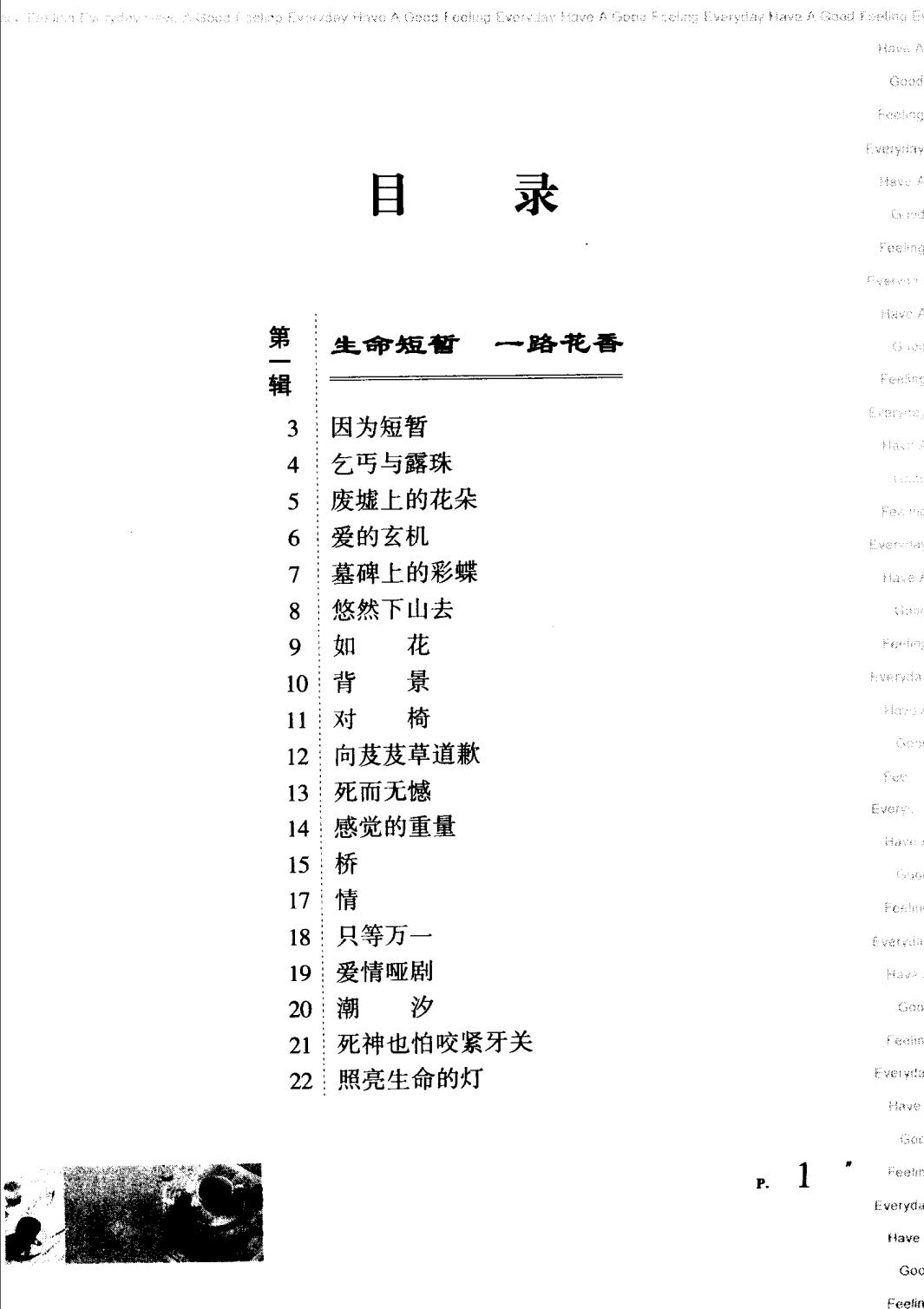
Everyday

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

第一辑

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 | 向芨芨草道歉 |
| 13 | 死而无憾 |
| 14 | 感觉的重量 |
| 15 | 桥 |
| 17 | 情 |
| 18 | 只等万一 |
| 19 | 爱情哑剧 |
| 20 | 潮 汐 |
| 21 | 死神也怕咬紧牙关 |
| 22 | 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 惋
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



流泪是因为真诚 Good

流泪是因为真诚

大 气 Good

大 气

恩重如山 Good

恩重如山

礼 品 Good

礼 品

无尾钢琴曲 Hearing

无尾钢琴曲

镜中人 Hearing

镜中人

高 招 Good

高 招

圣 像 Hearing

圣 像

不忘帮助 Hearing

不忘帮助

一束白色的栀子花 Seeing

一束白色的栀子花

勇 者 Seeing

勇 者

一枚五戈比的铜钱 EveryDay

一枚五戈比的铜钱

清道夫 Hearing

清道夫

偷饼贼 Seeing

偷饼贼

流泪是因为真诚

57 大 气

61 恩重如山

62 礼 品

63 无尾钢琴曲

64 镜中人

65 高 招

67 圣 像

68 不忘帮助

69 一束白色的栀子花

70 勇 者

72 一枚五戈比的铜钱

74 清道夫

76 偷饼贼

面对流言 沉默是金

第四辑

81 长孙皇后谏言有道

82 石膏像

83 狗的智慧

84 耐人寻味的故事

85 林中双猴

86 鞋匠的儿子

88 芬克斯酒吧

89 爱与尊严

90 穷人的机智辩护

91 印 象



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	畏已知
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



182	被悬搁的魅力
184	调 教
185	拣麦穗
186	机 会
188	拐一个弯
189	捡石头
190	卡特施计救里根
191	花儿与少年
192	鞋
193	沉船事件
194	满与不满
195	失去的儿子
196	退 路
197	良 机
198	门铃只响一次
199	把握当下

第九辑 善待失败 走向成功

203	善待失败
205	爱的力量
206	精神的力量
207	关于成功
209	镜 子
210	对 弈
212	成功之源
213	天堂的广告
214	执 著



- 216 第二十位应聘者
218 画外人生
219 每桶四美元

第十辑

逆水行舟 不进则退

- 223 陶然自得话静处
225 敬业创奇迹
227 变压力为动力
229 渐近线
230 失意了，别忘形！
232 直面人生
234 纯美的取代
235 走出烦恼
237 痛苦让你更加完整
239 人生要滚烂泥巴
240 有度忍耐才健身
242 把最坏的日子捱过去
243 老朋友再见
244 失意之后……
246 敬重卑微
248 道在平常日月中
250 山谷中的谜底
252 崇尚安分
253 虎 牙



第十一辑

笑口常开 幸福相伴

- 257 快乐在哪儿?
258 幸 福
260 无期的飞絮
262 不会品茶
264 好 乐
265 开屏孔雀
266 快 乐
267 学会微笑
269 归 乡
270 丑 脸
272 离 乡
273 爱的误会
275 默 恋
276 幸福的不同体验
277 欲望的诱饵
278 快乐藤

第十二辑

欲穷千里 更上一层

- 281 落寞的日子
283 一说便错
285 山顶的雪
286 耐人寻味的故事

