

成功者始终以积极的思考、乐观的心态去
支配和控制自己的人生，面对挫折，泰然处之

心态 成就自己



世事的好坏，全凭你怎么想
你的心态是你惟一能完全掌握的东西

成功者始终以积极的思考、乐观的心态去
支配和控制自己的人生，面对挫折、泰然处之

心态



李晓平◎著

Mindset
Achievement
Oneself

线装书局

图书在版编目(CIP)数据

心态成就自己/李晓平著. - 北京:线装书局,2004.1

ISBN 7-80106-324-4

I. 心… II. 李… 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(2004)第 000221 号

心态成就自己

编 著 李晓平
责任编辑 王长林
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 中国电影出版社印刷厂
开 本 1/32(880mm×1230mm)
字 数 300 千字 印 张 10
版 次 2004 年 5 月第 1 版 2004 年 5 月第 1 次印刷
印 数 1-5000 册
书 号 ISBN 7-80106-324-4/Z·2
定 价 22.80 元

前 言

桌上有半杯水。在乐观的人眼里，杯是半满的，因为还有一半，他每天向杯内注一滴水，终于有一天水溢了出来；在悲观者的眼里，杯是半空的，因为失去一半，他每天对着杯愁眉不展，终于有一天水全部干了。同样的半杯水，为什么会有两种截然不同的结果呢？

①

这就是人的“心态”。一个人能否成就自己，就看他的心态了！成功与失败之间的区别在于：成功者始终以积极的思考、乐观的心态去支配和控制自己的人生，面对挫折，泰然处之；而失败者恰恰相反，往往受过去的种种挫折与沮丧所笼罩和误导，面对未来，无所适从。一个人只用积极乐观的心态去战胜困难，才能成为真正的成就自我。

世事的好坏，全凭你怎么想。莎士比亚说：聪明的人永远不会坐在那里为他们的损失而悲伤，却会很高兴地去找出来办法来弥补他们的创伤。我们不必为打翻了的牛奶而哭泣，哭会使你更加悲伤。抱怨也只能使自己悲观失望。放弃哭泣和抱怨，用解决问题的心态思考问题。

与其一再抱怨自己的境况是别人造成的，自己的习惯想法难以改变，不如培养成功的心态。练习利用成功乐观的心

态引导并控制你的行动，坚持下去，你一定能够成就自我。

你的心态是你惟一能完全掌握的东西。你自己就是一座金矿：你有永远属于自己的思想，那是自由的；你有自己的心态——积极的或消极的，那是可以选择的；你可以用你的能量影响他人及世界，也可以用你自己的方式接受或拒绝外界的影响。

一个过路人向一个老者打探：“前边镇子的人怎样？”老者反问他：“以前住在镇里的人怎样？”过路人回答：“糟透了”。老者于是说：“这个镇的人也一样。”随后，同样的问题发生在另一个过路人身上。当他说“原来镇上的人很友好”时，老者却依然是说：“这个镇的人也一样。”我们公平地对待世界和他人，世界和他人也会公平地对待我们。真诚地帮助别人，同时也帮助了自己。

② 心态决定成功，而不是成功之后改变心态。成功属于准备好的人，属于脚步不停的人、坚持的人，更属于脚步飞快的、积极的人。找出最希望得到的东西，立即着手去得到它；养成精益求精的习惯，以爱心和热情发挥它；向冒犯过的人致以最诚挚的歉意；增加自己的耐性，以开阔的心胸包容所有。接受善意的批评，反省自己，找出应该改善的地方。

你最大的敌人是你自己，你必须超越自我。如果太自信，想想过去的失败；如果太骄傲，想想软弱不振的时候；如果沾沾自喜，不要忘了失意的时候；如果心满意足，不要忘了潜在的危机。

告诉自己：世界上只有一个独一无二的我，我一定会成功！马上行动，赶紧去做！

※

目 录

※

目 录

快乐不是自来水

快乐处方	/ 3 /
快乐的泉源	/ 7 /
一句悦耳的话	/ 8 /
选择幸福	/ 9 /
幸福的篮子	/ 11 /
金钱与快乐	/ 14 /

我所发现的生活

我所发现的生活	/ 21 /
过得像百万富翁	/ 23 /
每天变傻一点点	/ 25 /
听的艺术	/ 27 /
信 手	/ 28 /
金色山坡道	/ 30 /
富的概念	/ 32 /
丑小猪原则	/ 35 /

※

心态成就自己

※

荒话卡片 / 38 /

论虚荣 / 41 /

谈消费 / 43 /

你生来就是一名冠军

你生来就是一名冠军 / 47 /

生命的召唤 / 49 /

生命可敬，善心永存 / 52 /

沙的故事 / 54 /

一片树叶 / 56 /

象脚花瓶 / 58 /

拿破仑和毛皮商人 / 59 /

我生命的核心 / 61 /

最后的符号 / 63 /

每刹那都是新生 / 65 /

生命之树 / 68 /

我要用全身心的爱来迎接今天

我要用全身心的爱来迎接今天 / 73 /

珍惜现在 / 76 /

大河 / 79 /

得失 / 80 /

三秋 / 82 /

给播种者的种子 / 84 /

善用时间 / 86 /

※

目 录

※

准 时 / 90 /

闲 人 / 93 /

“近视”的男人与“远视”的女人

- “近视”的男人与“远视”的女人 / 99 /
- 在石头下面的一颗心 / 101 /
- 适时的奉献 / 103 /
- 母 性 / 106 /
- 叩谢鸣小姐的秘密 / 108 /
- 单身七十五大理由言之凿凿 / 110 /
- 希望耳环 / 117 /
- 来自赌城的电话 / 120 /
- 口袋的学问 / 123 /
- 男人终归有属于自己的梦想 / 126 /
- 对爱情的追求 / 129 /
- 女丈夫和雌男儿 / 133 /

让歌声永不停止

- 一个老人的问题 / 139 /
- 启 示 / 141 /
- 差 别 / 143 /
- 礼 物 / 144 /
- 胡萝卜中的哲学 / 146 /
- 母亲的圣经 / 149 /
- 爷爷的毛毯 / 150 /

※

心态成就自己

※

- 与母同唱 / 152 /
妈妈，我不是最弱小的 / 155 /
奇妙的遗言 / 157 /
论婚姻 / 159 /

伟大与渺小之间

- 伟大的人 / 165 /
你正直吗？ / 167 /
童言的光芒 / 170 /
目光如网 / 172 /
伟大的渴望 / 174 /
一个孩子告诉我们的 / 175 /
骄傲的品德 / 177 /
相 信 / 178 /
完 美 / 179 /
小 丑 / 180 /
何必太完美 / 182 /
少年哀歌 / 184 /
国民性 / 187 /
人间最美的坟墓 / 189 /
论撒谎 / 191 /

面熟陌生人

- 面熟陌生人 / 197 /
告诉你三句话 / 199 /

※

目 录

※

别对哨子花太多的钱	/ 201 /
握 手	/ 203 /
放手的爱	/ 204 /
微 笑	/ 206 /
巧 遇	/ 208 /
只要七美元	/ 210 /
感 激	/ 213 /
最好的消息	/ 214 /
多看了一眼	/ 216 /
热情使我们步履轻盈	/ 217 /
油 伞	/ 219 /
距 离	/ 220 /

美丽的苦难

美丽的苦难	/ 225 /
无声的绝望	/ 227 /
困境中寻找成功	/ 228 /
坚毅：成功之道	/ 231 /
我的信念	/ 235 /
热爱生活的朦胧	/ 237 /
从决定中学习	/ 239 /
追求利益并不是最终目的	/ 240 /

人生节目单

人生节目单	/ 245 /
-------	---------

※

心态成就自己

※

假如重新开始	/ 247 /
我要笑遍世界	/ 249 /
惬意一生	/ 252 /
未知数	/ 254 /
带行李	/ 255 /
为你送行	/ 257 /
命 运	/ 259 /
一枚五戈比的铜钱	/ 260 /
画外人生	/ 262 /
人间百态	/ 263 /
人到 50 好时光	/ 266 /
人生的五福	/ 269 /

宁静的价值

宁静的价值	/ 275 /
晚 秋	/ 277 /
凿 子	/ 279 /
石上题辞	/ 281 /
阳光女士	/ 283 /
哲理小品两则	/ 285 /
另一种方式的补偿	/ 287 /
留在我心深处的故事	/ 290 /
论习惯	/ 294 /

※

目 录

※

思想的痕迹

思想的痕迹	/ 299 /
关于思考	/ 301 /
知识就是寻找	/ 303 /
教 训	/ 305 /
游戏的启示	/ 306 /
雕 像	/ 308 /
利 润	/ 309 /

快乐不是自来水



快乐处方

如果你有自知之明并且自尊自爱的话，你将会懂得：适当的批评非但不是找麻烦反而是助你提高的机会。

从错误中学习

一个包工头受雇铺设一条车道，当车道铺好后他去找主人要报酬。那家女主人走到门口验工，一阵慌乱之后，包工头发现铺错了车道。那个女人说她的车道需要铺得随便一些，并分他一些东西作为报酬，但包工头拒绝了。他告诉女主人说自己因看错了信箱而出了错，并重新翻工铺了一条主人所要的车道。

当邻居们听说了这个包工头因铺错车道而拒受酬金的事后是怎么想的呢？他们都说他的人品非常好。从此，人们需要铺车道时都去请他。这位包工头因为自己的过失而招来了更多的活儿，这种良好的效果甚至胜过了做广告。

不要让错误搞得你垂头丧气，错误是展示你勇气的良机。

表达你的爱意

这一招通常很奏效，并且它没有副作用。经常给人一种

爱的提示，它可以用多种形式来表达——一张纸条，一束鲜花，一个拥抱，或者直截了当地大声说出来。每个人都需要这种爱的表达，包括非家庭成员，你的同事、朋友也是一样。

我的女儿在这方面做的就很漂亮，她在电脑上帮我录完文章后，往往在末尾加上一句：“我爱你们，亲爱的爸妈。”使我们感到像拥着一打玫瑰花那样幸福。

接受批评

在我还是一个年轻的医生时，我并不认为批评是一个好兆头。现在我明白了，它意味着人们知道你很重视别人的批评并愿意改进。

我为自己在生活和工作中有那么多善意的批评者而感到幸运。护士们会列出能帮我改进和实用的建议，如在我需要什么东西时应用内线电话而不是大喊大叫；病人告诉我不要再板起严肃的面孔而使他们感到不安，把微笑带入他们的病房而把思索留在走廊里；家人也同样帮助我，“你现在不是在手术室里！”当我在家里要什么东西时他们会这样告诉我。

如果你有自知之明并且自尊自爱的话，你将会懂得：适当的批评非但不是找麻烦反而是助你提高的机会。

感谢你的麻烦

好事可能来自不幸，一位得了肿瘤的妇女在谈到化疗的副作用时指出了这一点。因为这种化疗法使她恐惧万分，所以她决定终止自己的疗程，“你会死去的，”她的医生抱怨道，“肿瘤也有副作用。”

“我回到了家里，”这位妇女说，“开始研究肿瘤的副作用，并且发现其中的一些道理是很有说服力的。她这种重新发现的信念，她在自己身上所做的努力以及她病后修复的与人之间的关系都给了她震撼的感召，感悟出生活的意义。

感谢你遇到的麻烦吧，因为它们并不是很多，但也不要想当然地认为你的麻烦将会销声匿迹。那么，什么才是值得感激的呢？如果你的感激依赖于生活的恩赐或别人的施舍的话，更多的时候使你将会失望而不是感激。当你感激生活的时候，你的生活就变成了你能为之感激的那种。这样会使你循着逻辑循环轨迹前进，你的态度对事物的结果有着重要的影响。

爱你的敌人

有什么理由去爱那些冤枉过你或伤害过你的人吗？有的，如果你真正想得到内心的平静的话。爱的温暖将会融化心灵的寒冰。

我遇到过一位得了乳腺癌的妇女，并从她身上看到了爱的力量。她在二个充满辱骂和酗酒的家庭中长大，因此她怨恨自己的父母。在这位年轻的妇女得了癌症以后，她决定改变以往的态度并去爱自己的父母，尽管他们曾给她以身心的创伤。她把母亲接到了自己家里，每天早上当这位女士离家上班时，她都跟母亲说：“我爱你。”但她的母亲从不这样对她说。

大约三个月后的一天早上，这位女士因误了上班时间而冲出家门。“你忘了什么东西，”她的母亲追到门外喊住了她，“什么东西呀？”这位妇女问。“你忘了说我爱你！”……母女俩相拥而泣，感情上的伤口随之愈合。