



LIZHI RENSHENG
励志人生

汇集经典故事
尽释人生哲理

励志人生

心态决定一切



心态会直接影响一个人的价值观和决定一个人的成长，一个人的心态也将直接关系到他的人生是否完美。生活中需要积极的心态，那会让我们拥有潇洒的心情，使我们的生活永远幸福快乐，让我们用美好的心态去面对世上的一切，实现自己的人生理想。

张新国 编著



吉林出版集团
北方妇女儿童出版社

心态决定一切



心态会直接影响一个人的价值观和决定一个人的成长，一个人的心态也将直接关系到他的人生是否完美。生活中需要一颗正确的心态，哪怕你是一位高级工程师还是一位普通的建筑工人，是物流公司的搬运工还是清洁工人，心态仍然决定一切。

图书在版编目(CIP)数据

心态决定一切 / 张新国编著. — 长春: 北方妇女儿童出版社, 2010.12

(励志人生)

ISBN 978-7-5385-5171-6

I. ①心… II. ①张… 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 (2010) 第 238183 号



心态决定一切

张新国 编著

策 划 师晓晖

责任编辑 于德北 陶 然

开 本 720mm × 1000mm 1/16

印 张 12

版 次 2011年1月第1版

印 次 2011年1月第1次印刷

出 版 吉林出版集团 北方妇女儿童出版社

发 行 北方妇女儿童出版社

地 址 长春市人民大街4646号

邮编: 130021

电 话 0431-85640624

网 址 www.bfes.cn

印 刷 长春市金源印刷有限公司

ISBN 978-7-5385-5171-6 定价: 19.80元

版权所有 侵权必究 举报电话: 0431-85644810

前言

《心态决定一切》指出决定一个人命运的并不是环境，资源、机遇等外界因素，关键在于一个人持有什么样的心态，阐明良好的心态胜过一切这一普遍适用的深刻的人生哲理。启发读者不论处于何种环境和条件下，都要保持一种积极的心态，摆脱消极心态的束缚，以阳光的心态看待世界、人生。对待生活、工作，掌控自己的命运航向，收获事业、财富、健康、幸福和成功。

人不能选择命运，但可以选择心态；有什么样的心态，就有什么样的命运。

决定命运的不是什么环境，不是什么能力，也不是什么机遇。而取决于什么样的心态。

积极的心态孕育成功的果实，消极的心态孕育失败的萌芽。

有什么样的心态。就有什么样的人生，心态决定命运。有什么样的心态，就有什么样的人生。心态决定一切，心态决定命运。

人生难免会有低谷时刻，而我们唯一能选择的就是自己的心态：要么消极，要么乐观。而结果却是完全相反的。选择消沉，就等于选择了失败，选择了放弃；而选择了乐观，就是选择了成功，选择了走出低谷。正如牛根生所说：“只要思想不滑坡，办法总比问题多。”

每个人终其一生。总要遇到各种问题、烦恼、矛盾和困难，挫折和失败不可避免。面对人生的困局和障碍，不同的人会采取不同的心态，从而也就导致两种有天壤之别的人生结局：成功的人生和失败的人生。

成功者始终保持积极的心态，能在狂风暴雨中看到美丽的彩虹，在一败



涂地中看到美好的未来，不断调整自我，奋发进取，最终登上成功的巅峰；失败者则持一种消极悲观的心态，心灵笼罩着阴霾，限制了自身潜能的发挥，人生最终走向灰暗的境地。

目录

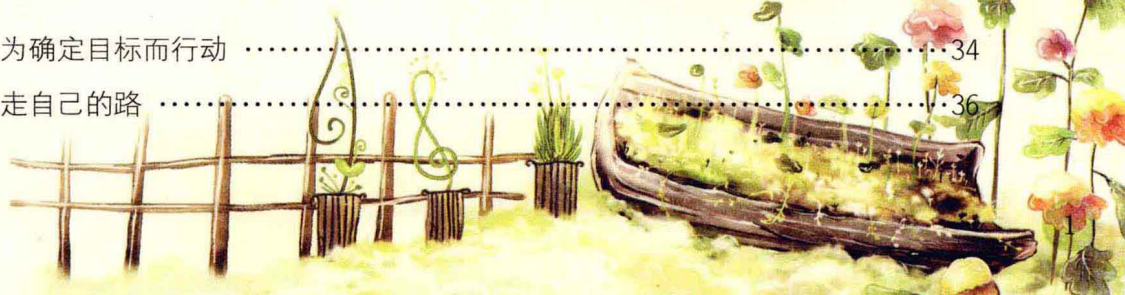
Contents

第一章 好的心态成就你的一生

困境中要有好心态	2
实现自己的理想	4
以平常心追求成功	6
不要为打翻的牛奶哭泣	8
克服自卑，拥有信心	10
乐观者不怕失败	12
好的心态决定你的未来	14
做人要有自信	17
学会顺其自然	19
遇事果断，取得成功	21
虚心接受他人的忠告	23
用耐心去等待成功	25
努力学习才会成功	27
成功在于坚持	29
拥有感恩的心	31

第二章 想成功就要有自信

为确定目标而行动	34
走自己的路	36



要有强烈的成功欲望	38
挑战自我，超越自我	40
面对现实是一种勇气	42
自信是成功的基石	44
始终保持成功的愿望	46
遇事乐观，充满信心	48
自信决定品行	50
行动起来	52
敢于证明自己	54
在心中撒一颗自信的种子	56
自我激励永不言败	58
勇于面对不幸	60

第三章 让成功成为一种欲望

永不放弃，永不言败	64
向着目标前进	66
不要被困难打败	68
拥有共赢心态	70
潜意识：人生的能量库	72
用乐观对待失败	74
保持胜利者的心态	76
百折不挠，不怕失败	78
把竞争看成机会	80
放弃永远不会成功	82
犹豫不决是成功的大敌	84
消除需要得到赞许的心理	86

挣脱“自我设限”89

成功需要耐心等待91

第四章 做人要有宽容的心态

不要以貌取人94

学会退让96

气量是一种风度98

善于自我解嘲100

成功有赖于合作102

爱别人多一些104

不要以自我为中心106

良好的心态助你成功交际108

在嫉妒中奋起110

人生的阳光从微笑开始112

善待他人就是善待自己114

学会与别人分享116

为人处世应互相忍让118

做人要心怀感恩121

第五章 做人要有乐观的心态

拥有一颗热忱之心124

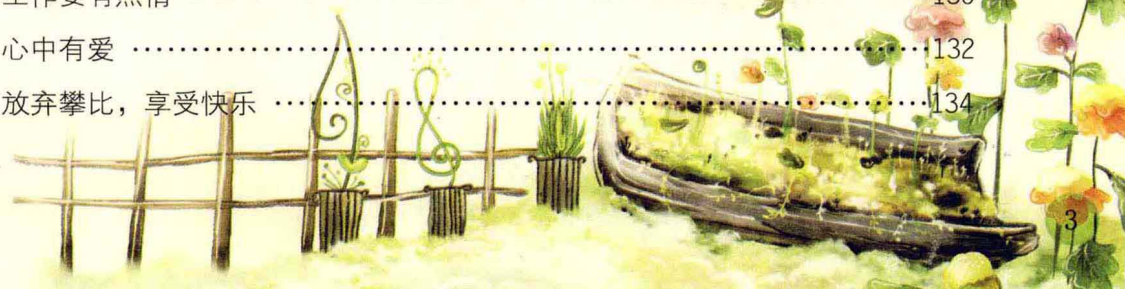
让自己拥有快乐126

保持乐观的心态128

工作要有热情130

心中有爱132

放弃攀比，享受快乐134



欣赏自己的不完美	137
对生活永远充满希望	139
对消极的评论充耳不闻	141
充分流露感情	143
打造平衡心态 乐观豁达做人	145
把苦难当成财富	147
做一个正直的人	149
学会分享, 快乐合作	151



第六章 失败不可怕, 只要爬起来

失败是人生的考验	154
今天最重要	156
不要害怕冒险	159
承认生活的残缺	161
直接面对才能战胜恐惧	163
用忙碌代替忧虑	165
保持一种创新思维	167
学会选择, 懂得放弃	170
正视自己的生活	172
永不放弃	174
敢于拼搏, 向人生挑战	176
拒绝拖延, 今日事今日毕	178
不可忽视晋升的谋略	180
如果跌倒了, 就再爬起来	182

第一章 好的心态成就你的一生

成功与失败往往只差一步，只要每天多走一步，就是成功的开始，只要每天创新一点，就是领先的开端。良好的心态对于立志成功者具有重要的意义，它能够唤醒自身的潜能，激发成功的欲望。人一旦拥有了这一欲望，并经由自我暗示和潜意识的激发后，会形成一种强烈的自信，进而会转化为一种积极的情感，激发心灵的潜能，释放出无穷的热情、精力和智慧来。



困境中要有好心态



许多人认为身体不好是一个不能克服的巨大障碍，但下面的故事一定会让你明白一些道理。

在美国威斯康辛州的福特·亚特金逊附近一个小农场里，生活着琼斯一家。虽然琼斯凭借健康的身体每天起早贪黑地工作，但仍然不能使农场生产出比他的家庭所需要的更多的产品，这样的生活年复一年地过着，直到琼斯患了老年全身麻痹症，卧床不起，几乎失去了生活能力。

凡是认识他的人都确信，他将永远成为一个失去自由和希望的病人，他不可能再为这个家贡献什么了。然而，琼斯却不这么想，他的身体虽然麻痹了，但是他的心态并未受到影响。他能思考，他确实在思考、在计划，他要用另一种方式供养他的家庭，他不想成为家庭的负担。

他把他的计划讲给大家听，他说：“我很遗憾，再也不能用我的身体劳动了，所以我决定用我的头脑从事劳动。如果你们愿意的话，你们每个人都可以代替我的手、脚和身体。我的计划是把我们的农场的每一亩地都种上玉米；再用所收的玉米喂猪；当我们的猪还幼小肉嫩时，就把它宰掉，做成香肠，然后把香

肠包装起来，取一个我们自己的名字，送到零售店出售。”他低声轻笑，接着说道，“也许这种香肠会在全中国像热糕点一样出售。”

琼斯说出了一句最成功的预言，这种香肠确实像热糕点一样出售了！几年后，“琼斯乳猪香肠”竟成了家庭生活的日常用语，成了最能引起人们胃口的一种食品。他躺在床上看到自己成了百万富翁，很愉快，因为他是一个有用的人。

琼斯以自己的经历撰文，给那些因为生理残障而绝望的病人，其中有这样一句话：如果人生交给我们一个问题，它也会同时交给我们处理这个问题的能力，而绝不会使我们陷入窘境。每当我们受到阻碍不能正常地发挥我们的能力时，我们的能力就会随之变化。即使你的身体处于一种极不好的状态中，只要你的心态是好的，你仍然可以过着对社会有用的幸福生活。





实现自己的理想

理想是人们前进的灯塔，它为人们指明前进的方向，对于人们的行动具有导向作用。人生没有理想，就像一只没有舵的船，只能在茫茫大海中随风漂转，随波逐流，永远无望达到彼岸，甚至为狂风恶浪所吞没。

小吉的父亲病重卧床时，小吉只有11岁，他不得不继承父业，在乡村当制面条工。这个少年要奉养他的双亲、六个兄弟和三个姊妹。他接替了父亲所有的工作，除了每天夜里加工面条外，还必须在第二天把面条卖出去。几年下来，他的这项家庭产业已经远近闻名，这证明他不仅是一个能干的生产者，还是一位优秀的销售员。

他在20岁时爱上了一位武士的女儿。这个年轻人深知他未来的岳父不会乐于让自己的女儿同一个制面条的工人结婚。因此，他就激励自己要改变地位，要和对方的身份相称。

像世界上许多取得了成就的人一样，小吉不断地寻求能够帮助他从事新活动的特殊知识。

他像一个孩子初入学校一样渴望新知识，只不过他走进了大学课堂。他谦虚

好学的态度赢得了教授的好感，两个人的交往延伸到了课堂之外。

在一次闲聊中，教授告诉他一种从未被证实过的关于珍珠的由来的理论。这位教授说：“当外界的一种物体，例如一粒沙子，粘到牡蛎的体内时，如果这个物体不杀死牡蛎，牡蛎就以一种分泌物包住这个物体，这种分泌物就在牡蛎的壳内形成珍珠母。”

小吉热血沸腾！他立即向教授提出一个问题：“如果我饲养牡蛎，然后精细地放一个微小的外界物体到牡蛎的体内，会长出珍珠吗？”教授鼓励他不妨试试。他简直迫不及待地要获取这个问题的答案。

他首先根据向那位大学教授学到的知识去进行观察，然后应用他的想象力并进行创造性的思考，他认定如果所有的珍珠仅仅是当外界物体进入牡蛎体内时才能形成，他就能使用这一自然定律发展珍珠生产。他能把外界物体置于牡蛎体内，迫使牡蛎生产珍珠。

小吉有了这种愿意尝试的积极心态，并且养成了把自己的想法转变成现实的好习惯，成了位实干家。终于，他改换了他的职业，变成了一位珍珠商。同时，他也拥有了渴望的爱情。

没有人否认小吉是成功的男人，是他乐于尝试的好心态成就了他。他用自己的行动为所有人演绎了成功原则：让所学到的知识发挥作用。因为知识本身不能使你成功，但是应用知识可以给你带来成功。

小吉成功的另一个原因是他重视自己。他没有因为自己是卖面条的而自卑，没有在生活的重压下自暴自弃。





以平常心追求成功

凡事保持平常心，成功不值得骄傲，那不过是人生的一个驿站，我们不知道走出驿站的下一步是什么；失败不值得伤心，那不过是一不小心走错的一段路，纠正方向从头再来；失意不要沮丧，一年四季里，有风和日丽也有雷电交加，要明白，只有狂风大雨才能一洗空气中的尘埃，这便是平常心，这便是人生路。

1879年3月14日上午11时30分，爱因斯坦出生在德国乌尔姆市班霍夫街135号。他父母都是犹太人。1880年爱因斯坦一家迁居慕尼黑。这位具有犹太血统的科学家，幼年在德国度过，高中时迁居意大利，大学时则在瑞士苏黎世工艺学院就读。1900年爱因斯坦完成了大学的学业。1902年任职于瑞士专利局，因为工作乏味，下班后他常在家中进行自己所喜欢的研究。在他26岁时，也就是1905年，爱因斯坦共计发表了五篇论文，其中第二篇光电效应使他在1921年荣获诺贝尔物理学奖。

1912年秋天，爱因斯坦回瑞士母校任教，他的座右铭为“研究的目的在于追求真理”，时常告诫学生不要选择轻松的途径。1914年迁居柏林，任职于普鲁士皇家科学院及柏林大学。由于身具犹太人血统，在德国受到歧视，他于1931年接受美国普林斯顿高级研究所的邀请，于第二年离开德国前往美国。

爱因斯坦不仅是一个伟大的科学家，一个富有哲学探索精神的杰出的思想

家，同时又是一个有高度社会责任感的正直的人。他先后生活在西方政治旋涡中心的德国和美国，经历过两次世界大战。他深刻体会到一个科学工作者的劳动成果对社会会产生怎样的影响，一个知识分子要对社会负怎样的责任。爱因斯坦一心希望科学造福于人类，但他却目睹了科学技术在两次世界大战中所造成的巨大破坏，因此，他认为战争与和平的问题是当代的首要问题，他一生中发表得最多的也是这方面的言论。他对政治问题第一次公开表态，就是1914年签署的一个反对第一次世界大战的声明。他对政治问题的最后一次发言，即1955年4月签署的《罗素·爱因斯坦宣言》，也仍然是呼吁人们团结起来，防止新的世界大战爆发。

1955年4月18日，爱因斯坦闭上了那双深沉而睿智的眼睛。终于，这位伟人远离了世人对他的赞美与毁誉，获得了永远的解脱。作为一名物理学家，爱因斯坦是伟大的，他的理论为现代物理学奠定了基础，为人类进入原子时代开辟了道路。作为一名哲学家，爱因斯坦同样是伟大的，其伟大之处不仅仅在于他提出了相对理论，他那些清晰准确且具有独特见解的认识论思想和科学方法论也为辩证唯物主义的认识做出了突出的贡献。

这就是一个人最难得的心态：淡泊名利的平常心。正因为爱因斯坦的不尚虚华，他才赢得了许多东西。宋祁的《木兰花》中有两句词：“浮生长恨欢娱少，肯爱千金轻一笑。”其实人生之所以产生压力和苦恼，是因为我们奢求太多，太在乎得失，太计较输赢，保持一颗淡泊名利的平常心，在朴实无华的心境中生活，于寂然中品味人生的艰辛，于宁静中净化自己的灵魂，你才能够在沉迷中变得清醒，在贪求中变得淡泊，对什么事都拿得起，放得下。





不要为打翻的 牛奶哭泣

你可以设法改变三分钟以前发生事情所产生的后果，但不可能改变三分钟之前发生的事情。

“不要为打翻的牛奶哭泣”是一句古老的英国谚语，但许多人并不能真正理解它的意义。

在纽约的一所中学任教的霍普金斯老师给他的学生上过一堂难忘的课。他所教的班级中的很多学生常常为自己的成绩感到不安。他们总是在交完考试卷后充满忧虑，担心自己不能及格，以致影响了接下来的学习。一天，霍普金斯老师在实验室里为孩子们讲化学试验。他把一瓶牛奶放在试验台的边缘，很容易碰掉。所有的学生都没有注意到这瓶牛奶。在试验过程中，一位学生碰了牛奶瓶，瓶子落在地上，碎了。正当学生为打碎瓶子而不知所措的时候，霍普金斯老师对着全体学生大声说了一句：“不要为打翻的牛奶哭泣！”然后他把全体学生都叫到周围，让他们看着地上破碎的瓶子和淌了一地的牛奶，一字一句地说：“你们仔细看一看，我希望你们永远记住这个道理。牛奶已经淌光，瓶子已经碎了，不论你怎样后悔和抱怨，都没有办法再让瓶子复原。你们要是事先想一想，如果加以预