

普  
华  
文  
化

# 为什么幸运的人总幸运

夏问◎著



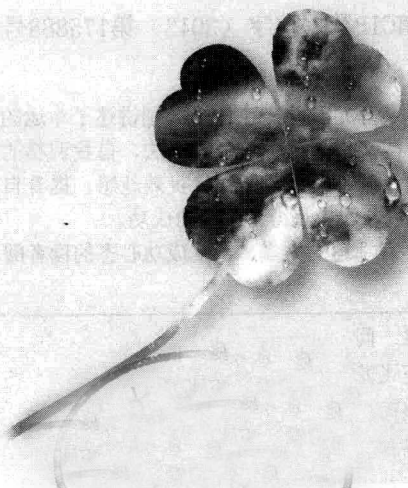
**为人生注入幸运的力量**

迅速改善心态、获取正能量、增强自信力  
一个人获得幸运的前提是他有能力改变自己。——于丹

 **人民邮电出版社**  
POSTS & TELECOM PRESS

# 为什么幸运的人总幸运

夏问◎著



人民邮电出版社  
北京

## 图书在版编目(CIP)数据

为什么幸运的人总幸运 / 夏问著. —北京: 人民邮电出版社, 2013.9

ISBN 978-7-115-32767-3

I. ①为… II. ①夏… III. ①成功心理—通俗读物  
IV. ①B848.4-49

中国版本图书馆CIP数据核字(2013)第175888号

## 内 容 提 要

全书围绕“如何获得幸运”这一主题,分别讲述了幸运的根源、好心态以及人际圈的重要性、预防霉运缠身的方法、自我调整的方法等,引导读者不断审视自我、改善心态、增强自我效能感、提升自信心,进而为自己注入幸运的力量,逐步获得事业上的成功。

本书适合所有想拥有幸运的力量、练就成功心态的读者阅读。

---

◆ 著 夏 问

责任编辑 王飞龙

执行编辑 赵雨思

责任印制 杨林杰

◆ 人民邮电出版社出版发行 北京市崇文区夕照寺街14号  
邮编 100061 电子邮件 315@ptpress.com.cn

网址 <http://www.ptpress.com.cn>

三河市海波印务有限公司印刷

◆ 开本: 880×1230 1/32

印张: 8.25

2013年9月第1版

字数: 170千字

2013年9月河北第1次印刷

---

定 价: 29.00元

读者服务热线: (010) 67129879 印装质量热线: (010) 67129223

反盗版热线: (010) 67171154

广告经营许可证: 京崇工商广字第0021号



SEE WOW!

享受悦读

“知识始于惊奇。”

一本书的温暖和美好，是一份惊喜。

“哇唔图书”精心呵护生活。她坚守一份沉静，在美好的时光中，为你准备这样一种阅读体验——与你一道发现生活的快乐、人性的光芒、智慧的庄严。

我们用心做书。每一本书、每一段文字、每一个句点，我们都希望赏心悦目、温暖动人。就像一份精美的礼品，献给你生命中的远行。

我们知道，阅读是有趣的。我们更知道，阅读有时也是无

趣的。

因为不是每一本书都会让人感动，不是每一本书都会捕捉到心灵的颤动。于我，这是一个挑战；于你，这是一份期待。

为此，我们拒绝平庸，拒绝粗糙和泛滥，坚守真实的生活、清新的个性、优雅的气质，只为你来的路上，等你发现。

我们希望，“哇唔图书”不仅有着专业上的执着，更有动人的生活情趣，在当下，在轻松的阅读体验中，让你的生活更加简约、有力。

我们希望听到来自你心底的“哇唔”之声。

就像一次梦想中的旅行。在这样的远足中，体验别致的愉悦，发现思想的美丽，感受来自心灵的惊喜和欢呼。

“wow！”这是我们的约定！

“哇唔！”这是我们的暗号！

让我们一起在书的世界中遇见生活，遇见欢乐。

哇唔图书创意部

## PREFACE

## 前言

为什么有的人总是交好运，而有的人总是霉运缠身呢？为什么别人总是幸运的，而自己却如此倒霉？决定一个人幸和不幸的原因到底是什么？怎样才能使自己成为幸运儿呢？

莫言于2012年获得了诺贝尔文学奖，这让大家觉得他真是了不起，但也有一部分人觉得他只是幸运而已。

著名相声演员于谦是相声界最有人气的人之一。在成名前，于谦认识了郭德纲并成为郭德纲的搭档。郭德纲出名后，于谦也跟着火起来了。看起来，于谦也很

幸运。

俄罗斯撑杆跳高运动员伊辛巴耶娃是女子撑杆跳高项目当之无愧的“女王”。她破了女子撑杆跳高项目的28项世界纪录，是第一个跳过5米并继续刷新着这个纪录的杰出运动员。幸运看起来如此地眷恋她。

有的人一直默默无闻，却可以因为一件事情一举成名；有的人在某一行业里呕心沥血，事业却迟迟不见起色；有的人非常有才华，却总是霉运不断；有的人才能一般，却经常遇到好事。

幸运的秘密到底是什么呢？

影响幸运的因素大致包括外在因素和内在因素。外在因素是指一个人所处的时代、社会背景；内在因素主要包括个人的智商、外貌、才能、心态等。有些因素人们是无法改变的，如智商、外貌；但人们却可以通过努力来提升才能、改善心态，慢慢积累成功的经验，进而抓住获得幸运的机会。

一杯打翻了的牛奶可以使人倒霉一整天；抓住别人没有发现的细节可以使人走运一辈子。这其中的奥秘是可以洞察到的。决定一个人是否幸运的关键是此人的心态。幸运的人并非

全部拥有高智商和杰出的才能，但他们一定都拥有一个积极的心态。

本书从心理学的角度出发，深度剖析影响一个人获得幸运的原因。事实上，幸运掌握在人们自己的手中。有的人之所以未能交好运，只是因为尚未做好准备。人们只有做好了准备，才能顺利抓住机会，自然而然地成为幸运儿。

本书分为8章，第1章总结归纳了决定幸运或倒霉的深层心理原因。接下来的7章分别讲述影响一个人幸运或倒霉的具体原因，并从外在的习惯、表情、人际圈的建立、心态、洞察力等方面，详细讲述了让自己获得幸运的方法。

通过阅读本书，读者可以边回忆过往的种种失败与成功，边了解一些心理学知识，从而获悉隐藏在幸运背后的内心因素，进而针对自身存在的不足采取具体的方法，让幸运成为一种习惯，拥有一个美好的人生。

由于时间仓促，加之作者水平有限，对于书中的不足之处，望读者多加指正。





## CONTENTS

## 目录

第1章 · 幸与不幸的根源	//001
幸运的人如有神相助	//003
吸引力法则的两面性	//012
自我实现的两种可能	//019
好的开始是成功的一半	//026

第 2 章	好心态是幸运的起点	//031
	心态不正，诸事不顺	//033
	坏情绪会阻挡你的好运气	//040
	正确认识暂时的失落情绪	//047
	积极的行为也可调动积极的情绪	//055
	重获对生活的控制感	//059
第 3 章	为自己注入幸运的力量	//065
	相信什么，就能得到什么	//067
	在打击面前要学做不倒翁	//074
	得当的比较才能带来幸运	//080
	与其相信泪水，不如相信汗水	//086
	找到突击点，一步步成全自己	//090

- 第4章 · 积攒幸运的人际圈 //097
- 用榜样的力量激发自己的成就动机 //099
  - 学习他人身上的优点 //105
  - 每一个“过来人”都是一座宝库 //111
  - 乐观向上的人最能带给你幸运 //115
  - 有仇有怨只会驱散你的好运气 //122
  - 印象管理是获得好运气的关键 //127
- 第5章 · 跨过倒霉的那道坎 //133
- 不要被“无助”的柱子拴住 //135
  - 安于现状会使人堕落 //142
  - 掩饰自己的同时也遮挡了幸运 //146
  - 警惕“不甘心”式的沉没成本 //153
  - 远离带来霉运的坏习惯 //158

## 第6章 · 幸运原来如此简单 //163

幸运属于有准备的人 //165

笑脸更能带来幸运 //171

细节之处蕴含机遇 //177

穷则思变，变则通 //182

增强自我效能感 //187

## 第7章 · 你也可以是幸运的人 //193

想着想着，一切就成真的了 //195

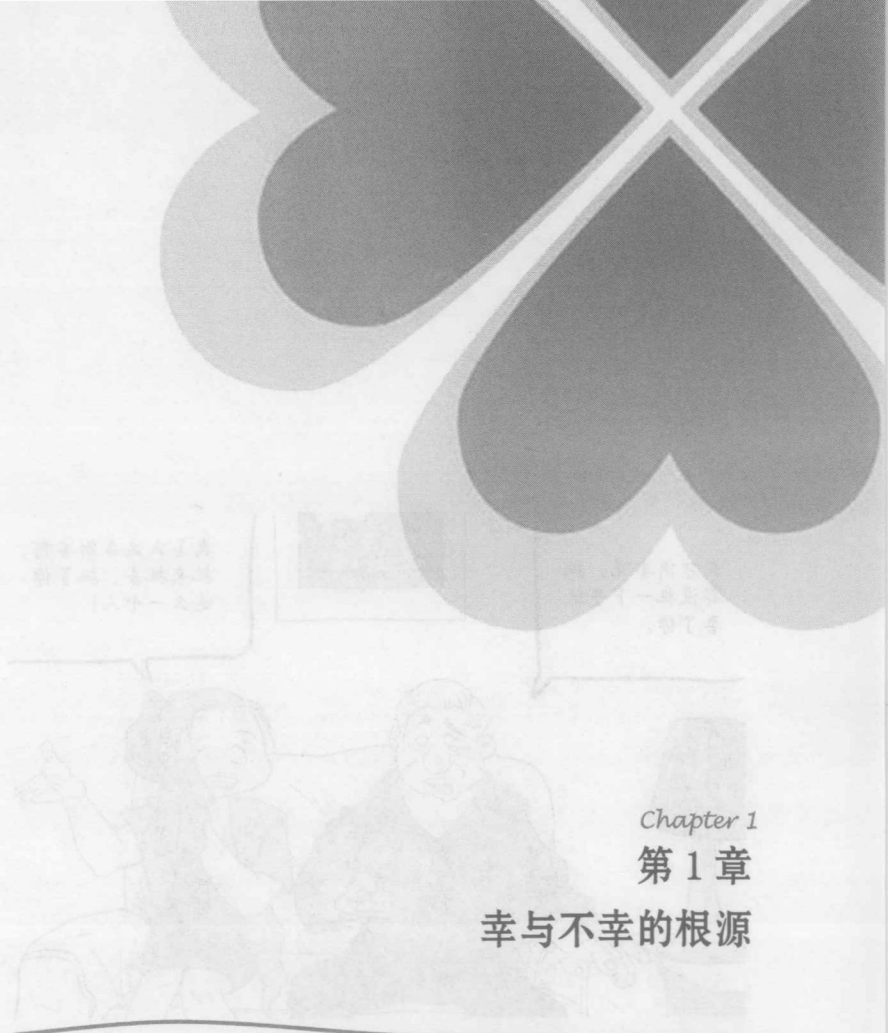
从小事开始拒绝倒霉 //199

不要成为“完美”的奴隶 //205

采用正确的归因方式 //209

稳住阵脚，平稳前进 //213

第 8 章 · 把幸运留在身边	//219
幸运来自适时的转变	//221
及时反省，找到心理根源	//227
懂得“借力”，物为我用	//232
得意忘形只会吓跑幸运女神	//237
脚踏实地，学会欣赏平凡之美	//241
参考文献	//248



Chapter 1

## 第 1 章

### 幸与不幸的根源

---

有的人会财运亨通、好运连连，天天都喜上眉梢；有的人却倒霉不断，喝水都可能塞牙。好像运气好的人一直都会有好手气，刮个发票都能中奖；倒霉的人却怎么小心翼翼都会摔跟头，都会祸不单行。幸与不幸的根源到底在哪呢？

---



## 幸运的人如有神相助

对于幸运的人来说，从第一件好事开始，就挡都挡不住地连续有好事发生，什么样的好事都能被他遇上：升学顺利，工作顺利，晋升顺利，家庭和美……一辈子顺风又顺水。

### ✿ 开启幸运发动机

自从有了一件好事后，一个人就如同开启了幸运的发动机一样，在好运气的路上一直向前跑，想停都停不下来。出门坐公交车，几乎都不用焦急等待，一站在公交站台上，要等的车就来了；去超市购物，总能遇到想买的东西在做促销活动；一直想要买的羊毛大衣正好在偶然陪人逛商场时打折；出



去吃饭，随手刮个发票都能中奖。好像什么好事都会让此人遇到。

往大的方面来看，幸运的连锁反应也很多。小时候的学习成绩好，考中学时，考上了重点；由于是在重点中学里读书，教学有保证，考大学时，自然而然地就考上重点大学；从重点大学毕业后，会被大公司招聘；由于是在大公司里发展，薪酬、福利都不错，每年都有体检、员工体育锻炼的福利，所以身体好、挣得又多；由于社会地位好、经济基础好，结婚的对象也较为优秀……总之，人生是如此地幸运。

有些人将幸运的发动机打开后，一切的好运气便接踵而来。

王宝强是一名颇有人气的80后年轻演员。他出生于一个普通的农民家庭，小时候被送到少林寺习武。王宝强没有背景、没有学历，长得也不帅，也没有什么一技之长，看起来不会有飞黄腾达的机会。但自从演了电影《盲井》并夺得最佳男演员奖后，他的事业便开始不断地发展。他在《天下无贼》、《Hello! 树先生》、《士兵许三多》、《人在