

一个人想让人生像什么，他的人生便像什么。

如果不思进取，一事无成，人便像来去匆匆的过客；

如果志存高远，不懈奋斗，人生便像一支熊熊燃烧的火炬；

如果心怀天下，情系苍生，人生便像高山大海般伟岸壮阔。

木易 著

你的  
人生的  
方向  
你的  
心态  
决定



找好你人生的意义，然后不枉此意义地度过你的一生，便不是白活。

北京工艺美术出版社

# 你的心态决定 你人生的方向

NI DE XIN TA  
JUE DING  
NI REN SHENG DE  
FANG XIANG

木易 / 著



## 图书在版编目 (CIP) 数据

你的心态决定你人生的方向/木易著. — 北京:北京工艺美术出版社,  
2017.8

(励志·坊)

ISBN 978-7-5140-1223-1

I. ①你… II. ①木… III. ①人生哲学—通俗读物 IV. ①B821-49

中国版本图书馆CIP数据核字 (2017) 第041335号

出 版 人: 陈高潮

责任编辑: 王炳护

封面设计: 天下装帧设计

责任印制: 宋朝晖

## 你的心态决定你人生的方向

木 易 著

- 
- 出 版 北京工艺美术出版社  
发 行 北京美联京工图书有限公司  
地 址 北京市朝阳区化工路甲18号  
中国北京出版创意产业基地先导区  
邮 编 100124  
电 话 (010) 84255105 (总编室)  
(010) 64283630 (编辑室)  
(010) 64280045 (发 行)  
传 真 (010) 64280045/84255105  
网 址 www.gmcbs.cn  
经 销 全国新华书店  
印 刷 三河市天润建兴印务有限公司  
开 本 710毫米×1000毫米 1/16  
印 张 18  
版 次 2017年8月第1版  
印 次 2017年8月第1次印刷  
印 数 1~6000  
书 号 ISBN 978-7-5140-1223-1  
定 价 39.80元

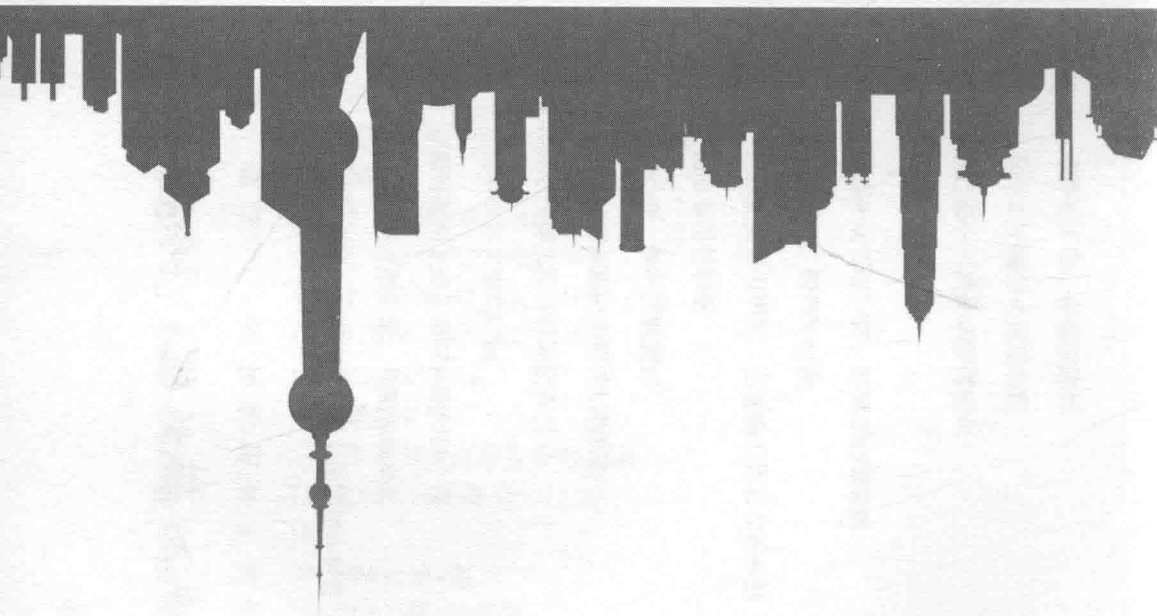
## 目录

坚定信念，  
对不悔人生

- 003 当你对生活认真起来，生活一定不会亏欠你
- 008 真实比优秀更可爱，也更容易优秀
- 012 眼光放远一点，脚步才更坚定一些
- 015 别让等待让爱贬了值
- 018 每个人都有改变生活的权利
- 021 爱是我们坚持下去的动力和希望
- 024 耐心点，春天就要到了
- 027 懂得接纳和发展
- 030 不知道该怎么办时，问问自己的内心想去哪
- 033 在爱面前，谁都不欠谁
- 038 假如生活捉弄了你，你要更坚定信念
- 042 若爱，请趁早
- 046 我们每个人都不会年轻很久
- 049 鸡汤并不是你人生的全部
- 054 最好的一切，你值得拥有

# 生活方式比生活更重要

- 生活方式比生活更重要 059
- 想要更优质的生活，你得更努力一些才行 065
- 什么时候都别说等一等 069
- 更优秀的你才能遇见更优秀的伴侣 071
- 内心强大而自信就是给自己最好的礼物 076
- 生命有限，何不用自己喜欢的方式去过一生 078
- 因为忙，所以要更认真 082
- 早睡早起也能给梦想带来惊喜 086
- 这年头不流行标榜自己有多苦 091
- 时间不会辜负你的努力坚持 094
- 总要拼点什么让自己不至于活得那么平庸 098
- 最好的爱是势均力敌 103
- 勇往直前，成为那个你想成为的自己 108
- 真正的友情并不只停留在微信朋友圈 111



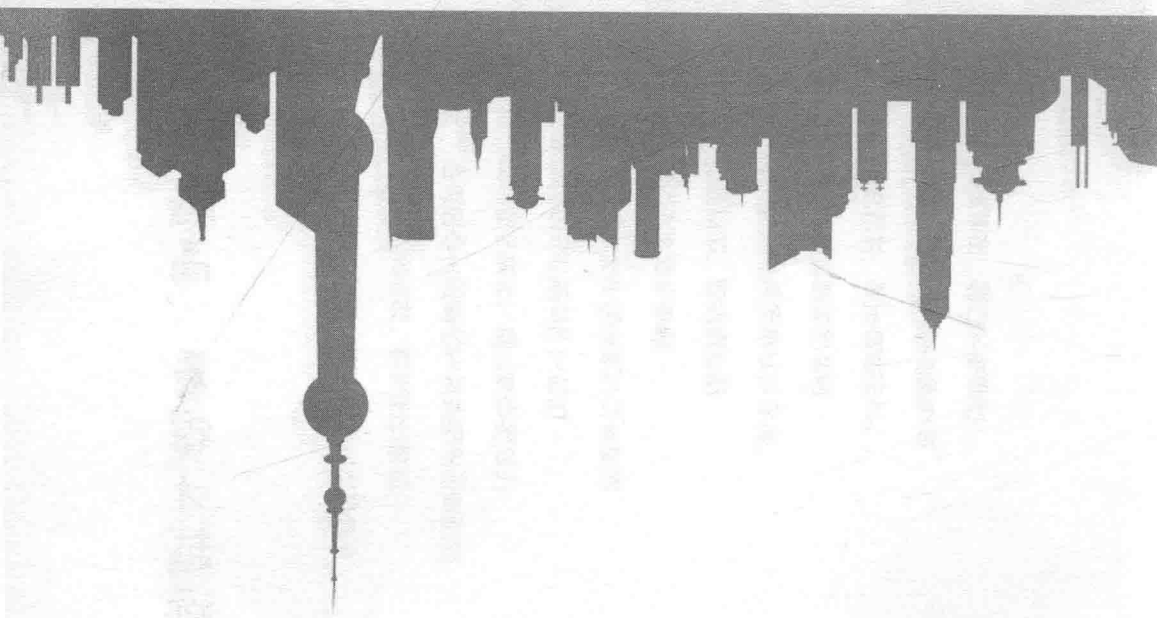
## 目录

站得越高，看得才越远

- 117 不想放弃，所以才要一步步去突破自我
- 121 成功还那么遥远，你要努力奔跑
- 126 如此用心生活是为了让我的生活更理想
- 132 这么拼命是为了成为更好的自己
- 141 你的妥协也成全不了自己
- 145 我们都有很多的余热可以去发挥
- 149 独立究竟有多重要
- 152 不能旅行，那就读书吧
- 155 成功就是不断的练习和突破
- 158 聊得来就是更好的合适
- 163 不负时光，眼下自是远方
- 166 不啻且当下，才能到得更远
- 170 因为害怕，我们才更努力

所有的时光，不能轻易荒废和虚掷	175
学会合理地分配你的精力和时间	179
总要有的一件事，需要完全按着你的意愿	184
活着，去发现更好的自己	188
学会善待自己，尊重生活	191
因为曾经的虚度，所以今天才懂得珍惜	196
我们永远都没理由活得潦草	199
别人的意见只能参考，自己的人生还是要自己负责	203
人生不会总是那么的圆满	206
因为想爱，才能更努力	209
不幸的经历是一笔可贵的财富	212
不抱怨的人更容易成功	214
生命最重要的事，就是不断自我更新	218
与其提心吊胆地害怕失去，不如坦然珍惜现在的拥有	222

## 心态不同，结局也不同



## 目录

## 在寻常日子精彩地活着

- 229 因为观念不同，生活才更多姿多彩
- 233 与朋友相处，你需把握好度
- 238 寻常日子，也能过得更快乐
- 240 生活带点理想主义又何妨
- 243 未来未到来之前，好好爱自己和世界
- 247 早睡也是一种幸福
- 251 爱让我们成了更好的彼此
- 256 慢慢地把生活品成一杯酒
- 258 生活不息，灵魂不老
- 262 每一种生活都值得好好去过
- 265 热爱琐碎而平凡的生活
- 268 除了工作，你还有很多
- 272 愿意此生陪伴你
- 278 朋友圈才不是全部的生活

# 坚定信念， 过不悔人生

永远充满喜悦地唱每一首歌，

跳每一段舞，

看每一场球赛，

过每一段人生。



## 【 当你对生活认真起来， 生活一定不会亏欠你 】

有时候，坚持一件事情不是因为毅力，而是因为兴趣。

### [ 1 ]

如果问我：小时候的记忆中，你最想做的一件事情是什么？我一定会回答你：“我想变得瘦瘦的。”

小学的时候，情窦初开，总是会默默地喜欢一个男生，却在见到他的那一刻，飞一样地躲开，如果实在躲闪不及，我就会佯装出很平静的样子，内心却早已波涛汹涌。

记得小学那会儿，我喜欢瘦瘦高高聪明的男生，可是当时，瘦瘦高高聪明的男生怎么会喜欢一个胖胖羞涩还不解风情的女生呢，也就是怎么会喜欢我呢，当时的我内心颇为自卑，虽然一度大家认识我的方式都是“那个学‘数学竞赛’的女孩”，但是都不足以让自己昂扬自信起来。

当时，我很羡慕小学时的音乐课代表M，她身材高挑，常常面带自信的微笑，最重要的是，她真的很受男生欢迎。每天中午午休结束，她就会走到讲台上，伸出双手举到齐头高的位置，接着我们就在她纤细手臂的挥动下开始唱歌。我常常出神地望着她，有一次她买了一双很流行的白色大头皮鞋，我羡慕极了，回去就开始纠缠妈妈给我买白色大头皮鞋。

就这样，我一直把自己收不到男生情书和表白归结为“我胖”。到了初中，随着越来越在乎外表这件事，我就开始减肥，还记得当时刚好是“非典”集中爆发的时期，学校停课了。“机会来了。”我内心狂喜，终于可以把更多时间花在减肥上了。

拿出纸笔，细细制订计划：“早上去体育场跑十圈，晚上连走带跑十圈，每顿饭只吃半碗饭，配一些清淡的菜。”偷偷制订计划之后，就开始严格执行。开始我瘦得很慢，但是几天后，我发现我平躺的时候可以摸到自己的肋骨，我的腰身越来越纤细，再后来，我的裤子由二尺二变成了二尺，又变成了一尺八，我开心极了，暗想：“时机未到，继续坚持。”直到有一天，我去上古筝课，学古筝的老师指指我的手腕对我说：“你看看你瘦的。”我才发现，我手腕处的骨头凸出来了。上完课，狂奔回去，一上称，竟然只有82斤。对于当时身高一米六、体重向来都是三位数的我来说，这个数字带给我的不仅仅是兴奋，还有重新找回的自信。

复课后，大家都围过来，看着我宽松的裤子，“你怎么瘦了这么多？”“你是不是得非典了？”我很低调：“没，减肥减的。”在一系列的追问中，大家开始适应我瘦瘦的样子。

我可以很轻松地跷二郎腿了，可以看到喜欢的裤子直接说给我拿最小码，看到喜欢的衣服不再关注“会不会显胖”这个问题。所有的好运都是一环套一环的，我的成绩变得更加稳定，一度考了一个年级第一。

其实，现在想想：当时的毅力哪来的？我觉得，可能是我享受减肥这件事情带给我的成就感远远大于胃液灼烧和胃壁摩擦带给我的痛苦。乐在其中地去坚持一件事，总好过天天暗示自己“你必须这么做”要来得容易且长久。

从高中开始，他突然喜欢上了音乐，唱歌成为他生活中迫切需要的一件事情，就像水之于鱼一样，随即，他便忐忑地对母亲说：“我想学声乐。”母亲从并不富裕的积蓄里拿出一些，请了每小时150元的声乐老师，满足了他的愿望。

从那时起，唱歌成了他身体的一部分，走路的时候在唱，坐公交的时候在唱，丝毫不在乎别人的眼光，甚至，每天晚上出去练声成了一个习惯。

“今天别去了。”母亲望望窗外的大雨劝慰道。

“妈，没事儿，你早点休息。”他拍拍母亲的肩，拿了一把伞就转身出去了。

雨天和雪天都未能阻挡他将这个习惯延续下去。

转瞬到了高考报志愿的时候，他毅然填报了就业率两极化的声乐专业，未来之路的艰难他不是不明白，可是不试一把，又怎么对得起呼啸而过的青春？

他对音乐的热爱是从骨子里散发出来的，亦如他的母亲。

母亲在他这个年纪，已经在校文艺队经历了各种弯腰劈叉的训练，还天生一副好嗓子。

在做了几年音乐教师之后，母亲为了照顾上初中的他和姐姐，放弃了当大学音乐教师的跳槽机会，因为，如果去大学任教，由于距离原因得住校，那么两个孩子的饮食起居怎么办？

从此，母亲一直将这个爱好深埋在心底，从事了另一份薪水略好的工作，毕竟，高中、大学哪一个阶段不需要钱。

可是，无论是同学聚会，还是公司聚餐，在需要一展歌喉的时候，母亲的好嗓子定能一鸣惊人。

曾经看到一家创意公司的招聘信息，其中有一条要求应聘者提到自己的兴趣爱好时能够两眼发亮，这条标准不无道理，爱好往往让人变得有魅力而特别。

有些爱好，渗透到血液，蔓延到骨髓，无论过多久，无论在何时，这个爱好就是你的一个“舒适区”，当你抵达，所有烦恼被抛诸脑后，大叹一声：“这才是生活。”

### [ 3 ]

知乎上有人提问说：“为什么有人愿意用喝酒、吹牛、看综艺节目来消磨时间，有人却选择用这些时间来看一本书？”

其实，答案无关对错，只是因为每个人的舒适区不同，有人的舒适区就是读书，有人的舒适区就是看电视、打麻将。

很多人有过类似的体验：紧张的时候，会愿意看年少时看过的电视剧，吃年少时最喜欢吃的零食，如果跟父母关系好，那么每次回老家都是一种愉悦体验，就算跟着父母看俗套的电视剧也会心情舒畅。

每个人都有自己的爱好，这个爱好就是最让你有安全感的舒适区，它甚至是一种仪式般的行为，每个人所做的，都是对当时心情的最优解。

“毅力”这个词，真的是给别人准备的。就像我一个朋友，学管理的，自己考上了社科院法硕的研究生，我说：“你真的好棒，法律这个陌生的领域，你竟然无师自通了。”她嫣然一笑：“其实，当你看进去了，就没那么难了。”

又想到自己去年参加的唯一一次省公务员考试。在父母的各种威逼利诱

下，我买了书开始看，刚开始的时候甚至都不知道什么是行测和申论，于是只好就抱着“既然没退路了，那就看吧”的心态，天天晚上看书，周末泡图书馆自习室，一个多月，印象最深的是，《来自星星的你》当时正风靡，闺蜜一直推荐我去看，还要跟我讨论剧情，我看看日历，想想考试的日子，就平静地说：“等我一个月。”

半个月后，我竟然发现我开始爱上做题了，爱上周末起大早去自习室时的感觉，就这样坚持了一个多月，最终岗位笔试竟然考了第一。

现在想想，任何事情都是这样一个过程，决定去做了，就着手去做，一旦找到了舒适区，你就会乐在其中，或许就发现：“喜欢比努力更重要。”

永远充满喜悦地唱每一首歌，跳每一段舞，看每一场球赛，过每一段人生。

# 真实比优秀更可爱， 也更容易优秀

## [ 1 ]

最近读到了一句很可爱很真实的话，“真实比优秀更可爱，也更容易优秀。”

在这句话之前，我也曾被另一句话激励过，“最可怕的是，比你漂亮、比你优秀的人比你更努力。”

是啊，从小到大，我就逼自己比别人更努力，起得比别人早，功课比别人做得认真，做事比别人勤快。可事实呢？我如此地努力，却没有比别人更优秀。

读初中时，同桌李晓波在整个学校出了名的优秀。他小学读完5年级时就学完了6年级的课程，直接升初中，然后读完初一，又直接跳级到初三，中考以全校第一名的成绩考进市重点高中，学校和家长都很自豪。

而我呢？

无论怎么努力，都只在全校40名上上下下，中考时又因为紧张，没被任何高中录取，只得重新复读初三，从头来一次，苦苦熬了一年后，也只考进了一所普通高中，无人在意。

## [ 2 ]

优秀是一种习惯，李晓波在优秀的路上慢慢习惯。

高一开始，他写的文章连连在诗刊、报纸上发表，获奖无数，为学校赢得一片声誉，被报刊媒体称赞为“天才少年”，毕竟他才14岁。

那一年高考，17岁的李晓波以优异成绩考进北京的一所一流名校。他在大学里更优秀，散文、诗歌、小说结集出版，被媒体冠以为青年人书写的“文字雕匠”。

而我呢？

高中三年，躲在教室最后排角落里，读着《西游记》《红楼梦》，看过一些经典文学，每天写日记，记录一些生活的“汤汤水水”，写考试作文都费劲，更拿不出一篇像点样的文章来。

和第一次中考一样，第一次高考以失败告终，又一次接受复读，19岁的我，辛辛苦苦才进了省内一所普通高校。大学的我加入过文学社，只会写点板报，只会写一些报告。

### [3]

一直以来，我都自卑，李晓波是天才，我是如此平凡。

最近，我拾起笔，开始写一点幼稚的文字。每天熬夜码字，但交出去的文稿老是被拒。当偶尔的一篇文章被媒体转载，被一部分读者认同的同时，也害怕再也写不出能被认同的文章。

优秀是一种瘾，但优秀的背后还有一种恐惧。如果有一天不优秀了，所有的能力都失去了，还有没有人喜欢我，有没有人支持我呢？

我需要找个人谈谈，便想到了李晓波，初中毕业后，我们就没再联系。辗转询问多个同学才要到他的电话，打通他电话，他人在西藏，信号不太好，我们约好在微信里聊。