

<<好心态 好人生>>

图书基本信息

书名：<<好心态 好人生>>

13位ISBN编号：9787508061955

10位ISBN编号：7508061950

出版时间：2011-3

出版时间：华夏出版社

作者：李子琳，黄亚男 著

页数：305

版权说明：本站所提供下载的PDF图书仅提供预览和简介，请支持正版图书。

更多资源请访问：<http://www.tushu007.com>

<<好心态 好人生>>

内容概要

“要么你去驾驭生命。
要么就是生命驾驭你。
你的心态决定谁是坐骑，谁是骑师。
”人生的圆满与否，经常就在一念之间。
对事物的不同看法，对成败的不同心态，对自己的不同认识，往往就会影响幸福与成功来临的脚步。
李子琳、黄亚男的《好心态好人生》从正反两方面提出如何跨越不良心态的藩篱，《好心态好人生》帮助读者修炼良好的心态，应对人生行进途中可能遇到的险阻，从而赢得幸福美满的生活……

<<好心态 好人生>>

书籍目录

第一章 乐观心态——幸福由自己决定解密乐观心态告别悲观，潇洒地挥挥手享受阳光，从“心”开始
第二章 务实心态——脚踏实地做好每件事解密务实心态踏实务实，驱除务虚的心培养务实心态，需从脚下做起
第三章 卓越心态——让你“不同凡响”解密卓越心态告别平庸，成就自己不平凡的人生造就卓越心态，不断向自我挑战
第四章 创新心态——打开思维的空间解密创新心态打破墨守成规的思维定式培养创新心态，用创意改变你的人生
第五章 强者心态——缔造坚忍的雄心解密强者心态摆脱精神逆境，铸造强者之心不让别人设定你的人生
第六章 老板心态——让你成为“老板”解密老板心态摆脱打工心态，成就老板心态培养老板心态，学会为自己打工
第七章 创富心态——做金钱的主人解密创富心态要想成为富人，先摆脱穷人的想法富庶的生活来自创富的心态
第八章 共赢心态——利己利人的合作解密共赢心态告别短视的“单赢”与人牵手，合作共赢
第九章 积极心态——驱动你的生命力解密积极心态甩掉消极的包袱，轻装上阵在心中播撒一颗积极的种子
第十章 进取心态——永远不被淘汰解密进取心态“安于现状”让你的生活缺少光彩用进取的态度对待生活的每一天
第十一章 执著心态——胜利就在最后一秒解密执著心态用执著改写自己的人生用执著点燃成功的灯
第十二章 归零心态——一切从头再来解密归零心态要想进步，先倒掉“杯中的水”塑造归零心态，吸收成功要素
第十三章 平和心态——闲看庭前花开花落解密平和心态抚平一颗“激动”的心寻找“平和”的踪影
第十四章 包容心态——设身处地理解别人解密包容心态记住恩惠，洗去怨恨
第十五章 感恩心态——对生命的一种珍惜解密感恩心态走出生活的泥沼懂得感恩，回报恩惠
第十六章 知足心态——幸福人生的保证解密知足心态摆脱欲望的束缚，轻装上阵知足，接近生命本真的快乐

<<好心态 好人生>>

章节摘录

真正懂得乐观地去生活的人，他的生活一定是富有情趣的。

生活在这个世界上，你要为衣、食、住、行去奔忙，要应付各种各样的事，要与各种各样的人相处，而谁也不能保证你所接触的事都是好事，你所遇到的人都是谦谦君子。所以，我们只有热爱生活，懂得生活，让生活充满情趣，才能融入色彩斑斓的世界，也只有这样，生活才是有滋味的。

卡耐基曾说法国人懂得生活的“技术”，而不是说他们懂得生活的“艺术”，懂得“生活技术”的人，未必就是懂“生活艺术”的人。

所谓“生活技术”，也就是“职业技术”——你有谋生的本领吗？

假使你回答说“有”，你的谋生本领便是“生活技术”，因为没有这种“技术”，你便不能“生活”。

“生活艺术”则涉及如何处理种种琐碎的生活小事。而一件简单的生活琐事，不同的处理方法会给你带来不同的结果，就看你怎样运用“生活艺术”了。

面对生活，也许你有点疲惫不堪，但这种消极的状态，又何尝不是你每天积累的结果？也许，你确有难言的忧愁，以致你对以后的人生失去兴趣，但是，你却可以用另外一把钥匙——乐观的心态，去打开快乐之门，一改你忧愁不堪的形象。

乐观是美好生活的源泉，也是“生活艺术”的最高境界。在这个世界上，唯有一种方法能让人们感觉到一切都是美好的，就是保持乐观的心态。

乐观是用“心”制造的幸福天堂 昆仑山麓，水清草美。据说这一带出产一种快乐果，凡是得到这种果子的人，一定喜形于色，笑逐颜开，不知道烦恼为何物。

曾经有一个人，为了得到不尽的快乐，不惜跋山涉水，去找这种果子。他历尽千辛万苦，终于到了昆仑山麓，在险峻的山崖上，他找到了这种快乐果，却发现他并没有得到预想中的快乐，反而感到一种空虚和失落。

这天晚上，他在山上一位老人的屋中借宿，面对皎洁的月光，他发出了一声长长的叹息。

老人闻声而至，问他：“年轻人，什么事让你这样叹息呀？”

于是，他说出了心中的疑问：“为什么我已经得到快乐果，却没有得到快乐呢？”

老人一听就乐了，说：“其实，快乐果并非昆仑山才有，而是人人心中都有。

只要你有快乐的根，无论走到天涯海角，都能够得到快乐。

老人的话让这个年轻人顿觉精神一振，就又问：“什么是快乐的根呢？”

老人就说：“心就是快乐的根。”

可叹愚者，他虽然找到了快乐果，却没有找到快乐的根——心。他被自己的情绪所奴役，以为找到了快乐果就可以拥有快乐，而当快乐果没有带给他快乐时又叹息不止。

一个悲观主义者和一个乐观主义者一同在黄昏的路上散步，悲观主义者触景生情地说：“太阳正在坠落。”

乐观主义者则说：“群星正在升起。”

同一件事情，不同的人看会有不同的结果。

其实事物是客观存在、不会改变的，改变的是人的心境，所谓“境由心生”便是这个道理。

“乐观之境”便是一种幸福境界。

这种幸福不是来自财富、权力、地位等外在的东西，即使你贫穷。

平凡，在别人看来一无所有，只要你能够主宰自己的情绪，让快乐做主，幸福便会由“心”制造。

乐观就是享受过程 人生最大的幸福不在于占有什么，而在于追求某一目标的过程。

幸福就在路上，可惜人们太过注重目标，忽略了过程中的风景，在时间的流逝中碌碌无为，错过了自己的青春与快乐。

现代人更是如此，总是忙忙碌碌地追求某个目标，忽视过程中的风景，更不用说享受过程了。

<<好心态 好人生>>

其实，困扰来自你的内心，正所谓“天下本无事，庸人自扰之”。过分强求结果的完美，只会使过程变得空洞乏味，而结果也未必就能如你所愿。世上的事往往就是这样，外因是变化的条件，只有内因才起决定作用。对于本来不必担忧的事，却整日愁眉不展，思前想后，结果可能顾此失彼。

拉尔夫·沃尔多·爱默生曾经说过：“对于一件做得很漂亮的事情的奖赏，就是已经把它做好了。”不要仅仅注重结果所带来的，更要知道过程使你发现了自身能力的新东西，并表现出了你身上更多的潜能，这些便是过程给我们的奖赏。

在希腊传说中，大力士西西弗斯因为触犯了主神宙斯，被罚以苦刑；将一块大石头从奥林匹斯山下推到山上。

由于加了神的咒语，巨石在抵达山顶的刹那，总是自动滚落到山下。

在这日复一日的循环劳动中，西西弗斯感到无望，甚至绝望：他的惩罚永远都不会结束，！

但是有一天他忽然发觉，自己搬动巨石的每个动作都充满了力与美。

于是，他专注地享受着自己劳动时的每一个动作，这时，一切的劳苦、疲惫和绝望都消失了。

他开始全心享受这份苦役，不再抱怨、焦虑，只是凝注在当下那个动作里。

奇迹发生了，诅咒竟然就在这一刻解除，西西弗斯从永无休止的苦役中重获了自由。

面对无望的结果，西西弗斯选择了享受过程。

在对过程的欣赏中，他忘却了永无休止的苦役，生命由此柳暗花明。

人生如一盘无解的玲珑棋局，与其苦苦思索无解的结局，不如享受这“下棋”的快乐。

所谓退一步海阔天空，当我们懂得从另一个角度享受过程、享受生命的时候，束缚我们精神的“巨石诅咒”便会像雾一样散开。

人生的过程很长，与其为了一次暂时的失败而放弃整个漫长的美好生活，倒不如保持一种简单乐观的心态：不过多地考虑结果，只简单地享受过程。

心态放开了，不再背负压力，反而使人更加坚强。

.....

<<好心态 好人生>>

编辑推荐

发掘阳光心态，缔造幸福生活的人生智慧书。

“新浪读书”推荐阅读的人生砺志精选读本，每一份幸福后面都有一种好心态。幸福与否就在一念之间，通向成功的精神之旅，追求幸福的心灵智慧，全身心感受幸福，好心态把握幸福。

修炼人生好心态，让幸福无处不在。

版权说明

本站所提供下载的PDF图书仅提供预览和简介，请支持正版图书。

更多资源请访问:<http://www.tushu007.com>