

<<心态比黄金更重要>>

图书基本信息

书名：<<心态比黄金更重要>>

13位ISBN编号：9787508068480

10位ISBN编号：7508068483

出版时间：2012-3

出版时间：华夏出版社

作者：高晓静 著

页数：213

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>

## <<心态比黄金更重要>>

### 前言

每个成长中的青少年都渴望自己将来能够成功，都希望自己能够一步步实现梦想，站在世界的最顶端。

但是在现实生活中，并不是所有的人都能达成愿望，在我们身边，仍有不少人处在这样或那样的困境之中，浑浑噩噩，一事无成。

上帝是公平的，当我们呱呱坠地的时候，我们拥有的一切都是相同的，那为什么最后的结果却截然不同呢？

只有一个理由可以解释，那就是心态。

心态，顾名思义，就是对事物发展的反应和理解表现出不同的思想状态和观点。

看问题的角度不同，得出的结论也不同，最后得到的结果自然也就不尽相同了。

世间万物，皆可用两种观念去看：积极的或是消极的。

虽然只是一念之差，但很可能会带来完全相反的结局——成功或是失败。

积极的心态能让人充满希望，充满斗志，不妥协，不放弃；而消极的心态则会放大所有的苦难，即便前方只是一块小小的石头也会让人觉得是灭顶之灾，从而望而却步。

心态是一个人内心持续的精神状态和情绪环境。

不同的人有不同的心态，也就带来了不同的结果。

有两个欧洲人到非洲去推销皮鞋，由于炎热，非洲人向来都是打赤脚。

第一个推销员看到非洲人都打赤脚，立刻失望起来，“这些人都打赤脚，怎么会要我的鞋呢”，于是放弃努力，沮丧而回；另一个推销员看到非洲人都打赤脚，惊喜万分，“这些人没有皮鞋穿，这皮鞋市场大得很呢”，于是想方设法，引导非洲人购买皮鞋，最后发大财而回。

这两个推销员原本是站在同一条起跑线上的，谁也不输给谁。

只是第一个推销员抱着消极的心态，放大了遇到的困难，轻易地放弃了尝试的机会，而第二个推销员却是抱着积极的心态，把这当成是一个极佳的机会，不断尝试，努力地实践着自己的目标。

很多时候，成功离我们只有一步之遥，关键是看我们用何种心态来面对它。

马斯洛说：“心态若改变，态度跟着改变；态度改变，习惯跟着改变；习惯改变，性格跟着改变；性格改变，人生就跟着改变。

” 大仲马说：“烦恼与欢喜，成功与失败，仅系于一念之间。

” 好的心态在某种程度上甚至比黄金还重要，它是我们迈向成功的第一步，也是至关重要的一步。

在这本书中，我们总结了青少年朋友们在迈向成功之路上应具备的10种黄金心态，它们就像是一盏盏指路明灯，给青少年朋友们指明了通往成功的方向。

希望广大的青少年朋友们在读过本书后，能够开阔胸怀，树立一个健康、良好、积极的心态，为未来的成功打下一个坚实的基础。

## <<心态比黄金更重要>>

### 内容概要

总结了青少年朋友们在迈向成功之路上应具备的10种黄金心态，并提供了培养、塑造这些黄金心态的方法。

阅读本书，青少年朋友们可以磨砺自我，修炼成功者的心态和素质，以积极乐观的黄金心态应对学习和今后人生中的各种问题，从而开创一个美好的未来。

## <<心态比黄金更重要>>

### 书籍目录

#### 第一章 空杯心态：唤醒生命的活力

清空自己，把过去归零

在内省中走上“另一条街”

无论何时，都要在心底留个“空杯子”

归零，站在低处思考

厚积薄发，人生要耐得住寂寞

学习应该成为一生的事业

#### 第二章 务实心态：夯实人生的厚度

思想只有落到实处才有价值

付出和收获是守恒的

务实肯干，成功的一条捷径

没有行动，梦想就是空谈

坚持到底，困难就意味着机会

集中精力，专注一件事

及时行动，绝不拖延

#### 第三章 强者心态：铸就人生的硬度

无关外在，强者是内心的强大

强者是苦难学校的毕业生

呼唤“野性”的“狼道精神”

坚强执着的“阿甘精神”

飞出“金丝笼”，变成独立的“雄鹰”

破釜沉舟才能绝处逢生

#### 第四章 共赢心态：给生命一个跳板

共赢是卓有远见的成功心态

不要用个性的“刺”孤立自己

多用“我们”这个词

亮出你诚信的“信用卡”

欣赏别人的事业风景

牵手合作，开创共赢局面

#### 第五章 创新心态：超越自我的极限

创新就是一种“破门而出”的心态

垃圾与黄金，只有一步之遥

“懒惰”的智慧

让创新成为一种持续的活动

破除守旧，以“已变”应万变

不断更新你的“知识库”

问题，通往创新之门的必经之路

#### 第六章 积极心态：驱动生命不懈前行

没有任何人能够改变你，只有你自己

永远保持“不服老”的精神

世间没有太多的不可能

空虚是对心灵的无形毒害

把每一天都当成最后一天

积极进取，让生命充满无尽的动力

#### 第七章 乐观心态：带给生命一片阳光

## <<心态比黄金更重要>>

真正的乐观来自自我肯定

微笑是通向快乐的捷径

摆脱下一刻，生活在此刻

过去的不要总是再搬出来

心境转移的四个方法

学会“幸”灾“乐”祸

第八章 感恩心态：营造生活的温度

心中有爱，才能感恩这个世界

为他人着想，也就是为自己铺路

珍惜拥有的，把握能把握的

感谢生命中的对手，甚至敌人

对那份填饱你肚子的工作心怀感激

第九章 包容心态：送人星光，照亮自己

设身处地为别人着想

得饶人处且饶人

释放压力，是对自我的包容

己所不欲，勿施于人

上善若水，厚德载物

放大心量，广纳百川

把恩惠记住，把怨恨洗去

第十章 平和心态：守住内心的天平

淡定地对待人生得失

知足常足，知止常止

没有鞋穿，至少脚还在

平和的“糊涂经”

非淡泊无以明志，非宁静无以致远

守住内心的天平

## &lt;&lt;心态比黄金更重要&gt;&gt;

## 章节摘录

古时候一个佛学造诣很深的人去拜访一位德高望重的老禅师，老禅师的徒弟接待他时，他态度傲慢。后来老禅师恭敬地接待了他，并为他沏茶。

可在倒水时，明明杯子已经满了，老禅师还不停地倒。

他不解地问：“大师，为什么杯子已经满了，还要往里倒？”

”大师说：“是啊，既然已满了，干嘛还倒呢？”

”访客恍然大悟。

以上的这则故事实际上为我们揭示了“空杯心态”的起源。

所谓的“空杯心态”就是归零、谦虚的心态，就是重新开始。

它要求我们不能沉迷过去，要不断调整自己去适应新的变化。

空杯心态的本质就是挑战自我，永不满足。

在我们的生活中，为什么有人可以经历第一次成功，却无法实现第二次飞跃？

为什么有人总是在各种重负下踟蹰前行，却丝毫不感到愉快轻松？

为什么有人总是沉浸在过去的光环里难以自拔，而找不到出口？

那是因为，他们总是在不断地填充、填充，却忘记了自己可以承受的空间，忘记了随时对自己清空、减负。

空杯心态是青少年朋友们在通往成功的道路上必备的一种心态，而一个成功的人往往是一个懂得自我反省的人。

哈佛大学校长到北京大学访问的时候，讲了一段自己的亲身经历：有一年，校长向学校请了三个月的假，然后告诉自己的家人，不要问他去什么地方，他每个星期都会给家里打个电话，报个平安。

校长只身一人，去了美国南部的农村，尝试着过另一种全新的生活。

他到农场去打工，去饭店刷盘子。

在田地做工时，背着老板躲在角落里抽烟，或和工友偷懒聊天，都让他有一种前所未有的愉悦。

最有趣的是最后他在一家餐厅找到一份刷盘子的工作，干了四个小时后，老板把他叫来，跟他结账。

老板对他说：“可怜的老头，你刷盘子太慢了，你被解雇了。”

” “可怜的老头”重新回到哈佛，回到自己熟悉的工作环境后，却觉得以往再熟悉不过的东西都变得新鲜有趣起来，工作成为一种全新的享受。

这三个月的经历，像一个淘气的孩子搞了一次恶作剧一样，新鲜而刺激。

更重要的是，回到一种原始状态以后，就如同儿童眼里的世界，一切都充满乐趣，也不自觉地清理了原来心中积攒多年的“垃圾”。

这个“可怜的老头”，厌倦了在哈佛日复一日的校务工作和程式化交际，为了改变这一现状，他在抛开哈佛校长的光环后，从零开始生活，从而也抛弃了以往心中所积攒的不少“垃圾”，让自己的内心真正归零。

哈佛校长在职业倦怠、激情减退的关键时刻果断地选择了清空自己，从而重焕生活激情。

他用亲身经历向我们证明了这样一个道理：过去对于我们无论多么光辉荣耀，也只是前进中的一个驿站，背负着过往的成就，难免会心生倦怠，停滞不前。

而当我们换一种思路，毫无留恋地“清空”我们辉煌的过往，轻装上阵，或许能不受束缚地开辟新的天地，重拾学习的激情与乐趣。

清空过往，我们可以轻松地前行；而清空“成功”，将会带给我们更大的成功。

一位国内著名的集团老总曾经说过这样意味深长的话：“往往一个企业的失败，是因为它曾经的成功，过去成功的理由是今天失败的原因。”

任何事物发展的客观规律都是波浪式前进、螺旋式上升、周期性变化。

中国有一句古话，叫风水轮流转。

经济学讲资产重组。

”生活就是不断地重新再来。

## <<心态比黄金更重要>>

不归于零就不能进入新的资产重组，就不会持续发展。

人生都有新的高度，而且，当你不认定自己“已是极限”，当你保持“空杯”心态，你就必然取得新的突破！

青少年朋友们一定要有一个空杯心态，只有心态归于零，你才能快速成长，才能学到更多的知识，才能为未来的成功积累更多的资本。

P2-4

## <<心态比黄金更重要>>

### 后记

一本著作的完成需要许多人的默默奉献，闪耀的是集体的智慧。其中铭刻着许多艰辛的付出，凝结着许多辛勤的劳动和汗水。

本书在策划和写作过程中，得到了许多同行的关怀与帮助，及许多老师的大力支持，在此向他们致以诚挚的谢意：于海英、张保文、齐艳杰、张艳芬、赵广娜、王艳明、梁素娟、曹博、王杰、王鹏、何瑞欣、周珊、慈艳丽、李文静、刘健、程仕才、李彦岐、李静、宋洁心、黄亚男、李猛、黄克琼、魏清素、李良婷、武敬敏、黄梦溪、张晓静、李娜、李佳、李倩、杨英、徐娜、赵一、王艳、聂小晴、蔡亚兰、淡佳庆、黄薇、黄晓林、李伟军、齐红霞、李惠、欧俊、姜波、史慧莉、闫晗、焦亮、秦凤超、常娟、闫瑞娟、曹徐学、廖春红、杨云鹏等。

阅读是一种享受，写作这样一本书的过程更是一种享受。

在享受之余，我们心中也充满了感恩。

因为在写作过程中，我们不仅得到同行的帮助，还借鉴了其他人智慧的精华。

相信你们劳动的价值不会磨灭，因为它给读者朋友们带来了宝贵的精神财富。



## <<心态比黄金更重要>>

### 编辑推荐

《心态比黄金更重要》编辑推荐：现代社会中的青少年大多生活在父母长辈的关心、呵护、甚至是溺爱里，渐渐地，他们就仿佛成了笼子里那些可怜的、丧失了本性的动物，只知道饭来张口，觉来闭眼。

可社会是现实的，甚至是残酷的！

他们那从不设防的心灵往往会成为一触即破的易碎品。

再加上他们长期缺乏与人沟通、交流、协作等方面的有素训练，因此，一旦置身于社会，他们的命运可想而知。

青少年心理读本，旨在帮助他们丰富自己的内心世界，塑造坚强独立的性格，学会调适处于不同阶段的心理状态，使自己达到身心同步健康成长的理想境界。

<<心态比黄金更重要>>

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>