

<<改变心态改变命运>>

图书基本信息

书名：<<改变心态改变命运>>

13位ISBN编号：9787564028589

10位ISBN编号：7564028580

出版时间：2009-10

出版时间：北京理工大学出版社

作者：冯丽莎

页数：244

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>

<<改变心态改变命运>>

前言

人在生活在社会中，会有自己个体的心态，也必然会怀着这种个体心态对待生活、工作、事业、爱情，等等。

当人们怀着一种正确的心态去对待这些的时候，获得自己期望的结果的概率就会大大提高，反之，遇到的各种阻碍就会不断出现。

就会出现有些人就是比其他的人更成功，赚更多的钱，拥有不错的工作、良好的人际关系、健康的身体，整天快快乐乐地过着高品质的生活，似乎他们就是比别人过得好？

而许多人忙忙碌碌地劳作却只能维持生计的现象。

其实，人与人之间并没有多大的区别。

关键是做人的心态不同。

所谓心态即心理态度的简称，心理学上是这样定义心态的：心理态度主要是指动能心素和复合心素所包括的诸种心理品质的修养和能力。

换句话说，心态就是人的意识、观念、动机、情感、气质、兴趣等心理状态的总和。

它是人的心理对各种信息刺激作出反应的趋向。

人的这种心理反应趋向不论是认识性的、感情性的，还是行为性的、评价性的，都对人的思维、选择、言谈和行为具有导向和支配的作用。

所以我们有充分的理由相信人生的成败有许多因素的影响，但是起决定作用的就是心理态度。

人们的心态绝对不会一成不变的都是绝对的正确或是错误。

成功者的心态也常常有波动与变化。

这说明，心态在一定时期的错误并不可怕，关键是看我们遇到问题时候是否能够求变。

一种心态的改变，会改变一个人的命运，这绝对不是危言耸听，是经过实践检验的真理。

本书通过一些小故事，告诉大家如何调整、改变生活、工作、爱情等方面有偏差的心态。

希望能给大家带来一些启发，为您的成功增加最重的一粒砝码！

<<改变心态改变命运>>

内容概要

为什么有些人就是比其他的人更成功，赚更多的钱，拥有不错的工作，良好的人际关系，健康的身体，整天快快乐乐地过着高品质的生活，似乎他们的生活就是比别人过的好。而许多人忙忙碌碌地劳作却只能维持生计。

其实，人与人之间并没有多大的区别。

但为什么有许多人能够获得成功，能够克服万难去建功立业，有些人却不行？

不少心理学家发现，这个秘密就是人的“心态”。

一位哲人说：“你的心态就是你真正的主人。”

一位伟人说：“要么你去驾驭生命，要么是生命驾驭你。

你的心态决定谁是坐骑，谁是骑师。

”

<<改变心态改变命运>>

书籍目录

第一章 顺其自然：改变你的生活心态 快乐人生靠自己 告诉自己很快乐 快乐是心的天堂 幸福来源于简单的生活 人的面貌是最美的景物 学会随遇而安 不为活给别人看 走自己的路，让别人去说 将心灵视窗调整到快乐频道 别为小事生气 世上没有天生的脾气 打开心窗 将军杀宝马第二章 活出自己：改变你的生存心态 决定自己的终点 生命的柠檬茶 生活由自己主宰 发挥自己的优势 活出你自己 超越自我 抛开昨天的自己 辛勤的双手和大脑使人出人头地 你是一个天生的赢家 世界上没人和你一样在意你 自己才是一支利箭 生命的价值 你也在井里吗第三章 得失随缘：改变你的得失心态 永远保持V字形 面对得失，我们一笑而过 用积极的心态对待得失 对自己说“OK” 挣脱心灵的枷锁 绝境创造奇迹.....第四章 有理让三分：改变你的交际心态第五章 敢秀才赢：改变你的工作心态第六章 相互欣赏：改变你的婚恋心态第七章 正视坎坷：调整你面对挫折的心态第八章 制定目标：改变无目标的心态第九章 克制贪念：消除你不良的物欲心态第十章 笑对压力：学会给心态解压第十一章 换种心态：心态改变你的命运

<<改变心态改变命运>>

章节摘录

插图：人的面貌是最美的景物伦敦有一份报纸，说过这样一个故事：有一个人，早年失明，后来突然恢复视力，重见天日。

他说，这个世界同他的想象似乎不同，特别是人的脸孔。

因为以前他只听到过他们说话的声音，可是现在当他看到说话的那个人的脸时，觉得那张脸似乎同说话的语调不相称。

使他感到最惊奇的是人们脸上所表露出来的那种渴望、疲倦、忧虑的表情，好像他们都被恐惧和悔恨的情绪所击倒，使人们很少见到快乐、平安的脸。

人们都觉得人生很艰苦、很沉重、充满忧愁，仿佛他们对这些都已厌倦。

在他眼睛瞎的时候，虽然看不见东西，但心里却是快乐的。

有一份报纸曾经刊登了一段短讯。

它记载有一个摄影师，他的那架照相机至少替4万人照过相。

在谈话中，他谈到许多关于人的脸，以及人脸如何转变的话。

他开照相馆很多年，也替人家照过不知多少相。

其中有些人后来还成为名人。

他说，他从来没有看到过一张脸特别丑，邪恶的脸更少。

假使我们仔细观察人的脸，看到深处，就不止看到其轮廓和美丑，还能看到这个人的精神和性格，因此我们常常能看到他许多可爱可喜的东西。

有一次，一位爵士到这家照相馆来照相，他对摄影师说：“我的脸很不好看，你尽量照得漂亮些，可是不要抹除我脸上的皱纹，这是我活了这么多年才获得的！”

“每一个人脸上的皱纹都是这样得来的，不管这皱纹是温柔，还是严酷，或者像美国幽默大师马克·吐温的脸一样，纵横交叉，布满困惑。

这位摄影师说，外貌如何，一个人自己做不得主，可是表情却是我们自己的。

我们的脸在人家眼里看来是快乐，是忧伤，都得由我们自己负责。

如果哪一天一个人脸上满是忧伤慌忙的颜色，那么这一天他便可能虚耗过去，毫无成就。

相反地，如果表情坚毅、温和，这一天就能带来祝福。

菲利浦·伯洛克斯牧师，一直住在美国依阿华州的一个小镇上，他在那里住了好多年了。

后来他退休了。

有一份报纸建议：这个小镇可以照样给他一份薪水，只希望他每天挂着那一丝来自天国的微笑，在街上来回走一走。

<<改变心态改变命运>>

编辑推荐

《改变心态改变命运(经典励志珍藏版)》：激励一生的100个经典故事。

环境不易改变，不如改变我们自己。

性格不可以改变，但是心态却可以调整。

激发你的潜力，改变你的心态。

心态的不同必然导致人格和作为的不同，最终将导致命运的不同。

好心态是决定人生成败的关键因素。

与其在抱怨中失去机会，不如在改造心态中练就本领。

改变心态，幸福和成功才能和我们拥抱。

如果我们想改变自己的世界，改变自己的命运，那么我们首先应改变的是自己的心态。

只要心态是积极的，那么我们的世界就会是光明的，我们的人生就会是成功的，我们的命运就会是与众不同的。

改造环境之前，最先要实现的是改变自己，而改变自己之前，最迫切的是改变自己的心态。

因为每个人无法主控生存环境，但可以主控自己的心态，去选择自己的生活方式，即驾驭自己的人生。

。

<<改变心态改变命运>>

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>