第一图书网, tushu007.com

<<心智成熟 才能少走弯路>>

图书基本信息

书名：<<心智成熟 才能少走弯路>>

13位ISBN编号：9787807336747

10位ISBN编号：7807336749

出版时间：2011-9

出版时间：古吴轩出版社

作者：赵颖

页数：256

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

前言

前言　　未来属于那些心智成熟的人　　心智根植于我们心中，影响着我们了解这个世界。
外在的世界会在我们心里形成各种的认知，甚至是图象、印象，长久以来我们认识世界会形成自己的方法和习惯，这种认识事物的心智模式形成之后，会在我们的日常生活中起到很大的导向作用，因此人要获得成功，就要在心智中确立一个鲜明的定位。
改变自己的心智模式，成熟地面对外部世界，就能找到不一样的方法。
　　有一个小故事是这样说的：　　一个人不小心被卷入瀑布下的涡流中间，十一月份的水温很冷，人在冰水中能够生存时间不超过100秒。
这个人被瀑布下的旋涡吸住，于是用尽全身力量向岸边游去。
两分钟以后，他的力量耗尽被吸入旋涡底部，然后尸体被抛到岸边，其实对待旋涡的最好方式不是往外游，而是游向中心，潜入底部再游出来，这与我们学会的向岸边游的方式恰恰相反。
于是有人感叹：他用一辈子努力想达到的事情，在放弃努力后两分钟就达到了。
　　落水后游向岸边是对的么？
大多数情况下是对的！
但一切我们奉为真理的心智模式都会有其局限性。
很多时候往往我们不是不够努力，而是努力方向有误；不是我们努力得不够，而是我们做事的方法不对；不是我们不够勤奋，是我们还没有找到方法；不是我们的能力不够，是有些事我们还没有看透。
　　比如说，一些年轻的姑娘总纠结该选择一个“自己爱的”还是“爱自己的”。
选择一个自己爱的，固然可以从己所欲、顺己之意、快己之情；选择一个爱自己的，固然可以被捧在掌心、放在胸中、挂在心中，但世事往往是：鱼和熊掌不可兼得。
人生不如意事十之八九，可与人言者十之一二，心智成熟的人是怎么做的呢？
她会选择自己所爱的，然后努力去爱自己所选择的。
因为心智成熟的人懂得：爱，就是选择你所爱的，然后爱你所选择的。
　　比如说，有人做事，总想得到别人的赞美、夸奖，一听到不顺心的话，就觉得是和自己过不去，甚至在心里想：明明我在努力干活，反而受到不干活的人嘲笑、挖苦、讽刺，真是应了那句古话：干活的不如捣蛋的！
其实，这也是心智不成熟的表现，你要知道：每一个做成事的人都必须经历四个阶段，第一阶段是初出道的时候，即使意见完全正确，也会常常被否定；第二阶段是爬坡阶段，意见正确时不一定被认可，但错时一定会被指出；第三阶段是成熟阶段，意见正确时有人附和，错时别人保持沉默；第四阶段才是巅峰，意见无论正确与否，都会得到极力拥赞！
既然有人反对你，既然有人嘲讽你，一定是你做得还不够。
再者，你做事的时候，显出了你，别人一看肯定就不爽。
还有，你埋头做事，有时候在人际关系上，可能就顾不上了。
有得必有失。
正如古人说的那样：“任事之人，断不能有誉而无悔，有恩而无怨。
”由此可见，要想做成事，保持一颗平常心有多么重要！
心智成熟的人大多有一颗平常心。
　　比如说，现在许多年轻人觉得和“官二代”“富二代”比起来，社会对自己太不公平了。
其实，不公平是常态，只有相对的公平。
一个人生在农村，跟一个人生在城市，他的人生以及今后的际遇都会产生很大的不同。
在大的环境下的确有其不公平存在，但对于一个人来讲，得到和付出基本上是公平的。
　　正如西方典籍里说的那样：上帝是公平的。
它给富人以好食物，给穷人以好胃口；给大人物以矮小的身躯，给伟岸者以卑微的灵魂；给馥郁的桂花以可怜的形貌，给不芬芳的牡丹以天仙的姿色；让恶人得到诅咒，但用享乐补偿；让善人得到赞美

，但用痛苦折磨；让强大者独处，让弱小者群居；给无爪牙者以翅膀，给不能飞翔者以爪牙……上帝不让任何东西完美。
心智成熟的人从不追求绝对的公平和绝对的完美！
有人说，智慧的代价是矛盾，这是人生和人生观开的玩笑。
作为一个心智成熟的人，必须学会接受一切能够改变的，也接受不能改变的。
一个人不但要接受他所希望发生的事情，而且还要学会接受他所不希望发生的事情。
接受任何不可改变的事实，才能心平气和，以平常心面对周围所发生的一切。
心智成熟的人知道：做人处世，看清楚自己，定好位，不能狂妄自大，更不能妄自菲薄，不要怕，也不要悔。
有人问怎样才能让不成熟的心智变得成熟起来呢？
想想那些智慧的长者就知道了，无非是多磨练、多吃些苦头。
多接触成熟的人，有样学样。
一个在社会上辗转沉浮，经历丰富的人，对人生自然更多一些感慨，更多一些领悟。
顺其自然，岁月会让一个人逐渐成熟起来。
年轻人容易偏激，做事情容易较真，容易急躁，对什么都耿耿于怀，对什么都斤斤计较，对什么都看不惯。
经历挫折以后，就顿生失望之念，觉得人生就是那么回事，于是开始随波逐流，开始混日子。
开始的时候是热情高涨，后来是万念俱灰，这两者都是看不透、想不明。
曾国藩说过：“立身之道，以禹墨之勤俭，兼老庄之静虚，庶于修己治人之术，两得之矣。”每个人的人生历程都不一样，有的人走得比较平坦，能够轻松地到达终点；有的人历经坎坷，可能一无所得；有的人开局不错，后来却每况愈下；有的人早岁困顿，晚景却芝麻开花节节高。
心智成熟的人就要像曾国藩那样，具体做事认真努力，但人生的大观念却要看得透些。
因为人生短暂，有些事早点看透就能少走弯路。
有一幅联写出了智者的情怀：“遂心只有看山好，涉世深知寡过难。”山的雄伟，让人的心胸开阔，足以洗去日常的郁闷琐碎。
每天被复杂的人际关系纠葛着，被成败得失纠缠着，被名利富贵诱惑着，就要有点登高望远的气魄和胸怀。
人世多艰，需要早点参明，我们怎能事事顺心，一帆风顺？
只能不求尽如人意，只能无愧我心，凡事看透、尽力就好了。

内容概要

心智根植于我们心中，影响着我们了解这个世界。
改变自己的心智模式，成熟地面对外部世界，就能找到不一样的方法。
由于心智不成熟，我们往往走了许多弯路。

心智成熟的的人，比较容易适应社会，比较能“混”得开。
他们的自控能力、承受能力和应变能力都比较好，也就是我们经常说的“老练”。

而心智不成熟的人，就显得比较幼稚了，看起来像“菜鸟”，不太容易适应不断变化的环境，也不太容易控制自己的情绪，甚至得罪了人还不知道，注定了要走许多弯路。

心智成熟是一种境界，是岁月的沉淀，是时间的累积，是历经伤痛的体验。

心智成熟的人一定是平和的、幸福的，一定是从容的、淡定的，一定可以把弯路走直。

作者简介

赵颖，女。
资深心智财富创始人。
多年来潜心研究心智学，将东西方教育思想进行紧密的结合，探索、总结出适合中国社情的心智模式和处世智慧。

书籍目录

第1章　心智成熟的人才能把弯路走直
　推迟满足感
　走出心灵舒适区
　跌倒的时候要肯定自己
　学会变通，才能成功
　你不能解决问题，你就会成为问题
　你需要的是抉择而不是选择
　推卸责任的人心智无法成熟
　自信勇敢的人能够平衡自我
　不要悔，人生才会精彩绝伦
　学会选择，懂得放弃
第2章　转变心智：以目标为导向
　心智决定你的眼界
　跳出自己的心智模式
　把简单的事情重复做好就是成功
　将热忱投注于现实
　发挥优点，何必完美
　细化自己的特长与目标
　勇于说“不”，树立自己的形象
　敢于犯错，接纳自己
　改变审视自我的度量衡
　外在世界是内心追求的结果
第3章　发挥内在的力量
　同类相吸，同频共振
　心想事成的秘密
　每天给自己一个希望
　再远的路也要迈出第一步
　把握好最重要的现在
　专注是对梦想的沉淀
　奇迹来自你对信念的坚持
　一次错误 一次成长
　改变环境只需要传递积极能量
第4章　换个思路，换个活法
　生命因有爱而成长
　不迷信权威，做最好的自己
　太清高不利于做人处世
　盲目从众不会有前途
　果断决策，告别犹豫
　换一个角度，换一种态度
　关系网越织越紧密
　讲三分话，说明你成熟了
　标准太多等于没有标准
　一切改变都源自观念的改变
第5章　担当是重量，也是再生的力量
　学会合理分配时间和精力

任用比自己能力强的人
善于借用他人的力量
减少内耗，按角色做事
“刺猬”效应，距离适当才能相互温暖
碗和筷子合作，作用才最大
第6章　心智成熟，低调做事
淡定是成熟的心态
内省——良好的的心理品质
超越自我才能成为强者
减少一个对手胜过增加一个朋友
不要侵犯他人的心理气泡
强者示弱是智慧
成全别人就是成全自己
嘲笑别人不如自我解嘲
第7章　让挑战成为习惯，视变化为机会
气魄大方可成大，起点高才能至高
成熟的人能变压力为动力
要改变命运，先改变性格
成功是改变后的自己吸引来的
持之以恒，每天学一点东西
改造、优化形成自身的独特魅力
命运是每一天的累积
对你的才智善加利用
第8章　提高情商，增加软实力
情商决定你的晋升空间
“小人物”也会是你的大福星
原谅别人就是放生自己
施善者更有福
发现别人优点并为我所用
把别人的批评当成赞美
对人生不要太早下结论
不求最好，只求最合适
建立自己的核心优势
观念决定结果，选择大于努力
做事讲究方法，巧干远胜蛮干
第9章　心智成熟的人，内心是平和的
活得从容就要看淡名利
生活中许多事需要你遗忘
把最可能实现的作为你的目标
淡定是一种成熟的心智
世上本无事，庸人自扰之
臣服那些已经发生的事
缺憾也是一种美
拿得起，更要放得下
盘点自己该淘汰些什么
豁达是一种人生态度
第10章　掌控你的负面情绪

喜怒哀乐不要表现在脸上
用理智管理自己的怒气
放弃嫉妒的负性体验
贪婪是难以躲避的明枪
要学会和寂寞相处
挣脱心灵的枷锁
停止抱怨才有希望
消除病态的恐惧
调整心态，逃出自己织的网
心灵澄澈才能灵动
保持一颗平和与宁静的心

章节摘录

◎你需要的是抉择而不是选择　　“选择”与“抉择”，在字面上看，属于近义词，但它们却有迥然不同的概念。
　　在人生道路上，这两个词对各人的命运往往起到了决定性的因素，在什么时候需要你做出选择，在什么时候需要你去大胆抉择，的确需要一番思索。
　　选择是带有随意性的，简单的理解，可以看作我们在水果摊上买水果，会挑那些又大又圆又红的水果往袋子里装，这是选择。
但摊主不一定允许你随心所欲地挑挑拣拣，就如有些事情我们别无选择一样。
　　抉择是痛苦的，是经过激烈的思想斗争后做出的决定，它代表着慎重、严谨，不是选择那么简单的事。
在人生漫长的道路上，我们会有无数次徘徊在选择和抉择的十字路口，是对还是错，哪一次是人生的转折点？
对了，一片坦途；错了，布满坎坷。
　　两者比较，选择的正确率往往很低，因为没有重视并考虑成熟，但抉择往往正确率比较高，因为它是通过一番权衡思考后得出的结论。
当真正感到处在人生的关键路口的时候，就需要抉择了。
看来，无论是选择或者抉择，都应该三思而后行才对。
　　小时候，每当我们不小心摔倒后，第一个念头就是找找看是什么东西绊了脚，我们总是怪别人乱放东西，实在找不到什么，还可以怪路不平。
尽管那样做对于疼痛的减轻并没有直接效果，但能找到一个可以责怪的对象多少算是一种安慰，可以证明自己没有责任。
　　长大后每当我们遇到挫折时，也总是不自觉找出许多客观原因来开脱自己，实在找不到原因时就说自己的命不好。
这样开脱自己其实是一种绝对的幼稚，因为我们总在想方设法地一次又一次欺骗自己。
　　有一只小老鼠咪咪，终日里闷闷不乐，它深感自己气质不佳，形象不好，本领又小，生活在动物世界的最底层，受尽了委屈。
　　看着到处巡逻的猫，小老鼠咪咪想，要是能够做只猫，该是一件多么威风的事啊！
　　于是，小老鼠来到佛祖面前，一再哀求恩典，将它变成一只猫。
佛祖禁不住它的纠缠，就答应了它的要求。
于是，小老鼠如愿以偿地变成了一只猫。
　　可是没过几天，又出现了新的问题——原来猫是怕狗的呀！
小老鼠咪咪又去再三哀求佛祖，让自己变成一条狗。
佛祖也答应了，于是，它又如愿以偿地变成了一条狗。
　　让小老鼠咪咪诧异的是，狗还怕狼！
于是它又跑去乞求佛祖让自己变成了狼……　　就这样，小老鼠一路请求一路变化，终于变成了森林之王——大象。
　　志得意满的咪咪昂首挺胸，在森林里漫步巡游，威风凛凛，动物们见了它都卑躬屈膝，咪咪心中别提有多高兴了。
　　但好景不长，咪咪又失落了，它万万没有料到，大象最怕的竟然是老鼠！
这时它眼中最伟大的形象又变成了老鼠，于是小老鼠咪咪又跪倒在佛祖的面前……　　很多时候，我们又何必苛求？
兜兜转转的结果很有可能是又回到原点。
　　世界上的一切事物没有一样是可以独立存在的，地球上的任何生灵如果没有阳光、空气、水，就无法生存。
社会中的万物都是彼此相互依存的，整个宇宙就是一个共生共存的共同体。
　　每个人的选择不同，便会有不同的人生。

一种选择就是一种活法，一种选择可以带来很多种机会，但抉择之后便再没有机会，不会再从头开始，要珍惜自己的抉择。
心智成长　　遇到挫折，无论怎样怪别人，最终都是徒劳无益的。
那么我们也只能是怪自己没有选择好，因为任何时候只怪自己，始终是最明智、最正确的生活态度。
◎推卸责任的人心智无法成熟　　勇于承担责任，敢于面对困难，才能够使心灵变得健康。
承担责任，这是我们身为人一个不可避之的科目。
不能及时解决人生的难题，它们就会像山一样横亘在我们前进的方向。
日常生活中，每个人都难免会出现错误，但是，当问题发生后，有些人为了推卸责任，找出许多借口为自己辩解，并且说得振振有词，头头是道。
“他们不采纳我的建议”，“我是按照公司的要求做的”等等，其实，这样做并不能把责任推得一干二净。
一个人与其为自己的错误找理由，倒不如大大方方承认自己的失职。
别人反而会因为你能勇于承担责任而少了责难之心。
相反，敷衍塞责，推诿责任，找借口为自己开脱，不但不会得到别人理解，反而会“雪上加霜”，让别人觉得你不但缺乏责任感，而且还缺乏诚意。
其实，人难免有疏忽的时候，没有谁能做到尽善尽美，这是可以理解的。
如何看待已经出现的问题，就能看出一个人是否能够勇于承担责任。
约翰和戴维是速递公司的两名职员，他们俩是工作搭档，工作一直很认真，也很卖力。
上司对这两名员工都很满意，然而一件事却改变了两个人命运。
一次，约翰和戴维负责把一件很贵重的古董送到码头，上司反复叮嘱他们路上要小心，没想到送货车开到半路却坏了。
如果不按规定时间送到，他们要被扣掉一部分奖金。
于是，约翰凭着自己的力气大，背起邮件，一路小跑，终于在规定的时间赶到了码头。
这时，戴维说：“我来背吧，你去叫货主。
”戴维心里暗想，如果客户看到我背着邮件，把这件事告诉老板，说不定会给我加薪呢。
他只顾想，当约翰把邮件递给他的时候，一下没接住，邮包掉在了地上，“哗啦”一声，古董碎了。
“你怎么搞的，我没接你就放手。
”戴维大喊。
“你明明伸出手了，我递给你，是你没接住。
”约翰辩解道。
他们都知道古董打碎了意味着什么，没了工作不说，可能还要背负沉重的债务。
果然，回到公司后，老板对他俩进行了十分严厉的批评。
“老板，不是我的错，是约翰不小心弄坏了。
”戴维趁着约翰不注意，偷偷来到老板的办公室对老板说。
老板平静地说：“谢谢你，戴维，我知道了。
”　　老板把约翰叫到了办公室。
约翰把事情的原委告诉了老板，最后说：“这件事是我们的失职，我愿意承担责任。
另外，戴维的家境不太好，他的责任我也愿意承担。
我一定会弥补我们所造成的损失。
”　　约翰和戴维一直等着处理的结果。
一天，老板把他们叫到了办公室，对他们说：“公司一直对你俩很器重，想从你们两个人当中选择一个人担任客户部经理，没想到出了这样一件事，不过也好，这会让我们更清楚哪一个人是合适的人选。
我们决定请约翰担任公司的客户部经理。
因为，一个能勇于承担责任的人是值得信任的。
戴维，从明天开始你就不用来上班了。

”　　“老板，为什么？
”戴维问。
　　“其实，古董的主人已经看见了你们俩在递接古董时的动作，他跟我说了他看见的事实。
还有，我看见了问题出现后你们两个人的反应。
”老板最后说。
　　社会学家戴维斯说：“放弃了自己对社会的责任，就意味着放弃了自身在这个社会中更好的生存机会。
”　　放弃承担责任，就是蔑视自身的责任，这就等于在可以自由通行的路上自设路障，摔跤绊倒的也只能是自己。
　　心智成长　　能够为别人担当责任，能够为企业担当责任，说明你比别人更有承受力，更具突出的能力。
如果和别人一样，就不会由你来承担什么了。
所以，一个人应该为自己所承担的责任感到骄傲，因为你已经向别人证明，你比别人更强，你更值得信赖，你能创造更多的价值。
　　◎细化自己的特长与目标　　注重细节，就应该踏踏实实地做好“细活”。
要想得细，尽可能想得远一些、想得多一些，把各种可能发生的情况、可能出现的问题都考虑周全，绝不能有“差不多”的想法。
　　在美国耶鲁大学的入学典礼上，校长每年都要向全体师生特别介绍一位新生。
去年校长隆重推出的是一位自称会做“苹果饼”的女同学。
　　同学们都感奇怪：为什么是她呢？
　　原来，每年的新生都要填写自己的特长表格，而几乎所有的同学都会选择诸如运动、音乐、绘画等。
从没人以擅长做“苹果饼”为卖点。
因此，校长注意到了这位同学。
　　她很聪明，因为如果当初她要填“擅长厨艺”的话情况就不同了。
　　平时我们都喜欢用大而笼统的概念把自己的特长掩盖起来，而细化自己的特长则能显示出一种天真的可爱和纯朴，同时也是一种自信。
曾有一个人在求职简历中的“有什么特点”一栏中写道：“说谎时容易脸红。
”这比起那些自称“从不说谎”的人来，要真诚得多。
有些特长虽然不伟大，不高贵，但是它照样可以让我们享受一生。
细化它们，并张扬它们，你的自信便一点一滴地渗透出来。
　　古人说：“天下大事，必作于细”。
细节虽小却不可小视，细节显示差异，细节决定成败。
很多事情，本来规划、设计、思路都很好，但是如果在一些微小环节上出了差错，往往就会功亏一篑。
　　有人做过一个实验：组织三组人，让他们分别步行到十公里以外的三个村子。
　　第一组的人不知道村庄的名字，也不知道路程有多远，只告诉他们跟着向导走就行了。
这些人刚走了两三公里就有人叫苦，走了一半时有人几乎要愤怒了，他们抱怨为什么要走这么远，何时能走到。
有人甚至坐在路边不愿走了，这组人越往后走他们的情绪越低落。
　　第二组的人知道村庄的名字和路程，但路边没有里程牌，他们只能凭经验估计行走的时间和距离。
走到一半的时候，大多数人就想知道他们已经走了多远，比较有经验的人说：“大概走了一半的路程。
”　　于是大家又簇拥着向前走。
当走到全程的四分之三时，大家情绪低落，觉得疲惫不堪，而路似乎还很长。
当有人说：“快到了！

”大家又振作起来加快了步伐。
第三组的人不仅知道村子的名字、路程，而且公路上每一公里就有一块里程牌。
人们边走边看里程牌，每缩短一公里大家便有一小阵的快乐。
行程中他们用歌声和笑声来消除疲劳，情绪一直很高涨，所以很快就到达了目的地。
这不难理解。
人们如果清晰地了解自己行动的明确目标和自己的进行速度，就会抱着乐观的心态克服一切困难，努力达到目标。
可见，目标设计得越具体越细化越容易实现。
1984年东京国际马拉松邀请赛中，名不见经传的山田本一获得世界冠军。
有很多人为此置疑。
两年后的意大利国际马拉松邀请赛中，他再次获得冠军。
马拉松赛是体力和耐力的运动，只有身体素质好又有耐性的人才有望夺冠，爆发力和速度都是次要因素。
山田本一又是怎样获得成功的呢？
在接受采访中他这样说：“每次比赛前，我都要乘车把比赛的路线仔细看一遍，并把沿途比较醒目的标志画下来，比如第一个标志是一棵大树；第二个标志是银行；第三个标志是一座红房子……这样一直画到比赛的终点。
比赛开始后，我就以百米的速度奋力冲向第一个目标，等到达第一个目标后，又以同样速度向第二个目标冲去。
40多公里的赛程，就被我分解成这么几个小目标轻松地跑完了。
”　　山田本一成功的奥秘就在于将最终目标分成几个小目标，在每一个小目标中以最饱满的激情和动力来完成，从而达到最后的胜利。
心智成长　　目标之所以看起来遥远，是因为我们只看到从出发到最后到达这一段长远的距离，由此感到灰心绝望。
其实，若像方程式一般，一步步地去分解，再难完成的事情都会化繁为简。
◎同类相吸，同频共振　　当从一些不喜欢的事物中，寻找一些喜欢的时候，你的心灵也随之发生了一些变化，当你转变自己的心，就会得到一种感应，你得到的结果也会发生变化，你要注意到：当你的愿望清晰的时候，你内心的感觉是怎么样的。
当我们说：“哦！
这确实是我喜欢的东西！
”这就说明我们的内心感觉良好。
如果一个人充满快乐，总是想着好的事，那么你的想法就会和好的一些人和事引起共鸣。
同样的，一个人如果总是带着悲观的，愤世嫉俗的思想频率，那么难怪常有倒霉的事情发生在他身上。
看看你的周围被你吸引的人，就知道自己是什么样的人了。
因为你的思想和感情都是有一定的能量震动的，所以会吸引和你一样的震动频率的人。
这种相互吸引无时无刻不在以一种人们难以察觉的，下意识的方式进行着。
一个人的心念如果消极、丑恶，他所处的环境也会显现出消极性和丑恶性；一个人的心念积极、善良，他所处的环境也显现出积极的、善良的特性。
吸引力法则，简单地说，就是同类相吸，同频共振。
吸引力法则是宇宙法则中强有力的一种，虽然在概念上十分简单，但要真正掌握它，了解它，它才会成为你的一部分。
当我们的思想、情感、语言、行动，有机地结合在一起后，其能量将会吸引与其本质相同的人、事、物。
有一位老鞋匠，四十多年来一直在进出城者必经的道路上修补鞋子。
有一天，一位年轻人经过，正要进入这个城镇，看到老鞋匠正低着头修鞋，他问老鞋匠；“老先生，请问你是不是住在这个城里？

”老鞋匠缓缓抬起头，看了年轻人一眼，回答说；“是的，我在这里已经住了四十多年了。
”年轻人又问；“那么你对这个地方一定很了解。
因为工作的关系，我要搬到这里，这是一个怎样的城镇？
”老鞋匠看着这个年轻人，反问他“你从哪里来，你们那儿的民情风俗如何？
”年轻人回答；“我从某个地方来，我们那里的人哪……别提了！
那些人都只会做表面文章，表面上好像对你很好，私底下却无所不用其极、钩心斗角，没有一个人会真正地对你好，在我们那里，你必须很小心才能活得很好，所以我才不想住在那里，想搬到你们这儿来。
”老鞋匠默默地看着这个年轻人，然后回答他说：“我们这里的人比那里更坏！
”这个年轻人哑然离开。
过了一阵子，又有一个年轻人来到老鞋匠面前，也问他：“老先生，请问你是不是住在这个城镇？
”老鞋匠缓缓抬起头，望了这个年轻人一眼，回答他：“是的，我住在这里已经四十多年了。
”这个年轻人又问：“请问这里的人都怎么样呢？
”老鞋匠默默地看着他，反问：“你从哪里来？
你们那儿的民情风俗如何？
”年轻人回答：“我是从某个地方来，那里的人真的都很好，每个人都彼此关心，每个人急公好义，不管你有什么困难，只要周围人知道，都会很热心地来帮助你，我实在舍不得离开，可是因为工作的关系，不得不搬到这里来。
”鞋匠注视着这个年轻人，绽开温暖的笑容，告诉他：“你放心，我们这里每一个人都像你那个城镇的人一样，他们心里都充满了温暖，也都很热心地想要帮助别人。
”　　在生活中，我们经常会看到有人总能获得众人的关注和尊重，有人却被忽视和冷落；有人总能一呼百应，有人却落落寡合、无人问津。
这是为什么？
在很多人看来，成功人士的成功似乎是奇迹。
但究其原因，人们就会渐渐发现奇迹之所以会在他们身上发生是因为他们拥有一个共同的特点——人际吸引力。
　　现代量子力学表明，世上的万事万物都是由能量组合而成的，而能量就是一种振动频率，每样东西都有它不同的振动频率，振动频率相同的东西，会互相吸引而且引起共鸣。
　　你可以注意到，一般人并不专心致志地注意自己刚认识的人，他不断地东张西望，似乎在寻找更有趣的人。
如果谁这样对待你，你一定不会喜欢他。
当我们被介绍新朋友时，我们应尽量显得友好和自信。
一般来说，喜欢是相互吸引的，人们喜欢喜爱自己的人。
　　你也可以这样来理解人际吸引力法则：你生活中所发生的所有事情和你身边所有亲切的人，都是你自己吸引来的，是你大脑的思维波动所吸引过来的。
所以，你将会拥有你心里想得最多的事物，你的生活，也将变成你心里最经常想象的样子。
　　美国纽约州第53任州长罗杰·罗尔斯是一个黑人，出生地在纽约州的贫民窟，罗尔斯上小学时，不少贫穷孩子无所事事，旷课打架习以为常，无心向学比比皆是。
　　利用给他看手相的机会教育他，说他将来能当州长，罗尔斯大吃一惊，他牢牢地记住了这句话。
　　“当州长”的信念如同一面旗帜，时刻召唤着罗尔斯。
经过40年如一日的不懈努力，罗尔斯在51岁那年终于成了州长，他在就职演讲时说：“信念值多少钱？
它也许不值钱，然而，你一旦坚持下去，它就会迅速升值，使你的人生走向成功。
”　　思想的障碍一方面来自于在过往的生活经历中所产生的情绪障碍，这些情绪会像种子一样

，伴随成长而产生效力，逐渐地形成潜意识影响人们思想的正确性，导致当人们想达成某种效力时，就会有一个生命程序在对抗和制约着这个积极正面的想法。
有信心地踏出第一步，然后再迈出第二步……你不需看到整个楼梯；只要踏出第一步，将注意力集中到你想要的东西上，自然就会有第二步、第三步……吸引力法则最终将会把你带到你心中想到的地方。
如果你本身是优秀的人，喜欢积极，创造等，你也能交到和你有类似价值观的朋友。
吸引力法则是成就自我的利器——心想，可以事成；想成为自己想成为的人，就能成为这样的人；想交到和自己一样的朋友，就可以交到这样的朋友。
很多人在寻找自己理想关系的时候，会不自觉地发现，他们不是发自心灵的想要吸引自己的事物，这种意识是一种让他们发出一种缺失的心灵感应（一种消极的心灵感应）。
不要注意你无法吸引到的东西，你要停止给予它们你的注意力、能量和聚焦度。
慢慢地寻找那些和你相符合的人际关系的重要特征，一边给他们注意力！
你的心灵感应就会因此发生变化，而吸引力法则会带给你更多相同的东西！
不要告诉别人你周围的人发生什么事情，不要在你的日记里记录这件事情，因为吸引力法则不知道你能想起什么、你会抱怨什么，或者你会担心什么。
吸引力法则只是带给你更多你所注意到的东西。
心智成长　　人的心念和思想总是与现实世界相互吸引的。
人所处的现实是人的心念吸引而来的，人也被与自己心念一致的现实吸引过去。
具有共同心念和思想的人，也更容易成为朋友。
心想事成的秘密　　“心想事成”的关键点首先在于“心想”，而“心想”不只是单纯的愿望或是欲求，指的更是坚定长久的信念。
信念决定一个人的行为和思维，所以，信念决定了一个人的事业能否成功。
如果每个人“心想”就可以“事成”，那成功就成了一个廉价的物品。
人可以得到一切应得的，而不会得到想得到的一切。
不属于你的，无论多么劳心费神，到头来也捞不到。
“拥有千金者必值千金，应饿死者必定饿死。
”这个看似残酷的观点却有着深刻的道理。
这种不同，就是人们如何追求成功的差距。
“想”是盲目的和非现实的，也是随意、想当然的。
它只是一种向往或抱有一种侥幸心理。
“想”成功者，其目标要么游移不定，要么好高骛远，不着边际。
“要”则全然不同，它对成功有目的，有一种要求。
这种要求必然是具体的，因而也是明确的。
“要”成功者，他们能看到目标，并付诸努力。
先了解自己的人生模式，学会自己的功课，然后全心全意地用观想的方法散发自己得到之后那种愉悦感受带来的震动和能量，然后带着这种快乐的心情去感恩，关键是这种想要的东西必须很清楚很具体，然后再付出不断地努力，期间并保持自己的言行一致。
例如，你想象自己会拥有一份好工作，如果你非常强烈地向往这个愿望，就会促使你更加发奋更加努力，慢慢地你会惊喜地发现，你的能力变强了很多，而面前早已摆着很多好工作的机会等你挑选。
这就是“心想”引发“事成”的道理。
所以，如果你强烈地需要什么东西，就必须聚焦注意力去努力“心想”它，“心想”如何才能得到它，因为只有你内心怀有强烈的期待，这个美好愿景才有可能真的实现。
在美国的一所中学有一位毕业生，平时考试他每科成绩都得A，当他参加全美入学考试后，当局寄信给他，通知他考到入读大学的资格，他考到的结果是“score98”。
他误以为98是自己的智商，他从心理学书中知道智商98是很低的，一般的人都有一百多，他心想以自己的智商是没有办法应付大学课程的，于是他在开学时就很勤奋读书，一心想以勤补拙，但事与愿违

，他每科的测验都不合格。
　　于是校方的辅导老师找他谈话，问他为什么在中学时科科都取到甲级优秀成绩，现在何以成绩一落千丈？
他回答说：“先生！
您不能怪我啊！
因为我的智商只有98，我已尽了我一切能力去读了！
”　　“你怎会说你的智商是98呢？
”辅导老师问。
于是他把情况都告诉了辅导老师。
辅导老师看着他的记录档案，很惊奇地回答他：“你误解啦！
其实score98是说你在全国考生中你的成绩是比其他98%的考生好。
这是百分比率，不是智商。
即是说你是全国最优秀的一批学生，名列前茅。
”　　这时，他才明白自己原来并不是低智商，心中的石头落了地。
奇怪的是他后来每科都取到甲级成绩，毕业时成为优秀生。
　　“心想”的这种信念其实未必是真的，上面案例中的学生智商究竟是多少呢？
98还是130以上？
从故事中我们可以看出，分数本身已经不那么重要了。
更重要的是分数给他造成的“心想”对他以后行动的心态影响。
在认为自己智商低下的时候，这个学生哪怕真的很有天分，可以创造令人瞩目的事业，可以成就令人羡慕的人生，但他的内心潜意识一旦接受“我智商很低”这个信念，便会在行为上照着这个信念去做。
即使有什么好的机会他也不会去争取，总认为自己是个蠢材，是个没用的人，是不可能有成功的一天的，只是平平凡凡地过一世。
　　人类社会具有安于现状的倾向，即惰性。
要重新唤醒成功的欲望，使之从潜意识上升到显意识，就得下“一定要成功”的决心。
“一定要”不会凭空而起，下定决心也不会无缘无故。
当我们找到了内心最渴望的事物，就能找到更坚定的决心——它们可以让我们更好地得到应得的一切。
　　心智成长　　让“想”到的事变成真，需要自己更坚定的信心——“要”成功，应该成功，一定要成功。
把成功定位于行动的人，更能整合现有的资源，制订计划找到切实的方法，得到应得的一切。
　　◎太清高不利于做人处世　　有的人个性非常刚正，绝不愿意顺从自己觉得不满的事，而且也看不起那些隐忍处世的人，觉得这样的人没有原则，甚至会认为社会的风气之所以这么坏就是被这些人给带坏的。
其实，在我们做人处世的过程中，太清高是不利于人际关系的，人际关系处不好，就算有再大的宏图伟业也不容易完成。
古人常讲“天时、地利、人和”，没有人和，什么事能做好呢？
　　从前有一位无际禅师，他经常云游四方，有一天，他来到了一个小山村。
这时正是中午时分，天气炎热，禅师看到河边有一个村民正在用水车打水，就上前去向他讨水喝。
　　这个村民见无际禅师是个出家人，就说：“禅师，假如有一天我也看破了红尘，我就会和您一样出家修行。
不过，我出家以后，不会像你这样四处云游，居无定所。
我会找一个地方隐居起来，专心参禅打坐，不再抛头露面。
”　　无际禅师微微一笑，问道：“那么你什么时候才会看破红尘呢？
”　　村民说：“我虽然一直有出家悟道的想法，但遗憾的是，我们这一带只有我最了解水车的性质，而全村的人都以此为主要水源。

如果我能找到人来接替我的位置，那我就可以无牵无挂地出家了。
”　　无际禅师道：“你最了解水车，那我来问你，如果水车全部浸在水里，或者完全离开水面又会如何呢？
”　　村民答道：“水车在水里是要靠下半部被水流冲击而转动的原理来工作的，如果把水车全浸在水里，它不但无法转动，而且还有可能会被急流冲走。
同样，如果水车完全离开水面也是不能转动的，更别说要靠它来抽上水来了。
”　　无际禅师点点头，说：“水车与水流的关系，其实和个人与世间的关系是一样的。
如果一个人完全入世，纵身江湖，难免会被尘世的洪流所冲走。
假如超然处世，与世隔绝，则人生就会失去强大的动力。
同样，一个修道之人，也要出入得宜，既不冷眼旁观，也不随波逐流。
因此，出家既要看破红尘，更要想法普渡众生。
”　　村民听了无际禅师的话，久久地愣在那里，若有所悟。
　　禅师的话是很有道理的，不仅应用于出家修道之人，也可以应用在我们这些凡夫俗子身上。
　　一个人若是太清高，目下无尘，就像那离开水面的水车一样，得不到别人的支持和拥护，甚至还会四处树敌。
这样别说是改变世界，就是改变某个人都不容易，有什么样的伟大抱负也都只能是纸上谈兵，因为没有人来支持你的实施，而单凭一个人的力量显然是不可能做到的。
　　而一个人若是太随波逐流，没有自己的主张和原则，那就像完全浸在水中的水车一样，表面上是随顺众生，但实际上却很容易被那些不良的东西给污染，甚至被席卷进浊流，完全抹杀了自己的意愿。
　　所以，做一个隐忍的人，既保留自己的原则和个性，又随机应变、灵活变通，在水流的冲击下忍耐、坚持，只有这样才能汲水上岸，成就事业。
　　心智成长　　清者易污，谨言慎行更易招惹无端猜疑；清者易浊，坚持自我更让人觉得仿佛不食人间烟火、清高孤傲、特立独行、另类怪异。
这样的话，在人群中往往会很被动了。
其实，生活中哪有那么多的龌龊，只要我们本真待人，平淡看事，低调做人，人生之路便会顺畅得多！
　　◎建立自己的核心优势　　所谓“核心优势”，就是一个人跟别人比较起来，他真正的优势到底是什么，并能不能把自己的资源都集中运用到这一优势上？
一个人要建立“核心优势”，首先要定位，看看自己到底有什么过人之处。
　　所谓“定位”，通常是指通过对自己准确的评价，找到适合自己的位置和出路，更加通俗的说法是角色的扮演以及方向的选择。
它是人生出路的导盲犬，是人生的方向盘、指示灯。
如果没有定位，我们每天清晨起来，将会四顾茫然；如果没有目标，即使终日忙碌，也将毫无意义。
定位不当，势必多走弯路；选择错误，肯定南辕北辙。
不怕出路不好，就怕定位出错。
　　有能力有智慧就是一个人的“优势”所在。
一个人必须学一行精一行，干一行爱一行。
不要站在这山望着那山高，一心多用，难以学精，一事无成。
一个人不管你是读书还是工作，都必须专心，只有实实在在地专心学习工作，才能有所建树，才能受益无穷，才能受人尊敬。
有的人虚有其表，虚有学历，虚有头衔，虚有名分，却没有真本事，是无法成就未来的。
　　举个形象的例子：现在有太多的人不能够把一壶水烧开，很多人都是烧到60°C就撒手了。
还有不少人这壶水还没有烧开，就又跑去烧别的壶了。
　　一个人要建立自己的“核心优势”，归结起来大概有这样的四个问题。
一是一壶水值不值得烧，二是应该烧哪一壶，三是如何烧，四是烧开之后又怎么办？
　　就第一个问题来说，社会上有一种根深蒂固的偏见，就是所谓“冷门”。

考大学，热门的专业报考的人很多。
工作，吃香的行业总是门庭若市。
可是热门和冷门是相互转换的。
社会上只有没烧开的水，没有不值得烧的水。
　　俗话说：“三百六十行，行行出状元。
”所谓状元，无非就是烧开了的水。
　　其次，一个人要建立“核心优势”，首先要定位，看看自己到底有什么过人之处，看自己到底有什么潜能，至少应该看看自己的兴趣何在。
常常有这样的情况，一个太过优秀的人，总是认为每壶水都值得烧，每壶都可以烧得开。
但是，“核心优势”的关键处就是告诉我们只能有一个优势，多个“核心优势”也就降低了优势。
有谚语说，不要同时追两只兔子。
　　定位明确之后，就要不停地烧水，直至水开。
水不开，虽然有核心，但是无优势。
　　烧水的过程自然不容易，因为人们不免会有见异思迁的弱点，不免会怀疑乃至动摇，对水是不是可以烧开有深度的疑虑，最后我们甚至认为也许这壶水根本就不值得烧……一个能够把水烧开的人，一定经过了寂寞、艰难和挫折……尤其是烧到60℃之后的难度，常常令无数来者折返。
其实任何人在初始阶段有什么大的不同吗？
所谓成功人士，无非把一壶水烧开了而已。
　　取得“核心优势”的人，社会会给他特别的荣誉，也会要求他有更多的社会活动，于是“核心”不核，优势也就不优了。
但有智慧的人往往能够及时警觉到这一点。
　　心智成长　　一个人必须要有自己的“核心优势”，那就是你要与身边的人比一比，
你有哪些不一样？
有什么过人之处？
有什么突出的特点和专长？
静下心来问问自己，慢慢地你就会不断努力！
不断进步！
走向成功！
　　……

媒体关注与评论

“三十而立”并不是一种外在的社会坐标，衡量你已经如何成功，而是内在的心灵标准，衡定你的生命是否开始有一种心灵的内省，并且从容不迫，开始对你做的事情有一种自信和一种坚定。

——于丹　　一个人思想的真正成熟，在于独特价值观的确立，在于个体判断力的形成。

——俞敏洪　　年轻人心智成熟最难得。

——中国女篮主教练　孙凤武

编辑推荐

人生是一场艰辛之旅　心智成熟的人　内心才强大　才可以自我超越　才可以把弯路走直　对于人生来说，有些事真的需要早点看透。
现在看不透，你或许就要吃亏一辈子。
人生竞技场，是庸碌，是卓越，取决于你的心智成熟度。
人人都有心理问题，心智不成熟是其中最突出的一个。
直面问题，问题总能解决；逃避问题，心灵无法成长！
世界如此浮躁，我们怎么能不淡定？
世事如此艰难，我们怎么能不成熟？
《心智成熟，才能少走弯路》从专业的心理分析入手，将告诉你如何才能有效地表达自己不失控，客观地看待问题不偏激，用100多个生活中的案例启发读者如何从心智模式上改变自己、提升自己、完善自己，从而开创不一样的人生。

第一图书网, tushu007.com

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