

# 《二十几岁的心态决定你一生》

## 图书基本信息

书名：《二十几岁的心态决定你一生》

13位ISBN编号：9787505121744

10位ISBN编号：750512174X

出版时间：2013-5

出版社：龙柒 红旗出版社 (2013-05出版)

作者：龙柒 编

页数：241

版权说明：本站所提供下载的PDF图书仅提供预览和简介以及在线试读，请支持正版图书。

更多资源请访问：[www.tushu111.com](http://www.tushu111.com)

# 《二十几岁的心态决定你一生》

## 前言

人生仿佛一艘航船，它满载着我们的希望，扬帆远航。在这艰辛的旅途中，它会穿越无数的险滩暗礁，会历经无数的惊涛骇浪。年轻的我们就是这艘航船的舵手，能否驶向成功的彼岸，需要依靠我们所掌握的知识、积累的经验以及危急时刻所调动出的智慧。当你面对大风大浪时，你能有从容不迫的心态吗？当你面对风平浪静的海面时，你能有洞察暗潮的心态吗？好的心态能让你在航行中充满信心，能让你在身处绝境时仍然心存希望，能让你发现生活中许多被掩藏的快乐，更能让你在面对纷繁世事时拥有大智慧。好心态就像普照大地的阳光，让你的内心充满温暖；好心态就像一颗魔力药丸，让你心中时刻充满欢乐；好心态就像一把万能钥匙，让你能开启任何艰难的关卡大门。成功的人并不是因为他们拥有了比别人更多的东西，也不是因为他们从没有经历过失败，而是因为他们都有一个好心态。也许改变环境很难，改变别人很难，但改变自己的心态却不难。换一个角度，变一种心态，你就会豁然开朗。人生有得也有失，有辉煌也有落魄，有欢笑也有泪水，但拥有一个积极的心态却是你一生的资本和财富。美国心理学家威廉·詹姆士说过：“人可以通过改变自己的心态改变自己的人生。”不为打翻的牛奶而哭泣，敢于放开紧握的双手，这样你的人生才能获得更多。生活带给我们的挫折和幸福，我们都应该学会去享受。用好心态去把握短暂人生的每一分每一秒，你会发现你人生的每一天的阳光都是如此灿烂。心态决定人生，也决定了人的生活方式，有好心态就有好心情，拥有好心情就会用心做好身边的每一件事。生活中许多人总是把活得太累、活得太烦的原因归咎于外界，却不懂得控制心态才是解决问题的关键。以何种心态去面对世事，完全取决于你自己，你完全可以选择和主宰你的心情。同样的处境、同样的事情，你用乐观的态度去对待，就会感到轻松自如；你用悲观的态度去对待，就如同掉入黑暗的深渊。一个人的心态决定了自己的工作和生活状态，进而又影响着内心的快乐程度及幸福指数。哲学家叔本华说过：“一个悲观的人，把所有的快乐都看成不快乐，好比美酒倒入充满胆汁的口中也会变苦一样。生命的幸福与困厄，不在于降临的事情本身是苦是乐，而要看我们如何面对这些事。”面对一时的得失，应有淡然处之的心态。面对荣誉、成就，我们要知足者常乐；遇到挫折、失败，我们要学会吸取经验从头再来……播下一种心态。收获一种行为；播下一种行为，收获一种习惯；播下一种习惯，收获一种性格；播下一种性格，收获一种命运。一个健全的心态，比一百种智慧都更有力量。心态是决定命运的真正主人！一个人有什么样的心态，就会有什么样的人生。年轻的我们，才刚刚踏上人生的征程，好心态就是掌控我们未来命运的仁慈之手，将引领我们走向快乐、幸福、成功的人生殿堂！

# 《二十几岁的心态决定你一生》

## 内容概要

《二十几岁的心态决定你一生》全面阐述了二十几岁的年轻人的性格特征与心理特征，并针对其成长过程中经常出现的问题，提出了富有针对性的指导意见，为二十几岁的年轻人指引方向。二十几岁是人一生中至关重要的黄金时段，就在年轻人步入生存竞技场的同时，人与人的差异也开始体现。这种差异不仅体现在家世、资质、运气上，也体现在心态上，而心态的差异是所有差异中最有决定性的。

# 《二十几岁的心态决定你一生》

## 书籍目录

第一章 心态决定人生，好心态造就好命运 不能选择出身，但可以选择人生 要想改变世界，先要改变自己 成也心态，败也心态 心态正确，世界就是正确的 心态改变，命运就改变 无法改变事情，可以改变心情 智商高不如心态好 用积极的心态去改变现状

第二章 前半生不犹豫，后半生不后悔 人生没有回头路，要果断地选择 优柔寡断会使你两手空空 机会是有“保质期”的 学会接受“失去” 失去的未必是最好的 不为打翻的牛奶哭泣 别把梦想带进坟墓

第三章 计较少一点，快乐多一点 快乐不是得到的多，而是计较的少 别让他人的评论左右了你 不要拿他人的标准来衡量自己 不要试图去讨好所有人 爱的极致是宽容 吃点小亏赢得“大利” 不要嫉妒别人的好运 比上不足是挑战，比下有余是开悟 为了自己，宽容别人吧 像控制食欲一样控制你的物欲

第四章 敢于放下，有舍才能有得 没有命中注定的不幸，只有死不放手 的执著 要拿得起更要放得下 敢于扔掉淘到的金子 别让坚持成固执 执著未必是好事 放弃并不等于失去 知止才能赢 活得太累，只因索要太多 知难而退胜过知难而进 不是每件事都值得去做

第五章 “空杯”心态，敢于归零才有超越 松开的手比紧握的手拥有更多 毕业了，收起你大学的光环 不可躺在过去的荣耀里长睡不醒 先下山才能再上山 大海能接纳百川是因为它把自己放在最低点 倒掉曾经的优秀，重新开始 身处逆境，主动空杯 定期给自己复位清零 放低姿态，更能发挥你的潜能

第六章 生气不如争气，别被情绪牵着走 生气是用别人的错误来惩罚自己 别为小事火上心头 山不过来我就过去 适时咽下一口气 有“仇”不报，必有后福 不要让心中的“恶”主宰你的行为 停止抱怨，集中精力解决问题

第七章 不为失败找借口，只为成功找方法 没有笨死的牛，只有愚死的汉 所谓没有办法就是没有想出新方法 凡事必有其解决方法 一千个困难必有一千零一个解决方法 最成功的人，是最重视找方法的人 借口是失败的温床 全力以赴而不是尽力而为 没有不可能

第八章 击败你的不是对手，而是自己 别把困难人为放大 不要跌倒在自己的优势上 未经你的同意，没有人能使你感觉卑微 不要因对手强大而悲观 不要因为嫉妒而改变自己的个性 千万别轻信专家的论断 求人不如求己 不要苛求百分之百的公平

第九章 没有绝望的处境，只有对处境绝望的人 抛弃不想活下去的念头 人生没有过不去的坎 请握住灾难的刀柄 让乐观主宰你的一生 把挫折变成一份“礼物” 学会把柠檬做成柠檬汁 不要屈服于所谓命运的安排 失去什么，也不能失去希望 站起来永远比跌倒多一次 再糟，也糟不过从头再来

第十章 换个角度看问题，危机其实就是转机 没有绝对的好事，也没有绝对的坏事 金融危机带来的机遇大于危险 信心，是化危机为机遇的动力 别做无谓的坚持，要学会转弯 化压力为动力，危机处理要得当 潮落之后会潮起，冬天过去是春天 转变思维，失败也是一种资本 没有永远的失败，只有暂时的不成功 不能改变结果，就改变游戏规则

第十一章 人生是一段旅程，一边奔波还要一边享受 不要不停地奔跑 放下一些无谓的忙碌 试着不带工作回家 重新定义“富有” 幸福是一种感觉 学会享受朴素的快乐 找到自己喜欢的生活方式

## 《二十几岁的心态决定你一生》

### 章节摘录

版权页： 这些过重的负担压在心上，只会扰乱了自己，使生活过得异常辛苦。当听到佛陀说“放下，放下”时，不妨问问自己：失去的感情，放下了吗？心中积累的怨恨，放下了吗？对某些过于执著的追求，放下了吗？如果不能将这些彻底放下，就可能一步步沦为其奴隶。如果能够像佛祖说的那样放下，就能够赢得最大的超脱和心灵的解放！在面对一些人一些事时，仍然需要做到放手，而不是一味地抓住不放。舒马赫是历史上公认的最伟大的F1赛车手。但有人总会拿舒马赫以前的几件不光彩的事来完全否定他所取得的成绩。舒马赫给F1这项运动留下了很多奇迹，那些前无古人、后来者也难以企及的纪录都是由他一手创造的。他是这项运动的招牌，不知有多少人是因为他而喜欢上这项运动的。但有不少人却无限放大舒马赫犯过诸如撞车、吸毒、服用兴奋剂等这些不光彩的一面，否认舒马赫是史上最伟大的赛车手之一的事实。有人还曾指责舒马赫的成功是因为法拉利车好，但是要知道舒马赫当年来到法拉利车队时，开的车绝对不是最好的。可舒马赫仍然在这项极速运动中实现了许多的第一。人无完人，金无足赤，舒马赫的过错当然无法抹去，但那些在赛场内的完美表现，才是最值得人们永远记忆和珍藏的。之所以那些污点是如此的刺眼是因为滴在了一张雪白的纸上，当以宽容的心去面对这些污点而不是紧紧抓住不放时，也学会了什么叫做包容。放开了那些瑕疵，全面看待舒马赫，便能欣赏到这个世界更多的美。对于领导者而言，必要的时候松一下手，会为你带来更多的利益。有些人做领导做得很累，因为事事都亲力亲为，不懂得下放权力。只有将别人的长处全都利用起来，适当给予别人机会，才能提高整个团队的工作效率。要知道授权不等于弃权。担心一旦授权就收不回来的人错误地把“授权”当作了“弃权”。有的人把任务推给下属，却并不阐明下属该做的具体工作，没有对下属自主决策的范围做出具体的界定，没有限定任务完成的时限要求，更没有事先确定绩效评估的标准，结果只有一个，他们很快会面临一系列的麻烦。

# 《二十几岁的心态决定你一生》

## 编辑推荐

《二十几岁的心态决定你一生》不仅仅是写满激励你心智的文字，还是助你开启成功之门的万能钥匙。

# 《二十几岁的心态决定你一生》

## 精彩短评

- 1、 \*bbbb
- 2、 看了快完本， 还行把啊啊
- 3、 翻目录就够了
- 4、 看看我的一生会怎样。。。

# 《二十几岁的心态决定你一生》

## 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:[www.tushu111.com](http://www.tushu111.com)