

《心态-和心灵有个约会》

图书基本信息

书名：《心态-和心灵有个约会》

13位ISBN编号：9787503173271

10位ISBN编号：7503173270

出版时间：2013-1

出版社：中国地图出版社

页数：214

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

《心态-和心灵有个约会》

前言

生活中，失败平庸者，主要是心态问题。遇到困难，他们总是挑选容易的倒退之路或直接逃避，躲在一边，木讷地看着成功者取得成功，而自己还是自怨自艾，怨天尤人。在困难面前，成功者保持着积极地心态，用“我能！我行！”的积极意念鼓励自己，于是想尽一切办法，不断前进，直到成功。一个人能否成功，关键在于他的心态，成功人士往往用积极地心态面对世界。拥有积极的心态的人，他们能积极奋进，不怕困难，努力战胜各种的困难，而心态消极的人啊，他们在困难面前惶恐不安，要不直接逃避，躲在蜗牛壳中，要不选择最简单效果不大的倒退之路。如果做一件事情总是带着很明显的功利心理，你的头脑与手脚总会被一个无形的网束缚着，从而限制了你思维的飞扬与能力的发挥，往往是越想干成什么，越干不成什么；越想得到什么，越得不到什么。因此，子曰：勿欲速，欲速则不达；勿见小利，见小利则大事不成。因此，带着很强的功利色彩思考问题和干一件事情，一般总会弄巧成拙。海纳百川，有容乃大；壁立千仞，无欲则刚。当你的心态过多地被某些外界的因素所牵绊与束缚时，你的聪明才智便不能很好地施展，也将导致你或许干不好一件很小的事。态度不是从天而降的，态度不是虚构的，态度不是凭空想象的，态度也不是别人恩赐的。态度来源于客观事物，态度来源于自己，态度来源于实践，态度来源于知识，态度来源于学习，态度来源于创造，态度来源于强烈的事业心和勤奋地进取心。态度是客观事物对于人的反映，又经过大脑的思考和加工而形成的，是人对于外界事物的本能的或有意识的反映。不同的态度会有不同的效果。个人的态度如何，能够决定其前途命运，一个国家的态度如何，同样能够决定其发展命运。所以，我们说积极的态度像太阳，照到哪里哪里亮，就是提倡做人首先自己心里要明亮。心里明亮，才能看得更远，心里灰暗，只会眼前迷乱。只要每个人都充满信心，心里有一个“太阳”，既能照亮自己，又能照亮别人，把温暖的阳光洒向大地，照亮世界。唯有如此，社会才能变成美好的人间。《心态——和心灵有个约会》一书论点鲜明，说理透彻，故事新颖。希望通过本书能唤醒你自身的潜能，激发良好心态的欲望，让你在人生舞台上尽情释放无限精彩。由于时间、经验的关系，本书在编写等方面，毕定存在不足和错误之处，衷心希望各界读者批评指正。

《心态-和心灵有个约会》

书籍目录

第一章心态决定命运 好心态塑造完美人生 选择人生的正面 心态决定人生高度 心态也是“革命”的本钱 做人不要皱眉头 明天一定会更棒 别被消极心态驾驭 心态改变人生，选择决定成败 第二章快乐其实很简单 快乐由心而发 换个角度，乐观相随 做最快乐的自己 活在当下就会快乐 知足常乐，适可而止 享受平凡中的别致快乐 弹奏出快乐的乐章 放飞美丽的心情 拒绝忧郁，回归快乐 拥有一颗快乐的心 每天给自己一个希望 第三章舍得靠胸怀，放弃靠智慧 把握“取舍”的杠杆 放弃不等于失去 人生要有所为 有所不为 舍弃无谓，专注选择 心无旁骛从零开始 别让情绪吞没你的理智 睿智掌控你的欲望 放弃就是一种抉择 接受失去，珍惜拥有 翅膀系上黄金并不是幸福 从容面对人生 坦然放下，自然快乐 第四章糊涂也是一种智慧 难得糊涂，乐在糊涂 小事不要太“较真” 学会方圆处世 聪明人糊涂心 以退为进，退也有为 “争”与“让”的抉择 做人何必太聪明 学会灵活变通 第五章常怀一颗感恩之心 心怀感恩，人间处处春 学会感恩，谢意如花 把缺陷当成一种美 敢于感谢对手 朋友是人生的财富 师恩是人间最温暖的爱 生活让感恩常驻心中 父母是人间最美的彩虹 感恩就是一种幸福 第六章包可容人，宽可载物 带着宽容出发 多一点宽容与豁达 用宽容化解仇恨 笑对别人的嘲讽 给别人回旋的余地 包容苦难，悦纳不幸

《心态-和心灵有个约会》

章节摘录

版权页：插图：雨果曾经说过：“世界上最浩瀚的是大海，比大海更浩瀚的是蓝天，比蓝天更浩瀚的是人的心灵。”随着科学技术的发展，我们人类对外部世界的探索已经走得很远很远，但令人遗憾的是，我们对人类心灵世界探索的脚步却迈得非常缓慢。我们每个人的心灵深处都蕴藏着无穷无尽的智慧与能量，它就像一个个隐藏着的“金矿”一样，那里有高贵、充实和快乐生活所需要的一切，正等待着我们去开发与汲取。然而我们不得不发出这样的感叹：虽然解剖学家的手术刀能够解剖人类身体上的所有器官，但却永远解剖不了人类的心灵，更解剖不了由心灵荡漾出来的丰富多彩的奇妙心态。在每个人的心灵世界中，都存在着一种能够创造奇迹的巨大力量：它能够给你带来灵感，令你有了新的发明、新的发现或写出新的文学作品；它会告诉你生命的真正价值，指引你踏上美满的生活道路；它能够帮助你找到理想的伴侣、合适的事业伙伴或同事；它甚至还可以在你身处困境的时候，为你提供一个解决问题的最佳思路……因此，当我们学会开发心灵的智慧与能量并释放它的威力时，我们就能够在生活中拥有更多的财富、健康、快乐与幸福，让我们的人生过得更加充实且富有意义。众所周知，我们每个人的心态都是由积极与消极这两种类型所构成的。西方的一位著名心理学家曾经说过：“我们每一个人都随身携带着一种看不到的法宝，它的一面写着‘积极心态’，另一面写着‘消极心态’。积极心态能够让你到达人生的巅峰，而消极心态则会让你的一生在困苦和不幸中度过。”积极心态能够充分调动出心灵的巨大能量与智慧，让我们的人生达到一种最佳的状态；与之相反，消极心态则阻碍了心灵能量与智慧的发挥，它会使你如同盲人一般，到处乱撞，并使我们的生命变得黯淡无光。但是，我们每个人的实际心态并不能只是简单地划分为积极与消极两种，而常常是积极心态中存有消极的成分，消极心态中又存有积极的成分。任何一个人在任何时候都会同时拥有这两种心态，仅仅是各自所占比重不同罢了。每个人都渴望成功，可为什么有的人轻易就获得了成功，而有的人却不断地遭遇失败呢？如果我们仔细比较一下成功者与失败者的心态，尤其是关键时刻的心态就会发现，不同的心态会产生完全不同的结果。英国有位女游泳健将，梦想成为世界上首位横渡英吉利海峡的女人。为了实现梦想，她每天刻苦练习，准备为这历史性时刻做好最充分的准备。

《心态-和心灵有个约会》

编辑推荐

《青少年健康心灵养成系列:心态:和心灵有个约会》论点鲜明，说理透彻，故事新颖。希望通过《青少年健康心灵养成系列:心态:和心灵有个约会》能唤醒你自身的潜能，激发良好心态的欲望，让你在人生舞台上尽情释放无限精彩。由于时间、经验的关系，《青少年健康心灵养成系列:心态:和心灵有个约会》在编写等方面，毕定存在不足和错误之处，衷心希望各界读者批评指正。

《心态-和心灵有个约会》

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