

<<改变心路 就能改变出路>>

图书基本信息

书名：<<改变心路 就能改变出路>>

13位ISBN编号：9787506472111

10位ISBN编号：7506472112

出版时间：2011-4

出版时间：中国纺织出版社

作者：李问渠

页数：272

字数：187000

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>

## <<改变心路 就能改变出路>>

### 前言

前言 有的人会抱怨生活贫穷，有的人抱怨生活无聊，有的人抱怨命途多舛……每个人眼中的世界，或多或少都有所不同。

有些人见山是山，见水是水；有些人见山不是山，见水不是水。

其中也有人生态度的关系。

山山水水，都由心灵出发。

心的修炼，需要恒久的过程。

你尽可以做一个物质的穷人，但也不妨做一个精神的富翁。

你尽可以把每次伤心看做欢乐的起点，把每次挫折看做宝贵的人生经验，把人生看做不停快乐着的过程。

对不同处境的人来说，人生呈现的是不同的色彩。

对口渴的人来说，喝水就是世上最美好的事；对饥饿的人来说，吃饭就是世上最美好的事。

很多时候我们无聊和烦闷，是因为生活过得太安逸。

我们不曾想到世上还有其他形形色色需要我们关心的事情，还有很多人在饿着肚子或比我们更寂寞，还有人在不为人知的角落做着单调的工作。

人容易使自己陷入不得不如此的困境。

其实你有很多选择，换个人生态度，问题或许就变得简单多了。

也许是因为我们想得到很多，所以才不得不失去很多。

因为凡事我们总是只考虑自己，所以才走进了狭窄的空间，而无法飞翔。

也许世界并不是没有美好和真诚存在，而是你自己的心灵不够美好和真诚，所以才让人生染上了灰暗的色调。

有一个《人生的试金石》的故事说，世界上没有真正的试金石，你对人生的态度就是试金石，当你总是抱怨没有机会的时候，或许机会真的到你手边，你也把握不住。

很多人活得很累，并且总是将原因归咎于各种各样的外界因素，却从来没有认真审视过自己的心态。

每个人都期待着自己能拥有一帆风顺的生活，希望自己处于快乐之中，但往往天不遂人愿。

生活中不如意的事不可避免，那么，如何选择自己的心态，就成了影响自己能否得到幸福的关键因素。

可以说，一个人若是没有好的心态，那么原本美好的人生也会因此失色。

而如果能保持一种良好的心态，纵使前方布满坎坷，也依然可以走出华美的乐章。

一切机会就在于你的观念，转变观念，也许就会获得另一片天地。

转变观念，让思想获得解放。

学会从另外一个角度看人生，你就不会再固执己见；学会停止抱怨，你就能继续开拓自己的人生；学会自立，你就能拥有全新的生活方式…… 编著者

## <<改变心路 就能改变出路>>

### 内容概要

当我们在生活中遭遇种种不快时，千万不要一味地哀叹命运的不公，也不要悲观失望地顾影自怜，而应从改变自己的心态入手。

因为，改变心态就可以改变命运，改变心态就可以改变人生。

本书立意深远、说理透彻，阐述了一个人获得幸福、快乐所需要克服的不良心态。同时，本书也指出了当我们在人生的旅途中陷入困境时，应该学会如何转变观念，帮助自己告别坏运气，走上好运气。

## <<改变心路 就能改变出路>>

### 书籍目录

#### 第一章 忽视不平等的生活——停止抱怨。

##### 凡事要想开

停止抱怨世界，因为抱怨不能解决任何问题  
看淡那些不平，心开路就开  
用来衡量人生的，不是生命的长短  
不能改变环境，就要改变自己  
向右手伸出援手的是左手  
逆境的肥料营养价值更高  
不为失败托词，只为失败总结  
你在抱怨时，已被别人超越  
时时积极暗示，刻刻怀抱希望  
可以有牛脾气，但不要钻牛角尖  
可以没有运气，但一定要有志气

#### 第二章 清扫出一片心灵净土——用平常心，应对平凡生活

慷慨地将热情献给生活  
平常心是快乐的源泉  
痛苦与不幸往往源自虚荣  
以淡然的心面对得失  
永远想着阳光的那一面  
平凡中亦有幸福  
别在钩心斗角中挣扎  
嫉妒只会让自己意志消沉  
勇敢地将流言飞语“消化掉”  
你对生活感恩，生活也对你微笑

#### 第三章 有什么观念就产生什么效果——及时转变自己，获得更多成绩

走适合自己的路，将看到更广阔的天空  
知识改变命运，有选择地学习  
改变工作观念，你在为自己打拼  
成长，往往比成功更重要  
感谢折磨你的人  
放手一搏，没有什么了不起  
改变你的态度，不生气而是争气  
认真做人，用心做事  
模仿别人只会让自己落伍  
放低姿态，才能腾出发展的空间

#### 第四章 做命运中的一块“顽石”——自信拥抱梦想，行动开创成功

带上自信的铲子出发  
今天就让你的目标清晰起来  
梦想有多远大，就让它有多远大  
将劣势转化为优势  
行动是实现一切目标的前提  
既要关注明天，也别忽略今天  
保持危机感，同时也要看到契机  
勤奋不只是劳力，还要劳心  
人生的“马拉松”，跑完全程的才是冠军

## <<改变心路 就能改变出路>>

只做正确的事和重要的事

用自己一年的时间，创造别人十年的价值

### 第五章 不被情绪所左右——让好情绪成为成功的助推器

微笑是好运的开始

憎恨的成本，并不划算

心浮气躁会疏远你与成功的距离

怒火将会冲淡良好的人际

给焦躁的情绪做“SPA”

用开朗的心情替换抑郁的神经

多一点幽默，少一点阻塞

对生活和他人心存一份宽容

即使生活再艰辛，你依然可以很快乐

### 第六章 作出利润最大化的选择——在放弃中收获，在低头中成功

放弃时，不妨吃一口“甜柠檬”

放弃贪念，就会感到富足

放弃完美，收获才能更多

宁可吃大亏，也要守诚信

人在屋檐下，必须能低头

懂得“舍小利为大谋”

与其以硬碰硬，不如以柔克刚

忍是块盾牌，更是一把利剑

抓住抬头时机，然后一鸣惊人

### 第七章 不要沉默在自己的世界里——走出封闭小屋，广结善缘

走出封闭世界，享受人际快乐

赶走傲慢偏见，尊重每一个人

冷庙烧热香，贵人来帮忙

不要把交友当成交易

落井下石的人，往往自食苦果

分享使快乐加倍，使痛苦减半

双赢，给关系涂一层黏合剂

慧眼识人，结交值得交往的朋友

朋友是你改变自己的明镜

学会换位思考，相处才会愉快

口不择言，自食苦果

### 第八章 释放自己的无穷潜力——克服障碍，遇见更好的自己

对自己有透彻的了解

别拿自己的短处跟别人的长处比

好习惯奠定好运道

不断尝试，就有可能成功

克服内心恐惧，解脱心灵束缚

集中精力，往往就是神力

你也需要一些自我奖励

让思维突破束缚，让思想冲破牢笼

半途而废是对生命价值的藐视

没有最好的自己，只有更好的自己

参考文献

<<改变心路 就能改变出路>>

## &lt;&lt;改变心路 就能改变出路&gt;&gt;

## 章节摘录

第一章 忽视不平等的生活——停止抱怨，凡事要想开 看淡那些不平，心开路就开 许多人总觉得生活对他不公平，他最努力，但获得最少；他最刻苦，但成绩总不理想；他好心帮助别人，却总是得不到回报&hellip;&hellip; “公平”是人们的一种理想，而不公平却是客观存在的。

在生活、学习的许多方面总有一些不如意，但只要适应它，并为改变现状而坚持到底，生活一样会对你微笑。

我们应该直面生活的不公平，承认它、接受它，才能放平心态，找到属于你自己的人生定位。很多人都认为自己是生活中某一领域的失败者，他们步入社会后经常提及这样一些问题，也经常讨论一些问题，如“为什么老板总是对下属挑三拣四”“为什么我总是这么倒霉呢”“为什么他一点都不优秀却总能碰上好运气”等。

实质上，这些人的行为都在表明，世界给了他们不公平的待遇。

他们是在责备自己以外的世界和境况，责备他们的生活环境。

其实，这根本没必要。

要知道，许多不公平的经历，我们是无法回避，也无从选择的。

我们只能接受已经存在的事实并进行自我调整，抗拒不但可能毁了自己的生活，也容易使自己的精神崩溃。

因此，人在无法改变不公和不幸的厄运时，要学会接受它、适应它。

比尔·盖茨读中学的时候，他接到全国最大的国防用品合同商打来的电话，要他参加考试。

为了实现自己的梦想，比尔·盖茨征得了学校的同意，参加了三个月的“临时工作”。

三个月后，比尔·盖茨回到学校。

他补上了三个月中落下的功课，并参加期末考试。

对他来说，电脑当然不在话下，他毫不担心。

其他功课他也很快赶上了，可是结果，他的电脑课老师只给了他一个“B”，原因当然不在于他考试成绩不佳，而是他从不去听这门课，在“学习态度”这条标准中被扣了分。

但比尔·盖茨并没有抱怨什么，而是接受了这个看起来并不公平的现实，并把这种得失置之度外，集中精力做数据的编码工作，最后成为名副其实的电脑程序员，具备编程的坚实基础和丰富经验，最终成就了自己享誉全球的事业。

不可否认，在生活、学习的各个方面总有一些不如意。

但只要适应它，并坚持到底，总会收到意想不到的成效。

人类信奉这样一句话：“命运掌握在自己手中。”

尽管许多人很难做到，但有更多的人正在为之付出。

看淡社会中的不平等，用平常心生活，你的人生才会海阔天空。

齐瓦勃出生在美国乡村，只接受过很短的学校教育。

18岁时，齐瓦勃来到卡内基钢铁公司下属的一个建筑工地打工。

当其他人在抱怨薪水太低而消极怠工的时候，齐瓦勃却在默默地积累着工作经验，并自学建筑知识。

一天晚上，同伴们都在闲聊，只有齐瓦勃躲在角落里看书。

那天恰巧公司经理到工地检查工作，经理看了看齐瓦勃手中的书，又翻了翻他的笔记本，什么也没说就走了。

第二天，公司经理把齐瓦勃叫到办公室，问：“你为什么要学那些东西呢？”

齐瓦勃说：“我想我们公司并不缺少打工者，缺少的是既有工作经验，又有专业知识的技术人员或管理者。”

我相信不公平只是一种现象，关键是看你怎么看待它。

经理点了点头。

## <<改变心路 就能改变出路>>

不久，齐瓦勃就被升任为技师了。

有些打工者讽刺挖苦齐瓦勃，他却回答说：“我不光是在为老板打工，更不单纯为了赚钱，我是在为自己的梦想打工，为自己的远大前途打工。

我必须在工作中提升自己。

我要使自己工作所产生的价值远远超过所得的薪水，只有这样我才能得到重用，才能获得机遇。

”抱着这样的信念，齐瓦勃一步步升到了总工程师的职位上。

25岁那年，齐瓦勃又做了这家建筑公司的总经理。

这家公司的合伙人琼斯是个天才工程师，一个偶然的机，他发现了齐瓦勃超凡的工作热情和管理才能。

当时，身为总经理的齐瓦勃每天都是最早来到建筑工地。

琼斯问齐瓦勃为什么总来这么早，他回答说：“只有这样，当有什么急事的时候，才不至于被耽搁。

”工厂建好后，琼斯推荐齐瓦勃做了自己的副手，主管全厂事务。

两年后，琼斯因故退休，齐瓦勃便接任了厂长一职。

因为齐瓦勃天才的管理能力及认真的工作态度，布拉德钢铁厂成了卡内基钢铁公司的灵魂。

因为有了这个工厂，卡内基才敢说：“什么时候我想占领市场，市场就是我的，因为我能造出又便宜又好的钢材。

”几年后，齐瓦勃被卡内基任命为钢铁公司的董事长。

从这个故事中可以看出，只要你兢兢业业地工作，敢于面对这个世界的不公平，默默地提升自己的能力，最后终能有所收获。

所以，与其用生命中的大好时光去作徒劳无益的发泄，还不如漠然视之，用这些精力去做有意义的事情。

如果我们所遇到的“不公”不是大的、原则性的问题，尚不至于危害个人的生存和发展，那就不必去斤斤计较，来点“阿Q”式的自我安慰，泰然处之。

况且，有些所谓的“不公平”只是一个人的心理感受而已，并不是事实。

我们承认生活是不平等的这个客观事实，但并不意味着这就是一切消极的开始。

正因为我们接受了这个事实，我们才能放平心态，找到属于自己的人生定位。

……



## <<改变心路 就能改变出路>>

### 编辑推荐

改变心态就可以改变人的状态，改变心态就可以改变未来的旅程。

让内心开始转变，遇见更出色的自己&hellip;&hellip; 在竞争如此激烈的时代，转变观念是获得成功的法宝；在压力如此巨大的今天，改变心路是获得解剖的秘笈！

在人生的道路上，驻足回望，却发现我们努力了很久，但依然没有进展，总好像原地踏步一般停滞不前。

此时，我们是否想过转变一下心中的想法和态度，转变一下脑中的观念和思维？

要知道，改变心路，就能改变出路；转变观念，就能改变生活。

<<改变心路 就能改变出路>>

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>