第一图书网, tushu007.com

<<心态比黄金更重要大全集>>

图书基本信息

书名：<<心态比黄金更重要大全集>>

13位ISBN编号：9787511329998

10位ISBN编号：7511329993

出版时间：2013-1

出版时间：中国华侨出版社

作者：宿文渊

页数：422

字数：700000

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

曾有这样一个真实的故事： 甲、乙二人是两个多年不见的中学同学，在火车站相遇，他们在候车室里闲聊。
甲原打算去上海，但当他听到别人说“ 上海人精明，连问路都要收钱 ”时，心里立刻打起了退堂鼓；而对“ 北京人厚道，即使什么都不干也不会让你饿着 ”的环境心存向往。
而乙的想法恰恰相反，认为在上海给人带路都能赚钱，那干什么不能赚钱呢?于是，甲提出与准备去北京的乙交换车票的要求，乙欣然同意了。
甲顺利到了北京，整日无所事事，靠着别人的施舍和超市的免费食品悠闲度日。
而乙在上海靠智慧掘到第一桶金后，开了个清洗公司，专门替商店清洗牌匾。
这桩生意越做越大，后来他又开了很多家分公司。
一次他去北京考察，在火车站有一个捡垃圾的人跟他要啤酒瓶，在递啤酒瓶的瞬间，这两个人都惊呆了：递酒瓶的是那位坚信去上海一定能赚到钱的乙，接酒瓶的是那位向往北京人乐善好施的甲。
从上面这个故事中，我们可以看出心态在一个人的人生发展历程中所起的作用是多么的重要。
甲之所以没有成功，最大的问题就是心态的问题；而乙之所以成功，最大的秘诀就是心态的秘诀。
造成两个人不同命运的不是能力，不是机遇，而仅仅是心态。
心态是人们对事物的看法和认识，是内心的想法，是一种稳定的思维方式。
有什么样的心态就决定着你对事物有什么样的看法，而这种看法直接决定着你的行为。
一系列的行为组合起来就是一个人的人生，就是一个人的命运。
有的人坚强乐观，成为生活中的强者；有的人胆小懦弱，被生活所奴役；有的人平和豁达，是生活的智者；有的人斤斤计较，永远被得失困扰；有的人志存高远，成就了一番事业；有的人目光短浅，只能困在自己的一方小天地中……好的心态，可以塑造成功的人生；而坏的心态，则会让你的人生暗淡无光。
所以，使人走向成功的好心态，就像闪闪发光的金子，璀璨耀眼，弥足珍贵。
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，要么生命驾驭你。
你的心态决定谁是坐骑，谁是骑师。
”其实，客观事物是很难改变的，但是当我们改变不了外物时，却可以改变自己的心态，所谓“ 境由心生 ”便是由此而发。
正是因为心态的不同，才使人看到了不同的世界：消极的人看到的永远是失败和痛苦，而积极的人总会看到阳光和希望。
心态可以靠自己把握，能不能登上成功的峰巅，取决于你对待这座山峰的心态。
记住，你的脚永远比山要高。
人生在世，每个人都不可避免地要经历苦雨凄风，面对艰难和诱惑，拥有什么样的心态，将直接决定你的人生轨迹。
在现代社会中，心态已经成为竞争的制胜武器，专业知识的拥有很容易，技能的完善也不难，只有心态才是体现一个人价值的重要因素。
心态是学历、经验、人格和内在精神的总和，心态比教育、金钱、环境更重要。
就像一位哲人说的：“ 人生所有的一切都必须排在心态之后。
”的确，在心态这一内在力量的驱动下，我们常常会激发自身的无限潜能，而这种潜能，如果被正确地运用，结果会远远超出我们最美好的构想。
有人说，就算我们到最后什么都失去了，但至少我们还能以踏踏实实的心态去生活。
的确，心态永远是你成功的基石。
无论你想要金钱、权力，还是想要幸福的家庭，只要你拥有了积极快乐的心态，你就什么都可以得到。
在未来的人生和世界里，心态是最根本的竞争力。
职场的竞争表面上是知识、能力、职位、业绩、关系的竞争，实质上却是职业心态和人生态度的竞争

；市场的竞争表面上是产品、服务、价格、品牌的竞争，实质上却是企业员工的品质、能力和心态的竞争。
正如阿里巴巴总裁马云所说：“ 看一个人、一家公司是不是优秀，不要看他是不是哈佛或斯坦福毕业，不要看它有多少名牌大学毕业生，而要看这帮人干活是不是发疯一样干，每天下班是不是笑眯眯回家! ”一个好员工、一家好企业就应该如此：工作时负责投入，生活中快乐阳光。
　为了让更多的人懂得心态的重要性，我们推出了这本《心态比黄金更重要大全集》。
本书介绍了潜藏于人类内心的一些精神能量，如潜意识、自我暗示、潜能等，逐一分析它们在心态中所起的作用，全面系统地介绍了心态的形成、作用、影响因素以及调整和完善心态的途径、方法与步骤，认真分析和研究了心态与我们的生活、工作、学习、爱情与婚姻、人际关系、未来发展的关系，并总结了迈向成功人生应具备的12种黄金心态：乐观心态、积极心态、平和心态、强者心态、共赢心态、老板心态、务实心态、创新心态、感恩心态、包容心态等等。
同时，本书从反面深刻揭示了消极心态所带来的巨大毁灭性影响，并告诉读者怎样摆脱消极心态的束缚，塑造积极心态，从而驾驭自己的心态，去面对和解决成长和发展中所遇到的种种问题，打造一个完美的人生。
走进这本书，你即将开始的不仅仅是一个阅读的旅程，更是一个打造心态、学习掌控自己人生命运的旅程。
托尔斯泰说过：“ 我劝所有的人都要想到自己的翅膀，要向上高飞。
”其实每个人都有自己的理想，心态就是你理想的翅膀，改变你的心态，你就能张开翅膀，飞向理想的天堂，成为一个卓尔不凡的人，拥有一个卓越的人生。

内容概要

心态是人们对事物的看法和认识，是内心的想法，是一种思维的习惯状态。
有什么样的心态就决定着你对事物有什么样的看法，而这种看法直接决定着你的行为。
一系列的行为组合起来就是一个人的人生，就是一个人的命运。
有的人坚强乐观，成为生活中的强者；有的人胆小懦弱，被生活所奴役；有的人平和豁达，是生活的智者；有的人斤斤计较，永远被得失困扰；有的人志存高远，成就了一番事业；有的人目光短浅，只能困在自己的一方小天地中……好的心态，可以塑造成功的人生；而坏的心态，则会让你的人生暗淡无光。
宿文渊编著的《心态比黄金更重要大全集(没有成功的最大问题就是心态问题)》介绍了潜藏于人类内心的一些精神能量，如潜意识、自我暗示、潜能等，逐一分析它们在心态中所起的作用，全面系统地介绍了心态的形成、作用、影响因素以及调整和完善心态的途径、方法与步骤，认真分析和研究了心态与我们的生活、工作、学习、爱情与婚姻、人际关系、未来发展的关系，并总结了迈向成功人生应具备的12种黄金心态：乐观心态、积极心态、平和心态、强者心态、共赢心态、老板心态、务实心态、创新心态、感恩心态、包容心态等等。
同时，《心态比黄金更重要大全集(没有成功的最大问题就是心态问题)》从反面深刻揭示了消极心态所带来的巨大毁灭性影响，并告诉读者怎样摆脱消极心态的束缚，塑造积极心态，从而驾驭自己的心态，去面对和解决成长和发展中所遇到的种种问题，打造一个完美的人生。
走进《心态比黄金更重要大全集(没有成功的最大问题就是心态问题)》，你即将开始的不仅仅是一个阅读的旅程，更是一个打造心态、学习掌控自己人生命运的旅程。

书籍目录

上篇 心态成就人生
第一章 解读心态，破译成功密码
潜意识：人生巨大的能量库
自我暗示：成功旅程的开始
潜能，存在于内心的巨大能量
描绘自己的心灵地图
心情的颜色会影响世界的颜色
第二章 心态决定命运
自我期待，让梦想成真的“皮格马利翁”效应
有效的自我激励：让你在任何情况下都不会被打倒
目标的高度决定人生的高度
挣脱“自我设限”
学会心理调控
操之在我
接受自己，迎接阳光
积极自我暗示，重塑成功形象
积极释放压力
第三章 心态决定人生的高度
学会接受自己
热爱金钱和财富
做出最积极的选择
保持自己的本色
永葆进取心
对不公正的批评一笑了之
自嘲是最伟大的幽默
贫穷的思想导致贫困
向梦想宣战
行动战胜一切
第四章 心态决胜职场
心态就是竞争力
不要只盯着工资卡里的薪水
追求需要专注
责任胜于能力
别把工作当“苦差”
忠诚是一种职业生存方式
不要忽视小事的价值
没有任何借口
要事第一
养成积极主动的习惯
学习是最有价值的投资
第五章 心态影响领导力
仅有才干是不够的
心态是可以传染的
消极的心态传染得更快
心态事关团队的战斗力

学会辨别消极的心态
消极心态能够毁灭团队
在放弃中获得进步
领导的本质是合作
积极的心态能强化领导力
发挥领导力的三大原则
第六章 心态是幸福与快乐的源泉
忧虑不能解决问题
放松是保持充沛精力的重要“法宝”
节俭是一种积极的生活心态
改变你的平庸生活
绝不要认为自己一无所有
拥有一颗感恩之心
每一天都是新的开始
快乐是一种心态
热爱生活之美
幸福是简单的
第七章 心态左右爱情与婚姻
爱是幸福之源
爱在细节
真诚地欣赏对方
不要试图改造对方
不要随意批评你的伴侣
甜言蜜语不可少
少一点唠叨，多一点理解
关爱你的女人
成就你的男人
携手应对生活的挑战
不要做婚姻的“文盲”
第八章 心态成就人脉
心态决定人际关系
礼貌能给你带来财富
主动扩大自己的交际范围
对别人感兴趣
倾听是成功交往的基石
求同存异避免冲突
使用提建议的方式表达自己的想法
换位思考赢得和谐关系
尊重是人际交往的根本原则
赞美欣赏你周围的人
宽容，与人为善
微笑是永恒的“特效药”
中篇 人一生应具备的12种黄金心态
第一章 乐观心态：营造成功的心境
乐观是正视现实，不畏困境
乐观是操之在我的“心造幸福”
乐观就是享受过程

乐观者眼里永远都是朝阳
用“心”微笑，让你充满活力
乐观，让你拥有好人缘
乐观，让你轻松跨越难关
乐观者快乐工作，享受生活
活在当下，别透支烦恼
用“遗忘”斩断坏心绪
不妨多些阿Q精神
“心境转移”，找寻你的快乐
学会“幸”灾“乐”祸
与快乐的人做朋友
把工作变成娱乐
抛却杂事，把心带回家
豁达一点，生活可以很简单
第二章 积极心态：走向成功的动力
PMA黄金定律
不被环境摆布，掌握人生主动权
积极是永不服老的“年轻”态
不可能?不，可能!
积极向上，重塑自我
积极是潜力的挖掘机
积极让你看向更远的目标
积极是情绪的天然“空调”
走出消极空虚的心理黑洞
把你的每一天都当成最后一天
在绝望的时候再等一下
全力以赴才有更多机会
对自己的人生主动出击
用“热忱”构筑人生乐园
欲得其上，必求上上
第三章 归零心态：吸收成功的要素
归零源于内省
归零就是抛开过往，从零开始
归零者站在低处，思考高位
心有空余，才能装物
满招损，谦受益
学习，为你增加事业成功的砝码
厚积薄发，积储成功的要素
不做井底之蛙
倒掉大脑中的“脏水”
警惕成功背后的失败
大学毕业等于“零”
活到老，学到老
善读生活这本“无字书”
第四章 平和心态：开拓成功的道路
正确对待得失，才能得到平和
平和是一种宠辱不惊的境界

“知足常足，知止常止”，
平和的“糊涂经”
笑看得失，不被失败所奴役
去留无意，浮生若茶——拥有健康的心态
淡泊明志，宁静致远——提升人生的境界
塞翁失马，焉知非福——成功的口诀
降低你的愤怒程度
不必事事追求完美
莫要打肿脸充胖子
做人如弹簧，能屈亦能伸
学会忙里偷闲，张弛有度
守住内心的天平
第五章 强者心态：扫除成功的障碍
强者是苦难学校的毕业生
呼唤“野性”的“狼道精神”
坚强执著的“阿甘精神”
无关外在，强者是内心的强大
磨难成就辉煌人生
天助自助者
狭路相逢“勇”者胜
带着希望才能穿越人生的沙漠
飞出“金丝笼”，变成独立的“雄鹰”
不要让别人设定你的人生
失败了也要昂首挺胸
在失败中学会生存
打败恐惧的方法就是直面恐惧
相信活着就有希望
打开潘多拉宝盒，释放希望
破釜沉舟才能绝处逢生
第六章 共赢心态：分享成功的秘诀
更多的利益让人们走向共赢
共赢是利己利人的互利合作
共赢是具有远见的和谐发展
不断猜忌，祸起萧墙
单赢，“近视”的成功
和他人共赢会赢得更多
团队精神是成功的加速器
共赢可以互惠互利，取长补短
用“沟通”抹去“隔阂”
不要用个性的“刺”孤立自己
多用“我们”这个词
亮出你诚信的“信用卡”
相信你的“战友”
欣赏别人的事业风景
与人牵手，快乐合作
学会分享，微笑竞争
第七章 老板心态：打开成功的钥匙

老板心态源于对事业的企图心
为自己打工的企业家精神
追求发展的事业心
注重工作质量的责任心
拥有使命感的敬业心
做小事，成大事
和工作一起成长
敬业，最大的受益者就是你自己
成就老板心态的5种意识
警惕“打工心态”
不要只为钱包而工作
让敬业成为习惯
提升自我管理意识
站在老板的角度看问题
大处着眼，小处着手
比别人多做一点，超越老板的期望
主动找事做，而非等事做
第八章 务实心态：奠定成功的基石
务实，将思想化为行动
客观理智，不做空想家
务实是对自己的一种“诚信”
从实际出发，脚踏实地
你的舞台，是自己走出来的
务实，让你少走弯路
最简单的方法，最实在的成效
务实，奠定成功的基础
立足实际，拒绝大跃进
认清自我，知道自己能做什么
认真规划，知道自己要做什么
付诸行动，莫让梦想成为空谈
坚持到底，尽全力实现目标
专注工作，刨除工作中的杂念
发挥主动，不为拖延找借口
第九章 卓越心态：提升成功的高度
不甘平庸，才能造就卓越
优秀不是卓越，卓越在优秀之上
马斯洛的“自我实现理论”
卓越，让你成为一流人才
卓越，抓住腾飞的机会
卓越，激发你的潜能
“我不能”，只是精神虚弱者的面具
成大事者必有野心
经营自己的长处
向“不可能”挑战
为了追求最好，只有做到更好
做别人不愿意做的小事
别让手中的机会飞走

视优秀为使命，用责任去落实
第十章 创新心态：挑战成功的极限
“ 懒惰 ”的智慧
创新，根植于现实中
创新是对过去的颠覆
创新是对未来的创造
创新认识论：“ 斜坡球体定律 ”
创新——点石成金
让有限的资源产生无限的价值
美第奇效应
把绊脚石变为垫脚石
多向“ 外面 ”看一看
创新需要“ 自己找路 ”
以“ 己变 ”应万变
不断更新你的“ 知识库 ”
创新就在你身边
创新的思维方式
第十一章 感恩心态：孕育成功的心灵
感恩是对生命过程的一种珍惜
感恩是对人生苦难的一种感谢
感恩是一种得到的付出
心中有爱，才能感恩
感恩，让我们坦然面对人生的坎坷
为他人着想，也就是为自己铺路
施与爱心，体现生命价值
不要把拥有视为理所当然
珍爱自己，才更懂得珍爱他人
感恩你所拥有的幸福
感恩对手
善待生命的每一分钟
对工作充满感恩
第十二章 包容心态：通向成功的保障
包容是设身处地的理解体谅
包容是“ 得饶人处且饶人 ”
包容是对自我压力的释放
包容是可容纳万物的广阔胸襟
包容别人，放松自己
包容让你拥有更多的朋友
上善若水，厚德载物
广纳百川万事亨通
己所不欲，勿施于人
宰相肚里能撑船
原谅别人的伤害
记住恩惠，洗去怨恨
下篇 失败的最大问题，就是心态问题
第一章 自卑。
遮蔽心灵之光的阴云

自卑是失败者的名片
用自强战胜自卑
不要成为自卑的俘虏
人生没有“假如”
不要对自己说“我不能”
学会放大自己的优点
成功，源于你接纳自己
相信自己是独一无二的
微笑面对生活的不完美
克服自卑心态的方法
欣赏自己的不完美
最优秀的人就是你自己
在心中撒一颗自信的种子
第二章 嫉妒，内耗心灵能量的毒瘤
嫉妒是痛苦的制造者
防止嫉妒害人害己
不要被嫉妒蒙住了眼睛
别拿别人的优点折磨自己
欣赏他人，让嫉妒变成动力
学会自医，远离嫉妒的辐射源
第三章 浮躁，让你看不到事物的真相
现代人的浮躁心理及应对措施
浮躁常常由寂寞而生
内心不安，才是最大的敌人
宁静的力量
“心旷”才能有容
气定才能神闲
人人都需要静夜思
戒除浮躁，平常心助你成功
心浮气躁，难于成事
耐心等待，成功有章可循
水温合适茶才香
放弃攀比，享受现实的快乐
倾听内心宁静的声音
第四章 虚荣，是一场必输的赌局
虚荣，人性的弱点
锦绣华服的悲哀
过度虚荣是一条不归路
不要活在别人的价值观里
不要陷入虚荣的赌局
给虚荣者一剂良药
放下虚荣，回归本真
摆脱虚荣，看清自己
人比人，气死人
名利过度，如竹子开花
名利背后大陷阱
不为虚名所累

名利中持宁静
除去闲名
第五章 忧虑，蚕食人生的蛀虫
忧虑是一种心理疾病
不为无法改变的事情难过
与过去说声“再见”
用繁忙代替忧虑
塞翁失马，焉知非福
焦虑是因为没有安全感
排解焦虑，说出来是最好的方法
焦虑，是因为你封闭了自己
用乐观泅渡焦虑的冰河，让阳光与心灵同行
快节奏是现代人的“焦虑之源”
快乐者越来越快乐，焦虑者越来越焦虑
第六章 自私。
是一道阻挡快乐的墙
自私是人的本性吗
自私是魔鬼，最终伤害的是自己
别让自私孤立了自己
分享，让你的内心快乐
予人玫瑰，手有余香
推倒自私的墙j
第七章 贪婪，最后吞噬的是自己
贪婪是罪恶的深渊
贪欲会让你走上不归路
“名利”是把双刃剑
别让贪欲肆意生长
少一分欲望，多一分自在
不要让欲望拖垮你
给贪欲上一把锁
守住自己的小幸福
第八章 悲观，自筑的心牢
悲观挡住了你的阳光
悲观的阴云从何而来
乐观者眼里没有失败
用阳光驱除内心的黑暗
第九章 恐惧是懦弱者的坟墓
恐惧是人生的大敌
直面恐惧才能战胜恐惧
用勇气的利剑刺穿恐惧的黑暗
少一点恐惧，多一些乐趣
摆脱逃避的沼泽
第十章 扔掉依赖的拐杖
依赖令你远离进步
扔掉依赖的拐杖
自食其力才能赢得尊严
用自己的脚走自己的路

第十一章 抱怨，失败者的标签
抱怨生活之前，先认清你自己
问题的98%是自己造成的
问题面前最需要改变的是自己
天堂是由自己搭建的
心里不是堆“垃圾”的地方
你对了，整个世界都对了
修正自己才能提高能力
反击别人不如充实自己
你比你认为的更伟大
改变态度，你就可能成为强者

章节摘录

版权页： 相互协作、共同进步这种积极的心态是一种最有益的企业文化。
领导者与追随者的区别之一就是，领导者能领导和推动团队中的所有成员进行行之有效的合作，充分协调好所有人之间的相互关系。
合作是领导才能的基础，也是领导者应当具备的基本心态。
一个人若能领导其他人进行合作，或者鼓舞他人工作，使他们更加活跃，并使他们相互之间形成良好的合作关系，那么这个人所具有的才能和所创造的价值并不比那些以更直接的方式参与团队工作的人少。
从整体上来说，他的重要性甚至高于普通的团队成员，这也就是领导者的价值所在。
每一位团队的领导者，不论是什么级别、从事什么行业，都必须明确合作心态的重要性。
因为任何一个团队、任何一个组织机构要想获得成功，都必须进行有效的合作。
在英文中“ Cooperation ”即“ 合作 ”，它不仅代表商业团队和社会组织内部与外部的合作，还包含夫妻和家庭成员间的团结合作。
事实上，这种合作的态度对任何人都是非常重要的，而不仅是领导者。
任何一个渴望有所成就的人、渴望生活快乐的人，都应该及早树立起这样的态度，并用它去影响周围的人。
美国一家著名的管理咨询机构进行的一项调查表明：在美国，因为缺乏合作精神导致团队内部或外部沟通不畅而衰亡，是企业失败的主要原因之一。
那些失败的领导者也是缺乏合作态度的领导者，他们未能使合作的态度在团队内部相互传染。
没有人喜欢被人随意指挥和使唤，没有人喜欢被人牵着鼻子走，如果你想确立良好的合作关系，就要事先征询他人的愿望、需要和想法，让对方觉得你对他的要求是他自己的意愿而非强迫。
通常，领导者可以通过以下原则逐渐树立起自己的合作心态，并以此去影响团队的成员。
（1）自己首先要有合作的心态；（2）让团队成员知道团队的发展目标、他们自己的发展方向，了解他们内心的真实想法，让他们觉得你对他们的要求是实现你们共同发展目标的需要；（3）换位思考，善于从团队成员的角度去看待问题；（4）“ 请求 ”团队成员的帮助和支持；（5）主动承认自己的失误并且道歉；（6）让团队成员理解并支持你的决策和要求等。
领导的本质是合作，合作的心态就是一种领导力。
领导者的作用不是亲自去做所有具体的事务，一个倾向于孤军奋战的人是无法成为团队领导者的，即使能够谋得其位，最终也会败于其上。
领导者与团队的关系就是鱼与水的关系，领导者一旦离开团队，就不成其为领导者，也不可能有更广阔的发展。

编辑推荐

走进《心态比黄金更重要大全集:没有成功的最大问题就是心态问题》这本书，你即将开始的不仅仅是一个阅读的旅程，更是一个打造心态、学习掌控自己人生命运的旅程。

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