

# 《追隨你的心》

## 图书基本信息

# 《追随你的心》

## 前言

巴黎科学院曾学办过\_次科学论文有奖征文活动，征文规定作者除了提交科学论文之外，还需要提供一条人生格言。俄国女数学家苏菲·柯瓦列夫斯卡娅在这次征文活动中获得了论文和格言的一等奖，她的格言也因此被世人广为传诵：“说你知道的话，干你应干的事，做你想做的人！”苏菲·柯瓦列夫斯卡娅通过自己的努力成为了数学史上的第一位女教授，她也用自己的行动和成就实践了“做你想做的人”这句格言。我们现在生活在一个风云激荡的时代，同时这也是一个机会频生、奇迹迭出的时代，一个真正的人人都渴望成功而且极有可能获得成功时代。于是，就有了人们对成功之路的不断求索。于是，就有了人们对成功之路的不断求索。过去不等于未来。过去你成功了，并不代表未来不会失败；过去失败了，也不意味着未来无法成功。因为过去的成功或失败，只是代表过去，未来的命运是由现在所决定的。你现在做什么，选择什么，就决定了未来你会成为什么样的人！失败的人不能气馁，成功的人也不要骄傲。漫长的人生之路有很多节点，成功和失败都不是最终结果，它只是人生旅途中的一个点而已。人人都渴望成功，但是，透过时代的多棱镜，即使是那些成功者，也有很多是病态的：或者是言语上的巨人，实践上的矮子；或者曾经泡沫化般崛起，却在瞬间蒸发；或者是财富上的富翁，精神上的乞儿；或者偶然中一跃龙门，却随后就销声匿迹……成功的标志是什么？成功有无必然性？成功的必然之路在哪里？自己决定一切，做你想做的人，这就是成功的基础。要从小事做起，你想成为什么样的人，就用什么样的要求来要求自己，不以事小而不为，也不以烦琐而不为。既然想做就一定要坚持，从点滴的细节做起，从身边的小事做起。

# 《追隨你的心》

## 內容概要

# 《追隨你的心》

## 作者簡介

# 《追隨你的心》

## 書籍目錄

中文版序言 做你想做的人  
英文版序言 自己決定一切  
第一部分 想法決定人生  
思想鑄就品質  
人生的路標  
擁抱樂觀  
目標來自想法  
思想決定成就  
別把理想丟了  
擁有平靜的心靈  
第二部分 通向成功之路  
罪惡的教訓  
精神花園  
走出逆境的方法  
無聲的力量  
健康、成功和力量  
收穫幸福  
真正的成功  
第三部分 實現卓越  
沉思的力量  
自我和真理的抗衡  
獲得精神力量  
實現無私的愛  
融入無限  
奉獻的定律  
實現完美的平靜

版权页：插图：第一章 想法决定人生 思想铸就品质 有句格言说过：“一个人的思想决定他的为人。”这句格言不仅涵盖了人生的全部价值，而且涉及了人们复杂的情感，触及了人生所要遇见的各种境况。可以毫不夸张地讲，人之所以成为人就在于人的思想；一个人的品格就是他所有思想的显现。没有种子，就没有植物可言，更谈不上茁壮成长；没有了思想的种子，人的一切行为也就成了无源之水，人也就不能称其为人。无论是那些“自然而然”的行为，还是“出乎意料”的行为，或者是刻意设计的行为，这个道理都是普遍适用的。如果说，行为是思想的花朵，那么悲喜就是思想结下的果实；因此，一个人的思想决定了他收获的是甜蜜的果实，还是苦涩的果实。人类是自然规律的产物，而非依靠阴谋诡计长大。不论是在可视的物质世界里，还是在思维的神秘王国里，因果关系都充分地、绝对地、无可背离地发挥着作用。高贵、无上的品格并不是上天的恩赐或是机遇，而是正确思维指导下经过持续努力得到的自然结果，也是长期心存正念的必然结果。同样的道理，长期累积邪恶的思想，就会形成卑鄙和低贱的人格。一个人成功与否完全掌握在自己手中。在思想的器械库里，他既可以制造武器，摧毁自己；也可以制作工具，开创一片无限快乐、充满力量、平静祥和的新天地。人只要能够正确地选择思想并且付诸实践，就能够达到神圣完美的境界。如果错误地滥用自己的思想，就只能堕落为禽兽之辈。在这两种极端之间，存在着不同层级的品格，每个人都是自己的创造者与生命的主宰者。当前，得以保存和传承的有关心灵的所有美好的真理中，最令人愉悦、最能够带来累累硕果的就是：人是思想的主宰者，品格的培养者，社会地位、环境以及命运的创造者和塑造者。作为力量、智慧与爱的化身，作为自己思想的主人，人类掌管着应对任何境遇的钥匙，其自身内还有一个蜕变和再生的装置，借助这个装置，人可以实现自己的愿望，使自己成为自己想成为的那种人。人永远是自己主人，即使在最软弱和最堕落的悲惨境地仍然如此。但是当他存在弱点，并走向堕落的时候，他就变成了一个不能正确支配自己的愚蠢的主人，错误地管理着自己的“家产”。当他开始认真反省自己所处的境况，坚持不懈地追寻种种为人处世的自然规则的时候，他就能脱胎换骨，成为一位明智的主人，巧妙地引导自己的才智，充分利用自己的思维，施展自己的能量，收获硕果累累的明天。这就是一个有觉悟的主人。人类只有发现内心的思想法则，才能成为如此明智的主宰。当然，这种发现需要实践应用、自我分析以及精心体验。只有经过大量的勘探及开采工作，人类才能够得到黄金以及宝石。同样，只有努力开采心灵的矿藏，才能挖掘人内心深处的宝藏，领悟到为人处世的真理。人自己品格的培养者，人生的塑造者以及命运的构筑者。如果他能够观察、控制、改变自己的思想，探索思想对自身、他人以及人生境况所产生的影响，并耐心地了解实践与检验的因果关系，他就能明白无误地印证这个道理；如果他能够把每次经历——哪怕只是日常生活中最微不足道的小事，作为理解和运用智慧与力量的方法，他同样可以证实这个道理。在这个方面有一个绝对的法则，那就是：追寻者就是发现者，只要他去敲门，大门就会为他开启。只有依靠耐心、实践以及坚持不懈的毅力，我们才能够迈入知识殿堂的大门。人生的路标人的思维就好比一座花园，你可以辛勤耕耘、精心照料，让鲜花遍园盛开；你也可以置之不理、放任自流，让它变成一片荒芜。但是，无论你是精心耕耘还是放任自流，它都会按照自身的规律发展下去，产生相应的结果。如果不播下有用的种子，杂草的种子就会散落土壤中，不断繁衍，不久整个花园就会杂草丛生。如同园丁总是精心地开垦土地，小心翼翼地清除杂草，种上他所需要的花朵和果蔬一样，人类也应该悉心护理自己的心灵花园，清除所有错误、无用以及不纯的思想，努力地培养正确、有用以及纯洁的思想，只有这样才能收获完美的成果。经历了这样一个过程之后，人们迟早会发现，他是自己心灵花园的主人，是自己人生的导演。同样，他不断地展示自己内心的思想瑕疵，就能更加清楚地理解思想力量和思维因素在品格、境况与命运塑造过程中是如何发挥作用的。思想与品格是一体的，由于品格只能通过环境与境况来证明和展现自身，所以一个人在日常生活中的外在表现，总是与他的内心想法息息相关、和谐统一。当然，这并不意味着在任何特定的时间段里，一个人所处的境况都能够反映出他完整的人格，而是这些境况无法摆脱对内心意念的影响，已成为他个人发展过程中必不可少的组成部分。依据做人的法则，每个人都有自己的位置。塑造人格的意念引导他进入目前的境地，达到当前的位置，因此，在人生的安排上并不存在机缘巧合，所有的一切都是永无错误的自然法则作用的结果。这种法则不仅适用于那些感到与自己周围环境“不和谐”的人，也适用于那些对所处环境心满意足的人。一个不断进化发展的人，如果明确了自己的发展方向，他就会沿着这个方向前进，并很快达到目标。如果他明白了“境况都是思想作用的结果”之后，他就可以把这一想法广泛应用于现实生活中，通过改变想法来改变自己所处的境

## 《追随你的心》

况。如果一个人认为自己是外部环境的产物，会被外界环境所左右，就难免受到命运的操纵。然而，如果他能够认识到自身的独创性，从而控制自己的思想，超越成长的外部环境，掌控自己人生潜藏的土壤，撒播自己人生的种子，那么他就能公正地主宰自己的命运。环境是思想的产物。每个人都明白，在一段时间内，那些能够做到自我控制和自我净化的人，如果能够很好地调整自己的心态，那么他们的处境就会发生变化。同样的道理，如果一个人能够积极主动地纠正品格上的缺陷，提高个人素养，那么他很快就能取得明显的进步，迅速地完成人生的变迁。心灵会主动接近自己秘密拥有的，喜爱的以及惧怕的所有事物；它能够达到自己渴望的高度，也会沦落到无所期望的水平，因此，一切外界的境遇只不过是心灵收获的一种手段。每一粒播种在思想中的种子或者进入思想的种子，都会留存在心里，渐渐地生根发芽，开花结果。总有一天，它会被运用于实践，为人类带来各种机会和境况。美好的思想自然孕育丰硕的果实，低劣的思想也只能收获劣质的果实。这就是所谓的善有善报，恶有恶报。外界的环境同时也塑造了内在的精神。无论是顺境还是逆境，都有助于个人内在思想的形成，有助于人们达到至善的人生境地。当人们收获自己努力的成果的时候，就能够深刻体会到遭受的苦难和享受的幸福。内心的渴望、欲望以及思想支配着人们的行动（或者追求不切实际的幻想，或者坚定不移地竭尽全力沿着光明大道前进），并最终在人生的境遇中收获果实。在这个过程中，成长与调整的规律起着重要的作用。一个人沉陷贫困不能自拔，或者犯下罪恶走进监狱，这往往不是时运不济或者环境使然，而是奴颜婢膝的思想和低俗的渴望把他引向了不归路。一个思想纯洁的人不会只因为外部压力就突然跌入罪恶的深渊。其实犯罪的思想长久以来就隐藏在内心深处，一旦时机来临，蓄积的犯罪欲望就会把能量迸发出来。境况并没有造就人，只是把自己展示给人。一个人如果能够远离邪恶的动机，就会减少罪恶，也就不会自食恶果；同样，一个人如果不去修身养性，就无法收获良好的美德，也无法体会至纯心灵所带来的幸福。因此，人是自己思想的主宰者，是自身的创造者、环境的塑造者。人一出生，心灵便开始产生，并通过前进的每一步，汇总着各种境况。这些境况揭示了心灵本身，也反应了心灵纯洁与否，反省了自己的力量与弱点。人类得到的并不是他们所追求的东西，而是反映他们自身的东西。他们突如其来的念头、如花似锦的想法、前程远大的抱负，可能时常会遭遇挫折，但是内心深处的思想以及欲望，无论是纯洁的还是污浊的，都在不停地生长着。人只会被自己套上枷锁，思想与行动是命运监狱的看守者——它们监禁着人的一切行为，使人卑贱；它们也是自由的天使——让自我获得解放，让个人变得高尚。一个人并非期望或者祈祷什么，就能够获得什么，而是有了什么样的思想以及行动，才会有什么样的收获。只有当希望、祈祷与思想、行动协调一致的时候，这些目标才能够得以实现。如果这是一条真理，那么“与环境抗争”又意味着什么呢？它意味着人们时刻在与“结果”抗争的同时，内心却一直孕育并保留着产生这种结果的“原因”。这种“因”也许会以一种有意识的恶习显现出来，也可能以一种潜意识的弱点呈现出来。但无论是什么，这个“因”始终顽固地阻止着我们的努力，并且大声疾呼，要求我们进行补救。

# 《追随你的心》

媒体关注与评论



# 《追隨你的心》

编辑推荐

## 《追随你的心》

### 精彩书评

1、中国青年需要“偶像”或“人生导师”吗？在成长的过程中，参考那些值得信任的成功者是有价值的，例如阅读名人传记或听演讲。但是，每个人应该走自己的路，千万避免盲目偶像崇拜模仿，或不经思考全盘接受任何人的话。所以：参考他人的路，但是保持客观自觉，听信自己的心，走出自己的路，做最好的自己。——李开复但我认为，我走的一路一直是在人生导师的指引下走的。困难时，平凡的世界孙少平为我做榜样；难过时，去阅读毛泽东传记；迷茫时，看李开复老师做最好的自己；困惑时，看那些经典励志。我的人生的确的确是在这些榜样的陪同下走过的。高三的时候，每天受到身心的双重压力，但是我永远在及时的调整我自己。那一阵，压的实在透不气来，我只好用了三天时间看了《平凡的世界》，看完之后，动力又重新升起。最艰苦的时候，我耳边从来不放流行歌曲，我听陈安之老师的励志歌、听《国际歌》，每次听到都热血沸腾。我不敢想象，在我困难时没有这些精神高地鼓舞我，我是否还有胜利的勇气。我是一个需要有明确目标才能行动的人，所以我会经常看一些励志的书籍，学学其中的道理。虽然我每天过的很累，这样那样的事，还有自己一直在战胜的内心，我生活在巨大压力之下，但是我还是在坚持。有时，我都很佩服我自己。人可以通过两种方式获得知识。一种是学习外界的，一种是内自省的。我大概每天反省的太少了。所以，有时候我会丢失生活的目标。我每天忙忙碌碌，但是我从来没有思考过这是为什么需要忙碌。是时候该反省一下自己了，追求一点内在的东西，就像现在看哲学一样，追求的是一种生活境界。我想，我是需要榜样的，而且榜样的力量是无穷的。当初，要不是看以毛泽东主席为原型的《恰同学少年》，我根本不会有后来的激情，如果后来没有以周毛作为榜样，我也不会这么坚持。所以这本书和上述的感情一样，给动力，一直走下去。

# 《追隨你的心》

## 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.tushu000.com](http://www.tushu000.com)