

LOW YOUR HEART

精 致 生 活



做你想做的事

98

国际畅销书

安德鲁·马修斯 / 著
ANDREW MATTHEWS
张艾茜 / 译



FOLLOW YOUR HEART

做你想做的事

寻找生活与工作的意义

安德鲁·马修斯/著 张艾茜/译

图书在版编目 (CIP) 数据

做你想做的事 / (澳大利亚) 马修斯 (Matthews, A.) 著; 张艾茜译. - 北京: 国际文化出版公司, 1999. 3

ISBN 7-80105-721-X

I. 做… II. ①马…②张… III. 成功心理学 - 普及读物
IV. B848.4-49

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (1999) 第 05758 号

著作权合同登记号/图字 01-99-0478

(Copyright notice exactly as in Proprietor's edition)
Simplified Chinese translation copyright © (1999) by
International Culture Publishing Corporation
Published by arrangement with Media Masters Pte Ltd.
ALL RIGHTS RESERVED

做你想做的事

作 者: (澳) 安德鲁·马修斯

译 者: 张艾茜

策 划: 汉霖文化

责任编辑: 钟 人

封面设计: 王 斌

责任校对: 宋立连

出 版: 国际文化出版公司

发 行: 国际文化出版公司

经 销: 新华书店北京发行所

印 刷: 天津蓟县燕山印刷厂

开 本: 850×1168 大 32 开 6 印张 64 千字

版 次: 1999 年 4 月第 1 版第 1 次印刷

书 号: ISBN 7-80105-721-X

印 数: 1-30000 册

定 价: 11.00 元

国际文化出版公司地址

北京安定门内大街 40 号 邮编 100009

电话 64010831 64010840

大师,除了拥有奔驰跑车之外,
人生在世还应该追求什么吗?

问得好——弄一台法拉利!



目 录

第一章

为什么需要晴天霹雳 / 11

人生的课题 / 13

生活与学习 / 19

第二章

种豆得豆定律 / 30

因果关系 / 32

你变得越好,面对的挑战越大 / 33

自律 / 37

学习适应环境 / 41

第三章

信念的力量 / 46

问题出在我的工作 / 52

赚钱之道 / 53

珍视自己 / 59

遭遇不是问题 / 61

第四章

- 依恋 / 68
- 依恋金钱 / 71
- 付出,才能得到 / 73
- 依恋情人 / 74

第五章

- 为什么要有积极思想 / 80
- 积极思想如何塑造潜意识 / 80
- 思想会开花结果 / 83

第六章

- 做自己想做的事 / 92
- 生涯与你 / 97
- 改变工作方向 / 104
- 你的借口是什么 / 116

第七章

- 采取行动 / 122
- 拿出勇气 / 125
- 尝试新事物 / 128
- 力量的奥秘 / 129
- 为何不是你 / 132

第八章

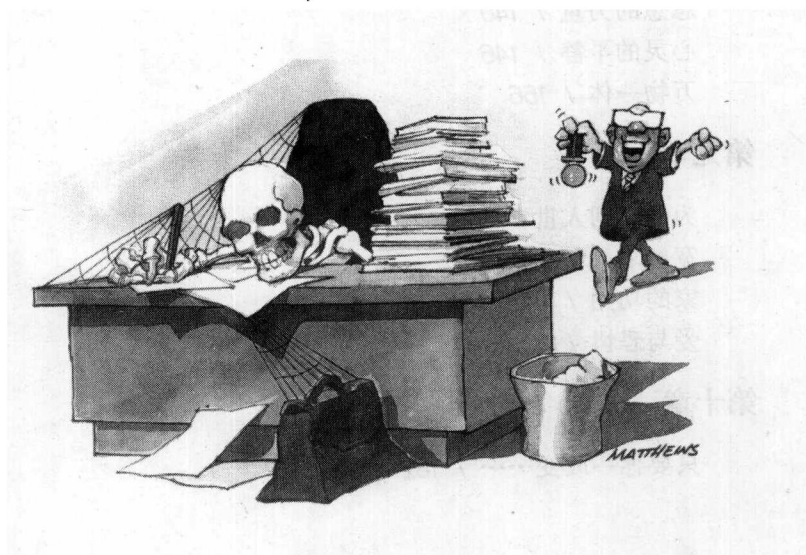
- 何谓运气 / 138
- 思想的力量 / 140
- 心灵的平静 / 146
- 万物一体 / 156

第九章

- 为何来到人世 / 166
- 宽恕之心 / 167
- 家的功用 / 173
- 爱与恐惧 / 175

第十章

- 只要你一改变…… / 182

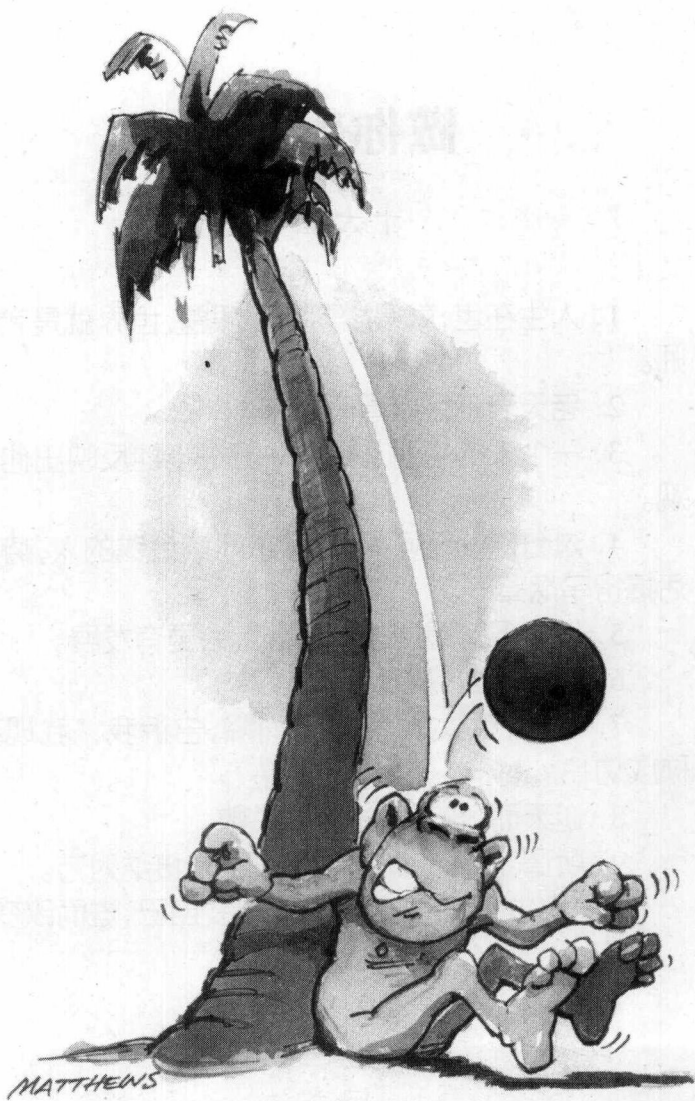


“公司已经决定认可你的贡献了！”

做你想做的事

十大重要观念

1. 人生在世,就得学习种种课题,世界就是我们的老师。
2. 老天爷不会偏袒任何人。
3. 一个人的生活方式会一五一十地反映出他的人生观。
4. 过分依赖任何人、任何东西或金钱的人,势必把生活搞得乌烟瘴气。
5. 你所重视的事情必定会更有发展。
6. 做你想做的事!
7. 老天爷绝对不会从天而降,告诉我:“我现在批准你成功!”
8. 逆天而行的人,注定要失败。
9. 所谓“爱人”,就是毫无条件地接纳对方。
10. 人生在世的任务,首先改变自己,进而改变世界。



人生在世，
就需要学习种种课题，
世界
就是我们的老师。

如果你无法学会一项人生的课题，
就只好一而再，再而三地面对同样的
问题！

只有想办法学会，
才能迈开大步学习下一课。

(要知道,人生的课程是学无止境的!)



AUDREY MATTHEWS



第一章

为什么需要晴天霹雳

人生的课题

生活与学习





10多岁的时候，我最宝贝的东西是我那颗足球——我抱着它吃饭、睡觉，每个礼拜一定把它擦得光亮如新——要知道我是向来连皮鞋都懒得擦的人。我对足球种种无所不知，但对有些其他事——例如婴儿从哪儿来的——却迷迷糊糊地搞不清楚。

有一天下午，我在街上玩，一不小心把我的宝贝足球弄丢了。遍寻不着之下，我肯定是被人偷走了。

最后我终于找到一个女人，她似乎把我的足球藏在外套下面。我怒冲冲地上前质问：“你干嘛把我的球藏在衣服里面？”

结果，她并没有拿我的足球……不过，那天下午我总算知道婴儿是从什么地方来的，以及怀孕9个月的女人是什么模样了。

那天稍晚的时候，我也找回了我的足球。

我觉得最有意思的是，为什么我在乎10岁之前从来没注意过怀孕的女人……更妙的是，从那时候起，我身边好像随时随地都可以看到孕妇。

◎总而言之

人生就是这样，成熟度够了，能够吸收新信息的时候，自然而然就会进入转折点，时候不到，就是懵懵懂懂，不知不觉。

▶为什么需要晴天霹雳

大多数人都属于后知后觉型，只是遭到晴天霹雳，才会迟迟醒悟。为什么呢？因为不求改变，保持现状，是最不伤脑筋的。所以大家都只知盲目前进，直到走进死胡同为止。

以健康为例，我们什么时候才会注意饮食、开始运动呢？——当医生说：“再不改变生活方式，你就死定了！”霎那间，我们才体会到注意饮食、赶快运动的重要性。

在夫妻关系方面，我们什么时候才会把关爱之心告诉对方？——在婚姻亮起红灯、家庭面临破裂的时候。

在课业方面，我们什么时候才会定下心来好好读书呢？——在考试快要不及格的时候。

在事业方面，我们什么时候才会痛下决心，尝试新点子？——走投无路的时候。什么时候才会体会到售后服务的重要性？——当客人不再上门的时候。

我们通常会在什么时候祈祷？——当生活开始七零

八落地破裂时。

只有到处碰壁的时候，我们才能学会人生最重要的课题。想想看，你一生最大的决心是什么时候立定的？多半是跌得鼻青脸肿、灰头土脸的时候。这时，你会告诉自己：“我恨透了过苦日子，恨透了被人当皮球一样踢来踢去，恨透了做默默无闻的小市民，我发誓一定要出人头地！”成功的时候，我们会大事庆祝——但是却没有从其中体会任何事。失败也许会让我们遍体鳞伤——但也惟有在这种情况下，我们才能从中汲取教训。仔细想想，“晴天霹雳”岂不是造成转折点的关键吗？

实事求是的人不会没事找事，但是一旦遭到晴天霹雳，他们一定会自问：“我应该如何改变想法和做法？如何使自己百尺竿头更进一步？”什么样的人 would 失败呢？往往就是那些对警讯视若无睹的人。屋顶塌下来的时候，他们只会一味埋怨：“为什么倒楣的事都发生在我身上？”

人都有好逸恶劳习性，如果不是被环境所迫，多半都只会安于现状，不求改变。丽美被男友明峰给甩了，伤心欲绝地在家里窝了一个礼拜，不想和任何朋友联系。幸好后来她又渐渐和老朋友联络、结交新朋友。再过不久，她搬了家，换了新工作。半年之后，她反而比以往更快乐、更有自信。回想起来，失去明峰这个“晴天霹雳”反而成为她这辈子最好的契机。

老吴被公司解雇了，又找不到其他适合的工作，于是干脆自己做起小生意。这是他一辈子第一次当老板，做自

己想做的事。虽然他仍然会面对各种问题，但是新生活充满了新鲜有趣的挑战——这一切都是晴天霹雳所带来的结果。

人生就是一连串痛苦的晴天霹雳吗？

那倒未必，老天爷始终在用温和的手推动我们。除非我们对他的预警置之不理，他老人家才会一锤重重地敲下来。

拒绝成长的人，才会感到成长痛苦不堪。

► 人生的课题

我们往往会觉得某些事令人无法理解——纯洁无辜的婴儿一生下来就带有爱滋病，年纪轻轻的母亲无端被强匪射杀，一村子善良的居民一夕之间全

