

Ben Zhen

◎周建武 唐 坚 编著

# 本真

## ——做真正的自己

追随我心，追随自我本真

做一个有主见，会反省，会选择的人。

追随我心，做真正的自己

做一个有理想，有自由，有自信的人。

中国农业科学技术出版社

Ben Zhen

◎周建武 唐 坚 编著

# 本真

## ——做真正的自己

追随我心，追随自我本真  
做一个有主见，会反省，会选择的人。  
追随我心，做真正的自己  
做一个有理想，有自由，有自信的人。

中国农业科学技术出版社

## 图书在版编目 (CIP) 数据

本真：做真正的自己/周建武，唐坚编著. —北京：中国农业科学技术出版社，2008. 1

ISBN 978 - 7 - 80233 - 362 - 8

I. 本… II. ①周…②唐… III. 人生哲学—通俗读物  
IV. B821 - 49

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2007) 第 113795 号

责任编辑 李 华

责任校对 贾晓红 康苗苗

出版者 中国农业科学技术出版社

北京市中关村南大街 12 号 邮编：100081

电 话 (010) 62150979 (编辑室) (010) 68919704 (发行部)

(010) 68919703 (读者服务部)

传 真 (010) 62189012

网 址 <http://www.castp.cn>

经销者 新华书店北京发行所

印刷者 北京富泰印刷有限责任公司

开 本 787mm × 960mm 1/16

字 数 180 千字

版 次 2008 年 1 月第 1 版 2008 年 1 月第 1 次印刷

定 价 25.80 元 (全套定价：77.40 元)



## 前 言

人生区区数十载，能做真正的自己可以称得上是一件非常令人欣慰的事情。而能追随自己的心境去完成自己的人生，这个人生无疑是完美的。

人生在世，首要的就是安身立命。想要安身立命就要寻找自己真正想要的东西，自己的理想、自己的追求、自己真正快乐的东西在这个时候是必需的。那么，怎样来实现自己真正想要的东西呢？这是每个人都在迷茫的问题。托尼·多塞特说：“每件事都取决于你自己——取决于你决定在生命中要做什么事。”弗兰克·罗宾逊说得更加直接：“你的卓越、你的成就、你的最大骄傲只能来自一个人，那就是你自己。”是的，想要安身立命，最重要的是做真正的自己。自己才是这个世界上最可放心的人，要认识自己，相信自己，决不放弃自己人生中的每一次机会。这才是追随自己的关键。

接下来，要做的就是做自己想做人、做自己想做的事。每个人都想成为主人：自己的主人，社会的主人。同样，这需要方法、需要智慧、需要努力。当你在生活中找准了自己的位置，认清自己想做的人和事的时候，你就成功了一半。而另一半需要你更加努力：需要你敢做别人不敢做的、做出自己的主见、挑战自我、找到自己的梦想、抓住机遇……这其中的每一件都会令你非常的振奋，都需要你付出足够的智慧。当然，当你实现这些的时候，成功就会到



来，事业的成功，心境的成功，人生的成功都会一一到来。

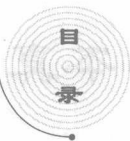
生活中能追随我心、做真正的自己不是一件容易的事。因为人是存在于社会中的，而整个社会又是非常复杂的，路是需要自己来走的。这中间就不免会有困难、会有挫折、会有种种你想象不到的坎坷。这就需要你的选择、你的目标追寻、你的发挥、你的面对、你的不断反省……人生短暂，但也很漫长。因为人生中你所要做的事很多很多，这所有事的累积就是人生。如果我们对每件事情都要执著地面对；对任何事情都要听信他人；对任何事情都辗转难决，那么，人生将是沉重的，更是可怕的。

我们需要解决这个问题。面对人生，抛却一切，追随自己才是最重要的。拿出自己的自然本色，在自信中走过一段又一段的路程，成为一个精彩人生的惟一选择。

本真，就是追随自己。立于人世，是必须有自己的人生观和价值观的。人生观和价值观是人立于世的最基本的东西，这也是一个做人的尺度，更是一个做人的标准。人没有标准，就会活得没有任何的意义。再者，要明白自己的优缺点，找到自己的人生定位，这成为了人生的关键，自知方能知人。本真的人，需是自知的人。

本真，就是凡事坦然，一个坦然的人是生活中的巨人。想想吧，有什么样的事情能击倒一个坦然的人呢？做真正的自己吧，你会得到快乐，你会得到自尊，你会得到你想要的一切。

追随我心，做真正的自己！



## 目 录

**引子 人生短暂，做真正的自己**..... 1

**第一章 人生在世，何以安身立命**..... 3

人生在世，何以安身立命？其实很简单，就是做自己最想做的事。生活不是活给别人看的，每个人都应该有自己的生活方式，不必把目光放到别人身上，你就是你。

更不要在意别人的眼光。生命是自己的，生活也是自己的，不要为了负担别人的目光而生存。你的哭泣只能提醒人们重新注意到你的无能，你笑了，别人也就忘了。

1. 什么是你真正想要的东西
2. 树立自己的理想
3. 什么是你真正快乐的东西
4. 要对得起自己的良心
5. 认识自己，改正自己
6. 相信自己
7. 决不放弃
8. 成功靠自己



## 第二章 做自己想做人 ..... 23

做自己想做人其实不是一件容易的事，在追随自己的心境时做事更不是容易。你首先要找准你的位置，一个人的人生“位置”是很重要的。然后，就得做自己，你是什么样的人，就做什么样的人。

1. 你想做什么样的人
2. 找准自己的位置，建立自己的风格
3. 做自己、该是什么就是什么
4. 敢做别人不敢为
5. 有自己的主见
6. 不要为别人活着
7. 挑战自我、开发自身潜力
8. 成功者要有冒险的精神

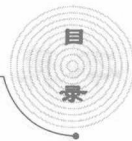
## 第三章 保持自然本色 ..... 49

对于渴望成功的人来说，模仿成功者几乎是一种天然的定数，但结果却丧失了最宝贵的本色。

1. 人必须有自己的原则和价值观
2. 明白自己的优缺点
3. 你的人生原则是什么
4. 坦然
5. 坦然看生活
6. 学会表现自己
7. 依靠自己
8. 相信自己的品质
9. 坚持自己，迈向成功

## 第四章 做自己想做的事 ..... 72

生活中的每个人都是一个主体，都是在这个世上独一无二的、我们可以看作是特有的、惟一的。每个人都会有自己的思想，自己的爱好，自己的人生观、世界观……想要过得开心，就要有自信，就得有自己的主见，自己的想法。敢于挑战困难与世间的俗见，找出自己真正想要的东西，做自己想做的事。



1. 你想做什么样的事
2. 执著梦想
3. 自己真正想要的东西，才可能是日后使自己成功的东西
4. 有梦想，然后通过自己的努力来实现
5. 为自己鼓掌、为自己选择
6. 抓住机遇，寻求发展
7. 到达成功，再试一次

## 第五章 选择自己所喜欢的职业 ..... 88

人生要选择的很多，要追随自己的心境，就要为自己而选择。职业是人一生中的大事，一个快乐顺心的职业是每个人都向往的，更是每个人都应该追求的。

1. 明确的目标
2. 发现自己的强项
3. 当目前的职业不能忍受，就必须改变
4. 懂得放弃
5. 凡事量力而行
6. 在逆境中学习成功之道
7. 选择职业要有使命感

## 第六章 路是自己走出来的 ..... 102

每个人的人生都是一条路，有的人会在这条路上留下令人叹服的故事。而有的人走过之后，路也随之消失。是的，路是自己走出来的，做真正的自己，走自己的路，是人生成功的关键所在。

1. 人生旅途最重要的是你怎么走
2. 坎坷越多，收获越多
3. 任何时候都不能忘记对自己的承诺
4. 做自己最需要的事
5. 要掌握时机，不要存在放弃的念头
6. 要有勇往直前的精神
7. 记得反省自己





## 第七章 追随的代价要自己承担····· 116

人要办好一件事，必须要有主见。主见是一个人对自身力量的认识和充分估计，它是自我意识的重要组成部分。做事应有自己独特的见解，不盲目地随从别人。做人一旦没有了主见，就容易被物欲所左右，被别人牵着鼻子走，自己的脑袋成了聋子的耳朵，自己的命运成了人家案板上的鱼肉。自己心中要有主见，这是做人的一条重要底线。在现实生活中要做一位有主见之人，因为鞋和脚不和只有自己才知道，听别人的意见是不行的，还是自己做主的好。没有主见是万万不行的，而练就一副“火眼金睛”定会助你成功。

1. 自己的选择自己承担
2. 即使遇到挫折，不要放弃对自己的信任
3. 做一个有主见的人
4. 失败时在“反省”中挽救
5. 挫折和失败要面对
6. 挫折是一个学习的过程
7. 以积极的心态面对挫折

## 第八章 相信自己，把握自己····· 136

成功者之所以会成功，就在于他能相信自己，把握自己。每个人的未来都不是梦，只要你肯为自己付出相应的努力·····

1. 要相信自己的梦想终究能实现
2. 未来不是梦，认真过好每一天
3. 成功，重在发挥自己的优势
4. 如何发挥自己的潜能
5. 面对，保持冷静
6. 把握自己，迈向成功
7. 相信自己是成功的关键
8. 要有自信的人生态度

## 结束语 做真正的自己是人生最大的欣慰····· 158



## 引子 | 人生短暂，做真正的自己

人生是如此的短暂，做真正的自己才是最大的幸福。在中国古代有东施效颦的故事，说的就是不想做自己而要去模仿别人，终而留下千古笑柄。

微软 CEO 鲍尔默是一位非常优秀的演说家。他总是有无限的能量，能极大地激励起员工的激情。他的演讲一旦开始，就没有人能阻止他释放出巨大的能量：他会握起拳头一次又一次地击打自己的手掌，他会突然提高音量，或是在台上兴奋地走动……

在微软公司里，有一位很出色的经理被他的总裁深深地吸引了，就打算模仿并复制他的一切。机会终于来了，这次是这位经理来演讲。于是，他也学着鲍尔默的样子，兴奋地大喊大叫，不断地做出很多的夸张手势，不时在台上跑来跑去。但是在场的人都认为他只不过在用模仿的方式来制造笑料，效果非常的差。这位经理只好在尴尬中结束自己的演讲。

此经理就是现代社会中的东施，模仿别人和复制别人是行不通的。别人身上的长处未必就是适合自己的，利用这样的方法是不会带来真正的成功的。其实，我们每个人都有独特的气质，每个人要成功的方式都是独一无二的。

而另外一个更切合实际的故事也告诉我们，做真正的自己是多么的重要。

复旦中学高三的一位女生汤玫捷，她在学校时的成绩并不是非常的突出，只排在百名左右。在国内的很多的老师看来，她并不是一个出色的学生。

但是，一些国外的名校可不是这么看。汤玫捷因为自己优异的综合素质，成为 2004 年惟一被哈佛大学提前录取的中国学生，并获得了全额的奖学金。当然，在中国的土地上，这样的消息肯定是非常有影响力的。来自上海的“哈佛”女孩炙手可热。那段时间汤玫捷接到了无数的电话，让她来出一本书谈谈自己的成功之道。但是汤玫捷告诉记者，她是不愿出书的，她说：“每个人独特的优点就是自信的源泉。”她自己说她不可能被成功地复制，而成功的人都是能充分地做好自己的人。其实，成功就是实现自己有意义的既定目标。

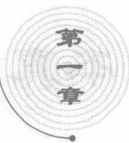


成功的实质是自由。凡是成功者，其生存空间、意志范围必然扩大，可支配、操纵的物质或知识更多。做真正的自己就是：当你想当的人，做你想做的事，去你想去的地方，说你想说的话。

做成功的自己是需要坚定的意志的，想要成功有三个必要条件：下决心做一个成功的人；坚持不懈的毅力；学习成功的方法。考验一个人的勇气，往往不是看他敢不敢死，而是看他敢不敢活下去。在活着的时候能忍常人不能忍之辱，吃常人不能吃之苦。美国一个机构调查后认为，一个人失败的原因，90%是因为这个人的周边亲友、伙伴、同事、熟人都是些失败和消极的人。

科学家做过一个有趣的实验：他们把跳蚤放在桌上，跳蚤迅即跳起，跳起的高度是其身高的100倍以上，堪称世界上跳得最高的动物！然后在跳蚤头上罩一个玻璃罩，再让他跳，这次跳蚤碰到了玻璃罩。连续多次后，跳蚤改变了起跳高度以适应环境，每次跳跃总保持在罩顶以下高度。接下来逐渐改变玻璃罩的高度，跳蚤都在碰壁后主动改变自己的高度。最后，玻璃罩接近桌面，这时，跳蚤已无法再跳了。科学家于是把玻璃罩打开，再拍桌子，跳蚤仍然不会跳，变成“爬蚤”了。一个玻璃罩就能把一个最成功的“跳跃家”变成“爬行家”，可见，环境对我们的影响有多大，也只有勇敢地做回自己，不受外界的影响，你才能做一个真正的成功者。

人生是短暂的，做真正的自己才会给自己带来真正的成功和快乐。



## 第一章 人生在世，何以安身立命

人生在世，何以安身立命？其实很简单，就是做自己最想做的事。生活不是活给别人看的，每个人都应该有自己的生活方式，不必把目光放到别人身上，你就是你。

更不要在意别人的眼光。生命是自己的，生活也是自己的，不要为了负担别人的目光而生存。你的哭泣只能提醒人们重新注意到你的无能，你笑了，别人也就忘了。

有句话说：“20岁时，我们顾虑别人对我们的想法；40岁时，我们不会理会别人对我们的想法；60岁时，我们发现别人根本没有想到我们。”这是一种人生哲学。所以我们没有必要在意别人的看法，坚持自己的想法，做自己喜欢的事情，只有这样，我们才能做好自己。

静大学毕业后一直在一家单位上班，几个月前找了份兼职，想有个新的发展空间，同时也是提高自己社会生存能力的一次有益的实践。后来由于工作时间的冲突、家人的激烈反对，加上单位效益也不错，她决定还是回到原来的样子。静一直认为在单位人际关系处的还算可以，不过对于可能会有讥讽的言语也有心理准备。果然遭到了一些老同事开玩笑似的嘲笑，没必要和他们多做解释，静一笑置之。有些人总喜欢幸灾乐祸，你成功，他嫉妒；你失败，他嘲笑。别人成功与否与她又会有什么必然联系呢？况且静也并不是由于无法立足才无奈地选择回来的，无论怎样，静通过这次实践，更加有信心了，她并不怕社会的竞争，有朝一日单位效益不好，她决不会为了生存而担忧的。命运是操控在自己手中的。

太多的人做了别人意见的奴隶，他们是为了别人的意见而活着，他们相信别人，超过了相信自己，别人说不能，对他来说就不能，命运真的掌握在别人的口里。别人的一句话，就可以改变他的看法，就可以浇灭他希望的火花。人一定要为自己而活着，不要太在意别人说什么。人和人本来就是不尽相同的，



即使做得再好也不能让所有的人满意，有些时候，有些事情，不要太在意别人怎么想、说什么。

## 1 什么是你真正想要的东西

能够得到自己最想要的东西是种幸福，也是人一生中的追求。那么，什么才是你真正想要的东西呢？

其实，想要的东西正如理想，每个人的理想都是不尽相同的，所以，每个人想要的东西也不同。我们每个人都有追求，所追求的东西同样也是自己最想要的东西。

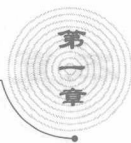
有人说：“人惟有生存下来，才可以承受任何境遇”。这句话很好理解：就是当一个人看不出生活中还有什么意义可言，看不到可以追求的理想和目标，他多半就自己认为：自己就可以不思进取，可以做自己想做的一切了。

其实，人生要追求的很多，在不同的环境人们都会有不同的追求。每一个成功的人都有着理想中的责任感和对人生的使命感。这也是他们能够走向成功的原因之一。理想是人生的指路灯，没有理想就没有方向，就会迷失自己。

美国有个伐木工人，不幸出了事故，放倒的大树不巧压在自己的腿上，他孤身一人，求救无门，等到天黑，狼嚎声声，他更加没有指望了。他用尽一切办法，总是脱不了身。但是他对于生命的追求依然存在于他的脑海中，于是就毅然把自己的腿锯断，爬到汽车上，开到医院里。他失去一条腿，却救了性命。这就是追求的力量。而人生的价值体现也在追求上，一个攀登过无数山的登山运动员，在经历了无数次危险之后，仍准备攀登新的高峰，他的朋友们问他：“为什么还要去送死？”运动员毫不犹豫地说：“我只是为了求生。”说得多好啊，为了求生就是在不倦的追求。

追求是一种积极向上的动力，这种动力是无穷无尽的。它能激励人战胜前进途中的困难，人人都希望自己的人生更有价值，而价值的实现是必须通过人不断追求的。阿炳在双目失明的困境中创作了《二泉映月》；贝多芬在双耳失聪的情况下谱写了《命运交响曲》；孙膑在双腿残废的危难中撰写了《孙子兵法》……这些都是追求的结果，如果没有追求，那么整个世界将是一个浑浑噩噩的世界，根本就不会出现什么耀眼的辉煌。

人在不断的追求中，所能到达的彼岸就是理想。没有理想的人生是不完整



的人生，是没有意义的人生。所以，理想的实现就是人们最想要的东西。

理想是人一生中的导航，只有让自己内心无比感动的理想才是你真正的理想，因此，找准你自己真正想做的事，才是你最真切的人生目标。盖茨在访问北京师范大学附属实验中学时，一位高中学生问他：你的理想是什么？盖茨说：我从小梦想就是把计算机做成一个完美的工具，这也是我毕生的追求。现在，我已经走完了一半的路程。我希望，我最终结束工作的时候能够完全实现这样的梦想。

其实，盖茨能否在他剩下的时间里完成他的工作已经不是很重要了，因为他的理想已经被全世界所接受，可以这样说，盖茨的理想是非常具有代表性的。哥德说：无论你能做什么，或梦想做什么，就放手去做吧！勇气蕴含着天赋、才能和魅力。也许哥德的这句话能够解释出什么才是你真正想要的东西。人生有很多值得去做的事情，而做每一件积极的事情都是财富的积累。有一篇文章上写的人生的十二种财富，是这样的：

(1) 积极的精神态度。态度决定一切，这句话是永不会过时的。

(2) 良好的体格。良好的体格始于一种“健康意识”，有健康才会有切。

(3) 人际关系的和谐。个人首要的责任是建立“内在”的和谐。只要保持内心平静，你就会很容易地与别人建立和谐的人际关系。

(4) 脱离恐惧。被恐惧所奴役的人不会是真正富裕、自由的人。恐惧的人是可怜的人。

(5) 未来成功的希望。

(6) 信念的容量。信念是一种力量，是将无限智慧改造为适合个人之用的惟一途径。

(7) 与人分享自己的幸福。孟子说过：独乐乐不如众乐乐。能分享的东西才是真正快乐的东西。

(8) 热爱自己的工作。

(9) 对所有的事物有开放的内心。只有那些保持内心开放态度的人才是真正有教养的人。

(10) 严于自律。自律是完全拥有自己的内心并将其导向他所希望的目标的惟一正确的途径。人最重要的是要自己做自己。

(11) 理解人的能力。能理解别人首先必须理解自己，理解是人与人之间



和谐与合作的基础，理解自己会使你走上较好理解别人之路。

(12) 经济保障（金钱）。金钱并不是最重要的，但是有时候却是不可或缺的。

从上面的十二条中，我们看到了态度、希望、信念、热爱……其实，这些都是人生中的财富，是在实现自己理想过程中所必需的。

而人生的财富是需要自己勇敢地去完成。

## 2 树立自己的理想

对于一个人是否成才来说，理想非常重要，它可以决定一个人的努力程度和奋斗目标，以及他的兴趣、爱好，并为他提供前进的动力。

苏秦是战国时期的著名纵横家，在战国时期取得了别人难以达到的高度。但是最初的他并不是那样。他和张仪一起跟鬼谷子学兵法时，很是骄傲自满，自以为学得很精通了，就想着开山别户。于是就到秦国用老师教的那一套游说秦王，但秦王不听他那一套。

他带着失落的心情回家了，而他的老婆、嫂子、父母都不搭理他。

苏秦终于知道自己的缺点在什么地方了，于是，苏秦发奋读书，以成为六国宰相为理想。“读出欲睡，引锥自刺其股，血流至足。”如此苦读十年，游说燕、赵、齐、韩、魏、楚六国，“合纵”抗秦获得成功，成为六国宰相。

当你遭受挫折磨难的时候，用理想可以化解一切磨难。只要你拥有一种坚持理想的精神，那么，成功是必然的。

树立理想固然重要，但要切合实际。这是成功的关键。

小男孩的父亲是一个马术师，他从小就跟着父亲东奔西跑，一个马厩接着一个马厩，一个农场接着一个农场地去训练马匹。由于经常四处奔波，小男孩的求学过程并不是很顺利。

初中时，有一次老师让全班同学写一篇题目为“长大后的志愿”的作文。

当天晚上，他洋洋洒洒写了7张纸，描述他的伟大志愿，那就是想拥有一座属于自己的牧马农场，并且仔细画了一张200亩农场的设计图，上面标有马厩、跑道等的位置，然后在这一大片农场中央，还要建造一栋占地400平方英尺的巨宅。

成功人士比你富一千倍，但并不能说他们比你聪明一千倍。关键在于他们

树立了一个远大的理想。那个小男孩花了好大心血把作文完成，第二天交给了老师。两天后他拿回后，并没有得到很好的结果，在第一页上打了一个又红又大的F，旁边还写了一行字：“下课后来见我。”

脑中充满幻想的他，下课后带了作文就去问老师：“为什么给我不及格？”

老师回答道：“你年纪轻轻，不要老做白日梦。你没钱，没家庭背景，什么都没有。盖座农场可是个花钱的大工程，你要花钱买地、花钱买纯种马匹、花钱照顾它们。”他接着又说：“如果你重写一个比较不离谱的志愿，我会给你打一个你想要的分数。”

这男孩回家后，反复思量了好几次，又征求父亲的意见。父亲只是告诉他：“儿子，这是非常重要的决定，这必须由你自己拿主意。”

经过再三考虑后，他还是决定原稿交回，一个字都不改，他告诉老师：“即使拿个大红字，我也不会放弃这个梦想的。”

20多年后，这位老师带领他的30个学生来到那个曾被指责的男孩的农场露营一星期。离开之前，他对这个如今已是农场主的男孩说：“说来也有些惭愧。曾在你读初中时，我泼过你冷水。这些年来，也对不少学生说过这样的话。幸亏你凭着自己的毅力坚持着自己的目标。”

奥格·曼狄诺曾说过：“一颗种子可以孕育出一大片森林。”奥利弗·温德尔·霍姆斯也曾说过：“人生在世，最紧要的不是我们所处的位置，而是我们活动的方向。”何时、何地以何种方式开始我们的一生，这是无法选择的。我们生下来就处于一种身不由己的环境中。但随着年年岁增长，我们的选择就越来越多。我们可以选择在哪里居住，跟谁结婚，干什么工作。每个人都要选择一个人生方向，年纪越大，就做出越多的人生选择，就更应该为自己的处境负责。

有许多人是这样认为的，他们认为目前的处境决定了他们的命运。他们向环境屈服，觉得没有别的选择。

这是一个不折不扣的陷阱，我们不要掉在这个陷阱里。或许在几百年前，这种观点是对的。但现在是不对了。如果我们有要做成一件事的强烈愿望，并乐意为之付出代价的话，几乎没有事情是不可能的。

从前，有一个公子决心要钓一条大鱼，他做了一个特大的钩，用很粗的黑丝绳作钓线，用五十头牛作钓饵。一切准备完后，他蹲在会稽山上，开始了等待。整整一年过去了，他却一条鱼也没有钓到。但是，他并没有泄气，每天仍





旧是耐心地等待。

正所谓“功夫不负有心”，终于有一天，有一条大鱼吞了他的鱼饵，大鱼很快牵着鱼线沉入水底。过了不大工夫，又摆脊窜出水面。几天几夜后，大鱼停止了挣扎，任公子把大鱼切成许多块，南岭以北的许多人都尝到这条大鱼的肉。

也有一些成天在小沟小河旁边，眼睛只看见小鱼小虾的人，他们怎么也想不通他是如何钓到大鱼的。

一个人是否会成就一番大的事业，树立远大的理想和抱负是非常重要的。如果一个人有广阔的视野，不追求一朝一夕的成功，按照既定的目标，始终坚持下去，到最后，一定会获得成功，对社会作出贡献来的。树立了远大的理想，关键是要勇敢地行动起来，把远大理想、崇高目标与脚踏实地、埋头苦干的精神结合起来，挑战自我、挑战未来、挑战成功！而最终让它成为现实。

理想可以说是人生成功的关键。没有理想的雄鹰，它只能像麻雀一样在小树间徘徊，没有理想的猛虎，它只能像狐狸一样畏首畏尾。同样，没有远大理想的人，也只能生活在人生的最低谷，永远无法发挥能力。岳飞，从小便立下报国的大志；爱迪生从十岁起就做试验，朝着科学顶峰迈进；雷锋也把自己终身的目标定在全心全意为人民服务的远大志向上。成大业者，必有其大志。因此说，有了远大理想才能在逆境中战胜自我，在顺境时警醒自我，从而不断地实现自己的目标。

### 3 什么是你真正快乐的东西

真正快乐的东西来自于自己的心；来自于一种满足现有，平淡而又淡泊的心；来自于对人生意义的追求。

那些所谓的不知足，妄用有限的个人时间与能力去追求无限的一些事物，结局必然会是越追越远，越追越迷失自我，越追越心力交瘁。心全部被这些外在的房子、车子、票子拴住了。房子会不会比别人的小，比别人的差，房价涨跌又是多少，车子漂亮不漂亮，担心怕撞，今天又挣了多少钱，赔了多少，是不是要在今天的牌局中赢回来……心好累好累，也许没有人能感觉出来，最终弄得自己心好累，被外在太多的东西牵挂，没有了属于自己的空间，属于自己的安静空间，怎么不累。