

孙三宝·编著

ZUOZIJIXIANG
ZUODESHI



做自己想做的事

- > 赚你想赚的钱
- > 说你想说的话
- > 办你想办的事

求人不如求己 求神不如求心

获得成功和快乐的秘诀是什么？有人说是财富。不是。生活中那些拥有巨额财富的人，没有几个是真正的快乐者。事实上，获得成功和快乐的法则很简单：做你想做的事！唯有如此，你才能获得事业的成功，才能过上高品位的生活。

内蒙古人民出版社

第 1 章 第 1 節

做自己想做的事
說自己想說的話



做自己想做的事

做你想做的話
說你想說的話
做你想做的事
求人不如求己 寧神不如寧心

◎ 做自己想做的事，說自己想說的話，做自己想做的事，這是一句老話，也是一句新話。在當今社會，這是一句新話。在當今社會，這是一句新話。

◎ 做自己想做的事

B848.4-49
540

孙三宝·编著

ZUOZIJIXIANG
ZUODESHI

做



做自己想做的事

- > 赚你想赚的钱
- > 说你想说的话
- > 办你想办的事

求人不如求己 求神不如求心

获得成功和快乐的秘诀是什么？有人说是财富。不是。生活中那些拥有巨额财富的人，没有几个是真正的快乐者。事实上，获得成功和快乐的法则很简单：做你想做的事！唯有如此，你才能获得事业的成功，才能过上高品位的生活。

内蒙古人民出版社

图书在版编目(CIP)数据

做自己想做的事/孙三宝编著. - 呼和浩特:内蒙古人民出版社, 2007.9

ISBN 978-7-204-09288-8

I. 做… II. 孙… III. 成功心理学-通俗读物
IV. B848.4-49

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2007)第 153258 号

做自己想做的事

编 著 孙三宝
责任编辑 王继雄
封面设计 宋双成
出版发行 内蒙古人民出版社
地 址 呼和浩特市新城区新华大街祥泰大厦
印 刷 内蒙古瑞德教育印务股份有限公司
经 销 新华书店
开 本 715×1000 毫米 1/16
印 张 22
字 数 250 千
版 次 2007 年 9 月第 1 版
印 次 2007 年 12 月第 1 次印刷
印 数 1—5000 册
书 号 ISBN 978-7-204-09288-8/B·70
定 价 28.00 元



现实生活是残酷的，为了生存，人们不得不做自己不愿意做的事情，而且似乎已经习惯了在忍耐中生活。真正有勇气改变现状的人并不多。

这一点和中国传统教育有关，认为孩子越听话越好，忽略了孩子个性的发展，倾向于一个模式，客观地导致许多人的“愚忍”。

一个人如果缺乏生活的勇气和魄力，将永远处于环境和他人的摆布之下。选择自己喜欢做的事，需要你的勇气和魄力，但这不是一件容易的事情。“知人者智，自知者明”，因为，人要真正认识自己并不是那么容易，特别是有些人以“现实残酷身不由己”作为选择的理由，甘愿迷失前进的方向。

“做你想做的事，说你想说的话。”选择一种自己喜欢的职业，不要随波逐流，真实地面对自己，尊重自己内心的感受，这也是人生一大快事。

冲破世俗的罗网，冲破内心的矛盾，真实地做一次选择。有勇气和魄力、有意志和毅力的人，才能从生活的沼泽地中走出来。只有找到自己想做的事情，你才会去改变现状。不要害怕吃苦、不要一味地去依赖他人的帮助或馈赠，



做自己想做的事

Do what you want to do

而应当依靠自己的辛勤劳动。

《做自己想做的事》一书的目的在于，把人们迫切需要的东西，谆谆告诫给人们，为了快乐，必须辛勤工作。不付诸实践和付出辛劳，任何美好有价值的事情都不可能实现。年轻人不应被困难所吓倒，而应通过耐心和坚忍不拔去克服它。在所有这一切的教诲当中，首先应当遵循的是，必须不断改变自己的心态，提高成功的素质和自己的人格品性，培养自己成功的能力，如果缺少了这些东西，世间的成功就会等于零。

本书告诉你，人应该是成功而非失败的。如果能确信这一点，我们必然会充满信心，并且，了解跌倒并不是什么可耻的事，而是迈向成功的另一个机会。

大科学家牛顿说：“如果你问一个善于溜冰的先生，如何学得成功时，他会告诉你：‘跌倒，爬起来，便是成功。’”重要的是能以勇气、决心和乐观的心态继续努力。经验教育我们：只要我们持续地用力敲门，它最后总会为你打开。

《做自己想做的事》一书没有讲述玄妙高深的道理，而是从积蓄知识力量、进行创造性地思考、积极开发潜能、追求个性的成熟、培养坚强意志、控制情绪和维护健康等方面，给正在苦练内功的你，提供全方位的信息和指导。本书的每一章节都非常实用，给你提供工作或生活上所需的各种建议。不论你是静下心来通读全书，还是随意翻阅，做片刻的消遣，本书都会带给你有益的启迪。



目 录

第一章 人生一定要立志高远	(1)
可以平凡,不能平庸	(1)
志短必定使你贫穷	(3)
渴望自己成为一个天才	(5)
假如你有一百万..... ..	(8)
追寻并达到富有挑战性的目标	(11)
激发自己的雄心壮志	(12)
使自己变得更强、更卓绝	(15)
坚守自己的道德底线	(18)
生命因追求而精彩	(21)
生命的宝石要靠自己去雕琢	(23)
第二章 塑造一个完美的自己	(25)
跨越“自我需要的台阶”	(25)
自己是自己命运的创造师	(27)
自由地创造你的命运	(29)
塑造自己的一生	(31)
用良好的习惯塑造自己	(32)
真诚是你最好的名片	(35)
拥有成功者的品质	(36)



做自己想做的事

Zuo si ji xiang zuo de shi

学习让自己走向卓越 (38)

追求尽善尽美 (39)

尝试新的领域 (41)

第三章 不要让别人牵着鼻子走 (45)

丢开你的拐杖 (45)

不要做别人的克隆品 (48)

幸福生活要由自己来选择 (50)

别把你的命运交给别人 (51)

把目光放在你想去的方向 (53)

让生活之舟驶向你要去的地方 (55)

不要让别人影响你的热情 (57)

不受干扰才能成为人上人 (58)

学会与众不同的思考 (60)

要按照自己的意愿去行动 (62)

你自己的意见最可靠 (64)

内在的力量才是唯一的源泉 (67)

发挥自身独特的潜力 (68)

鼓起勇气去干你回避的事情 (71)

大胆地施展自己的专长! (73)

相信自己能做到 (78)

第四章 相信自己把握成功 (82)

自信是成功的必备因素 (82)

以一种自信的态度对待生活 (83)

勇于为自己的生活承担责任 (87)

培养健康自信的“自我” (88)

懂得对自己负责任 (91)



要相信你能成功	(94)
当你相信时,它就会发生	(96)
自信不是被动的等待	(99)
相信自己把握自己	(101)
只有自信的人才能成功	(104)
在锤炼自信心上下番功夫	(107)
让自立主宰生命	(111)
不断挑战自己,才能超越别人	(113)
第五章 成功要有好心态	(117)
态度决定一切	(117)
成功的关键是态度	(119)
抱着付出的心态生活	(120)
成功自有不凡的心态	(123)
把心态调整到积极的方向上	(124)
对自己要有好评价	(126)
幸运是没有的	(127)
要看到有益的一面	(128)
坚持最后一点点	(130)
世界上没有“不可能”的字典	(131)
不做软弱可欺的人	(133)
别让病态心理左右你	(136)
内疚与愧恨是最为无益的	(137)
第六章 让自己做个成功的人	(140)
什么是成功的人生?	(140)
成功是每个人的梦想	(143)
成功来自于强烈的企盼	(145)



做自己想做的事

Zuo xi jiang suo de shi

- 信心是所有奇迹的萌发点 (147)
- 智慧是决定成功的关键 (148)
- 把时间当作最大的资本 (150)
- 精力是成功的第一能源 (150)
- 坚持你对成功的设想 (154)
- 把一生的幸福押在事业上 (155)

第七章 一定要拥有成功的素质 (157)

- 要有自己的信仰与追求 (157)
- 进取心是一种美德 (160)
- 把接受挑战当作人生的乐趣 (163)
- 善于捕捉人生的机遇 (164)
- 善于抓住生活中的机会 (165)
- 创新是成功者必要的素质 (170)
- 进取心是成功者的助推器 (173)
- 进取心是攀登者的动力 (175)
- 勇于承受百倍于常人的压力 (178)
- 敢于白手打天下 (178)
- 相信自己“我能行” (181)

第八章 一定要具备成功的能力 (185)

- 获得成功应具备的五种能力 (185)
- 要善于与各种人物交往 (187)
- 要有适应变化的能力与技巧 (187)
- 有敏锐的成交嗅觉 (188)
- 善于把思路变成商机 (191)
- 善于寻找时机大胆行动 (192)
- 善于在不同的环境中作战 (194)



有高度的平衡技巧	(195)
善于夺取决定性战役的胜利	(196)
能扭转局势赢得交易	(198)

第九章 要善于控制自己的情绪

要成功就要善于控制坏情绪	(199)
警惕坏情绪蔓延	(203)
超越自己的心理障碍	(208)
有高度的内在控制力	(211)
有自控力和影响力	(212)
善于自我调节	(213)
积极改变自己的处境	(214)
使自己更有弹性	(219)
不用偏激的心理对人对事	(221)
善于缩短痛苦的过程	(222)

第十章 要勇于面对失败和挫折

成功的人没有失败	(225)
挫折是压不垮人的	(226)
今天的灾难,是你明天的财富	(228)
得益于受到的磨难	(230)
梅花香自苦寒来	(233)
只要努力去做,就能战胜一切	(236)
乐观向上,不惧失败	(240)
挫折——“负面的恩典”	(241)
坚定不移,战胜挫折	(242)
知耻者必胜	(244)
失败之后,东山再起	(245)



做自己想做的事

Zuo si ji xiang zuo de shi

目
录

危机意味着转机	(251)
第十一章 正确选择勇于放弃	(254)
逆境还须先立业	(254)
不先立业,何以家为	(255)
你为什么工作	(256)
选择一份自己喜欢的工作	(257)
慎重地想想自己能干什么	(259)
重要的是你是否尝试过	(261)
人生的每一步都是自己选择的	(262)
热爱自己的工作是一种享受	(264)
人生的一次重大转折	(267)
选择适合自己个性的职业	(268)
化被动为主动	(273)
允许改变自己的梦想	(275)
选择自己喜欢做的事	(276)
新世纪我可以这样上班吗	(278)
知道如何把工作做完美	(280)
要忠诚还是要前程	(282)
第十二章 正确的时间做正确的事	(288)
该做的事情及时做	(288)
凡事专注必能成功	(291)
热情是办事成功的基础	(293)
善于利用业余时间	(297)
做事需要踏踏实实	(298)
一次只做一件事	(301)
克服办事时的矛盾	(303)



加强运动提高办事效率	(304)
处理小事要考虑大后果	(306)
敢打头阵才能抓住机遇	(308)
集中精力保持最佳状态	(310)
把空想转化为想象力	(311)
专心志致地休息	(313)
第十三章 抛弃平庸,走向成功	(315)
让内心储藏成功的密码	(315)
生命中伟大的秘诀	(317)
保有一份健康的信念	(319)
坚定地走自己的路	(321)
要有与众不同的做法	(324)
充分显示出自己的潜力	(325)
把握好成功的方式	(326)
有计划地冒险	(327)
脚踏实地走好每一步	(329)
借用他人的力量壮大自己	(330)
要尽力争取更多的成功	(332)
成功,是要比对手更努力	(333)
不因小有成就而得意忘形	(334)
永远不要说办不到	(335)
为成功而珍惜健康	(336)
坚持就能成功	(338)



第一章 人生一定要立志高远

可以平凡，不能平庸

我们每个人都想脱离庸人之列，做一个平凡的人，事实上，做一个“平凡”的人说易却难，“不能平庸”说难也易。

如果将一个人比喻为一台发动机的话，那么你的智商、天赋及知识只是这台发动机的额定功率。而你的输出功率有多大，却取决于你的热忱、你的投入度、你的行动力。

50年前，父亲以一名普通战士的身份从部队转业到地方，成为一名普通的工人；20年前，父亲以一名普通工人的身份从工作了30年的岗位上退休，成为一名平凡百姓。

母亲叫我立志高远，别学父亲，一生平凡。父亲立刻反驳：“可得一生平凡，绝不一生平庸！”父亲当兵是名好兵，干工作30年从未犯错，低头做事抬头做人，事业家庭波澜不惊但无愧于家，无愧于人。照父亲的话说，叫“总算尽了责任”。

在生活中，在工作中，我们难道不应该这样吗？认认真真做事，踏踏实实做人。只有尽了自己的责任，回首之时，才会无愧于心。

因为，我们可以是一个平凡的人，但决不是一个平庸的人！

平凡和平庸的区别仅仅在于：平凡的人把平凡的工作做成伟大，平庸的人使崇高的工作变得卑下。



做自己想做的事

Zuo zi ji xiang zuo de shi

“神舟六号”飞船的胜利升空，实现了中国人千百年来的飞天梦想。费俊龙、聂海胜两位航天员的太空探索，更是将中国人的希冀永恒地刻在了奥妙的太空，他们是当之无愧的英雄，无数的鲜花与掌声送给了他们。

当人们把关注的目光投向两位英雄的时候，并没有忽略在英雄背后默默奉献的人，那些平凡的、在自己的工作岗位上默默耕耘的人。可以说，没有他们的工作，就没有“神六”飞天的成功！他们没有因为自己的工作平凡而放弃，不因为没有出人头地的机会而抱怨。正是这些平凡的人托起了“神六”的飞天，无数个平凡加在一起就成了伟大！

“神六”上天后，一些精明的商家瞅准飞船上天的商机，打起了航天英雄费俊龙家老人的主意：送彩电、送保健品，直至送别墅。对此，费家老人表示，他们对有费俊龙这样一个儿子很自豪，也很知足，但绝不想因此“沾光”，请商家不要借机炒作，他们只想过普通人的生活。10月15日，飞船上天后的第3天，当地一家房地产公司找上门来，表示要送给费俊龙一栋坐落在阳澄湖的别墅，问身份证号码，直接办房产证。

“有费俊龙的身份证么？”“没有！”“记得他身份证号码么？”“我们都不清楚！”“别墅是送给费俊龙的，你们不要担心。”

“不能收！不能收！”费俊龙的双亲同声推辞：“我们收了，俊龙会不高兴的，他在家，也不会收。”

在昆山巴城，拥有一栋在阳澄湖畔的别墅，是许多人的梦想。一套300多平方米的别墅价值100多万元。而费家的老宅建于1986年，一座农家二层小楼，家里空荡荡的，没什么像样的家具，居住条件在富裕的巴城算是差的。

但费家二老偏不领这个情，费俊龙的父亲费长宝说，房子虽然旧了，但够住就行，很安逸，住惯了，不想搬。费俊龙上天之前就再三



叮嘱家里，不要大张旗鼓，不要宣扬。出了名还要守得住本分，不应得的东西我们不拿。

费家人知道，保持平常是对费俊龙最好的宽慰。

这里有一个小故事，对每一个人都会有所启示：1872年，有一个医科大学毕业的应届生，他在为自己的将来烦恼：像自己这样学医学专业的人，一年有好几千，残酷的择业竞争，我该怎么办？

争取到一个好的医院就像千军万马过独木桥，难上加难。这个年轻人没有如愿地被当时著名的医院录用，他到了一家效益不怎么好的医院。可这没有阻止他成为一位著名的医生，还创立了世界著名的约翰·霍普金斯医学院。

他就是威廉·奥斯拉。他在被牛津大学聘为医学教授时说：“其实我很平凡，但我总是脚踏实地地干，从一个小医生开始，我就把医学当成了我毕生的事业。”

影响一个人的因素是什么？是这个人的学历？还是这个人的工作经验？其实，是人对工作的态度。

任何一家有抱负的公司，都会有一种竞争的机制，不会让那些碌碌无为的庸人长期厮混于此。人的能力有大小，只要你努力工作，每个公司都会为那些平凡而努力的人提供机会。

无论你现在正从事着什么工作，都要将它视为你毕生的事业来对待。不要以为“事业”都是伟大的、让人津津乐道的壮举。正确的认识自己，平凡的工作就是成就辉煌的开始，也是你成为出色雇员最起码的要求。

志短必定使你贫穷

人穷志短，许多人都有这样的感觉，在不顾尊严体面去占些小便宜时也常这样自我解嘲。他们认为：穷是原因，志短才是结果，也是



做自己想做的事

Do as you please

可以被原谅的。

你知道吗？有些人不顾自己的人格尊严地去占些小便宜，还振振有词地说：人穷志短嘛，等我们富起来就不会这样了。一位从日本留学回来的先生说：日本人骨子里很瞧不起华人，尽管他在面子上对你很客气。这有日本人心胸狭窄的一面，也有华人自己不争气的原因。在日本东京，华人居住集中的地方秩序最混乱，最难管理，很多黑社会组织、偷抢等都有华人的份儿。他说给他刺激最深的是一次在一位华人房间里聊天，来了个日本人收有线电视费。这位华人说：我没有电视。日本人明明可以看见屋子里摆着的电视，但他还是连连弯腰说：对不起，打扰了。然后退出去。

无独有偶，另一位去奥地利留学的朋友归国时也说过类似的情况，只不过电视换成了报纸。

在维也纳的街头，到处都是无人售报摊，许多华人觉着有便宜可占，便经常拿了报纸不给钱。久而久之，当地人便撤去了华人居住区的这些报摊。他苦笑着说：这比抽中国人的耳光还难受，我们是穷，可也不能这样啊！

人穷志短，许多人都有这样的感觉，在不顾尊严体面去占些小便宜时也常这样自我解嘲。他们认为：穷是原因，志短才是结果，也是可以原谅的。

错啦，我的朋友，我的同胞！你知道这种想法、这种小便宜会让我们付出多大代价吗？会给你致富、进入上流社会带来多少困难吗？你的这些苟且行为会给主流社会留下什么样的印象，他们会轻易给你机会。会轻易接纳你吗？恶性循环，你的“志短”必定使你再穷下去，再落后下去！

每个人做事都追求效率，追求低投入高产出，一个单位、一个社会也是如此。而整个社会的高效率来自于健全的秩序、公平的交易原则、完善的动作体系等，这样整个社会的管理成本、交易成本才有可

