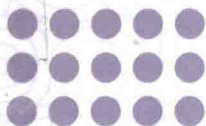


“做更好的自己”系列丛书

美好世界的起点  
成功人生的支点

CHENGWEINIZIJI 杨伟成◎编著

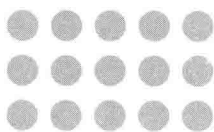


# 成为你自己

长江出版传媒  
湖北人民出版社

杨伟成◎编著

CHENGWEINIZIJI



成为你自己

## 图书在版编目(CIP)数据

成为你自己/杨伟成编著.

武汉:湖北人民出版社,2014.6

ISBN 978-7-216-07972-3

I. 成… II. 杨… III. 人生哲学—通俗读物

IV. B821-49

中国版本图书馆CIP数据核字(2013)第301458号

出品人:袁定坤

责任部门:时政经济分社

责任编辑:尉侯凯

封面设计:董 昀

责任校对:游润华

责任印制:谢 清

法律顾问:王在刚

---

出版发行:湖北人民出版社

印刷:武汉市福成启铭彩色印刷包装有限公司

开本:710毫米×1010毫米 1/16

字数:327千字

版次:2014年6月第1版

书号:ISBN 978-7-216-07972-3

地址:武汉市雄楚大道268号

邮编:430070

印张:22.75

插页:4

印次:2014年6月第1次印刷

定价:48.90元

---

本社网址:<http://www.hbpp.com.cn>

本社旗舰店:<http://hbrmcs.tmall.com>

读者服务部电话:027-87679656

投诉举报电话:027-87679757

(图书如出现印装质量问题,由本社负责调换)

人生三象：骆驼，吃苦负重，是强者人生的台阶；狮子，凶猛勇气，人生不可缺；婴儿，是神圣的肯定，可爱处在于天真，这是人性的本真。记着你是婴儿，就是始终保持着没有污染的人性源头。

——尼采

强者要有三个基本的条件：最野蛮的身体、最文明的头脑和最不可征服的精神。

——罗家伦



作者像（韦伶 画）

人生几乎是一首诗，我们应当体  
验出人生的韵律之美。生命的  
价值和人生的意义是精神的、心  
理的、无限的。

生活的目的是生活的真享受。上  
帝赐予你生命，生命的使用说明  
书要靠自己撰写，人生应始终奔  
跑在向着美好的大道上。

# 成为你自己

## ——美好世界的起点,成功人生的支点

成功是什么?成功就是“做你自己”,努力地做更好的自己。你不是任何人,而是要成为并成就你自己。成为你自己,就是找回真实的自己,活出心灵的人生;就是对社会、对他人有爱心、有贡献;就是人生和生活有价值、有意义。

作为一个人,永远无法独立于人世之外,这是生命的任务。活着和有生命大不一样。有些人就是生命本身,对人世有烂漫的梦想,从关怀的心开始,欢心地领受生命的任务,忘了疲倦;而另一些人只是寄在自己的生命里,他们像惴惴不安的房客,从来没弄清哪些东西算是自己的财产,也不知道什么时候住房契约就会到期。真正影响自己一生的人,并不是那些拥有最多荣誉、最多财富、最多奖杯的人,而是那些关心自己的人。

世界上有两种人:一种人,虚度年华;另一种人,过着有意义的生活。在第一种人眼里,生活就像一场睡眠,只要能睡在既温暖又柔软的床铺上,那便十分心满意足了;在第二种人眼里,生活就是建立功勋,在完成这个功勋的过程中去享受人生的美好。

有良心和良知的思想家,都一致强调人要形成并且不能丧失真实的自我。原因在于真正的思想家和哲学家都集中关注和关心一个问题:人,怎样才能成为一个独立、成熟、完整甚至自足的个体存在。孔子十分重视人生、人间秩序,反对谈论神鬼,在处理人间关系时,强调“父慈子孝”式双向互动和社会等级、角色“动态变化与相对对等”的一种平衡关系。在人生的各个时段,有各种开心和不开心,如果你要的是升职加薪、升官发财,你可能会过得很纠结,没有得到时纠结,得到了也纠结;如果你要

的是影响力或者认可,或者尊敬,那就无处不在。如果把你的价值物质化,你就会变得容易被击破。苏格拉底曾经说过,“没有经过思考的生活是不值得过的生活”。生活里有丰富的内涵和厚重的价值。

确认自我就要求我们反躬自问,认真分析,彻底搞清楚自己到底想要什么。只有知道自己想要什么,才能确认自己人生的目标和方向,对自己的人生进行合理地规划,并为自己所向往和追求的事业与生活不停歇地努力,也就是对自己的人生和生活实行真正能给自己创造幸福的目标管理。而我们自己的人生,恰恰是最需要我们去认真分析、思考和管理的一项重大“项目”。

成为你自己,就要追求有价值、有意义,做那些真正能让内心得到满足的事情,这些事情让你感到被尊重、被认可,让你能够感受到自己的价值无所不在。要做到这一点,你需要很坚持的内心去抗拒周围的干扰,而每一次被打击之后的继续坚守,会让你的内心不断强大,变得愈发无坚不摧。突然有一天,你会发现,你的坚持,等来或者换来的是成功的召唤,是美好的实现。

真正成为你自己,要靠你自己。要使自己内心有坚定的信念,不懈的追求,进取的精神,就一定能创造美好的人生。美好的人生只有六个字:健康、财富、自由。这一切,只有靠自己。那些曾经塑造人类文明和社会进步的精神意志与优秀品质:责任、坚韧、诚信、公正、仁慈、自尊、勤奋、吃苦、创造、奉献……是征服自己,真正“赢天下”的宝贵财富。每个人都不一样,尤其每个人的出身、受教育程度、资源条件、生就的性格、所处的环境等等都不一样,别人的经验不一定适合你,有的可能就是误导。所以,能做自己是最有价值的。

成为你自己,要做强自己。这是一个靠实力打拼的时代,智慧和财富同等重要,二者相互依存,辩证统一,或许你会认为没钱就没有尊严,然而没有智慧则更被人瞧不起。认识自己,不盲从;做你自己,不摇摆;强大自己,不后悔!如果你想有所作为,



就要真正认识自己,这样你才会深刻,没有了肤浅,自然渠成;倘若你要成功,就别轻意忽略谁都可以做到的小节,那样才可能有智慧,增强理性,一世美好。成功美好的人生需要自己创造,而创造的本质就是要打造自己的持续“引力”,充实自己,壮大自己,做强自己。

成为你自己,就找到了成功人生和美好世界的正确阶梯。人生没有神奇方程式,没有万灵解药,真实的人生充满太多的未知和变数,不能写好脚本,不能彩排。能做的,就是让自己更灵活、更智慧、更强大。

# 目 录

## Chapter 1 确定目标

### 确立目标 /2

#### 认清目标 /3

目标是什么 /3

确立人生追求 /5

选准方向 /7

#### 发掘目标 /9

人生关键在于目标 /9

发掘自己的目标 /10

思想造就目标 /12

寻找目标从兴趣开始 /15

目标是生活的意义 /17

#### 定好目标 /20

定好追求目标 /20

执着追求目标 /22

明白为什么 /24

快乐而有意义的目标 /25

终极目标是幸福 /28

### 锁定目标 /34

#### 目标是方向 /35

目标体现规律性 /35

目标富有挑战性 /39

不让目标超越现实 /40

增强自身平衡 /42

走在目标正确方向上 /43

#### 目标是起点 /46

从最近目标开始 /46

带着目标出发 /47

向人生的高处飞翔 /48

#### 目标是力量 /50

有目标就有力量 /50

有目标的生活令人欣喜 /52

### 推进目标 /54

#### 分段推进 /55

目标要分段实现 /55  
注重小事和细节 /59  
幸福具有阶段性 /61  
调整需求 /64

社会需求与自我培养 /64  
灵活调整目标 /65  
调整成就需要感 /68  
增强集体合力 /70

## Chapter2 采取行动

### 行动是保障 /74

#### 行动价值 /75

没有行动无法收获 /75  
行动是成功的路径 /77

#### 行动关键 /80

行动的关键因素是“决定” /80  
发挥“决定”的威力 /82  
心动就要行动 /84

#### 行动效用 /86

行动的功效 /86  
做有用的事 /87  
找准切入点 /89  
定好目标就行动 /90  
行动是成功的保障 /92

### 做个“行动者” /94

#### 用心行动 /95

用心做每一件事 /95  
做有实践力量的人 /97

#### 及早行动 /99

变等待为行动 /99  
行动引导情绪 /101  
做坚定的行动者 /102  
早行动早快乐 /106

#### 连续行动 /108

半途而废就会前功尽弃 /108  
关键的一步要坚持 /110

### 行动无止境 /112

#### 勤奋行动 /113

勤奋是成功的最佳工具 /113  
贵在点滴勤 /115  
难在终身勤 /116  
勤奋的果实甜美 /118

#### 踏实作为 /120

埋头才出头 /120  
脚踏实地耕耘 /121  
肯行动任何时候都不晚 /123  
击败影响行动的顽敌 /125

## Chapter3 坚持到底

### 信念是支撑 /128

#### 坚定信念 /129

树立追求成功的信念 /129

坚守内心的独白 /131

拥有坚持到底的信念 /132

#### 信念力量 /135

信念是生命支撑 /135

信念是撬动困难的支点 /137

信念是朝向目标的动力 /138

信念是走向成功的基石 /140

### 放弃是痛苦 /142

#### 失败源于放弃 /143

放弃自己就会放弃希望 /143

放弃希望就会丢掉成功 /145

放弃了就找不到目标终点 /147

#### 放弃就会前功尽弃 /149

放弃将所有付出大打折扣 /149

放弃的下一刻可能是成功 /150

### 坚持是成功 /153

#### 坚持与放弃 /154

有坚持的心 /154

拥有奋斗的激情 /156

立志贵坚持 /158

生活需要坚持 /160

#### 坚持与执着 /163

执着就是最好的坚持 /163

在艰难中坚持 /165

坚持爆发力量 /167

坚持就有机会 /169

#### 坚持与胜利 /171

坚持就是资本 /171

成功在坚忍中 /172

坚持就是胜利 /174

坚持到底创造奇迹 /176

## Chapter4 勇敢超越

### 超越失败 /180

#### 输得起站起来 /181

失败与成功是相对的 /181

失败是成功的路标 /184

培养强大的耐挫能力 /186

哪里跌倒哪里爬起 /189

#### 失败产生力量 /191

失败的力量 /191

用坚毅磨亮自己 /193

失败给人智慧和激情 /195

失败引你成功 /197

#### 逆境不绝望 /200

逆境是人生必修课 /200

逆境是人生的试金石 /201

面对失落不矢志 /203

身处绝境不绝望 /205

没有过不去的坎 /207

#### 成功就在拐角 /210

最大失败是从未失败 /210

成功就在拐角 /212

智慧在于知止 /214

### 超越历史 /217

#### 拥抱未来 /218

超越胜负的光芒 /218

超越历史局限 /219

追随时代步伐 /221

怀抱未来梦想 /223

#### 活出色彩 /226

活得过瘾 /226

活出本色 /227

### 超越自我 /231

#### 点滴累成 /232

人生没有草稿 /232

每天都做得更好一点 /233

#### 优化人生 /235

自我优化人生 /235

展示优雅人生 /237

创造优秀人生 /239

## Chapter5 成就自己

### 成功可以模仿 /242

#### 从模仿开始 /243

真正的成功从模仿开始 /243

要成功必须学习成功者 /245

深度模仿者的特质 /247

#### 找到金钥匙 /250

打开成功之门的金钥匙 /250

消除不必要的担忧 /251

#### 在模仿中创新 /254

模仿要讲方法 /254

拷贝成功者心绪 /256

模仿加创造 /257

模仿产品还是模仿公司 /259

### 成功没有范式 /261

#### 把握自己 /262

走出自己精彩 /262

成就七年之痒 /264

解除“自我设限” /265

#### 坚守自己 /268

在丧失中成长 /268

成就人生极致境界 /270

守护那份美好记忆 /272

### 成功就是做自己 /276

#### 坚持个性 /277

个性漫谈 /277

个性申诉 /279

珍惜个性 /280

追求完美个性 /281

做有点脾气的人 /284

#### 诗样人生 /286

活出诗样人生 /286

内向者的“静”争力 /289

让心中只有宁静 /291

#### 生命价值 /294

做内在的自己 /294

奋力追寻心灵 /297

向着美好奔跑 /300

## Appendix 附录

### 人生闪光的哲思与经营

——读杨伟成“做更好的自己”系列丛书 马彬禄 /309

### 昭示自我成长的心灵智慧

——谈杨伟成“关于成长、成功、成人”的理论与实践 戴正清 /314

### 哲理人生的文学印记

——读《改变你自己》、《相信你自己》、《成为你自己》

徐良德 何路玲 /317

### 用思想启迪未来播种希望

——16个单词说伟成和他的人生三部曲 中夫 /323

### 继续向前(后记)/343

# Chapter 1

## 确定目标

目标是人生走向的路标,指引人生的目的和意义。一切成功的起点,都源于明确的人生目标。我们要将事后的忧虑和后悔,换成事前的目标和计划,确立适合自己、属于自己、面向未来且积极向上的目标。要始终保持人生目标方向的正确性,将客观的规律性和主观的能动性结合起来,以现实为基点,以自身的平衡为支撑,积极适应社会的需求,加强自我的培养,把成就需求感调整到最佳状态,引领我们释放生命正能量,向着人生的高处和终极目标,一步一步奋勇迈进,不断追求人生幸福、快乐而有意义的目标,提升人生价值的空间和真实意义。



# 确立目标

——目标是前行的路标，目标偏移，就会模糊脚下的路。

明确的目标，是一切成功的起点。一个人最大的破产是绝望，最大的资产是希望。我们要将事后的忧虑和后悔，换成事前的目标和计划，一路前行。

成功来自于自己的目标和毅力，我们要善于发掘自己的目标。要发挥思想和思维的力量，用积极向上的思想面向未来，用科学的人生观、方法论来设计适合你、属于你的目标。

致力于追求人生价值目标，释放生命正能量。设定目标的理由比目标本身重要。明白你的目标，执着目标，专注目标，提升目标空间，追求幸福、快乐而有意义的目标。