



在目标恒定中一心向前

Yi Sheng Zhi Zuo Yi Jian Shi

灯塔只有一个 专一成就辉煌

一生只做一件事



比尔·盖茨说：“如果你想同时坐两把椅子，就会掉到两把椅子之间的地上。我之所以取得了成功，是因为我一生只选定了一把椅子。”

植风寅 编著



中国时代经济出版社



在目标恒定中一心向前

Yi Sheng Zhi Zuo Yi Jian Shi

灯塔只有一个 专一成就辉煌

一生只做一件事



比尔·盖茨说：“如果你想同时坐两把椅子，就会掉到两把椅子之间的地上。我之所以取得了成功，是因为我一生只选定了一把椅子。”

植风寅 编著

◆ 中国时代经济出版社

图书在版编目(CIP)数据

一生只做一件事 / 植风寅编著. —北京: 中国时代经济出版社, 2006.6

ISBN 7-80221-052-6

I. 一… II. 植… 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 (2006) 第 031019 号

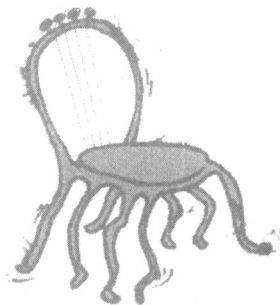
一生只做一件事

植风寅
编著

出版者	中国时代经济出版社
地址	北京市东城区东四十条24号 青蓝大厦东办公区11层
邮政编码	100007
电话	(010) 68320825 (发行部) (010) 88361317 (邮购)
传真	(010) 68320634
发行	各地新华书店
印刷	北京昌平百善印刷厂
开本	787×1092 1/16
版次	2006年6月第1版
印次	2006年6月第1次印刷
印张	14. 25
字数	183千字
印数	1~10000册
定价	26.00元
书号	ISBN 7-80221-052-6/C·003

版权所有 侵权必究

目 录



第一章 灯塔只能有一个 / 1

比尔·盖茨说：“如果你想同时坐两把椅子，就会掉到两把椅子之间的地上。我之所以取得了成功，是因为我一生只选定了一把椅子。”智慧的思想产生智慧的选择，智慧的选择从一开始便注定直达辉煌。

法则之一：选择，至关重要 / 4

法则之二：心往一处想，力往一处使 / 8

法则之三：贪多嚼不烂 / 12

第二章 理想需要一步步实现 / 19

生活中，之所以很多人做事会半途而废，往往不是因为难度较大，而是觉得距成功太遥远。他们不是因失败而放弃，而是因心中无明确的目标

乃至倦怠而失败。如果我们懂得分解自己的目标，一步一个脚印地向前走，也许成功就在眼前。

法则之一：不做没有目标的盲目人 / 22

法则之二：如何将理想细分为目标 / 26

法则之三：无规矩不成方圆 / 30

法则之四：让目标激励自己 / 35

第三章 在目标恒定中一心向前 / 39

从现在开始，请将所有的光和热都聚集一点，即使汗流浹背，即使苦难重重，也要等待一个烈炎灼灼的时刻。请相信：

有志者事竟成，破釜沉舟，百二秦关终归楚。

苦心人天不负，卧薪尝胆，三千越甲可吞吴。

法则之一：有志者事竟成 / 42

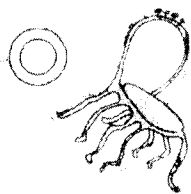
法则之二：学会专注 / 46

法则之三：征服自己方能征服一切 / 50

法则之四：统筹法不是万能的 / 54

第四章 不要浪费每一分钟 / 59

世界上最长的莫过于时间，因为它永远无穷无尽；最短的也莫过于时间，因为它使许多人的计划都来不及完成；对于等待的人，时间最慢；对于快乐的人，时间最快；它可以无穷无尽地扩展，也可以无限地分割；当



时谁都不加重视，过后谁都扼腕叹息；没有时间，什么事情都做不成；时间可以将一切不值得后世纪念的人和事从人们的心中抠去，时间能让所有不平凡的人和事永垂青史！

法则之一：驯服时间 / 62

法则之二：消除时间的杀手 / 67

法则之三：有效的时间管理 / 74

第五章 始终如一的热忱 / 81

有信仰就年轻，疑惑就年老；

有自信就年轻，畏惧就年老；

有希望就年轻，绝望就年老。

岁月使你皮肤起皱，但失去了热忱就损伤了灵魂。

法则之一：兴趣成就事业 / 84

法则之二：热忱激发力量 / 95

法则之三：将工作当成一件快乐的事 / 102

第六章 用智慧和勇气扫荡一切困难 / 105

泯灭于困难之中的人何其多，消沉于困难之中的人何其多，而升起的永远是佼佼者。一生只做一件事，不成功，便失败。我们别无选择，所以，面对困难，只有聚智者所有之智，勇者所有之勇，破釜沉舟，背水一战！

法则之一：出奇制胜 / 108

法则之二：勇者无惧 / 115

第七章 心态决定一切 / 123

积极的心态创造人生，消极的心态消耗人生。积极的心态是成功的起点，是生命的阳光和雨露，让人的心灵成为一只翱翔的雄鹰；消极的心态是失败的源泉，是生命的慢性杀手，使人受制于自我设置的阴影。选择了积极的心态，就等于选择了成功的希望；选择消极的心态，就注定要走入失败的沼泽。

法则之一：守住乐观心境 / 126

法则之二：培养自信 / 131

法则之三：自我暗示 / 138

法则之四：宽容，成大事者必有的胸怀 / 144

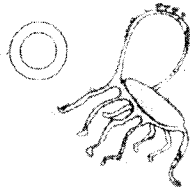
第八章 拒绝一味的等待 / 149

大势未定前，不要做躁动不安的弈者，不待对方落子，自先摸车抓马；亦不要作无所事事的颓败者，让日子消沉了仅存的斗志。要学会等待，在等待中静观其变，待时而动，必有所获。

法则之一：躺着思想不如站起行动 / 152

法则之二：要有静观其变的本领 / 157

法则之三：酝酿良机，待时而动 / 163



第九章 用百分之百的努力迎接 百分之一的机会 / 169

成功不可能没有机会，然而闪烁于生命长河中的机会少之又少。如果我们足够勇敢，就能抓住这转瞬即逝的刹那，如果我们足够聪明，就能创造出属于自己的黄金时刻。

法则之一：抓住机会，一跃而起 / 172

法则之二：善于创造机会 / 179

法则之三：果断出击 / 185

第十章 将执著和永不放弃贯彻一生 / 189

既然无法逃避，何不挺身而出，在荆棘丛生的征途上，用执著的心和永不放弃的精神为自己开辟一条辉煌之路。

法则之一：毅力与恒心 / 192

法则之二：永不言败 / 197

法则之三：坚持到底 / 202

第十一章 专一成就辉煌 / 209

锋利之箭已经铸就，勇者已经弯弓在握，列阵以待，此刻所需要的就

是对准目标，集中所有，用尽毕生的经验和力量射出去！请相信，迎接我们的，必是一个焕然一新的新世界！

法则之一：咬定青山不放松 / 212

法则之二：一生只做一件事 / 215

后 记 / 219

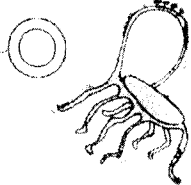


第一章

灯塔只能有一个

写在前面的话：

比尔·盖茨说：“如果你想同时坐两把椅子，就会掉到两把椅子之间的地上。我之所以取得了成功，是因为我一生只选定了一把椅子。”智慧的思想产生智慧的选择，智慧的选择从一开始便注定直达辉煌。



智慧故事

古代，有一位叫做梓庆的木匠，特别擅长砍木头制造一种乐器，那时人们称这种乐器为鐻。

据说，梓庆做的鐻，看到的人都惊叹不已，认为是鬼斧神工。鲁国的君王听说此事后，召见梓庆问：“别人都称赞你做的鐻，你是用什么方法制成鐻的？”

“回大王，我只是一介工匠，谈不上什么技法。”“我在做鐻时从来不分心，只想着鐻，而且实行斋戒，洁身自好，摒除杂念。斋戒到第三天，不敢想到庆功、封官、俸禄；第五天，不把别人对自己的非议、褒贬放在心上；第七天，我已经进入了忘我的境界。此时，心中早已不存在觐见君主的奢望，给朝廷制鐻，既不希求赏赐，也不惧怕惩罚。”接着，梓庆向鲁王详细介绍了制鐻的过程，他排除所有的外界干扰后才进入山林中，观察树木的质地，精心选取自然形态合乎制鐻的材料，直至一个完整的鐻已经成竹在胸，这个时候才开始动手加工制作。否则，我不会去做！梓庆继续说，“以上的方法就是用我的天性和木材的天性相结合，我的鐻制成后之所以能被人誉为鬼斧神工，大概就是这个缘故。”

要想成就任何事情，都必须先确立一个目标，然后集中精神，摒除

杂念，不要去想着还要做其他事情，心往一处想，力往一处使，这样方能成功。

法则之一：选择，至关重要

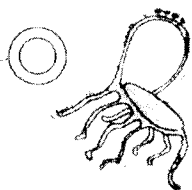
如果你想同时坐两把椅子，就会掉到两把椅子之间的地上。我之所以取得了成功，是因为我一生只选定了一把椅子。

——比尔·盖茨

一生只做一件事，这是一种经验的总结，也是一种智慧的选择。一个人的一生要经历几十年，每个人都希望自己这一生中能做出一些事情来，实现自己的愿望，使自己的一生更快乐，能受到人们的尊重，生活得更好。然而这并非易事。生活中不幸的人随处可见，他们并非懒惰，他们一生努力，勤勤恳恳，他们有知识，有能力，甚至不缺乏远见，他们胸怀中美好的愿望一个接一个，他们曾尽自己最大的努力去实现每一个理想。然而，到头来一个愿望都没有实现，一件事情都没有做好。

人人都希望自己成功，但这并不是偶然和简单的事情，要想成功就得学会分析，懂得取舍，养成努力专注的习惯。这个世界上95%的人都是不成功的，他们的失败往往不在于知识的多寡，能力的高下，努力的够与不够，而在于不懂得该怎样做。

上天给每个人平等的精力和时间，想取得成功就得学会安排这些精力和时间，如何安排？大多数的人从懂事起便开始为自己作安排，制订理想。计划着这也要做，那也不放弃，别人画画出了名，自己也想学一学画



画，当个画家，于是，花了一段时间做画，厌烦了；忽然一天，发现别人写文章出了名，自己也想写一写文章，当个作家，于是，再花一段时间写文章，又厌烦了；发现别人靠发明出了名，自己也想搞一搞研究，当个发明家。于是，再花一段时间搞研究……，如此反复，喜好不定，没有目标，就像一头盲目拉磨的驴子，转了几百圈睁开眼却发现还在原处。问题出在哪里？要怎样做才能改变？

防弹玻璃大家都知道，非常坚固，子弹很难穿透。可以设想一下，如果成功和辉煌在防弹玻璃的另一面，自己是一把枪，精力和时间是一发发的子弹，子弹是有限的，要想穿越玻璃，获取成功和辉煌，你要怎么做？很简单，照着一个点上连续射击。每一发子弹的力量都汇集在一点上，防弹玻璃虽然坚固，但在巨大的力量打击下也会被穿透。但是，若东一枪西一枪地胡乱扫射，子弹的力量被分散，可想而知，穿透防弹玻璃的几率将会非常小。这其实与中国古老的成语水滴石穿是一个道理。所以，要想取得成功，就要避免盲目乱干，要劲往一处使，力往一处用，一生只做一件事。

一生只做一件事，就是要将自身100%的精力和时间都用在一件事上，在这一件事上开拓进取，迎接成功的辉煌。很大一部分人之所以失败是因为他们不懂得该如何使用自己的精力和时间，他们缺乏一生只做一件事的恒心，缺乏一生只做成一件事的执著专一精神。袁隆平成为享誉世界的杂交水稻之父，詹天佑成为中国铁路史上第一人，徐悲鸿成为众人所敬仰的大画家，郎平的名字震撼世界体坛……他们是如何成功的？通过分析比较，不难看出，这些出名人物总是因为某一件事情而出名，他们将一生中大部分的时间和精力都付诸于某一个领域里，付出了常人所没有付出的牺牲，从而获得了常人所不能获得的成就。他们是聪明的人，他们有只做一件事的恒心，有只做一件事的执著和专一，正因如此，他们的一生才比其

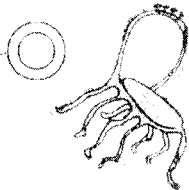
他的人过得更有价值。

相反，一些天资聪颖，有知识，有能力，努力勤奋的人一生不停地做事情，但却没有一件能够做到令人感到完美。任何一件事情做久了便会感到累，感到厌倦，从而放弃，选择新的事情去做。他们内心没有一个真正的理想，他们的目标好像很多，各自不同，他们将一生的精力和才华分散地用在这些各自互不相关的小目标上，企图各个击破，期望在各方面都有所建树，然而最后却发现任何一方面都没有改变，这不能不令人感到痛心遗憾。

一生只做一件事，做什么样的事呢？这是一个选择的问题。

选择至关重要。人生的任何努力都会有结果，但不一定有良好的结果。错误的选择往往使辛勤的努力付诸东流，甚至使人生遭致灭顶之灾。由此可见，正确的选择非常重要。有什么样的选择，便有什么样的人生。选择就意味着放弃，放弃是为了更好地完成。比尔·盖茨说：“如果你想同时坐两把椅子，就会掉到两把椅子之间的地上。我之所以取得了成功，是因为我一生只选定了一把椅子。”聪明的人总是钟情于唯一。他们一生只做一件事，将毕生的时间和精力专注于一种事业。他们目的明确，精神专一，在自己所奋斗的事业领域里不断地深入，不断地超越，不断地收获。他们经历了抉择取舍的痛苦，经受了迷惘挫折的考验，但他们对事业始终抱有一颗专注执著的心，坚持着一条路走尽黑暗，最终迎来朝阳初升的辉煌。

生命是严肃的，只有一次。一生只做一件事，人生才能辉煌。这要求所选择的方向首先正确。在选择之前要分析，分析自身条件和能力，分析环境，分析自己要做的事情，分析成功的可能性，通过一系列的分析从而确定一生要做哪件事。如果天生腿就有问题，选择舞蹈为人生目标就是不切实际的，如果长到18岁时还没有游过泳，选择世界游泳冠军为奋斗目标就是错误的。



选择错误的方向必然带来痛苦的结果。例如，一个故事中讲到，古代有一个商人，在城市里辛苦经营，靠卖布匹挣了一些钱。他原来没有房子，一家人很多年来一直住在租来的小屋里，于是他想用挣来的钱盖一幢小楼。他先后花了一个月的时间选择盖房子的地点，发现有三个地点可以盖楼，一个地点靠近自己布匹店附近，这个地点对自己来讲很方便，回家吃饭方便，但在河边，夏天蚊子太多，而且潮湿。另一个地点在城市中心，这个地点什么都好，但就是价钱太高。第三个地点是城门外面的一块沙地，那里虽然离布店远，但空气好，又没有蚊虫，也没有什么地价。三者比较，他决定在那块沙地上盖一幢小楼长久居住。开工前，邻人纷纷劝他，沙地上不能盖房子，会倒塌的，但他不听，仍然坚持。为了盖成这座小楼，这位小商人几乎花了自己所有的积蓄。他请来专门的人帮自己设计，请来当时城里的一流工匠，又花了许多钱去买建筑材料，自己夜以继日地忙里忙外。三个月后，一座漂亮的小楼终于出现了。然而，正当他站在远处边欣赏自己的杰作，边指挥工人帮忙搬家时，沙地不堪重负，小楼突然塌陷了。

盲目是选择的一大忌。正因为一生只做一件事，所以选择尤为重要，选择是一个前提性的东西，一切的努力都基于选择，盲目的选择必然带来盲目的努力，盲目的努力最终会带来惨痛的教训，甚至会毁掉一生。有这样一则寓言：一条小鱼生活在小溪流里，它从小就听身边的同伴讲述大海的丰富多彩，非常渴望能够在大海里自由地穿梭，与从来没有见过面的鱼儿聊天。它每天都守着这一个愿望，终于有一天，它忍耐不住冲动，一个人远离小溪，向着梦想的大海出发了。但是，这条雄心勃勃的小鱼弄错了方向，逆流而上了。一路上，它见到了许多从来都没有见过的鱼儿，它们跟它打招呼，并问它要去哪里，它说自己要去大海。那些鱼儿立即劝它向回游，大海的方向在下面。但是，这条小鱼并没有接受劝告。它一直坚持向前游，它躲过渔夫撒下的一道道渔网，巧妙地逃过一条条大鱼贪婪的嘴

巴；它冲过险滩，越过激流，穿游过了一个又一个危险地带；它跳过了山涧，挤过了石罅。它在困难面前从没有退缩，一如既往地游着。终于有一天，它游到了一个山脚下，它从水里浮上来，想看看是否已经到了大海的出口，谁知抬头却发现白茫茫一片，这时，它才知道自己完全错了。然而，为时已晚，就在它从水中探出头来的时候，冰雪侵袭了它的身体，它被封冻在远离家乡的寒冷之地，再也无法回家，再也无法呼吸。有人说它是一条勇敢的鱼，它逆行了那么远那么长那么久，它应该是一位英雄。然而还有人说：它虽然称得上勇敢，但只有伟大的精神却没有一个正确的选择方向，它没有遵从自然规律，虽历尽了艰辛，得到的却只能是死亡。

成功必然需要付出，但同样需要一个正确的出发方向。努力的方向选择正确了，理想才有可能变为现实，选择错了，便会像那条鱼儿，纵使再勇敢，纵使再努力，最终只能以惨败告终。由此可见，一生做好一件事，先得选择一个适合自己的方向。成功的首要任务是选择。选择，至关重要。

法则之二：心往一处想，力往一处使

挖十口浅井不如挖一口深井

——刘章庆

灯塔只能有一个。灯塔的主要作用在于引导船只。众所周知，指南针还没有发明时，大海上的船只只能靠灯塔来辨别航线，如果没有灯塔，船只便无法顺利航行。灯塔就是船只的目标，船只只有向着目标所示的方向前进才会安全。