

尽管去做， 别辜负所有的坚持

鹄 衣 编著

你期待的未来并不遥远。

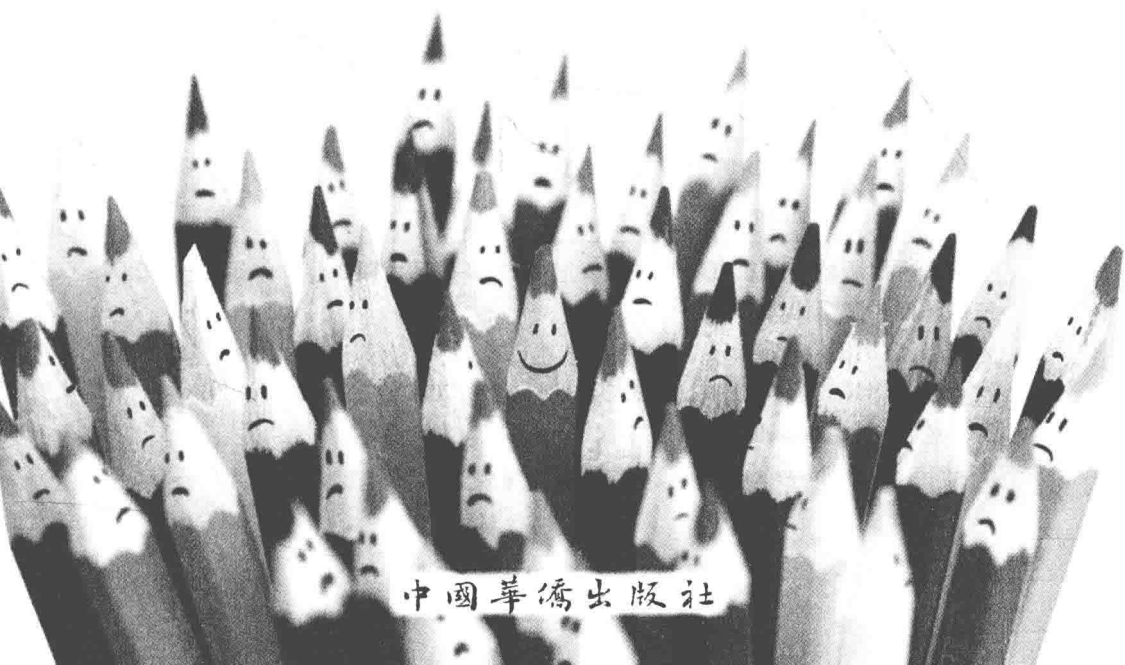
世间所有的美好，都是因为坚持。
总有一天，所有人都会为你鼓掌。



中國華僑出版社

尽管去做， 别辜负所有的坚持

鸽 衣 编著



中國華僑出版社

图书在版编目 (CIP) 数据

尽管去做, 别辜负所有的坚持 / 鸽衣编著. —北京:
中国华侨出版社, 2016. 4

ISBN 978-7-5113-5921-6

I. ①尽… II. ①鸽… III. ①成功心理—通俗读物
IV. ①B848. 4-49

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2016) 第 060465 号

尽管去做, 别辜负所有的坚持

编 著 / 鸽 衣

策划编辑 / 邓学之

责任编辑 / 文 喆

责任校对 / 王京燕

封面设计 / 一个人·设计

经 销 / 新华书店

开 本 / 710 毫米 × 1000 毫米 1/16 印张 / 16 字数 / 176 千字

印 刷 / 北京毅峰迅捷印刷有限公司

版 次 / 2016 年 7 月第 1 版 2016 年 7 月第 1 次印刷

书 号 / ISBN 978-7-5113-5921-6

定 价 / 30.00 元

中国华侨出版社 北京市朝阳区静安里 26 号通成达大厦 3 层 邮编: 100028

法律顾问: 陈鹰律师事务所

编辑部: (010) 64443056 64443979

发行部: (010) 64443051 传真: (010) 64439708

网 址: www.oveaschin.com

E-mail: oveaschin@sina.com

序言

像屠呦呦一样去追求梦想

当地时间 2015 年 10 月 5 日，瑞典斯德哥尔摩，诺贝尔委员会举办新闻发布会，宣布了 2015 年诺贝尔生理学或医学奖得主，中国药学家屠呦呦名在其中。

让我们谨记这个时刻——因为屠呦呦女士是第一位获得诺贝尔科学奖项的本土中国科学家，也是第一位获得生理医学奖的华人科学家。

屠呦呦就这样在一个万众瞩目的时刻，以一种寂静无声的姿态，悄悄站到了世界面前。覆盖在她身上的光环不亚于至尊宝踩着七彩祥云出现的华丽，但是她始终是内敛的。她在瑞典卡罗林斯卡医学院发表演讲时，几次三番地提到了她的团队，肯定了大家付出的同时，并郑重地把中草药正式介绍给了全世界。

这是属于中国的荣耀！

但是，最让我感动的不是这个，而是她发表演讲时的一句话：“目标明确、坚持信念是成功的前提。”

这句话就是促使我写这本书的最初动力。

我们中的很多人，通过一则新闻，获知屠呦呦女士获得了诺贝尔生理学或医学奖。在羡慕她为她感到自豪的同时，过多地把目光投入到云绕着她的光环上，却忽视了在这个奖背后的实情，她投入了多少精力，历经了多少阻碍，受到多大的挫折……我们暂且不提其他了，从时间上看，就能看出一二。

从1959年，她踏入西医离职学习中医班，系统学习了中医药知识，到加入这个研究组，再到1974年发现青蒿素，历时多少年？从1974年发现青蒿素到一次次改进，最终获得诺贝尔奖又是多少年？

旁观者都只会被她此时的成功吸引，却忽视了她之前数十年如一日的奋斗。一个女子整日整夜地在实验室试验，在瓶瓶罐罐中寻找着最后的突破。肩负的责任和试验瓶颈带给她的压力并不是三言两语就能形容的。只不过成功的喜悦把之前所受的苦都冲淡了。事实也是，和成功比较起来，之前所受的苦又算得了什么呢？那只不过是凤凰为了涅槃重生，不得不经受的烈火之刑罢了。

这个世界上没有谁的成功是因为运气好，任何成功都是以坚持与努力为基础。他们只是在你看不到的地方默默地奋斗着，坚持着你不知道的努力罢了。我们不要急于羡慕别人的成功，在这之前，应该沉淀好自己的心情，让自己全身心地投入到追逐我们梦想的行动中去。

是的，是行动。

梦想再美，没有行动也只能是一纸空谈，做不了真。只有让行动把梦想支撑起来，才有机会获得最后的成功。

像屠呦呦一样去追求梦想，别辜负了所有的坚持！

谨以此书献给每一个正在奋力拼搏的年轻人。

鸪衣

2015年12月

目录

第一章 告诉自己，你期待的未来并不遥远

- | | |
|----------------------------|-----|
| 1. 在追求梦想的道路上，我们都能变得勇猛无敌 | 002 |
| 2. 即使是石头，也总有绽放光彩的一天 | 007 |
| 3. 梦想是否高大上不重要，重要的是你有没有足够努力 | 011 |
| 4. 能让成功爱上的，唯有不放弃的你 | 016 |
| 5. 告诉自己，我期待的未来并不遥远 | 021 |
| 6. 别着急，属于你的岁月终将给你 | 026 |
| 7. 你正在变成更好的自己，剩下的就交给时间 | 030 |
| 8. 有件事必须做，那就是承受住成功之前的寂寞 | 034 |

第二章 尚未成功，只是你依然不够努力而已

- | | |
|-----------------------------|-----|
| 1. 人生没有捷径可走，要成功先要习惯跌倒 | 040 |
| 2. 你并没有失败，只是还没有成功 | 045 |
| 3. 善于等待的人，一切都来得及 | 050 |
| 4. 等待是成大器者必须接受的考验 | 054 |
| 5. 你想超越平凡的生活，注定暂时要“漂泊” | 059 |
| 6. 每一个优秀的人，都有一段拼搏的时光 | 063 |
| 7. 没有谁的成功是触手可及的，你必须承受成功前的寂寞 | 068 |

第三章 心中有光的人，终会冲破一切黑暗和荆棘

- | | |
|------------------------|-----|
| 1. 心中有光的人，终会冲破一切黑暗和荆棘 | 074 |
| 2. 真正的勇士，是具有对付一切挫折能力的人 | 078 |
| 3. 摔倒了，爬起来再继续往前 | 083 |
| 4. 你不打败它不罢休，它便会向你低头 | 087 |
| 5. 关键时刻咬一咬牙，任何困难都能被克服 | 092 |
| 6. 走出恐惧带来的阴影，你放手一拼又何妨 | 096 |
| 7. 只要你自强不息，绝望也会给你一线生机 | 101 |
| 8. 你所受的苦，总有一天会照亮你未来的路 | 106 |

第四章 没有人能够打败你，除非你自己

- | | |
|---------------------------|-----|
| 1. 没有谁能够打败你，除非你自己 | 112 |
| 2. 你无须怕什么，尤其不能怕挫折 | 116 |
| 3. 永远拥抱自信，勇敢地去实现自己的梦想 | 121 |
| 4. 你要相信自己的潜力无限，坚持去追求自己的梦想 | 126 |
| 5. 用强大的信念去鞭策自己的行动 | 130 |
| 6. 有了方向就坚持到底，不因一时挫折怀疑自己 | 134 |
| 7. 命运终将宠着你，你要用行动去迎接奇迹 | 138 |
| 8. 能在充满坎坷的道路上昂首前行，你就是英雄 | 140 |

第五章 最能感动上天的是，努力得感动自己

- | | |
|---------------------|-----|
| 1. 每一个现在都连接着未来 | 146 |
| 2. 没有谁的成功是偶然的 | 149 |
| 3. 不断地努力能把失败转变为成功 | 153 |
| 4. 生命自有精彩，你只负责努力 | 156 |
| 5. 努力程度决定了你的潜力能发掘多少 | 159 |
| 6. 每个人其实就是自己的伯乐 | 163 |
| 7. 用伟大的坚持来支撑梦想 | 167 |
| 8. 每次进步 1 厘米也能创造奇迹 | 171 |
| 9. 奋斗过的青春，不会留下遗憾 | 174 |

第六章 我们终会遇见想要的未来

- | | |
|---------------------------|-----|
| 1. 只要你相信，就没有到不了的明天 | 180 |
| 2. 面对苦难勇敢地迎上去，你得到的必将比预想的多 | 183 |
| 3. 总有一天，全世界都会为你鼓掌 | 188 |
| 4. 生活不会亏待真正努力的人 | 192 |
| 5. 含泪播种的人一定会含笑收获 | 197 |
| 6. 真正的强者，是在绝境之巅依旧顽强坚持的人 | 201 |
| 7. 我们终会遇见想要的未来 | 206 |

第七章 要活出精彩，你必须坚持做最优秀的自己

- | | |
|-------------------------|-----|
| 1. 珍惜你的零碎时间，让优秀的你办事更有效率 | 212 |
| 2. 优秀的品质带你走向成功 | 215 |
| 3. 不断使自我更优秀，你才能持久无可取代 | 218 |
| 4. 咬定目标不放松，直至你成功 | 223 |
| 5. 一颗担当的心，让你所有的坚持变得有价值 | 226 |
| 6. 你能承担多大责任，你的价值就有多大 | 231 |
| 7. 做自己想做的事，坚持是无可估量的收获 | 236 |
| 8. 要活出精彩，你必须坚持做最优秀的自己 | 241 |

第一章

告诉自己，你期待的未来并不遥远



没有谁生下来就很优秀。优秀是时间积累出来的。你要的未来就在你脚下。只要你迎着美好的梦想大踏步前进，只要你有足够的努力，只要你有足够的坚持，成功就在你触手可及的地方。因此，你不要等待幸运，无论是否处在顺境，你都要给自己动力，告诉自己，你要的未来并不遥远，一定要坚持下去。

1. 在追求梦想的道路上，我们都能变得勇猛无敌

平凡不是可怕的事，这个世界上最多的还是像我们这样的平凡人。但是平凡并不代表不能做不平凡的事！只要有足够的勇气和信心，平凡的你也可以创造一个不平凡的未来！只要积极地给自己沐浴阳光，每一棵小草，都将通往春天。只要你坚持下去，春天就会来临。

没有人可以选择自己的出生。是郊外的小草，还是温室里的玫瑰，并不是我们所能控制的。我们能做的就是认同我们的出生，小草也好，玫瑰也罢，该我们面对的就得面对。

临渊羡鱼，不如退而结网。纠结于不属于我们的东西于事无补，还不如通过我们的双手创造我们需要的东西。

或许，这是一个很艰辛的过程，但是，和我们向往的未来相比，这点艰辛又算得了什么呢？每一棵小草，都将通往春天，只要我们有这个信念，抱着“多吃一点苦，多走一段路”的恒心，还有什么不能做到呢？

梦想不是一朝一夕就能造就的，需要我们在挫折中经受一次又一次命运的考验。那是命运给我们的考题，没有谁可以回避。通往美好

的道路上肯定有我们不知道的荆棘，这些会成为阻碍我们向前的阻力。只要我们怀着必胜的信念，抱着热情洋溢的态度，积极的心态，迟早有一天，会将阻碍我们前行的阻力击败。再卑微的小草，只要挺过了严冬，就能嗅到春天的气息，成为春意盎然中生机勃勃的一员。

所以，现在我们要做的是不要被严冬的风霜雪雨吓着，或许现在我们是卑微的，但是我们的未来一定不会继续卑微。

梦想在，沿着梦想前行，我们会变成勇猛无敌的战士，迎着美好的梦想大踏步前进。这个时候我们就会发现，原来我们人生最美的季节是实现我们梦想的未来！

1954年，劳尔德·贝兰克梵出生在纽约。父亲是个普通的邮件分拣员，微薄的收入，难以维持一家人的生计，更别说拥有一栋属于自己的房子了。一家人只能住在纽约最糟糕的廉租房区之一的布鲁克林的小区里，“享受”着“贫民窟”式的生活。

7岁时，贝兰克梵学会了捡破烂。13岁时，他开始在一些篮球赛场卖苏打饮料。和别的孩子不同，他很会“钻空子”。这个空子，其实就是其他人不愿做的“留”给他的机会。观众席的最边上，客人挥挥手，说：“嘿，这里要一杯苏打！”那时的托盘非常重，他托着托盘从人堆中钻进钻出，走好长一段路就是为赚一瓶饮料的钱2美元75美分。困苦的生活，他不得不做出这样的选择。

如此的辛苦，还是无法改变生活中的窘境。但贝兰克梵很会找乐，往往在一些客人用来垫屁股的杂志中，去品尝书中的乐趣。慢慢地，他喜欢上了阅读，读历史，尤其是传记，总会被书中一些名人的成长经历深深地吸引住。

就是在不断地阅读中，让他长了见识——既然疲于奔命的辛苦劳作，也无法改变生活，那唯一的办法就是设法走出布鲁克林。16岁时，贝兰克梵参加了大学入学考试，成功申请到哈佛的奖学金。

贝兰克梵选择哈佛，仅仅是因为在他简陋闭塞的生活中，只听说过有所大学叫哈佛，压根儿不知道这所大学是多么的令人神往。

1978年，贝兰克梵取得了哈佛法学博士学位，成为纽约一家大律师事务所的税务律师。可这份工作并没能满足贝兰克梵的好奇心，他觉得自己的兴趣和专长最适宜做销售。做销售，他向高盛递交了简历却没通过招聘。

哈佛，一个世人仰慕的大学，他却不知不觉地考上了，而一个高盛招聘却把他拒之门外。贝兰克梵很难接受这个现实，曾一度变得萎靡不振，并以去拉斯维加斯玩扑克寻求刺激，最终染上赌博的恶习，而无法自拔。

没被生活的困难所击败，相反，却被一场招聘压倒。是因为他之前的成功之路走得太顺了，以致连后来的一次小小的失败也无法接受。对于贝兰克梵的“无法自拔”，父亲没有过多地指责，只是针对他喜欢的传记体小说，说：“传记最吸引人的一点是，书中的人物在自己生命的初期，也就是前50页当中，是不会知道他或者她会在第300页时取得成功的。往往一本小说的最精彩之处，是在第50页之后……”

第50页之后，喜欢传记小说的贝兰克梵再清楚不过了：那些成功的仁人志士，正是在一次次失败当中，才逐渐成长起来。为什么我经历过一次失败，就颓落成这样呢？

进不了高盛，但也要做销售。1981年，贝兰克梵决定离开律师事

务所，进入大宗商品交易公司 J. Aron 做销售员。干起销售来如鱼得水的他，更是意气风发，以帮助过一位穆斯林客户做 1 亿美元的债券组合的业绩，而成功地晋升为“金牌销售”。就是这一辉煌的成绩，最终使他成为高盛的一名员工。

高盛一直以来总是给外界一个毫不留情的印象，它以惊人的速度将精英吸纳进来，又会以惊人的速度将不合格者扫地出门。极具危机意识的贝兰克梵意识到，要想在这个国际著名投行中站稳脚跟，就必须做出令人刮目相看的成绩来。

2002 年，贝兰克梵掌管的高盛支柱部门——固定收益商品部创造了高达 1270 万美元的收益，而当时高盛董事长兼 CEO 亨利·鲍尔森所负责部门的收益也不过 960 万美元。

凭着一连串赫赫战绩，贝兰克梵打败了两个“土生土长”的接班人，2003 年 12 月成为高盛总裁兼首席运营官。2006 年，鲍尔森被布什任命为美国财长，贝兰克梵顺理成章走上高盛集团的最高位置，并被誉为“华尔街最聪明的 CEO”。

从“廉租房少年”到高盛帝国舵手，贝兰克梵的成长经历太值得人们去解读了。在 2013 年拉瓜迪亚社区大学毕业生毕业典礼上，他却说：“影响一个人的成功因素有许许多多，对我影响最深的，是父亲曾说过的一句话——精彩从第 50 页开始。因为每个成功者都要经历过一段血淋淋的失败。而那段失败，都隐藏在书中的第 50 页之后。”

贝兰克梵的父亲是一个邮局分拣员，低微的收入解决温饱都有问题，更别说给贝兰克梵买房子。他自小住在廉价的出租房内，捡破烂、卖苏打水饮料，这些在别人眼里不屑一顾的挣钱项目，却成了他小时

候挣钱的好项目。

人生以这样作为人生开端，在很多人眼里可能连野外的小草都不如。可是，他就在这样的环境中，把自己后面的人生过得有声有色。他考取了哈佛的法学博士学位，却不喜欢单调的律师生活，想去高盛，却被拒绝。有过情绪波动，又调整好，最后不但达成了他的所愿，还坐到了高盛的最高位置。

所以，人的出生并不重要，是小草还是玫瑰也不重要。这个世上取得成功的人，并不是因为他们不平凡，而是在对未来的把握上，比我们多了一点勇气和坚持。

其实，我们不是输在最初的平凡，而是输在缺乏自信和意志不够坚定上。

平凡不是可怕的事，这个世界上最多的还是像我们这样的平凡人。但是平凡并不代表不能做不平凡的事！只要你有足够的勇气和信心，平凡的你也可以创造一个不平凡的未来！只要积极地给自己沐浴阳光，每一棵小草，都将通往春天。只要你坚持下去，春天就会来临。

2.即使是石头，也总有绽放光彩的一天

任何时候我们都要记住一点，理由永远没有行动来得重要。想让自己绽放光彩，必须让自己行动起来。只有行动、只有不断地坚持，只有不断地破解难题，才有机会站到我们想站的地方。

没有谁是注定不能成功的。即使是石头，它也总有绽放光彩的一天。所以，我们不要輕易被目前的处境吓倒。只要你坚持，你也可以有你向往的未来，也可以幸福地站在你想站的位置。前提是，在石头绽放出光彩前，你得坚持。

坚持不是嘴上说说的事情，必须于实际的行动融入日常的生活中。

任何时候我们都要记得，我们的目标是什么，达成这样的目标我们必须要做什么事？既然这是我们必须要突破的阻碍，我们又有什么理由中途放弃？那是对自己人生的不负责。不管什么理由，都构不成让我们放弃追求美好人生的条件！

胆怯也罢，阻力也罢，想掌握自己的未来，必须战胜胆怯，攻破阻力，持之以恒地坚持下去。只有不懈地坚持，才能接近成功；只有不懈地坚持，石头才有绽放光彩的一天！

我们一起来看看这个故事，看看成功人士在绽放光彩之前经历的是什麼。

从13岁起，他就常常莫名其妙地被养母斥骂，甚至被扇耳光。他不得不捂住脸跪地求饶，保证今后再也不敢，养母才会罢手。他委屈地向家人哭诉遭遇，这才知道养母患有精神疾病，一旦受刺激便要找人发泄。他呆住了，同情起养母来，从那以后每次她发病，他便主动跪地求饶，直到她安静下来。

如此这般，周围的人都以为他常干伤天害理的事，走到哪里都会招致非议。他没把这些太当回事，依然选择打工赚学费，供养母生活，还为她治病。他学习成绩很好，大学毕业后留校任教，很快被任命为校长。他不舍得撤下养母，尽管她仍旧没事找事，对他破口大骂，要他跪地求饶。这样直到他50岁，养母的病才慢慢痊愈。

也就在这一年，他参加了总统竞选，结果民意并不高。他失落地向民众做最后的演讲……就在这时，养母突然来到现场，没等他反应过来，就又抽了他一巴掌，大骂起来：“你个蠢蛋……”

所有人的目光都被吸引过来。养母越骂越凶，他以为养母旧病复发，再度跪地求饶。但养母突然停了下来，挽起他说：“我要告诉大家一个秘密，我的养子就像刚才那样已经忍受了37年，无怨无悔地向我跪地求饶了37年。除了刚才我是在装病外，37年来我是真的病了，我这样做是想告诉大家，选择让他这样的好人当总统，将会是国家的福气……”

一席话震撼了所有人，他的选票迅速攀升，一举赢得了竞选。他就是美国第20任总统詹姆斯·艾伯拉姆·加菲尔德。