

年轻人，路还长着，别轻易就选择了投降！

千万别让自己配不上所经历的残忍，历经苦难和伤痛的洗礼，才能完成你人生的蜕变！

童路◎主编

不怕万人阻挡， 只怕自己投降

一本值得所有年轻人都认真阅读的好书 | 你的魄力将决定你走得有多远

微妙提醒，贴心分享

写给每一个处于迷惘期的年轻人，它能让你重拾人生的信心！

北京工艺美术出版社

不怕万人阻挡， 只怕自己投降

童路◎主编



北京工艺美术出版社

图书在版编目 (CIP) 数据

不怕万人阻挡, 只怕自己投降/童路主编. — 北京: 北京工艺美术出版社, 2017.6

(励志·坊)

ISBN 978-7-5140-1206-4

I. ①不… II. ①童… 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 (2017) 第030006号

出 版 人: 陈高潮

责任编辑: 王炳护

封面设计: 天下装帧设计

责任印制: 宋朝晖

不怕万人阻挡, 只怕自己投降

童路 主编

出 版	北京工艺美术出版社
发 行	北京美联京工图书有限公司
地 址	北京市朝阳区化工路甲18号 中国北京出版创意产业基地先导区
邮 编	100124
电 话	(010) 84255105 (总编室) (010) 64283630 (编辑室) (010) 64280045 (发 行)
传 真	(010) 64280045/84255105
网 址	www.gmcbs.cn
经 销	全国新华书店
印 刷	三河市天润建兴印务有限公司
开 本	710毫米×1000毫米 1/16
印 张	18
版 次	2017年6月第1版
印 次	2017年6月第1次印刷
印 数	1~6000
书 号	ISBN 978-7-5140-1206-4
定 价	39.80元

人生不妨大胆一点

- 003 人生仅有一次，就别再畏畏缩缩了
- 009 想要成功，就拿出一点魄力来
- 014 别随随便便就放过了自己
- 018 你还把自己当孩子吗
- 023 人生有无数可能，别紧盯着一个不放
- 028 你连自律都不行还想成功
- 032 不用把自己的位置放得太低
- 037 努力并不是一件丢脸的事儿
- 041 你的努力会让你成为自己的大英雄
- 046 受了点委屈你就要选择投降
- 053 放轻松点，没必要那么较劲
- 057 就别为你的将就找借口了
- 062 别还没到终点就倒在了岔路口
- 067 讲真，你并不会排斥这个社会的生存之道

CONTENTS

别轻易选择了放弃

- 075 别因为害怕痛就放弃了蜕变
- 080 别让畏惧造成你的抱憾终身
- 085 遥不可及的成功会因为你的坚持而唾手可得
- 087 成功的路都不是容易走的路
- 091 成功，拼的就是谁能坚持到底
- 093 坚持努力也是一种生活的仪式
- 096 因为害怕而放弃不值当了
- 100 生活总会留点鸿运给固执的人
- 107 别拿知足常乐来做你不坚持的借口
- 114 你选择了稳定，就不要怪别人取笑你
- 118 别因为懒，而失掉原来可能的精彩
- 122 穷其一生，也要去追一个梦
- 126 你不一定会成功，但你一定要努力
- 130 有梦想，是一件很幸福的事
- 137 别因为难，就止步不前了

目录

勇敢面对人生的磨炼

- 143 没有磨砺的人生不是完美的人生
- 149 对待伤痛，唯有内心强大
- 155 越是挫折来临越是要从容以对
- 160 我可不想再听你诉苦
- 164 刷新自我比你刷新朋友圈可重要多了
- 167 享受当时当下每一刻
- 172 做不一样的自己没那么难
- 178 放心，你的努力时间它非常认可
- 183 成长就是需要我们不惧伤痛
- 186 说真的，你没必要这么较真
- 190 不完美也是一种完美
- 193 不是每一件事都要有它的价值
- 195 希望是生命最好的养料
- 197 每一天，都会有新的际遇
- 201 别在你的纠结中焦虑不安

CONTENTS

204 请从你的习惯痛苦中跳出来

209 受了点批评就哭

没人可以左右你的人生

215 若想征服全世界，就得先征服自己

218 对你的人生负责一点

221 别让那些闲言碎语影响了你的决定

226 请把你的一切都献给现在

231 你的人生，你自己决定就好

235 爱那个最好的自己

243 明天又会是晴朗的一天

246 别频频回头，去过自己的生活



目 录

- 249 你都不去做，凭什么说害怕
- 252 任何时候都别丢了自己
- 255 朋友不用贪多，走心就好
- 258 你又不是为了他人而在努力
- 263 别因为他人而降低了自己的标准
- 266 做一个真正强大的女人
- 271 其实你不用戴着面具去生活
- 276 学会不时地取悦下自己

人生不妨 大胆一点



努力是一种美好的品德，

它应该暴露在阳光下。

人生不妨大胆一点，

反正只有一次。

人生仅有一次， 就别再畏畏缩缩了

刚上班那会，我看到那些整天带着个浪琴、欧米伽手表的女生，就觉得这些人特“装”。

我女汉子很多年了。看到那些天天捯饬自己，面膜化妆服装搭配的女生，一直觉得特轻浮，肯定没什么内涵。

我去迪卡侬买了个运动水壶，有吸管的那种。同事看到了，说，我最不喜欢有吸管的水壶了，清洗起来很麻烦。

我爱上跑步，每周3次，至今已经3个月，有人跟我说，你不要这样跑步，你看那个×××，跑步跑得膝盖受伤，最后连山都爬不了了。

大学时候，我有个同学，性格特张扬，典型的跟谁都相见恨晚的交际达人。心里特别讨厌，特别不爽，觉得这样的人真虚伪，跟谁都好。我不屑做这样的人，也不屑跟这样的人来往。

上面的事情，有些主人公是我，有些不是我，但是在里面，我都能看到曾经自己的影子。有点墨守成规，有点偏激和固执己见。按照自己界定的规则生活，执拗地认为自己的观念才是人生的不二法则，还看不惯其他不按照此法则生活的人。

《伊索寓言》里面有个著名的狐狸的故事。有只想吃葡萄的狐狸，因为自己摘不到而没吃到葡萄，就说葡萄是酸的。这个在心理学上称之酸葡萄心理。

我想，过去的自己就是那只吃不到葡萄的狐狸吧。因为得不到很痛苦，

或是实现的过程很痛苦，就告诉自己葡萄是酸的。用这样的方式安慰自己，以期消弭痛苦，从而达到暂时的心理平衡。

如果抚慰还嫌不够，就开始使用酸葡萄心理的升级版——甜柠檬心理：我就是不要跟你们一样，我就是按照自己认定的路子去走，凡是不符合我价值观的做法和思想都是我所鄙视和不屑一顾的。

忙不迭说“我不”于是渐渐成为自己的态度和风格。很多时候，好像是为了反对而反对，目的是为了凸显自己的与众不同和见解独到。然而懂我的人却越来越少，不过并没有关系，我告诉自己也许我生性孤独。这种孤独犹如“风萧萧兮易水寒，壮士一去兮不复还”的决绝和寂寞。对了，关键是，你们这些凡人都不懂我。而我，也不需要你们懂。

我过去一度认为我与众不同，认为我是一个众人不能理解的天才，我曾嘲笑让我改变说话方式的“俗人”，我曾暗自腹诽不爱学习爱装扮的“绿茶婊”，我曾鄙视那些说话好听的“马屁精”，我曾经与一个爱出风头的朋友割席断交。

我一直以为我是对的。时间却日复一日、年复一年如风沙般侵蚀我看似坚强却不堪一击的“石头”表面。

思想开始动摇，慢慢发现，芸芸众生，天才何其少，往往是普通人还没做好，却得了一身天才的毛病。那些原来固守的东西，未必有想象的那么正确，那些一直讨厌回避的东西，并不如想象的那么不堪。

所以，以上几件事情也多了岁月这把刷子留下的印子：

1. 讨厌戴手表觉得“装”的我自己，有一天，拥有了一块品牌手表。戴上之后，发现戴个有质感的手表，其实也不赖，还可以增加自信。

2. 闺蜜看不下去我整日不修边幅的样子，硬逼着我去打扮，教我简单的化妆，突然发现，每天出门都感觉自己精神奕奕的。

3. 说清洗有吸管的运动水壶困难的同事，过了没多少天，她自己也买了一个。跟我说这个水壶喝水真的很方便。

4. 说跑步不好的同事，后来我看见他自己在朋友圈发大汗淋漓的照片，表示，运动完出一身汗真是太爽了。

5. 工作后，因为工作需要，我学着跟人相处，跟很多人谈笑风生，我发现这样也没什么虚伪，反而大家还挺喜欢你的。而且越来越觉得，学会说话是一门艺术，说一些恰当的话，适当的时候可能会不经意改变事情的发展方向。而且学会说话，也能减少直来直去的性格伤人的机会。

也许你会说，看哪，时间把一个单纯的愣头青，变成了一个虚荣的老油条。

这句话，就是曾经的我，对苦口婆心一心要“渡化”我的人说的话。

此时此刻，我自己却变成了那个苦口婆心的人，絮絮叨叨地想要分享给年轻人，一些他们可能不爱听的生活感悟。

你看，我们确实会变成我们自己讨厌的人。不过，我却并不讨厌现在的自己。

没错，我变成了自己口中的“老油条”，可是更多时候，我为自己感到欣慰。因为我变得包容性更强，我开始学着去尝试，学着清除自己给自己设定的条条框框，接触不喜欢的人，做一些不喜欢的事。在尝试新事物的过程中，收获不一样的力量。

人生的大多数时候，我们像是怕被妖怪伤害的唐僧，固守在自己划下的圆圈内，图个安全舒适。站在这个心理的舒适区，看见别人做错了，就笑，你看吧，我就知道这样不行。看见别人做对了。心情就不好，然后酸溜溜地说，哎哟嘿，还真的做成了。我们走着瞧，看你能嘚瑟几天。

因为无论别人是输是赢，我的生活还是如此，并未受影响。

最后年年岁岁花相似，你还是原来的你，人家却已不是原来的人家。

不敢突破的原因很多，归结起来无非是：害怕现有的生活被打乱，害怕新的生活不如现在好。一句话：无法承担冒险的代价。

嗯，悲观主义的世界，总是如此。因为总是会看到新事物那不好的方面，却忘了还有好的方面。

所以，为什么要画地为牢呢？为什么“不”走圈圈出去看看呢？外面的世界也许并不如我们想象的那么坏。

不喜欢“装”，可能只是因为不了解，他们只是对生活有追求，而你单方面地统一将他们划分为“装”。当经济水平达到可以“装”的阶段，你会发现，你喜欢某个品牌，也许并不因为这个logo，而是这个东西本身让你用得舒心，它的品质做工让你心仪。你用它，更多的是善待自己，而非作秀。

不喜欢运动，因为膝盖会受伤，很可能只是没有得到专业的指导或者运动量一下子太大，何不找个专业教练指导一下呢？或者先从走路开始，渐渐找到适合自己的运动方式？

不喜欢化妆，喜欢天然。问题是天然就美的女子太少，大多数女子一般都要稍稍修饰，天知道你会不会被自己化个淡妆也同样纯净美丽的样子惊艳。

不喜欢麻烦地清洗有吸管的运动水壶，可能只是因为忽略了吸管带给你的便利，也许有吸管的水壶清洗起来并没有想的那么困难。

不喜欢跟很多人在一起，也许是没学会怎么跟人好好相处。害怕大家不理你带来的尴尬。当你开始学习讲温暖的话，你发现，别人开心，你好像也很开心。何乐不为呢？而且，活泼爱表现的朋友一般比较自信，周身散发正能量，当关注点不在“讨厌”上了，换个角度，就会发现，咦，原来她们也很可爱。

新事物也许是坏的，也许是好的，可是总有50%好的可能性。

如果没有第一个吃螃蟹的人，可能我们到现在都失去了品尝如此美味的机会？

如果没有发明电灯的人，现在的城市怎么会灯火通明，五光十色？

如果没有莱特兄弟发明飞机，我们现在还只能跋涉在“丝绸之路”上，翻过雪山趟过沙漠，听着驼铃和鸟叫？

很多人都在自嘲，为什么我听过那么多道理，却依然过不好这一生。看似无奈中透着悲凉，我却觉得好笑，因为自嘲的差不多都是如我一般二三十岁的年轻人，二三十年，一般来说，仅仅也就是一生的其中一段吧。很多年轻人，包括我自己，总是想要睿智地表现出看透世事的模样，其实是否就如辛弃疾写的“少年不知愁滋味，为赋新词强说愁”一样呢？

还有一个原因是，就算知道所有的道理，可是你从未去践行，这些道理跟你的人生便只有很少的相关性。所以在你年轻的岁月里，你仍然过着什么都懂却什么都不做的日子。然后故作沧桑，说道理都懂，可是我却过不好这一生。

难道怪道理吗？还是怪社会？

指责别人是否永远比指责自己更让自己好受？因为贪图不痛不痒，所以选择忽视自己，责怪他人？

有句老掉牙的英文谚语：No pains, no gains。

没有疼痛，哪来成长？当我决定开始正视那个“强说愁”的自己，正视那些我讨厌其实是逃避的东西。我觉得我比以前更加勇敢，这种勇敢不是固执己见的孤勇，而是敢于直面痛苦的坚韧，未来的路上，妖魔鬼怪还是很多，我选择打怪升级，而不是躲避修禅。

因为我开始明白，想要真正懂得那些人生道理，一定需要在红尘中摸爬滚打，踉跄前行，切身体会过伤害，感受过温暖，才能拥有镌刻在生命里的字

字带血、句句是泪的人生真言。

而这一切，都需要你大胆地跳出框架，正视痛苦，尝试未知，去挑战那个畏畏缩缩不敢前行的自己。

有句话我很喜欢：人生不妨大胆一点，反正只有一次。

想要成功， 就拿出一点魄力来

我有很多想做的事，想实现的梦想。

有时，我很想去闯一闯，看看自己的能耐。

但是我又担心，怕这种选择太冲动，太不实际，没有考虑到工作赚钱最重要，而且没有什么比有一份稳定工作更有保障。

但扪心自问，我想我是害怕“失败”。

如果，我为了证明自己可以得到想要的人生，为了实现想看见的自己，结果到头来却一事无成，那我一定会被当成笑话。

这种期待自己有所不同，又害怕自己一事无成的情绪，总是纠缠着我，来来去去在我脑海中摆荡。

许多人都曾在与我咨商的历程中告诉我，他们难以做出选择是因为无法确定哪种选择可以确保将来的美好结果。而所谓的美好结果，对大多数人而言就是能确保未来能获得主流价值认可的好结果：好的关系、好的成就、好的职位、好的学历、好的发展、好的成果。并且，这些好的结果能为他们带来成功，令他人欣羡或满意。

如果，我们做一个选择，没有承担非预期结果的勇气，也没有支持自己做出选择的魄力，那事实上我们就很难做出选择。因为我们只要“全好”的结果，而拒绝接受“非预期”结果的可能。