

Z HUOYUEQINGSHAONIAN  
CHENGCAILIZHIGUAN



# 挫折 | 走出困境 的智慧

张海君◎主编

挫折不可怕，可怕的是没有战胜挫折的信心。很多时候，当孩子遭遇挫折的时候，父母应该用适当的方式鼓励孩子，告诉孩子还有希望，不要放弃。其实每一个孩子都不应该被放弃，因为奇迹有可能发生在每一个孩子身上。

吉林人民出版社



# 挫折

# 走出困境 的智慧

张海君◎主编

挫折不可怕，可挫折的时候，父母应放弃。其实每一个孩子身上。

，很多时候，当孩子遭遇告诉孩子还有希望，不要迹有可能发生在每一个孩

## 图书在版编目(CIP)数据

挫折·走出困境的智慧 / 张海君主编. — 长春: 吉林人民出版社, 2013.9  
(卓越青少年成才励志馆)

ISBN 978-7-206-09970-0

I. ①挫…

II. ①张…

III. ①故事—作品集—世界

IV. ①I14

中国版本图书馆CIP数据核字(2013)第233462号

## 挫折·走出困境的智慧

主 编: 张海君

责任编辑: 陆 雨 王 丹

封面设计: 三合设计公社

吉林人民出版社出版 发行(长春市人民大街7548号 邮政编码: 130022)

印 刷: 北京中振源印务有限公司

开 本: 710mm×1000mm 1/16

印 张: 12

字 数: 190千字

标准书号: ISBN 978-7-206-09970-0

版 次: 2014年1月第1版

印 次: 2014年1月第1次印刷

印 数: 1-10 000册

定 价: 23.80元

---

如发现印装质量问题, 影响阅读, 请与出版社联系调换。

## 目 录

## 第一章 最倒霉的人最坚强 ..... 1

中国有一句话叫做：“自助者，天助也。”只有自己相信自己，不畏挫折和苦难，才会获得成功。梦想是一个天真的词语，但是实现梦想却是一个残酷的过程。一个人只有足够努力和强大的时候，奇迹才有可能发生。每个人一生都会遇到大大小小的挫折。其实你远没有你认为的那么不幸，很多时候摆正心态，比什么都重要。

|                  |    |
|------------------|----|
| 置之死地而后生的凯撒 ..... | 2  |
| 最倒霉的人最坚强 .....   | 4  |
| 自助者，天助也 .....    | 5  |
| 挫折，让人更伟大 .....   | 7  |
| 不必太在意跌倒 .....    | 8  |
| 你就是自己的上帝 .....   | 10 |
| 成功源于——永不放弃 ..... | 12 |
| 灾难转变为财富 .....    | 14 |
| 前功尽弃的放牛娃 .....   | 16 |

## 第二章 在废墟上重生 ..... 19

做事情要知己知彼，在困境中也要学会选择学会放弃；观察事物要细致认真，遇事情要沉着冷静，面对险境，也要积极主动，先发制人，先从心理上战胜对手，才能在行动上出奇制胜，成功脱险。人生有些



事情看似挫折和失败，其实是生活给我们的馈赠，它让我们在挫折中成长，在失败中历练，成功是属于不怕挫折和失败的人。

|                  |    |
|------------------|----|
| 响尾蛇村的由来 .....    | 20 |
| 走出困境的智慧 .....    | 22 |
| 越挫越勇 .....       | 24 |
| 人生处处是机会 .....    | 26 |
| 失败与灵感 .....      | 27 |
| 在废墟上重生 .....     | 28 |
| 不懂实践的婚姻专家 .....  | 30 |
| 把阻碍变成前进的动力 ..... | 32 |
| 米老鼠背后的故事 .....   | 33 |

### 第三章 扬长避短，才能成功 ..... 35

商人是以营利为目的的，然而，作为犹太商人，他们能把一堆废料，分门别类地处理，最后大大的盈利，让我们足以看出他们的经商智慧。推而言之，做任何事情要有眼光、有远见，并且要果断，更要深入研究，抓住时机立即行动，才会成功。

|                           |    |
|---------------------------|----|
| 独辟蹊径，走向成功 .....           | 36 |
| 委婉论证，胜过针锋相对 .....         | 37 |
| “死老鼠”脱逃记 .....            | 38 |
| 精明的犹太商人 .....             | 40 |
| 扬长避短，才能成功 .....           | 42 |
| 神奇的黑面包 .....              | 44 |
| 格言的力量支撑了传奇的约翰 .....       | 46 |
| 把苦难当成人生的肥料，滋养出蓬勃的人生 ..... | 48 |
| 醉汉给人们的启示 .....            | 50 |

#### 第四章 成功垂青于捷足先登的人 ..... 51

挫折不可怕，可怕的是没有战胜挫折的信心。很多时候，当孩子遭遇挫折时，父母应该用适当的方式鼓励孩子，告诉孩子还有希望，不要放弃。其实每一个孩子都不应该被放弃，因为奇迹有可能发生在每一个孩子身上。

|                    |    |
|--------------------|----|
| 成功垂青于捷足先登的人 .....  | 52 |
| 罗斯福与树苗 .....       | 53 |
| 艰苦的环境更容易激发斗志 ..... | 54 |
| 马神和神马 .....        | 55 |
| 上帝教会你的事情 .....     | 57 |
| 蜜蜂与苍蝇的启示 .....     | 59 |
| 没有什么不可能 .....      | 61 |

#### 第五章 英雄不怕重来 ..... 63

“挫折”这个词，我们可能都不愿去面对。但我们终究不能逃避。我们不能因为摔过跤而不敢奔跑，不能因为风雨而诅咒生活，不能因为迷了路而忽视了自然风光。只有一步步克服挫折、挑战挫折、享受挫折，才能找到生活的闪光点，享受成长中每一面的精彩。

|                   |    |
|-------------------|----|
| 北京与上海，哪里是天堂 ..... | 64 |
| 雄辩家是如何炼成的 .....   | 66 |
| 英雄不怕重来 .....      | 67 |
| 著名教育家海伦·凯勒 .....  | 68 |
| 人不会永远倒霉 .....     | 70 |
| 炼乳的故事 .....       | 71 |
| 著名的难题 .....       | 72 |
| 一艘神奇的船 .....      | 74 |
| 法官成长史 .....       | 75 |



## 第六章 1849 次拒绝 ..... 77

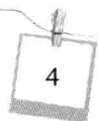
挫折对无能的人是一个无底深渊，而对那些敢于面对挫折的人来说，它是一块成功的垫脚石。人的生命似洪水在奔流，不遇着岛屿、暗礁，难以激起美丽的浪花。而当挫折不期而遇时，只有敢于直面挫折，凌驾于挫折之上，才能到达成功的彼岸。

|                      |    |
|----------------------|----|
| 吴国与越国 .....          | 78 |
| 1849 次拒绝 .....       | 80 |
| 你不能跑在别人后面 .....      | 81 |
| 命运与成就 .....          | 82 |
| 出问题的不是身体而是人心 .....   | 83 |
| 帅气的王子 .....          | 84 |
| 一个企业家的故事 .....       | 85 |
| 走出内心的禁锢 .....        | 86 |
| 执著的秀才 .....          | 87 |
| 《潜水铜人的蝴蝶》背后的故事 ..... | 88 |

## 第七章 让自己成长得更茁壮 ..... 89

挫折是对人的一种勉励，许多人想取得成功的同时，避免遇到挫折。但他们不知道，通往成功的必经之路上，肯定隐藏着不少挫折。没有挫折的成功，便不能叫成功，至少是没有价值的。我们只有遇到挫折，挑战挫折，战胜挫折，才能获得真正的成功。如果一味地避开挫折，那你就是最失败的，同时也失去了人最宝贵的东西之一。总之，挫折与成功相伴。

|                        |    |
|------------------------|----|
| 勇敢一点 .....             | 90 |
| 只要经受得起挫折，年轻就没有失败 ..... | 92 |
| 挫折与成就 .....            | 94 |



|                 |     |
|-----------------|-----|
| 挫折与成功 .....     | 95  |
| 让自己成长得更茁壮 ..... | 96  |
| 面试的挫折 .....     | 98  |
| 挫折的桥 .....      | 99  |
| 一只蝴蝶的故事 .....   | 101 |
| 老家院子里的核桃树 ..... | 103 |

## 第八章 脚才是最长的路 ..... 105

人生就像一个攀山的过程，在你到达山顶前，前方的路有多么艰险，我们无从知晓，但我们拥有的是一颗热血沸腾、勇于尝试的心；我们拥有的是一份不怕失败，勇于面对痛苦的勇气。当你踏着一路的坎坷，一路的泥泞走上山顶的那一刻，往昔的痛又算什么？

|                |     |
|----------------|-----|
| 脚才是最长的路 .....  | 106 |
| 水手和男孩 .....    | 108 |
| 勇于攀登 .....     | 110 |
| 挫折中成功的机会 ..... | 111 |
| 豁然开朗的兔子 .....  | 113 |
| 树与台风 .....     | 114 |
| 虎鲨与玻璃板 .....   | 115 |
| 狮子的烦恼 .....    | 116 |
| 好学的匡衡 .....    | 117 |
| 窗户外面是什么 .....  | 119 |

## 第九章 靠神明，不如靠自己 ..... 121

在挫折中，我们也许会变得沉沦，会变得停滞不前。但是我们还有父母、老师、朋友、兄弟姐妹的支持与鼓励，因此我们还会对生活充满信心，同时，我们也会感受到围绕在自己身边的亲情、师生情、友情，并会对它们有一种更高层次的领悟。所以说，挫折也是一种幸福。





|                      |     |
|----------------------|-----|
| 男子气概 .....           | 122 |
| 英明的小蛤蟆 .....         | 124 |
| 蟑螂 .....             | 125 |
| 随手关门的英国首相劳合·乔治 ..... | 126 |
| 害人害己的蝎子 .....        | 127 |
| 打鸣的公鸡 .....          | 128 |
| 被挫折禁锢的小象 .....       | 130 |
| 靠神明，不如靠自己 .....      | 131 |
| 挫折的礼物 .....          | 132 |
| 石油大王的金钱观 .....       | 134 |
| 经历过挫折之后 .....        | 135 |

## 第十章 变废为宝 ..... 137

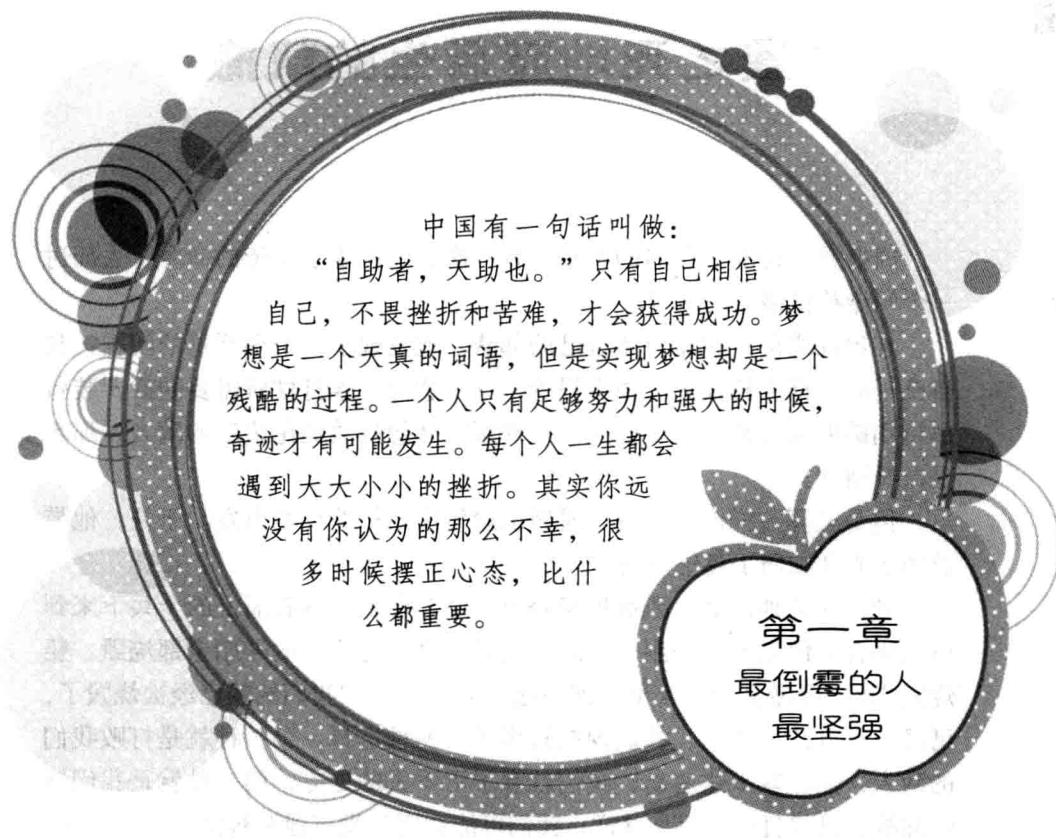
痛苦是不能解决问题的，在挫折与失败面前痛哭、悔恨、怨天尤人这不是我们学生、血气方刚的健儿的做法。我们应当沉着、冷静、临危不乱，去寻找真正的办法来解决问题战胜困难，从失败与挫折中汲取教训，为以后的路做铺垫。

|                  |     |
|------------------|-----|
| 当驴掉进井底以后 .....   | 138 |
| 乐观面对挫折的爱迪生 ..... | 139 |
| 科学家霍金的故事 .....   | 140 |
| 守信的宋濂 .....      | 141 |
| 天文学家开普勒 .....    | 142 |
| 变废为宝 .....       | 143 |
| 聪明的独生子 .....     | 144 |
| 高尔基的儿时故事 .....   | 146 |
| 长颈鹿的成长哲学 .....   | 149 |

## 第十一章 不要抱怨命运的不公 ..... 151

人的一生是不可能一帆风顺的。屠格涅夫曾经说过：“你想成为幸福的人吗？那么，请先学会吃苦。”我认为，这里的“苦”是挫折，“吃”就是要去面对挫折。生活是不能没有挫折的，不经历挫折的树永远不能成材；不经历挫折的鸟永远不能征服天空；不经历挫折的人生又如何发挥出自身的价值呢？

|                 |     |
|-----------------|-----|
| 不要抱怨命运的不公 ..... | 152 |
| 他的玻璃钢人生 .....   | 154 |
| 村夫与秃鹰 .....     | 156 |
| 承认生命的不完美 .....  | 158 |
| 走出生命的路口 .....   | 160 |
| 没有什么阻止你 .....   | 162 |
| 变成黄金的豆子 .....   | 164 |
| 弟弟的悲惨童年 .....   | 166 |
| 盲人的镜子哲理 .....   | 168 |
| 百合花的价值 .....    | 170 |
| 敌人的力量 .....     | 172 |
| 5枚硬币的故事 .....   | 174 |
| 我还有一个苹果 .....   | 176 |
| 智者手里的花生 .....   | 177 |



中国有一句话叫做：

“自助者，天助也。”只有自己相信自己，不畏挫折和苦难，才会获得成功。梦想是一个天真的词语，但是实现梦想却是一个残酷的过程。一个人只有足够努力和强大的时候，奇迹才有可能发生。每个人一生都会遇到大大小小的挫折。其实你远没有你认为的那么不幸，很多时候摆正心态，比什么都重要。

## 第一章 最倒霉的人 最坚强



挫折

·

走出困境的智慧

2014 shu huan jing de zhi hui

## 置之死地而后生的凯撒

2

凯撒是一位非常著名的将军，有一次，他接受了皇帝的命令，去征讨一个叫做英伦诸岛的地方。

在出征之前，凯撒检阅自己的部队，他发现了一个很严重的问题：和自己一起出征去打仗的人很少很少，不仅这样，连打仗所需要的武器装备也特别破旧和残缺。要想靠这样一支军队就想打败英伦诸岛的敌人，那真是白日做梦！

但是就算这样没有把握，凯撒也毅然决定按原计划出发。于是，他带着他的舰队驶向了英伦诸岛。

到了目的地之后，凯撒把船停下，站在岸上，等着船上的士兵下来到岸上集合。但是士兵们刚一下来，他就下命令将所有的战船全部烧毁。船烧完之后，凯撒又把大家聚集到一起，告诉他们：“我们的船已经被烧毁了，已经没有办法回去了，我们现在只剩下了两种选择，第一种就是打败我们的敌人，然后攻下这座岛，我们就有了活下去的地方；第二种就是我们勉强迎战，且战且退，但是这样，我们可能会因为没有退路被敌军全部消灭，或者说只有逃进海水里等着喂鲨鱼。大家觉得，我们应该选哪一种？”

士兵们面面相觑，他们在瞬间明白了事情的严重性，只有打败敌军才有活命的机会。于是，他们奋起战斗，很快就战胜了比自己数量多好多倍，以及武器装备都比自己强好多倍的敌军。英勇的凯撒也因为这一次著名的战役渐渐变得越来越强，直到最后掌握了整个国家的权利，变成了伟大的凯撒大帝。

## 人生小哲理

其实，很多时候我们之所以会觉得困难无法克服，最主要的原因就是我们看不清我们面对的都是一些什么。就像这些跟随凯撒一起出征的士兵一样，当他们明白了自己没有退路之后，只有战斗下去才有生存的机会，于是，他们才会奋起杀敌。困难和挫折，只有勇敢去面对它才会消失。同时，我们很多人的潜力都是在面对挫折的时候才被激发出来的，因此，挫折来临的时候，好好面对吧！





## 最倒霉的人最坚强

我经常听到身边的人抱怨：“哎呀，我最近真倒霉，做什么都不顺心。”其实转念一想，倒霉的事情已经发生了，积极去面对，不是又一次磨砺了自己的意志吗？

如果说倒霉，这个世界上很少能找到比班纳德更倒霉的人了。他在短短五十年间，遭遇了二百多次大大小小的灾难。

在他十四个月的时候，因为大人的照顾不周，导致后背摔伤。小的时候人都比较调皮，他又因为爬树摔伤了四肢。等到他学会骑车，又因为遭遇龙卷风差点丧命。长大了以后，他经常遭遇车祸，不是差点被撞就是被撞到头破血流。更不可思议的是，有一次他竟然被垃圾车倾倒的垃圾埋在了底下差点窒息。

现在这个老人已经五十多岁了，据他回忆，最倒霉的时候一年遭遇十七场灾难。不过，目前他依然十分坚强乐观。当别人问他：“你觉得自己是这个世界上最倒霉的人吗？”班纳德老人笑着说：“以前我觉得我是世界上最倒霉的人，不过，现在我觉得我是世界上最坚强的人。”

我们的生活比起班纳德应该还不算倒霉，但是班纳德能够那么坚强地活着，我们为什么不能勇敢地面对挫折呢？

### 人生小哲理

最倒霉的人有可能是最坚强的人，因为苦难磨砺了他的意志，让他能够更好地面对以后的生活。挫折并不可怕，因为它会让你成长。

## 自助者，天助也

作家凯尔泰斯·伊姆雷获得了2002年的诺贝尔文学奖。当记者采访他有什么感想的时候，他说：“只要你喜欢这件事情，无论中间遇到多少困难，都不会放弃，那么上帝也会帮助你的。”

毫无疑问，凯尔泰斯已经获得了最高的文学奖，很多人都羡慕不已。只是很少有人知道，小时候的他是一个呆头呆脑的小男孩，虽然十分遵规守纪，但是木讷的个性让他显得孤僻而沉闷。

他十二岁的时候做了一个梦，梦见自己写的东西获得了诺贝尔奖。这对于一个孩子来说，无疑是美梦，可是他却不敢告诉别人。后来他小心翼翼地告诉了妈妈。妈妈听后，笑着抚摸他的头，说：“孩子，如果这个梦真的是你做的，那么你很了不起。我听说上帝会帮助心中有梦想的人实现他的梦想。”

他天真地相信了妈妈的话，并且认为自己简直太幸运了。

他是一个敏感而细腻的孩子，后来因为一些原因真的爱上了写作。

他想：如果我足够努力，那么上帝会帮我实现梦想的。三年过去了，上帝没有来到身边；又三年过去了，奇迹仍然没有发生。当他还在期盼奇迹的时候，希特勒率领的部队却来了。在集中营里，无数犹太人失去了性命，然而他却活下来了。因为他明白，当情况对自己不利的时候，只有顺从，才能生存。

他走出集中营的时候，心中只有一个想法：我又可以继续做自己喜欢的事情了。也许是因为他很执著，也许是因为他的经历，总之在1965年



挫折

·

走出困境的智慧

zou chu kun jing de zhi hui

他出版了第一本小说《无法选择的命运》。

在1975年的时候，他的《退稿》也问世了。再后来他已经声名鹊起，无数经典的小说被翻译成各国语言广泛流传。

2002年，他被瑞典皇家文学院授予了诺贝尔文学奖。他终于实现了少年时代的梦想。

### 人生小哲理

中国有一句话叫做：“自助者，天助也。”只有自己相信自己，不畏挫折和苦难，才会获得成功。梦想是一个天真的词语，但是实现梦想却是一个残酷的过程。一个人只有足够努力和强大的时候，奇迹才有可能发生。





## 挫折，让人更伟大

他是一个天才，因为三岁的时候就开始学习练琴，十二岁的时候已经开了演奏会。他的琴声遍布法、意、奥、德、美等国。他让帕尔玛首席提琴家从病榻中惊醒，让罗马共和国的观众们欢呼，让意大利的听众传播着有关他的传说。

他的一生多灾多难。四岁的时候，他差点死于麻疹；七岁的时候，猩红热差点害他丧命；十三岁的时候，严重的肺部疾病迫使他接受大量放射性治疗；四十岁的时候，拔掉了大部分牙齿；五十岁时声带也坏了，只有他的儿子能够帮助他记录思想。不到六十岁的时候，他吐血而亡。他的一生似乎都在与病魔作斗争。

天才都是喜欢在苦痛中寻找灵感的，他也不例外，所以他又为自己的人生设置了许多障碍。他每天都练琴12个小时，经常因为练琴而废寝忘食。为了寻找灵感，从年幼的时候，他就周游各地，不停地流浪。这一生除了儿子以外，他几乎没有任何亲人。

歌德评价他为“拥有火一样的灵魂的演奏家”。李斯特曾经因为他的演奏而呐喊，苦难和折磨都在这几根琴弦上！

他的名字叫做尼科罗·帕格尼尼，著名的小提琴和吉他演奏家、作曲家，历史上著名的小提琴大师之一。

### 人生小哲理

天赋和苦难对于成功来说都是重要的，但是毫无疑问。后者可以让人达到更高层次的成功。挫折和苦难可以升华一个人的灵魂，可以造就不同凡响的成功。