

未来无限可能

林书豪给你的 10堂人生启示课

WEILAI WUXIAN KENENG
LINSHUHAO GEINI DE 10TANG RENSHENG QISHIKE

陈思云 ◎ 编著

面对未来，如果除了努力你别无他法，
那么努力做到极致就是你唯一的选择；
如果你改变不了环境，
那就请时刻保持最好的自己来迎接环境的变化。
因为，未来无限可能。



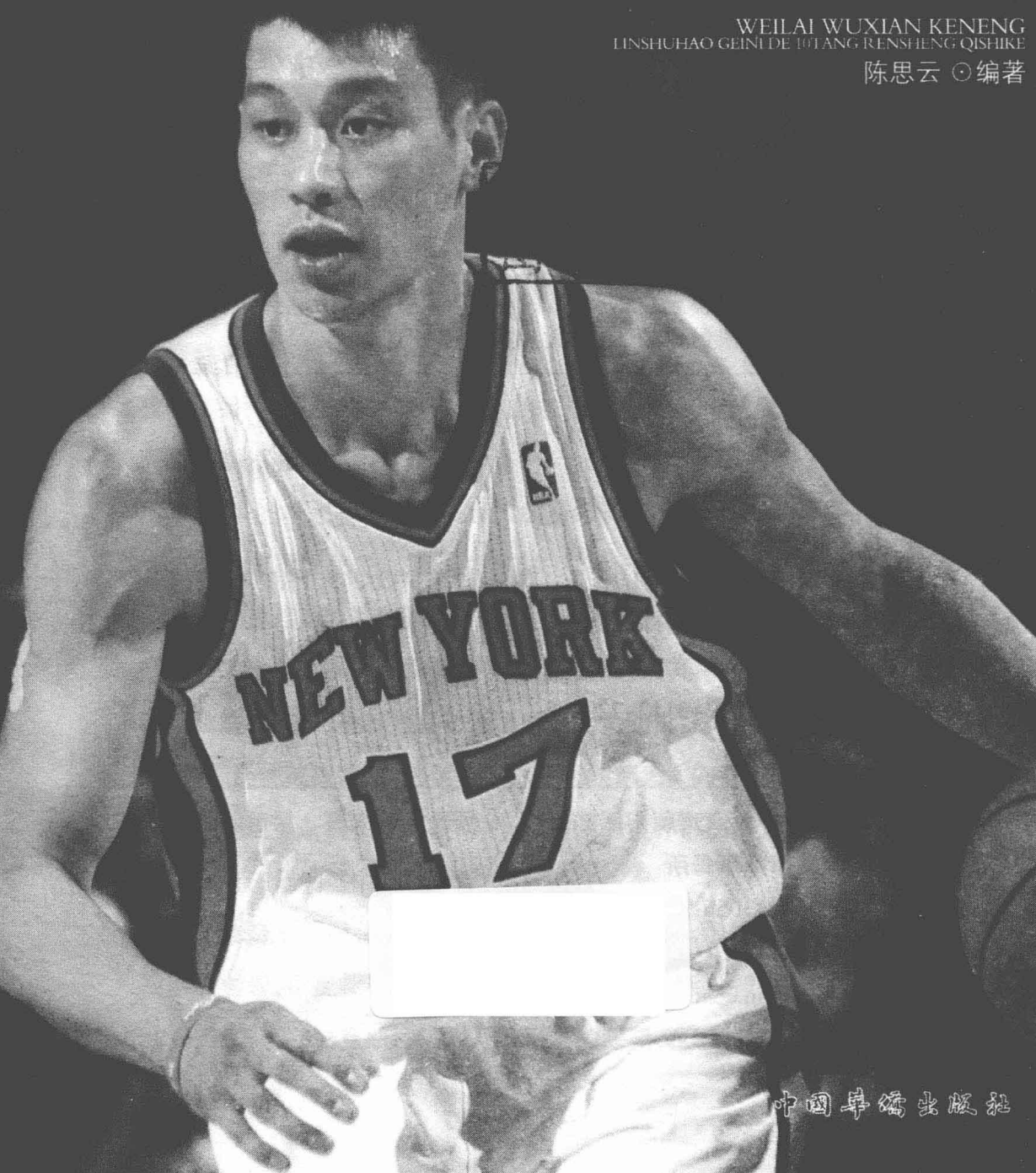
中国华侨出版社

未来无限可能

林书豪给你的 10堂人生启示课

WEILAI WUXIAN KENENG
LINSHUHAO GEINIDE 10TANG RENSHENG QISHIKE

陈思云 ◎ 编著



中国华侨出版社

图书在版编目(CIP)数据

未来无限可能:林书豪给你的10堂人生启示课 /

陈思云编著. —北京:中国华侨出版社, 2012.5

ISBN 978-7-5113-2291-3

I. ①未… II. ①陈… III. ①林书豪-生平事迹②成功心理-通俗读物 IV. ①K837.125.47②B848.4-49

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2012)第063062 号

未来无限可能:林书豪给你的10堂人生启示课

编 著 / 陈思云

责任编辑 / 晴 光

责任校对 / 王京燕

经 销 / 新华书店

开 本 / 787×1092 毫米 1/16 开 印张/17 字数/247 千字

印 刷 / 北京建泰印刷有限公司

版 次 / 2012 年 5 月第 1 版 2012 年 5 月第 1 次印刷

书 号 / ISBN 978-7-5113-2291-3

定 价 / 29.80 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

前言

QIANYAN

在姚明退役之后，中国的篮球氛围从未像现在这样狂热过，这一切只是因为一个人的出现——林书豪。“林书豪的崛起是一个伟大的传奇故事，这甚至已经超越了体育本身的意义。”美国总统奥巴马这样评价林书豪的疯狂表现所带来的“linsanity”。诚然，林书豪的崛起是当代最好的励志故事，每一个年轻人都可以从他的经历当中看到自己成功的希望，这是一出不折不扣的草根传奇。

平心而论，林书豪并不具备超人的身体天赋，他有的就是必胜的信心和完全融入美国文化的底蕴。他没有高大的身材，没有壮硕的体魄，没有超乎寻常的速度，也没有身手矫健的变向，外围投篮能力也不太好，和最近几年涌现出的大批天赋异禀的优异控卫比起来，林书豪实在是没有什么值得炫耀的东西，他就是普普通通的篮球运动员。这种身体条件的运动员，具备广泛的选拔基础，甚至在国内有时候都无人问津。从勇士到火箭，甚至在来到尼克斯的很长一段时间，林书豪的世界都黯然无光，主教练似乎根本没有注意到这个“丑小鸭”的存在！

但是他赶上了时机，而且以最令人满意的方式、最绚烂的表现，挽救了自己的前程，也挽救和回馈了德安东尼教练的放手一搏。机会总是留给有准备的人，就在尼克斯将陷入万劫不复的深渊，在纽约控卫几乎没人可

用的时候,在德安东尼死马当活马医的最后一次尝试中,林书豪用他的自信,打出一片天空。看起来,一切都是那么巧合,但实际上,林书豪的成功却并非只是仅仅凭借过人的勇气,我们可以从他的身上看到很多成功人士的特质。林书豪的故事不应该仅仅作为传奇而被人们口口相传,那些有理想有抱负的年轻人更应该从林书豪的身上挖掘出值得自己效仿的闪光点,这就是这本《未来无限可能——林书豪给你的10堂人生启示课》成书的意義。

年轻没有极限,未来无限可能。虽然年轻的你现在还只是个默默无闻的草根族,但是林书豪的光芒将会照耀着你,林书豪的精神将会激励着你。现在的林书豪在接受采访时可以自豪地说,我的偶像是乔丹,他的精神激励着我。10年之后的你在接受采访时同样可以自豪地说,如果没有那股席卷世界的“林旋风”,就没有我的今天,我是林书豪的粉丝!

目录



MULU



第一课

当所有人都不相信你时,你仍然要相信自己

林书豪是第四位能够进入 NBA 的哈佛学生,他也只是一小撮能够登陆 NBA 的亚裔美国人之一。在赛季初,他曾被尼克斯队下放到 NBDL 球队宾州伊利海鹰队。在这个赛季加盟尼克斯队之前,林书豪还曾被两支其他的 NBA 球队裁掉。但是现在,他是举世瞩目的体育明星,是纽约尼克斯队的灵魂人物。看看林书豪的经历吧,即使没人相信你了,你也不能对自己绝望。

相信自己,你可以创造奇迹	2
自信给你成功的人生	5
只有相信自己才能做自己的救世主	8
你认为自己有多重要,就能取得多高的成就	11
把他人的不信任作为奋起的动力	15
相信自己,勇敢地追逐梦想	18
充满自信地走过实现梦想的道路	20



第二课

机会来临时,紧紧抓住它

尼克斯队让林书豪打首发实属无奈之举,他们的伤病球员太多了。拜伦·戴维斯一直无法上场,其他控球后卫也不能出战。卡梅罗·安东尼受伤了,阿玛雷·斯塔德迈尔因为家人去世而离队奔丧。如果林书豪浪费掉这个机会,他将不会得到我们的关注,但是他很好地抓住了这个机会。在生活中,你从不知道机会何时会降临,通常,在你最不期待的时候,机会就会出现。请最大限度地利用这些机会,它们很珍贵,经不起挥霍。

有耐心,机会终究会降临	26
你需要一双发现机会的眼睛	29
别让机会从你的手边溜走	32
机会永远不会走回头路	34
机会只青睐有准备的人	37
你敢或不敢,机会就在那里	40
主动找机会,别让机会来找你	43
机遇就是关键的一两步	47



第三课

你的家人永远与你同在,你的心也应该和他们在一起

直到北京时间2012年2月8日,林书豪才获得尼克斯队的保障性合同,不用为余下来的赛季而担忧。在这之前,他随时都可能被球队裁掉。此前他只能在纽约市下东区的哥哥家睡沙发。林书豪的家人一直都相信他,在他快要放弃的时候也给予他支持,这使他坚守自己的信念。如果你希望家人也这样支持你,你需要在适当的时候有所表现,不要让他们失望。

父母给了我们最坚定的支持和最深的爱	52
每一个孩子都是父母掌中的珍宝	54
铭记父母的恩情,把心连在一起	58
把自己最快乐的一面展现给父母	60
陪伴是对父母最好的回报	64



第四课

找到你的优势,找到可以让你发挥优势的所在

林书豪不是迈克尔·乔丹或者科比·布莱恩特,他不是纯正的得分手。林书豪也不是斯蒂夫·纳什或者克里斯·保罗,他也不是纯正的传球手。林书豪的风格介于两者之间,既能依靠个人能力得分,也能依靠大局观串联球队送出助攻。林书豪很清楚自己的优势,而纽约尼克斯队正是一个能让他发挥优势的所在。

问问自己,究竟想要什么	68
每个人都有自己的优势	71
正视自己的不足	74
没有人比你更了解自己	77
不同的定位决定不同的人生轨迹	80
别把自己看得太高,也别把自己看得太扁	84
给自己一个奋斗的目标	87
有时候,你只需要做自己喜欢的事	90



第五课

倔强地面对挫折和失败

爆发前的林书豪是一个典型的即将完全失败的 NBA 球员。选秀大会上,没有人看好他;在球队中,他是替补的替补;在赛场上,他难以在零散的时间里一展所长。这种球员的出路只有两种,一种是像林书豪那样爆发,另一种是被迫离开 NBA,去欧洲甚至中国讨生活。林书豪经历了一个 NBA 球员所经历过的一切挫折和失败,但是他倔强地挺住了,于是,他成功了。

胜过失败就能拥抱成功	96
以积极的心态正视失败	99
每一处创伤都会让你成熟	102
别在过去的失败里驻足	105
从跌倒中学会走路	108
不妨把挫折当做一次测试	111
用坚强的毅力打败挫折	114
人在低谷更应该越挫越勇	117
身处逆境也要坚持微笑	120



第六课

做自己,不要成为他人的仿品

你必须做你自己。你不可能成为乔丹的仿品,永远不会有第二个乔丹。无论如何,你只需成为林书豪——你自己。这并不代表你不需要努力,这只是说你需要寻找并发扬你自己的特长。人们会喜爱本真的你,就像他们喜爱林书豪一样。朱迪·加兰曾说:“永远做一流版本的自己,不做二流版本的别人。”请记住一点,人们喜欢你是因为你保持自我,而不是因为你在模仿他人。

羡慕别人不如欣赏自己	124
做最真实的自己	127
我就是我,我是独一无二的	129
学会尊重自己的本性	132
活在别人眼里的人是可悲的	135
模仿他人,你永远是一个赝品	138
营造自己的霸气	141
你需要走出一条属于自己的路	144



第七课

保持谦虚,人生才有进步的余地

即使现在所有媒体都疯狂追逐林书豪,他依然保持谦逊,这会让队友和球迷更加喜爱他。如果有一天,你也能像林书豪那样飞黄腾达,报纸媒体为了增加销量而希望将你放在头版,千万记得也要像他那样谦逊,别让聚光灯晃花了眼睛,别让荣誉冲昏了头脑。

低调是一种生活态度	150
性格可以强势,态度却需谦卑	152
任何时候都能够接受批评	155
忍让不是窝囊,是一种得体的风度	158
学会控制自己的情绪	161
骄傲自满是自负的源泉	164
舍弃虚荣,不做无谓的面子之争	168



第八课

助攻别人,当你使周边的人更闪耀时,他们会更喜爱你

如果你能给身边的人也添光加彩,那么他们将一直喜欢你。之前,没有人知道史蒂夫·诺瓦克的三分球有多厉害,直到看到他和林书豪一起打球。而这也是尼克斯队的战绩突飞猛进的原因之一。当媒体簇拥在身边时,林书豪总是告诉他们自己的队友是多么的优秀,看看吧,这就是领袖的魅力。

这不是一个个人英雄主义的时代	174
个人的力量是有限的,团队的力量是无穷的	177
别让自己凌驾在团队之上	180
多为别人考虑,自己也有收获	183
你的能力会被团队放大	185
上下一心的团队拥有无尽的力量	189
只有良好沟通才能成就无敌团队	192



第九课

不要忽视信念的力量

信念是一种无坚不摧的力量,当你坚信自己能成功时,你必能成功。精神的力量无法改变客观事物,但却可以对自身的行为形成影响。因此,请千万不要忽视信念的力量。

信念的力量可以摧毁一切困难	198
不要怀疑,坚守自己的信念	201
信念,让你担起人生的责任	204
好好控制你的信念,引爆内心的能量场	206

信念是一种积极的自我暗示	210
有信念的人可以主宰自己的人生	213
信念是牵引命运的绳索	216
永远保持对生活的激情	220



第十课

努力,努力,再努力

如果林书豪没有在这几年疯狂地提高他的球技,他就不可能抓住这次机遇。努力工作是没有捷径的,成功是努力的结晶。如果你母亲非常严厉,总是逼你去努力工作,那很好。如果不是,那就让你的意志成为你自己的鞭策!林书豪每天早起晚睡,没有人鼓励他。凭什么你应该有?你只能控制你能力范围内的东西,这意味着你需要比任何人都努力。

只要勇于坚持,胜利终究会到来	226
学习,学习,再学习	229
不抛弃,不放弃	232
永远别把希望寄托在别人身上	235
勤奋可以创造奇迹	238
多做一些就是向前迈进一步	241
积极主动铸就辉煌的人生	244



附录

林书豪给中国父母的启迪

别把自己的兴趣当成孩子的兴趣	248
没有任何一个自卑的孩子能够取得成功	250
帮孩子认清心中的梦想与现实的落差	253
篮球不能急于求成,教育也一样	255



第一课

当所有人都不相信你时， 你仍然要相信自己

林书豪是第四位能够进入 NBA 的哈佛学生，他也只是一小撮能够登陆 NBA 的亚裔美国人之一。在赛季初，他曾被尼克斯队下放到 NBDL 球队宾州伊利海鹰队。在这个赛季加盟尼克斯队之前，林书豪还曾被两支其他的 NBA 球队裁掉。但是现在，他是举世瞩目的体育明星，是纽约尼克斯队的灵魂人物。看看林书豪的经历吧，即使没人相信你了，你也不能对自己绝望。

相信自己,你可以创造奇迹

当“linsanity”席卷整个世界,当“林来疯”带领原本已经穷途末路的豪门纽约尼克斯队取得一场又一场的胜利,当一个从板凳最末端崛起的底薪球员拯救了帅位已经岌岌可危的名帅麦克·德安东尼的时候,没有人还会怀疑这个世界上是否真的有“奇迹”这种东西存在。而祖籍福建省漳浦县的华裔 NBA 球员林书豪创造这一系列的奇迹的最重要的一条秘诀就只有两个字——自信。

美国时间 2012 年 2 月 14 日,情人节之夜。林书豪和他的纽约尼克斯队远征加拿大多伦多,严寒的天气和主队多伦多猛龙队在那里等着他们。林书豪这场比赛最主要的对手将是猛龙队的控球后卫,来自西班牙的经验丰富的老将何塞·卡尔德隆。猛龙队并不算是一支顶级强队,但是 NBA 中根本就没有任何一支球队是真正任人宰割的鱼腩,攻陷远在加拿大的猛龙队主场,也并不是一件容易的事。卡尔德隆也并不是联盟中顶级的控球后卫,但他却是世界劲旅西班牙队中的主力球员,有着极强的投射能力和顽强的防守功底。

正如德安东尼教练赛前预料的那样,比赛的进程并不顺利。猛龙队开场就取得了领先,尼克斯队在大多数的时间里只能苦苦地追赶比分。终于,在林书豪的带领下,在距离全场比赛只剩 20 秒的时候,尼克斯队将比分追至 87:87 平。这也就意味着之前 47 分 40 秒的比赛都已经成为了并不重要的过去式。不过重要的是,尼克斯队在此时握有控球权,也就是说,他们手中握有绝杀比赛的机会。

关键时刻,德安东尼教练请求了全场比赛的最后一次暂停,以便布置最后一次进攻的战术。就在这时,表情平静的林书豪走向了德安东尼教练,冷静地说:“请将最后一投的机会交给我,我不需要掩护,只需要队友们帮我拉开空间,我来和卡尔德隆一对一。”

众所周知,每一场比分胶着的比赛的最后时刻,都是巨星们互相角力的舞台,而林书豪即将成为这个舞台上最闪耀的明星中的一颗。林书豪中场拿球,谨慎地运球并用余光观察着飞速跳动的计时器。20秒,10秒,5秒,林书豪飞快地启动,卡尔德隆恰到好处地卡在了林书豪冲向篮筐的必经之路上。岂知林书豪并没有选择使用自己最擅长的带球突破,而是在三分线处急停,身体蓦地弹起,皮球旋转着,长虹贯日一般射穿了篮网!90:87!比赛还剩下0.5秒,尼克斯队赢定了!而此时此刻,林书豪的表现却迥异于科比的冷酷,不同于阿里纳斯的嚣张,在他的脸上,我们看到的是坚如磐石的自信。这个还远远算不上是超级球星的小伙子始终相信自己可以搞定比赛,可以投进那个至关重要的绝杀球。充满自信地要球,充满自信地绝杀,这是林书豪所创造的活生生的奇迹。

事实上,自信是根神奇的魔棒。一旦你真正在心中建立了自信,你将发现你整个人都会为之改变:气质会更优秀,能力会更强,做事会更有力量和勇气……简而言之,就是自信的确能创造奇迹。

过去人们比喻“不可能”的事情,会说“除非太阳从西边出来”,一遇到有困难的事情,总是认为“难于上青天”。但如果所有人都抱着这样的想法,那么这个世界就不会有电视、飞机和人造卫星了。世上本没有不可能的事,只是你能否找到合适的方法而已。对于能否完成某件事,虽然缺乏经验,但是能肯定地说:“一定能做到!”这种经过思考的结论并不是依据过去的经验或自身的条件来决定,而是由自己脑子里正在思考的事物所决定的。意识的力量是无穷无尽的,学会控制自己的意识就学到了如何掌握生命的节奏。

汽车大王福特一生中完成了许多“不可能完成的计划”，著名的V8型汽车就是信念力量征服“不可能”的杰作。

当福特要求工程师们在一个引擎上铸造8个完整的汽缸时，目瞪口呆的工程师们一起反驳：“这是不可能的事啊！”

“尽管大胆去做，”福特不做辩解，命令道，“不管花费多少时间，你们都要把任务完成。”

这些工程师没得选择，只好照着老板的命令硬着头皮去做。半年后，工作毫无进展，年底时，工程师们沮丧地告诉老板：的确无法完成这项计划。

“继续努力做，”福特不急不躁地说，“我就是需要这种车子，我一定要得到它。”

工程师们只能再做进一步的研究。过了一段时间，他们好像突然被一股“神秘的力量”击中，找到了制造V8型汽车的关键窍门，问题也就因此迎刃而解了。

是什么令V8型汽车“从无到有”？是什么使“不可能”的计划奇迹般地成功？是亨利·福特的自信和坚持，是工程师们锲而不舍的努力和付出。

改造命运、不为群体意识所绊、不被“不可能”这类词汇难倒，常常是“极少数人”的思想和行为。一件件曾被认为“不可能”的事在他们手中变为可能，靠的就是自信和坚持。所有的伟大人物，所有那些在世界历史上留下名声的伟人，都因为这个共同的特征而同属于一个家族。只有自信才能让我们感觉到自己也同样蕴藏着巨大的能力，其作用是其他任何东西都无法替代的。而那些软弱无力、犹豫不决、凡事总是指望别人的人，是永远体会不到成功的喜悦和成就感的。

只要相信自己，你也可以创造林书豪式的奇迹！