

MEI TIAN DUO DIAN LI LIANG



每天多点 力量



美丽而努力，每天向内反省，不断地改造自己，
超越的人永不停止学习。但是自我超越不是你
一个过程，一种终身的修炼。 赵洪恩◎主编

新疆美术摄影出版社
新疆电子音像出版社

MEI TIAN DUO DIAN LI LIANG



每天多点 力量



只有不断地为追求完美而努力，每天尚内反省，不断地改造自己，才能超越自己。高度自我超越的人永不停止学习。但是自我超越不是你所拥有的某些能力，它是一个过程，一种终身的修炼。 赵洪恩◎主编

新疆美术摄影出版社
新疆电子音像出版社

图书在版编目 (CIP) 数据

每天多点力量/赵洪恩主编. —乌鲁木齐: 新疆美术摄影出版社; 新疆电子音像出版社, 2009. 11 (2012 年 1 月重印)

(青少年励志文库)

ISBN 978—7—5469—0302—6

I. ①每… II. ①赵… III. ①成功心理学—青少年读物 IV. ①B848. 4—49

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2009) 第 204538 号

书 名: 每天多点力量

主 编: 赵洪恩

责任编辑: 文 昊

出版发行: 新疆美术摄影出版社

新疆电子音像出版社

(地址: 新疆乌鲁木齐市西虹西路 36 号

邮编: 830000 电话: 0991—4690475)

印 刷: 三河市华晨印务有限公司

开 本: 700mm×1000mm 1/16

印 张: 15

字 数: 139 千字

版 次: 2012 年 1 月第 3 版

印 次: 2012 年 1 月第 1 次印刷

书 号: ISBN 978—7—5469—0302—6

定 价: 29.80 元

如有印装问题, 请直接同承印厂调换

青少年励志文库编译委员会

主 任：赵洪恩

副主任：王 鸿 王 磊 谷心光 陈阳生（香港） 张 巧

委 员：王学青 张作华 朱 昆 杨永照 张彩霞 周 峰

张志强 周春彦 袁乐乐 李红卫 李明起 魏 炜

钟金辉 孔令峰 袁小春 何红波 董国银 李文涛

谷方方 刘严锋

前言

以积极的观点面对自己的生活和生命是一个自我超越的人生。

“超越”一词有时具有左右其他人或事的意思。但在这里，“自我超越”是指突破极限的自我实现，或技巧的精熟。生活中的各个方面都需要自我超越的技能，无论是专业方面或自我成长。

列夫·托尔斯泰说：“大多数人想改造这个世界，但极少有人想改造自己。”

只有不断地为追求完美而努力，向内反省，不断地改造自己，才能超越自己。高度自我超越的人永不停止学习。但是自我超越不是你所拥有的某些能力，它是一个过程、一种终身的修炼。高度自我超越的人，会敏锐地警觉自己的无知、力量不足和成长极限，但这却绝不动摇他们高度的自信。

高度自我超越的人具有共同的特质。

他们对目标所持的观点和一般人不同。人生的目标令人欢欣鼓舞、能使人跳出庸俗，产生火花。如果没有目标，将无法想像福特、苹果电脑等是如何建立起他们做人的成就。萧伯纳曾生动地说：“生命中真正的喜悦，源自当你为一个自己认为至高无上的目标，献上无限心力的时候。它是一种自然的、发自内心的强大力量。”

思考是成功的源头，你的思考方式造就了今日的你，任何人都能思考，但重要的是如何运用积极思想把潜在能力发挥出来，把“不可能”变为“可能”，实现人生的突破、飞跃和前进。这种创新给世界带来了无穷的新东西，使得自然界、社会和自己的思维在不停地变动。只要我们相信自我超越的能力，开发出创新的潜能，就会靠智慧改变原来的命运。

在追求目标实现的过程中，人们自然而然会产生勇气，去做任何为实现目标所必须做的事，诚实地面对真实情况，挑战人性的弱点，改变自己。正如狄更斯所指出的：不论我们多么盲目，和怀有多深的偏见，只要有勇气选择，我们就有彻底改变自己的力量。

播下一种心态，收获一种性格，播下一种性格，收获一种行为；播下一种行为，收获一种命运。人的心态变得积极，就可以得到快乐，就会改变自己的命运。在人生的旅途上，在不断超越自我的过程中，苦苦求索，峰回路转，撷取一次次感

悟，享受生命，品味生活。

本书以实现自我超越的架构为主线，收集了许多闪烁智慧灵光的小故事、小寓言，每个片断都能给人带来心灵的洗礼，从中得到更新和启迪，使你在充满寓意的故事实现人生的升华。

本书共分为四辑：第一辑《望向远方》，从中你会发现树立人生目标的无限魅力；第二辑《成就一生的资本》，收编了关于创新思维、智慧灵光的小故事；第三辑《挑战人性的弱点》，反省自我，帮你克服自我实现的障碍，培养良好的习惯，不断完善自我；第四辑《寻找生命的钻石》，以开拓进取的精神发掘潜能，把握机遇，改善命运。

目 录

第一辑 望向远方

有信念就有力量	(2)	向目的地出发	(18)
伊米开花	(2)	彼岸	(19)
成功的目标	(3)	你是自己的上帝	(20)
赛马冠军	(3)	少年犯的成功	(20)
希望就是全部	(4)	执着的信念	(21)
取经	(4)	成功的道路	(21)
老鼠去海边	(5)	三棵树	(21)
一个希望	(5)	三明治点燃希望之光	(23)
战胜癌症	(6)	我能应付过去	(24)
“我能行”	(7)	成败之间	(24)
选择目标	(7)	看不到目标	(25)
还有一个苹果	(8)	永不退缩	(25)
现在就行动	(8)	生命的信念	(26)
苦难不会长久	(9)	你是伟人	(27)
儿子的留言条	(11)	苦难与天才	(28)
成功近在咫尺	(12)	飞机的发明	(29)
砌墙工人的命运	(13)	什么是失败	(29)
上帝偏爱她	(13)	做一个梦	(30)
美孚石油公司的发展	(15)	另一个山顶	(30)
信念	(15)	屡败屡战	(31)
勇敢的鱼	(16)	收获的是自己	(32)
改变贫穷的福勒	(16)	你一定会成为州长	(32)
目标的重要性	(17)	巴尔扎克的手杖	(33)
不相信命运	(17)	留住希望的种子	(33)

退学的医生·····	(34)	金色山坡道·····	(42)
第一千根希望之弦·····	(35)	明确的目标是成功的起点·····	(43)
银行存款的信念·····	(35)	人生的五枚金币·····	(43)
我要去埃及·····	(37)	生的希望·····	(44)
长成一顆珍珠·····	(37)	知耻而勇·····	(45)
玄奘大师的马·····	(38)	寻找梦想·····	(46)
面包师的艺术品·····	(38)	你是最棒的·····	(47)
坚持自己的梦想·····	(39)	李嘉诚的成功·····	(48)
不要迷失方向·····	(40)	富兰克林的成功秘诀·····	(49)
缩短距离·····	(40)	美梦成真·····	(49)
分段实现大目标·····	(41)	梦中红樱花·····	(50)

第二辑 成就一生的资本

邦迪创可贴·····	(52)	响尾蛇罐头·····	(63)
漫画家的自我行销·····	(52)	免扣带的发明·····	(63)
毛遂自荐·····	(53)	专家买猫·····	(64)
成长的机会·····	(53)	秘方致富·····	(64)
1+1>2·····	(54)	百万富翁的头脑·····	(65)
职位的差别·····	(55)	创新就有效果·····	(66)
他山之石·····	(56)	聪明的报童·····	(66)
驴的故事·····	(57)	“沉默时间”·····	(67)
虚掩的门·····	(57)	绝境求生·····	(67)
最好的裁缝·····	(58)	买卖互利·····	(68)
姓氏水杯·····	(58)	新型鼠标垫的诞生·····	(69)
小创意致富·····	(59)	失误的教训·····	(69)
儿童的思维·····	(59)	摄像自控开关·····	(70)
键盘字母排序·····	(60)	碎花瓶理论·····	(71)
卖水的学问·····	(60)	向和尚推销木梳·····	(71)
地毯的价钱·····	(61)	谁是谁非·····	(72)
白手起家·····	(61)	疯子不呆·····	(72)
丑陋玩具·····	(62)	香水与汽缸·····	(73)
漩涡的规律·····	(62)	河边的苹果·····	(73)

目 录

汽车公寓·····	(74)	公鸡下蛋·····	(91)
生动的毛巾·····	(74)	粉笔点·····	(92)
非常的午餐·····	(74)	新型油漆·····	(92)
限量销售·····	(75)	把心径扩大一毫米·····	(93)
多彩“创可贴”·····	(76)	幼儿的智力开发·····	(93)
爱的财富·····	(76)	即兴表演·····	(93)
成功在于用心·····	(77)	逆向新点子·····	(94)
三种选择·····	(78)	深山藏古寺·····	(94)
懒汉的心智·····	(78)	成功来自创新·····	(95)
智慧改变命运·····	(79)	半瓶酒原理·····	(95)
抓住机会·····	(80)	出卖智慧的人·····	(96)
贴海报·····	(81)	垃圾的作用·····	(97)
高明的说服·····	(82)	动脑的结果·····	(97)
作画的高招·····	(83)	“9·11”危机变商机·····	(98)
旅馆的对策·····	(83)	畅销葡萄酒·····	(99)
克隆瓜果模·····	(84)	无偿赠送的利润·····	(100)
是谁赢得巨额奖金·····	(85)	计谋·····	(100)
减肥创意·····	(85)	鲍罗奇吃蚂蚱·····	(101)
果园的收获·····	(86)	安全避难·····	(102)
木桶的故事·····	(86)	诸葛亮应试·····	(102)
“一元钱存款”·····	(87)	气压表测高度·····	(103)
亡羊补牢·····	(88)	用智慧去营销·····	(104)
开发婴幼儿用品·····	(89)	第三种办法·····	(105)
天堂测试·····	(89)	侦探社破案·····	(105)
向总统推销·····	(90)	减法创新·····	(106)

第三辑 挑战人性的弱点

山谷中的谜底·····	(108)	不可优柔寡断·····	(111)
自己是英雄·····	(108)	船王与儿子·····	(111)
极限的忍受·····	(109)	锯掉“椅背”·····	(112)
顽石的启示·····	(110)	关心别人·····	(112)

放弃不是失败	(113)	傻小子熬蜜糖	(133)
修补的心理	(114)	最后一条西裤	(133)
楚王狩猎	(115)	一只钉子	(134)
大师的杰作	(116)	坏脾气与钉子的故事	(134)
关注别人的缺点	(116)	这回运气好,没有风	(135)
向自己挑战	(116)	莫交自负之友	(136)
少犯错误	(117)	水泥地上的脚印	(136)
该低头时就低头	(118)	测验	(136)
清除心灵的污染	(118)	贾金斯的故事	(137)
超龄的轮胎	(119)	迟到的学问	(138)
不可自视过高	(119)	君子报仇	(139)
真正的答案	(120)	胃口太大	(139)
克服哀愁	(120)	一事无成	(140)
命运之神	(121)	起步与等待	(140)
贪心的蜈蚣	(121)	传教士买鸡	(140)
不肯放手的孩子	(121)	拜访	(141)
熟能生巧	(122)	不忘记过去	(142)
对付敏感的方法	(123)	为自己的脸负责	(142)
不要说“不要”	(124)	提醒自我	(142)
求人不如求己	(124)	经验的障碍	(143)
谨慎优势	(125)	耐心的爸爸	(143)
愚蠢的猴子	(125)	打翻的牛奶	(144)
两支火把	(126)	出尔反尔	(144)
飞越樊篱	(126)	保持清醒头脑	(145)
多看了一眼	(126)	徒弟扫地	(145)
田单的反省	(127)	不要等待	(146)
驴子和笛子	(127)	选择	(146)
海战大将军的笑话	(128)	蚌与珍珠	(147)
钓鱼的秘诀	(128)	一道难题	(147)
容纳	(129)	造就与迷失	(148)
因小失大	(129)	盖蒂的香烟	(148)
放慢生活的脚步	(130)	爱因斯坦的镜子	(149)
半瓶威士忌	(131)	推开椅子	(150)
嫉妒	(133)	你就是你的上帝	(150)

司机考试	(150)	为自己喝彩	(159)
大师的抱怨	(151)	让时间为你工作	(160)
昂贵的哨子	(151)	懒惰的代价	(161)
生搬硬套	(152)	熟视无睹	(161)
仇恨袋	(153)	改变自己	(162)
见异思迁	(153)	改变世界的梦想	(162)
毛毛虫的愿望	(153)	站得直挺挺的	(162)
沸腾的水与冷却的铁	(154)	放弃琐碎的小事	(163)
博士与船夫	(155)	谢佑射箭	(163)
忘掉你的缺点	(155)	鲁莽	(164)
相貌问题	(156)	学会说“不”	(164)
奇迹是怎样创造的	(156)	卖鱼的人	(166)
忙碌的伐木工	(157)	不要高兴得过早	(166)
强迫自己	(157)	贪婪的结果	(167)
心灵的镜子	(158)	成功的飞翔	(167)
面对险境	(159)	老祖父和小孙子	(168)

第四辑 寻找生命的钻石

人生如短跑	(170)	有志不在年高	(177)
财富的秘密	(170)	落水者和负重者	(179)
寻找遗失的金表	(171)	被激发的力量	(179)
求职策略	(172)	人的潜能	(180)
成功的理由	(172)	两个推销员	(181)
价值百万美元的笑脸	(173)	使自己强大	(181)
如果有 50% 的希望	(173)	试题的秘密	(182)
持之以恒	(174)	创造出来的优势	(183)
失败的对面	(174)	急功近利与厚积薄发	(184)
冒险求胜	(175)	当压力来临时	(184)
简单的道理	(175)	心理实验	(185)
寻找真理	(176)	爱迪生的成长	(185)
每秒摆一下	(176)	没有人会带你去钓鱼	(186)
有播种才有收获	(177)	有一个人可以帮你	(187)

真实的建议	(188)	用上所有的力量	(205)
两个和尚	(188)	拜虎为师	(206)
推销员的成功	(189)	两个打工者	(206)
往下三尺有黄金	(189)	处处有机会	(207)
守住你的金矿	(190)	一枚硬币	(208)
每桶四美元	(190)	机遇是金	(208)
人生第二落点	(191)	有利的契机	(209)
微软清洁工	(192)	成功的阶梯	(210)
人生风景线	(192)	男高音的新发现	(210)
选定一把椅子	(193)	解救枯井中的驴	(211)
神奇的鹅卵石	(193)	打碎瓦罐	(211)
术业有专攻	(194)	要创造时机	(212)
销售技巧	(195)	没有遗产的小儿子	(213)
记住别人的名字	(196)	温和的回答	(214)
用心与每个人交谈	(196)	大师的学生	(214)
不浪费时间	(197)	两个大学生	(215)
巧用时间差	(198)	李阳的传奇人生	(216)
精确无误	(198)	这是谁的错	(218)
认真的米开朗基罗	(199)	人生的蝴蝶效应	(219)
随手一推的醒悟	(199)	细心的求职者	(220)
潜力的激发	(200)	克服障碍的力量	(220)
树上的小孩	(200)	为什么成功了	(221)
水兵排雷	(201)	下定决心	(222)
成功的规则	(201)	鲍威尔的启示	(224)
马车夫求援大力士	(203)	海伦·凯勒的启蒙	(224)
蝴蝶的勇气	(203)	拥有热忱	(225)
先留住了根	(204)	最后的遗言	(225)

第一辑

望 向 远 方

追求理想的人为了心中的目标永远不会放弃自己奋斗的方向。

——约翰斯

有信念就有力量

石油大王洛克菲勒曾经说过：“即便拿走我现在的一切，只要留给我信念，我就能在十年之内又夺回它。”虽然洛克菲勒并没有真的这么做，可我们却不得不相信，信念巨大地影响着我们的生活。

信念有时创造奇迹，它可以使许多匪夷所思的事情变成现实。

当然，要想信念成为现实，自身的努力和奋斗必不可少。但坚定的信念才会使人产生十足的动力，它就像人生旅途中的灯塔，为我们指引着前进的方向。自从电报发明以来，不断有人提出铺设跨越大西洋的电缆计划，但人们大都只当它是个梦想。而菲尔德对此却产生了坚定的信念，他对这个计划充满了信心，于是投入了全部的精力进行研究。研究并不顺利，菲尔德失败多次，并因此遭到了人们的嘲笑和指责。这时候，执着的信念支持着菲尔德，他毫不灰心丧气，在失败的经验上继续着自己的事业。终于在1866年取得了成功，世界历史因此而改变。

可见，信念对人生的影响是举足轻重的，它隐藏在我们身体内部，只要善于运用它，它就会成为一股取之不尽的力量源泉。

伊米开花

到过非洲的人都知道，那里的戈壁滩上生长着一种叫伊米的小花。

能在戈壁滩上顽强生长的一般都是根系十分庞大的植物，因为只有如此才能在贫瘠的土地中吸收足够的养料和水分。而这种伊米花却偏偏只有一条根。这根坚强不屈地直插地底最深处，这样也能吸收到能维持生长的水分和养料，但完成这项工作，却需要花上五年时间。

第六年，凑足了养分的伊米开花了，一朵四瓣，每瓣的颜色却不相同：红、黄、白、蓝。令人惋惜的是，这种历经六年奋斗才露出笑颜的花儿开花时间却非常短，两天过后，整株伊米花便完全枯萎了。

最美丽的时刻便是生命接近尾声的时刻，伊米的命运和蝉惊人的相似。能在夏日尽情歌唱的鸣蝉都是经历了地下长达两年的黑暗生活，而它们能在地面上欢歌的时间还不到两周，之后同样是死亡。

但是伊米无悔，鸣蝉无悔，它们用这种方式骄傲地宣告世人，只要生命一次，就要美丽一次。虽然最终同是死亡，但它们的生命却在死前的那一瞬间产生

了巨大的意义。

是的，一次，一次便足矣！

一次的美丽足以照亮整个一生。虽然只是一次，但却需要顽强毅力和坚忍不拔的精神。不断的奋斗、不断的进取向着那最终的美丽历尽千辛万苦，穷尽一生一世。人的一生比伊米和蝉要漫长许多，但在这生命的演绎中，又有几个可以做到比伊米和蝉的一生更绚烂呢？不是默默地度过一生，就是徘徊着蹉跎一世，许多人大都不思进取，安于现状。

人生也只有一次，如何在这一次中做到无悔是我们每个人都应思考的问题。

成功的目标

马拉松比赛正在进行着。后来，有两个人逐渐地甩开了后面的人，跑到了前面。

长时间的奔跑，已经使他们的体力消耗很大了，但是他们依然坚持着向前跑。这时的天气很不好，雾很浓，几十米内几乎看不清东西，后来天空又渐渐的飘起了小雨，又给比赛增加了难度。

跑在最前面的一个人，依然在拼命的跑着，他不管雾有多大，也不去理会，但他却担心会被脚下的雨水给滑倒，他始终注视着脚步下不远的地方，而跟在他后边的另外一个人却把头昂得高高的，他在注视着目标，他心里在不停的默念着终点，终点，我就要到终点了。

两个人的体力都支持不住了，他们仅相差几米远。

后来跑在最前面的人终于累倒在地上起不来了。

第二个人也感觉要趴下了，但是他却猛然发现终点就在他前面的几十米处，透过迷雾，他隐约可以看见终点处摆动的旗帜，所以，他猛然又增添了一种动力，顽强地最先跑到了终点。

第一个人因为没有看见目标，所以在就要成功的时候失败了。

赛马冠军

玛丽只是一个不到15岁的小姑娘，但她从小就为自己制定了一个目标，那就是拥有一匹跑得最快的马。

为了实现自己的目标，玛丽决定亲自买马进行训练。她的第一匹马叫露西，

玛丽为了训练好它，花了几百个小时的辛苦劳动，但在比赛中，这匹马却因为不听命令而被取消了资格。

玛丽十分生气，但这丝毫阻止不了她对目标的追求。她先卖掉了露西，然后用卖露西的钱又买了另一匹理想的马巴特。玛丽把筹码全压在了巴特身上，她甚至自费请了行家帮她训练巴特，并每天和巴特朝夕相处。

经过长时间的艰苦训练，玛丽和巴特终于在赛马比赛上赢得了冠军，在后来大大小小的比赛中，她们无往不胜。

不要认为成功是件困难的事情，只要你勇于朝着自己的目标努力，胜利之神便会向你招手。在奋斗中不免要付出一定的艰辛，但成功之后的回报却远远大过了你所付出的。

希望就是全部

亚历山大大帝出发远征波斯之前，他将所有的财产分给了臣下。大臣之一的皮尔底加斯非常惊奇，问道：“那么陛下，你带什么起程呢？”

“希望，我只带这一种财宝。”亚历山大回答说。

听到这个回答，皮尔底加斯说：“那么请让我们也来分享它吧。”于是，他谢绝了分配给他的财产。

亚历山大带着惟一的希望出发，却带回来所要征服的全部。

取 经

从前四川有两个和尚，一个很有钱，每天过着舒舒服服的日子；另一个很穷，每天除了念经的时间之外，就得到外面去化缘，日子过得非常艰苦。

有一天，穷和尚对有钱的和尚说：“我很想到印度去拜佛，求取佛经，你看如何？”

有钱的和尚说：“路途那么遥远，你要怎么去？”

穷和尚说：“我只需一个钵、一个水瓶、两条腿就够了。”

有钱的和尚听了哈哈大笑，说：“我想去印度也想了好几年，一直没成行的原因是旅费不够。我的条件比你高，我都去不成了，你又怎么去得成？”

过了一年，穷和尚从印度回来，还带了一本印度的佛经送给有钱的和尚。有钱和尚看他果真达到了愿望，惭愧得面红耳赤，一句话也说不出。

老鼠去海边

有一只老鼠告诉父母，他要去海边旅行。他的父母听后大声说道：“真是太可怕了！世界上到处充满了恐怖，你千万去不得！”

“我决心已定，”老鼠坚定地说，“我从未见过大海，现在应该去看看了。你们阻拦也没用。”

“既然我们拦不住你，那么，你千万要多加小心啊！”老鼠的爸爸妈妈忧心忡忡地说。

第二天天一亮，这只老鼠就上路了。不到一上午，老鼠就碰到了麻烦和恐惧。一只猫从树后跳了出来，他说：“我要让你填饱我的肚子。”

这对老鼠来说，真是性命攸关。他拼命地夺路逃命，尽管一截尾巴落到猫嘴里，但总算是幸免一死。

到了下午，老鼠又遭到了鸟的袭击，他不止一次被迫得晕头转向。他遍体鳞伤，又累又怕。

傍晚，老鼠慢慢爬上最后一座山，展现在他眼前的是一望无际的大海。他凝视着拍打岸边的一个接一个翻滚的浪花。蓝天里是一片色彩缤纷的晚霞。

“太美了！”老鼠禁不住喊了起来，“要是爸爸妈妈现在同我在一起共赏这美景该有多好啊！”海洋上空渐渐出现了月亮和星星。老鼠静静地坐在山顶上，沉浸在静谧和幸福之中。

一个希望

在我老家的隔壁，住着一位孤苦伶仃的老奶奶，在她26岁的时候，丈夫外出做生意，却一去不返。是死在了乱军之中，还是病死在外，还是像有人传说的被人在外面招了养老女婿，都不得而知。当时，她惟一的儿子只有五岁。

丈夫不见踪影几年以后，村里人都劝她改嫁。没有了男人，孩子又小，这寡守到什么时候是个头？她没有走。她说，丈夫生死不明，也许在很远的地方做了大生意，没准哪一天发了大财就回来了。她被这个念头支撑着，带着儿子顽强地生活着。她甚至把家里整理得更加井井有条。她想，假如丈夫发了大财回来，不能让他觉得家里这么窝囊寒伦。

这样过去了十几年，在她的儿子17岁的那一年，一支部队从村里经过，她