

挫折

陈书凯 编著

是生活给你的一份礼物 *Setback*

挫折

Setback

陈书凯
编著

是生活给你的 十份礼物

图书在版编目(CIP)数据

挫折是生活给你的一份礼物 / 陈书凯编著. —哈尔滨:
哈尔滨出版社, 2009.4

ISBN 978-7-80753-472-3

I.挫… II.陈… III.挫折(心理学)—通俗读物
IV.B848.4-49

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2008)第 184572 号

责任编辑:李金秋 李英文

封面设计:奇文云海

挫折是生活给你的一份礼物

陈书凯 编著

哈尔滨出版社出版发行

哈尔滨市香坊区泰山路 82-9 号

邮政编码:150090 营销电话:0451-87900345

E-mail:hrbcbs @ yeah.net

网址:www.hrbcbs.com

全国新华书店经销

北京潮箭印刷有限公司印刷

开本 787×1092 毫米 1/16 印张 16.75 字数 200 千字

2009 年 4 月第 1 版 2009 年 4 月第 1 次印刷

ISBN 978-7-80753-472-3

定价:29.80 元

版权所有,侵权必究。举报电话:0451-87900272

本社常年法律顾问:黑龙江大公律师事务所徐桂元 徐学滨

序言

那一天,我们长大了

记忆里还留着被妈妈牵手过马路时她手心的余温,耳边尽是爸爸讲故事时抑扬顿挫的声音……时光匆匆而过,昨天还以为自己依旧是那个可以在父母怀里撒娇的小孩子,今天就发现原来那些早已离自己远去了,然而那些往事却定格在记忆中,成了一道永不消逝的风景。逐渐长大成熟的我们累了,于是在岁月的某个拐角处停下,轻轻翻开记忆的相册,细细回味过往。

今天的你已经告别了从前——不再是父母不在的时候,开着灯几近绝望地等待黎明曙光到来的年龄,而是可以像往常一样渐渐进入甜蜜的梦乡;也不再是同伴不在的时候,害怕一个人走夜路的青春时代,尽管这时心里还是会有一点儿害怕,你也还是会哼着轻快的调子独自前行。当所有的一切都已经改变而你却还可以从容面对的时候,不可否认,你已经长大了!

人在一生中要经历很多的事情,有贫穷也有灾难,有挫折也有伤害,当一切不幸来临时,我们要勇敢地面对,因为我们已经长大,已经不再是当年那个无助柔弱的孩子。我们可以蔑视困难与贫穷,然后昂首阔步勇敢地走下去。

我的中学时代同样贫穷。我永远不会忘记的是,冬天,由于没有厚实的新棉鞋,南方阴冷的雨水常常渗进我早已磨损的旧棉鞋中,我的脚就在那样寒冷而潮湿的冬天里寻找温暖。不过,无论那个时候多么贫穷,我都不曾对父母有半点儿埋怨,也不曾有半点儿自卑,因为我知道,父母已经给了我他们所能给予的一切。也是因为贫穷,我才知道,除了自己,谁都不能成为你终生的依靠。我要感谢贫穷,感谢贫穷成就了我,让我这个原本连高中都没资格读的人,却拿到了一所

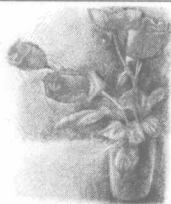
南方著名高校的硕士文凭。我很感谢成长中有那么一段贫穷的日子,如果不经
历贫穷,也许我依然是父母身上永远卸不下的负担。

写这么多的目的,并不只是为了与朋友们谈论贫穷和灾害的意义,因为它们
只是本书的主题之一,也是我们在成长过程中遇到的所有困境之一。除此之
外,还有很多失败、意料不到的伤害和挫折等,这些也都是我们可能会遇到的。
人生之路,并不是所有的人一路走来都会那么顺利。而选编本书的目的,主要是
希望给予处于困境中的朋友最珍贵的激励。

无论你正面对什么困境,相信你都能从他们的故事中找到你自己的影子,
也能从他们面对不幸的姿态中获得鼓励你坚强起来的勇气。但愿,编者的努力
会让你懂得:贫穷、挫折等一切的不幸都是我们成长中最珍贵的财富!

编者

目 录



卷一 那扇门终于打开了

曾听过这样一句话：“生活就像一面镜子，当你对它笑时，它也就对你笑；当你对它哭时，它也就对你哭。”简简单单一句话却蕴涵丰富的哲理——面对困难时，我们不要只会埋怨、不要自暴自弃，而应该拿出生活的勇气笑着面对，这样生活才会有希望，才能赢得成功的曙光。

她需要勇气 /2

那扇门终于打开了 /5

勇敢的战士 /7

跳山羊 /9

第一份横跨大西洋的电报 /11

失败并不丢脸 /13

克尔的坚持 /15

范德的新船 /17

征服北极的天空 /19

小狗待售 /21

栏越高，跳得越高 /23

正视困难才能解决困难 /25

开创历史的人 /27

死亡之桥 /29

喜剧天才莫里哀 /31

敢于放弃才能突破 /33

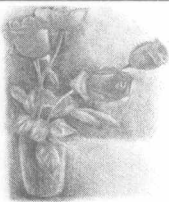
面对不幸的姿态 /35

海伦·凯勒的传奇人生 /37

低谷人生 /39

半个面包 /41

目 录



- 牛仔不哭 /43
- 流浪大海 /45
- 战胜鳄鱼的少年 /47
- 买房空手道 /49
- 失败只是暂时的 /51
- 五块钱成交 /54
- 最实在的创业者 /56
- 永远不说你做不到 /59
- 击退癌症 /61

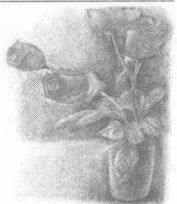
卷二 角落里的阳光

生活中总有一些不平事,有些人生来就身价上亿,而有些人一来到这个世界就朝不保夕,或许这就是老一辈人感慨的“命运”吧!对于自己的“命运”,不管富也好,穷也罢,我们都不能因此而作茧自缚,不能自拔。财富只是人生中微不足道的一部分,而怎样让自己活得更好,怎样才能更好地实现自己的人生价值,争取为社会作一些力所能及的贡献,这才是生命中最重要。

- 妈妈的财富 /64
- 上进之心带来财富 /66
- 角落里是阳光 /68
- 白手起家的乡下人 /71
- 木匠家走出的国务卿 /73
- 为每个挨饿的人战斗 /75
- 为尊严而战 /77
- 妈妈的银行存款 /79
- 从孤儿到总统的路有多远 /82
- 态度决定一切 /84
- 成功的阶梯 /86
- 科贝特的艰难自学 /88
- 在饥寒交迫中写作 /90
- 穷渔村走出的大学者 /92

6岁那年的圣诞节 /94	35岁那年的圣诞节 /94
天才的军事指挥家拿破仑 /97	35岁那年的圣诞节 /97
坚强的居里夫人 /99	35岁那年的圣诞节 /99
从咖啡馆跑到奥运冠军领奖台 /101	35岁那年的圣诞节 /101
过去不等于未来 /103	35岁那年的圣诞节 /103
穷人的风骨 /105	35岁那年的圣诞节 /105

目 录

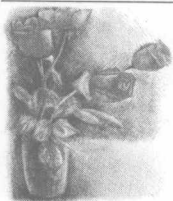


卷三 心中的冰点

“路漫漫其修远兮”——人生的道路非常漫长,在这长长的生命旅程中,我们不可能时时顺心、事事如意,遇到一些或大或小的人生坎坷是在所难免的。对此有些人不知所措,于是怨天尤人,自甘堕落。其实,这只是弱者徒劳无功的挣扎,无济于事。与其这样,还不如让自己从容冷静,然后寻找生命的突破口,为自己重新找一条适合自己的道路,大胆前行。

废墟里的美丽女孩 /108	35岁那年的圣诞节 /108
先把帽子扔过墙 /110	35岁那年的圣诞节 /110
化伤害为动力 /112	35岁那年的圣诞节 /112
当生活抛弃了你 /114	35岁那年的圣诞节 /114
希望的灯光 /116	35岁那年的圣诞节 /116
坚持不懈的收获 /118	35岁那年的圣诞节 /118
好好挺着 /120	35岁那年的圣诞节 /120
人生不止一条路 /122	35岁那年的圣诞节 /122
为身体的缺陷而庆幸 /124	35岁那年的圣诞节 /124
第一个被录取的人 /126	35岁那年的圣诞节 /126
最会挣钱的作家 /128	35岁那年的圣诞节 /128
人定胜天 /130	35岁那年的圣诞节 /130
高贵的“草叶” /132	35岁那年的圣诞节 /132
《神曲》为何奏鸣 /134	35岁那年的圣诞节 /134
零售奇才的曲折成功路 /136	35岁那年的圣诞节 /136
永恒的布鲁诺 /138	35岁那年的圣诞节 /138
最艰难的总统竞选 /140	35岁那年的圣诞节 /140

目 录



- 不屈不挠的米契尔 /142
- 股票大王的成长经历 /144
- 心在呼唤 /146
- 一次成功就足够 /148
- 向死而生 /150
- 需要勇气的时刻 /152
- 救人的哈里森 /154
- 肯定自己,成就辉煌 /156
- 地震中的父与子 /158

卷四 没有伞,就跑

很多人觉得自己生活在单调的规律之中,什么事情都是在周而复始地循环着,日子过得平平淡淡,既没有生气又没有活力。其实,生活的日子都很简单,也很平凡,但如果你不想安逸,不想永远沉浸在习惯当中,那么就不妨抛开规律的生活,带着激情去创新改造,换一种方式来生活和工作,也许从中我们能悟出更有用的人生价值。

- 没有伞,就跑 /162
- 信念的力量 /164
- 一句话的作用 /166
- 坚持自己的立场 /168
- 华特的新生活 /170
- 贩卖快乐的人 /172
- 万能的求职方法 /174
- 感谢伤口 /176
- 一件事改变人生 /178
- 在金矿旁边卖水 /180
- 紧握木棒的黑孩子 /182
- 米老鼠征服世界 /185

神来之笔《月光曲》/187

从小节做起 /189

卷五 命运出错,我不能错

人生的十字路口会有很多,要走的人生之路也很长。其间,每个人都免不了失落和茫然,或迷茫于爱情,或失落于事业无成,或绝望于人生起落……种种不幸的境遇几乎人人都曾有过,但消沉过后,绝大部分的人还是坚强面对。命运出错,我不能错——是理想支撑我们走过灰暗的岁月。

一壶救命水 /192

距离 /196

梦幻成真 /198

成为生活的主宰 /200

一个高尔夫球员的成长经历 /202

生命倒计时 /204

两次获得成功的人 /206

最美丽的笑容 /208

派蒂,向前跑 /212

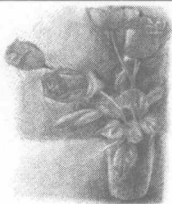
牛仔推销员 /214

多少人可以梦想成真 /217

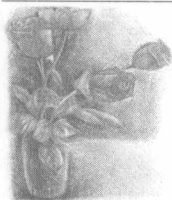
卷六 要像天使一样微笑

灾难是不幸的,谁都想避而远之。但有些灾难却是我们既无法预料也无法避免的——地震、海啸、台风等。既然如此,就让我们一起鼓起坚定的勇气,共同面对风雨,共同创造生活吧!无论是天灾人祸,还是挫折失败,都是需要我们勇敢面对的——因为坚强,因为勇敢,我们获得了重生的机会。所以,感谢坎坷的生活和命运吧,因为它可以让我们潇洒快乐地继续生活下去。

目 录



目 录



天使的叩门声 /220

回报 /223

我是母亲的蒲公英 /225

树叶 /228

寻找 /230

斯泰因梅茨的赤子之心 /232

太阳语 /234

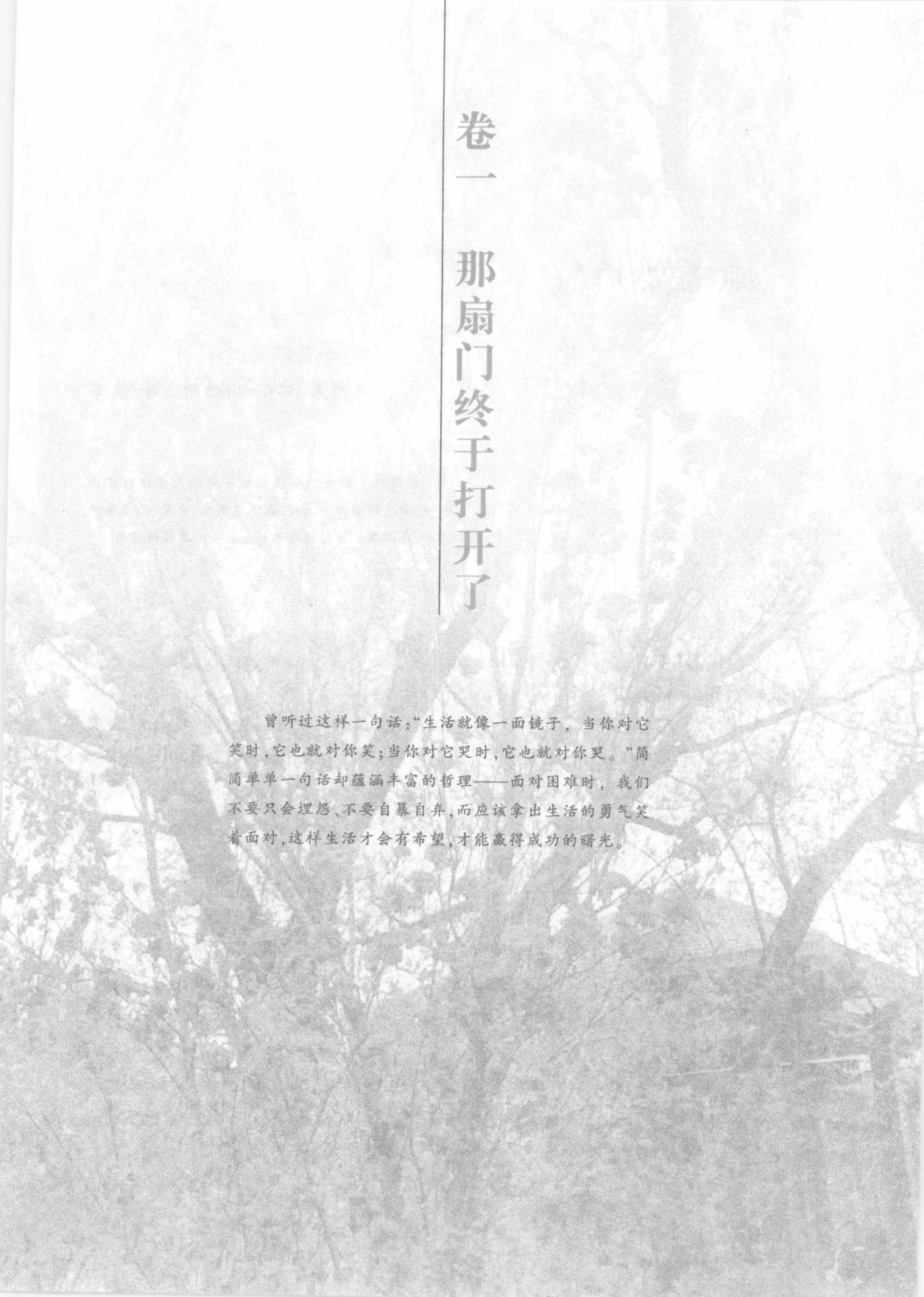
一小块面包 /236

盲人按摩师的风景 /238

一碗清汤荞麦面 /240

“333”的故事 /244

从改变自己开始 /246



卷一 那扇门终于打开了

曾听过这样一句话：“生活就像一面镜子，当你对它笑时，它也就对你笑；当你对它哭时，它也就对你哭。”简简单单一句话却蕴涵丰富的哲理——面对困难时，我们不要只会埋怨、不要自暴自弃，而应该拿出生活的勇气笑着面对，这样生活才会有希望，才能赢得成功的曙光。

她需要勇气

文/[美]比尔·山德斯 译/佚名

在这世上的数千个像妮姬一样的人请你做你自己,运用上帝给你的天赋,即使在困惑、痛苦、恐惧和迫害中,坚持你认为对的东西是生活唯一真实的道路。

她的名字叫妮姬,住在我家同一条街的另一头。几年来,这个年轻女孩一直鼓舞着我。她的故事感动了我的心,因为勇气!

这个故事是从她七年级时医生对她的一次诊断开始的。她家人的忧虑变成了事实,诊断的结果是白血球过多。接下来的几个月,她都必须经常到医院接受定期检查。她打过无数次针,测试过千百次。然后就是化学疗法,这是个可能救命的机会,她的头发因此全掉了。对一个七年级的女孩而言,掉头发是一场噩梦。头发不会再长,她的家人开始担心了。

升入八年级前的暑假她戴上了假发。虽然感觉不舒服,很痒,但是她还是戴着。以前,她相当受欢迎,很多同学都喜欢她。她还是啦啦队队长,总有一大堆同伴围绕在她身旁,但化疗之后事情似乎改变了。在她升八年级的前一两个礼拜,她的假发被人从后面拉走五六次。每一次她都停下步子,弯腰,手因为害怕和困窘而颤抖,戴好她的假发,甩掉眼泪并且走向班里。她埋怨为什么没有人会为她挺身而出。

这样的事前后持续了两个星期。她告诉父母她再也无法承受了。父母说:“如果你愿意,你可以待在家里。”妮姬告诉我,没有头发不算什么,她说:“我可以应付,但是你可知道没有朋友的感觉?你走在校园里,而他们因为你来了,远

远地与你隔开，像红海两岸的人一样。在该吃比萨饼的那天，到餐厅吃比萨饼——我们学校供应的最好的午餐，你一到，他们立刻留下一堆吃了一半的比萨走开了。他们说他们不饿，可是你知道那是因为你坐在那儿他们才离开的。你可知道没有人愿意在数学课上坐在你旁边，你书桌左右的孩子把自己的书桌移开的感觉？他们宁愿把书跟别人的放在一起，只因为他们怕坐在一个戴假发、得怪病的女孩旁边。他们摘我的假发不要紧，可是他们难道不知道我最需要朋友吗？是的，”她说，“失去生命无妨，因为你信仰上帝，并且知道你会如何得到永生。失去头发不算什么，但失去朋友才是折磨。”

她打算离开学校回家休养，但这个周末有件事发生了。她听到一个七年级男孩的故事，他的故事给她勇气继续前进。这个男孩来自阿肯色斯，尽管《圣经》在此不受欢迎，但他还是把它放在衬衫口袋里带到学校。后来，有三个男孩找到他，翻出他的《圣经》说：“你这胆小鬼，宗教和祈祷都是为胆小鬼设的。别再把《圣经》带到学校来。”他却虔诚地把《圣经》递给三个男孩中最大的那一个，而且说：“看你有没有胆子，把它带到学校，绕着校园走一圈？”他们无话可说。他因而结交了三个朋友。

妮姬被这男孩的故事所鼓舞。星期一，她又戴上假发上学。她尽量把自己弄得很漂亮，告诉她的父母：“我今天要回学校上学，我必须做一些事，发现一些新事物。”父母很担心，不知道她的意思是什么，他们担心有什么不好的事发生，但还是送她到学校去。最后这几个礼拜的每一天，妮姬在下车前一定拥抱亲吻她的父母。虽然她还是不受欢迎，但纵使有很多孩子嘲笑、捉弄她，她从不被嘲笑所烦恼。

这天不同寻常，她照常拥抱且亲吻了父母，但当她离开车子前，她慢慢地转过身说：“爸妈，你猜今天我要做什么？”她的眼睛充满了泪水，但那是欢愉与坚强的眼泪。是的，还有对未知的恐惧，但她已经有了一种动力。他们问：“宝贝，怎么了？”她回答：“今天我要去发现谁是我最好的朋友，谁是我真正的朋友。”她摘掉了假发，把它放在车座位上。她说：“他们必须接受我现在的样子，否则他们就是不接受我。我没有太多时间了。我今天必须把真正的朋友找出来。”她开始走，走了两步，又转头说：“为我祈祷吧！”他们说：“会的，宝贝。”当她向600个孩子走去时，她听见他的父亲说：“那才是我的好孩子！”

那天，奇迹发生了。她走过运动场，走进学校，没有人大声讥嘲，没有人敢捉弄这个充满勇气的小女孩。

在这世上的数千个像妮姬一样的人请你做你自己,运用上帝给你的天赋,即使在困惑、痛苦、恐惧和迫害中,坚持你认为对的东西是生活唯一真实的道路。

妮姬早就从高中毕业了。没有人想到她会结婚,但今天,她不仅结了婚而且骄傲地成为了一个小女孩的母亲,她的女儿和我的小女儿取了同样的名字:艾茉莉。每一次,当我必须面对一些似乎无法逾越的障碍时,我总想到妮姬,我的力量因而增强。

那扇门终于打开了

文/佚名

查里斯成功了。所有的评论都说,“这部影片可能不是最出色的,但肯定是最感人的。”一夜间,查里斯成了人们的偶像。

“好莱坞向这个年轻人敞开了大门,倘非绝后,那肯定也是空前的!”一位老资格的影评家这样说。

年轻人叫查里斯。他出生时,医生告诉他的母亲:“趁现在还来得及,最好送他到疯人院去。”查里斯没去那儿,但家人却为此吃足了苦头。快三岁时,他才摇摇晃晃地会走第一步;整整一个冬天,他的两个姐姐带他坐在一面大镜子前,抓着他的手点着自己的鼻子,问他:“这是什么?”“嘴巴。”更糟的是,包括他父母亲在内,很少有人能听懂他说的话。

后来,他终于有了长足的进步。一天,他捧回一个刻着“Cheerios”字样儿的盒子给母亲:“看,上面有我的名字!”(他的名字:chris)母亲高兴得流下了眼泪。

一天下午——那年他正好八岁,他翻出一本旧的相册,里面有他的两个姐姐幼年时在电视广告中的剧照。他一下给迷住了,痴痴地一再嚷道:“我要……我也要上电视!”他的父亲忧心忡忡地劝道:“我实在看不出有这种可能。”查里斯却从没忘怀他的梦。一有空,他便一遍遍地借助着音像带练习唱歌和跳舞。四年后,机会终于来了。他在学校的圣诞晚会上扮演一个牧羊人,唯一的一句台词是:“嗨,真逗!”为了这句话,他反复练习了两个多星期,连在梦中也念叨不已。

演出那天,观众席上的一位来宾听说了这件事,“真逗!”他对自己说。又过

了10年,这位好莱坞制片人准备推出一部肥皂剧的时候,发现少了个跑龙套的角色。他抓起电话:“嗨,小伙子,对好莱坞还有兴趣吗?”千里之外,查里斯热情洋溢的声音顿时打消了他的疑虑。“好莱坞?太棒了!要知道我没有一天不想它呢!”

这样,当查里斯22岁那年,他第一次来到了好莱坞,和那些大明星在一起,他感到无比高兴和激动,说话也变得流畅自然了。

电视剧原定于1987年9月播出,然而全美电视网联播公司拒绝购买播映权。查里斯的梦幻破灭了。

他又回到了原先工作过的地方。到1988年,他已有了令人羡慕的固定薪水。他的家人和一些朋友都为之欣慰。他们一再对他说:“你必须忘掉那些关于好莱坞的陈词滥调,那扇门不会向你打开的!”

但查里斯深信,门会开的。

好莱坞也没忘记他。不少人都说:“让这个迷人的小伙子离开银幕太可惜了,何不再安排一次机会让他碰碰运气呢?”于是,一个编剧专为他写了一部家庭伦理片。剧中父子两人——儿子像查里斯一样,患有先天性残疾,他们相濡以沫,共度艰难人生。正式开拍那天,查里斯站在摄影机前,泪流满面。他想起了自己坎坷不平的人生道路,想起了父母过早花白的头发,想起了无数帮助过自己的认识的和不认识的朋友,更想起了那些在疯人院中孤苦无助的同龄人。他泣不成声地对“父亲”说道:“天真黑!爸爸,拉我一把。你的手会给我温暖和勇气。让我们手拉手,共同走完这条人生路上泥泞短暂的隧道……”

查里斯成功了。所有的评论都说:“这部影片可能不是最出色的,但肯定是最感人的。”一夜间,查里斯成了人们的偶像。信件铺天盖地般寄来。一个中学生来信说:“我今年17岁,和你一样,我也患有跟你一样的残疾。你是我心中的英雄。是你,改变了我的生活。”

“我不是英雄,”查里斯告诉他,“我只是努力去改变自己。也许,生活也因此一天天地变得更美好了些。”