

信心 比黄金更重要

Confidence is more important than gold

温暖千万人灵魂的成功智慧书 打造“中国信心”的人生励志装备书

无论寒冬暖春，信心都是力量之源。信心，来自我们的内心，来自对自己和他人的肯定与信任，
来自对自己以及周围环境的清醒认识，来自永往直前的勇气、胆识和锐气。

[心灵励志版] 梅德辉·编著

信心 比黄金更重要

Confidence
is more important than gold

[心灵励志版] 梅德辉·编著

图书在版编目 (CIP) 数据

信心比黄金更重要: 心灵励志版 / 梅德辉编著. —北京: 新世界出版社, 2009.5

ISBN 978-7-5104-0224-1

I. 信… II. 梅… III. 成功心理学—通俗读物 IV. B848.4-49

中国版本图书馆CIP数据核字 (2009) 第044112号

信心比黄金更重要: 心灵励志版

作 者: 梅德辉

出 品 人: 杨雨前

选题策划: 宿春礼 邢群麟

责任编辑: 杨艳丽 许长荣

装帧设计: 武未未工作室

版式设计: 华夏书网

责任印制: 李一鸣 黄厚清

社 址: 北京市西城区百万庄大街24号 (100037)

总编室电话: +86 10 6899 5424 6832 6679 (传真)

发行部电话: +86 10 6899 5968 6899 8705 (传真)

本社中文网址: <http://www.nwp.cn>

本社英文网址: <http://www.newworld-press.com>

版权部电子信箱: frank@nwp.com.cn

版权部电话: +86 10 6899 6306

印刷: 北京中印联印务有限公司

经销: 新华书店

开本: 787×1092 1/16

字数: 180千字 **印张:** 13.5

版次: 2009年5月第1版 2009年5月北京第1次印刷

ISBN: 978-7-5104-0224-1

定价: 26.80元

新世界版图书 版权所有 侵权必究

新世界版图书 印装错误可随时退换

信心就是力量



当生活的忧乐悲喜还弥漫在心头，当黑夜的雾霭在黎明到来之前逐渐消退，当田野春耕的第一声吆喝已经叫响，我们相信，严冬已经过去，暖春已经如约来临。

在人头攒动的人力资源市场，有这样一个特写：

在熙熙攘攘的求职人群中，有这样一个女孩，她手执招工广告，目光不经意与摄影师的镜头相遇，她显得那样的沉着、淡定。她身后的那个小伙子，也是一脸专注、坚毅的表情，他似乎在看着什么，也似乎在考量着什么。

再严峻的就业形势，也抵不过坚强者的信心；再困难的生活状况，也抵不过乐观者的希望；再难走的人生路途，也抵不过执著者的勇气。从身边千万个普通人的眼中，我们读到了一种力量，这种力量叫做——信心。

小时候，从蹒跚学步的那一刻起，就注定我们将面临曲折坎坷的道路，生活永远不可能一帆风顺，一如世界永远在变。然而，有信心作为支撑，我们定能走得更远、走得更好。在屡次摔倒之后，是信心让我们再次爬起；在考试不及格时，是信心让我们直面现实并向更高分冲击；在高考失利时，是信心让我们调整心情走出低谷；在感情不顺时，是信心让我们重新寻觅，找回真爱……回首往事，哪一次不是因为心灰意冷、丧失信心导致我们在人生的低谷徘徊不前？而哪一次又不是因为重拾信心、乐观自信，才使得我们绝处逢生，化险为夷？我们没有理由不相信，是信心的力量支撑着我们走过了许多艰难的日子，并且还会继续陪伴着我们走下去。

信心就是力量，当努力争取得来的财富化为乌有，当屡创的佳绩无法突破前人，当一份优厚的工作瞬间失去，那么，你一定能深刻体会到信心的力量：是它，让我们鼓起勇气，面对一切不如意；是它，让我们相信自己，不放弃自己；是它，让我们超越自我，挖掘自身的潜能；是它，让我们保持昂扬向上、锐意进取的精神状态；是它，让我们充满了不怕困难、敢于胜利的豪情壮志；是它，让我们获得了一往无前、拼搏奋进的强大动力。信心是力量的凝聚，是团结的基础，是成功的前提。一个人如果失去信心，自我放弃，将会一事无成；一个民族如果失去信心，萎靡不振，将成为一盘散沙。所以，信心是一股强大的力量，是一个人、一个国家、一个民族走向成功的支撑和保证。有了这种力量，山再高也能登攀，水再阔也能抵达彼岸。

诚然，信心不是凭空而来的，它来自我们的内心，它来自我们对自己以及周围环境的清楚认识，它来自我们对自己以及周围人群的肯定与信任。当你明白没有一个险峰不可逾越，当你知道危机中往往蕴涵着生机，当你知道每一份成功都来之不易，当你明白控制自己心态的重要性，当你知道失去也是一种获得，当你明白没有谁注定是弱者，当你知道你也是一个“巨人”，那么，你或许会改变你的人生态度，以强大的勇气和坚定的意志面对人生的灰色拐点，积极自信地采取行动，为今后的人生做好充足的准备。做到这些，你一定对“信心比黄金更重要”有了更深切的了解，你也必定能成为一个信心满怀的人，并获得信心给予的力量。

自信人生二百年，会当水击三千里。尽管前方还会有迷云障雾，还会有艰难挡路，但是，只要我们充满信心，就一定能迎难而上，渡过难关，在新的起点上书写更加辉煌的篇章。

让我们在内心汲取力量，寻找最热忱的信念，在人生路上继续前行吧！

目 录



信心危机比金融风暴更严重

金钱只是泡沫，信心才是精华	2
信心是力量与希望的源泉	4
坚定信心，一切奇迹都会发生	7
内心足够自信与强大，生命就能屹立不倒	9
困难面前，信心永远排在第一位	11
命运是用信心创造的	14

没有一个险峰不可逾越

没有一个春天不会来临	18
现在的苦难是未来人生的本钱	20
学会接受无法改变的事情	22
你不一定是最优秀的，但一定不是最差的	24
内心有阳光，世界就是温暖的	26
一切不过是从头再来	29

危机中往往蕴涵着生机

人生难免有冬季	33
冬天里会有绿意，绝境中也会有生机	35
危机感是个人成长的信号	37
冰山在融化，准备好你的“诺亚方舟”	40
自我升级，告别“本领恐慌”	42
创业，开拓人生的“蓝海”	44

成功是充满疼痛的幸福

只有泥泞的道路才能留下脚印	49
耐得住寂寞，苦尽甘来	51
压力之下，我们能跑得更快	54
错误往往是成功的开始	56
辉煌的背后，总有一颗努力拼搏的心	59
不拒绝生命的雕琢	61
不完美也可以幸福	63

好心态，操之在我

生命从不卑微	67
冲出虚无的心理牢笼	69
别让悲观挡住了生命的阳光	72
宽容，让痛苦变为伟大	74
记住，明天又是新的一天	77

没有谁注定是弱者

你不是天生的弱者	81
希望从不抛弃弱者	83
经营强项，做最好的自己	86
找到那把属于自己的椅子	88
让自己成为不可替代的那一个	90

失去也是一种获得

人不能舔着伤口度日	94
失去不见得是坏事	96
对未来充满希望的人很少抱怨	98
关上过去的窗，打开未来的门	100
永远相信下一次会更好	102

以勇气对决人生灰色拐点

勇气常用，信心常有	105
顽强的生命绝不屈从于命运	107
去做自己害怕的事，害怕自然就会消失	110
冬天里保持对温暖的想象	112
正视困境，人生可以无往不胜	114
勇于冒险求胜	116

我们心中都藏着一个巨人

你身上藏着常人看不见的“宝贝”	120
永远要相信未知大于已知	122
冰山效应：无限潜能的开发	124
聚集你的全部力量	126
勇于突破“我不能”的自我限制	128

每个人都不是一座孤岛

你不是一个人在奋斗	132
走出自闭，沐浴群体阳光	134
友善比强硬更有力量	136
拥抱别人温暖的是自己	139
分享一粒种子，收获一树风景	141
常怀感恩的心	144

改变态度改变你

人生并非由上帝定局，你也能改写	147
你比你认为的更伟大	149
不要让不满和抱怨成为前进的阻力	151
反方向游的鱼也能成功	153
依赖别人，不如期待自己	155
不必为了过去犯过的错误谴责自己	157

我们都是意志的向导

别让别人偷走你的梦想	161
成功喜欢不甘平凡的人	163
不懈追求才能羽化成蝶	166
坚强，可以唤起不可摧毁的希望	168
不放弃万分之一的成功机会	171
正视生活，你的眼前不可能是悬崖	173

在行动中勾画生命蓝图

行动是金子，机会是种子	177
热情能够融化危难的冰雪	179
最有效的行动时机是现在	181
努力接近内心早已决定的事实	184
寻找借口不如寻找问题的突破口	186
积极主动的人永远不会被裁	189

留出你“过冬”的粮食

把钱花在最需要的地方	193
好日子也要当苦日子过	195
诚信是最宝贵的资本	197
储存人脉胜过储存黄金	199
健康比金牌、财富更重要	202



信心危机比金融风暴更严重

风暴不可怕，灾难亦不可惧，可怕可惧的是在多事之秋遭遇信心危机。信心，是“御寒”的棉袄，是“过冬”的精神支柱。在对抗“狂风暴雨”之前，让我们先强健自己的内心，拥有足够的自信，如此，生命就能屹立不倒。



金钱只是泡沫，信心才是精华

“大卫：全球财富蒸发60万亿 环球股市跌浪未完”

“2008年全球航空公司市值比2007年蒸发一半”

“房地产成财富蒸发最大行业 地产富豪身价减六成”

“股市众生惨相：14万亿财富蒸发 市场陷多输局面”

“金股油齐跌 财富全面蒸发”

“马云财富蒸发一半 上市泡沫逐渐破碎”

.....

2008年，自从大洋彼岸那个叫做住宅市场的泡沫被刺破以后，每天我们只要翻开报纸、打开电视，映入眼帘的可能就是这些触目惊心的头版头条及让人惊讶的事实数据。由美国次贷危机引起的金融风暴在短时间内迅速席卷全球，刮走了多少人的金钱、房子、车子、饭碗及机遇：2007年还高居胡润百富榜榜首的房产商杨惠妍的资产由1300亿元骤减到2008年底的330亿元；前一天还紧盯着大盘怀揣发财梦的股民第二天就一无所有；昨天还在职位上满怀抱负、大展拳脚的白领今天就可能跌入失业的深渊……金融危机所引发的种种社会问题让人猝不及防，破坏着我们心中曾经海市蜃楼般的美好。

面对几乎一夜之间蒸发的财富、成就和辉煌，有人恐慌焦虑，有人伤心哭泣，有人绝望沉沦，有人束手无策，甚至丧失了生活的信心与希望，这场金融危机逐渐演变成一场信心危机。

2009年1月27日凌晨，美国加利福尼亚州还笼罩在黑夜中未

醒来，位于洛杉矶市以南威尔明顿的一户两层住宅中响起了几声沉闷的枪声。当警察赶到时，发现这户人家一家7口都已经中弹身亡。据警方透露，凶手叫欧文·卢波，生前和妻子安娜在同一家医院工作，不久前夫妻两人双双被医院开除。失业导致家庭经济陷入绝境，欧文·卢波竟然枪杀妻子和5个孩子，最后饮弹自尽，以求解脱。

这是一起非常典型的家庭凶杀悲剧。其实像这样的惨案并不是个案，美国金融危机爆发以来，美国加州失业率大增。2008年12月，加州失业率升至9.3%，创下该州15年来最高纪录。因经济恶化导致的凶杀案接连发生。这是3个多月来洛杉矶地区发生的第三宗家庭惨剧，前两起事件也均与金融海啸引发的就业和财务危机有关。

失业、债务、贷款等问题紧紧困扰着很多深陷金融危机的企业和个人。“我们现在面临着一场规模非同寻常的危机……消费者和企业的信心指数跌至谷底。这是从未有过的！”国际货币基金组织首席经济学家奥利维尔·布兰查德说。“这场突如其来、席卷全球的金融危机，实际上是一场信心危机，表明人们对市场和经济发展的前景信心不足。”国家行政学院教授张孝德说。但无论如何，对生命的漠视并不能解决问题，我们需要做的是重视信心的力量并努力找回信心。

与金融危机相比，信心危机显得更为严峻。财富失去了还可以重新获得，而生命一旦失去，就将给社会与亲人造成不可挽回的损失与伤害。所以，即使生活再困窘，我们也一定要珍视生存的机会。非常时期，我们需要树立非常的信心。

有人问一位金融专家，金融危机中大家损失的钱到底到哪里去了？金融专家笑着回答：拿一杯水加点肥皂粉摇一摇，那些泡沫就是你这几年新增的财富，只要把那杯肥皂水放一阵子，你就知道钱到哪里去了。

黄金会贬值，财富会蒸发，如果说这个世界上什么最值钱，那便是信心——金融专家所说的那杯水。我们每个人都拥有一杯信心之水，有的人

泡沫多一些，有的人泡沫少一点，但无论如何，泡沫终究会破灭，只剩下纯粹的信心之水。不同的是，有的人水位高一些，有的人水位低一点，信心的多寡，将会成为人生之路的分水岭。

信心是什么？信心是指对行为必定成功的信念，相信自己的愿望或预料一定能够实现的心理；信心是大海里的一座灯塔，是披荆斩棘时的一把利剑，是荒漠中的一股甘泉；信心是埋藏心底永不磨灭的希望，是失败者奋起的力量，是风雨过后绚丽的彩虹；信心是引导一个国家和民族摆脱黑暗的航灯；信心是一个人攀登人生顶峰的动力，信心能帮助我们冲破任何艰难险阻，扫平一切浊浪暗礁。

对任何国家、企业和个人而言，信心都是最为重要的资产。信心的缺失，比困难本身更加可怕。20世纪30年代大萧条时临危受命的美国总统罗斯福对民众说：“我们唯一要害怕的就是害怕本身。”对于美国刚上任不久的总统奥巴马来说，他的第一项任务就是“恢复公众的信心”。

“在此关键时刻，坚定信心比什么都重要。只有坚定信心、携手努力，我们才能共同渡过难关。”“信心比黄金和货币更重要。”“领导者要有信心，工人要有信心，全国人民都要有信心。”

境由心造，事在人为。正如肖伯纳所说：“有信心的人，可以化渺小为伟大，化平庸为神奇。”积极的心态、坚定的信心，是战胜困难和成就事业的重要力量。面对眼前复杂严峻的经济形势和生活环境，我们一定要充满信心，相信自己能战胜一切，渡过难关。有信心就有勇气，有信心就有力量，信心比黄金和货币更重要。



信心是力量与希望的源泉

金融危机发生后，在一片肃杀的气氛中，美国华尔街三一教堂忽然热闹了起来，穿着西装、提着公文包来祷告的信徒越来越多。“对比前

几年，现在金融从业者来教堂的数量有所回升。”牧师马克·琼斯说，“这不足为奇，因为人们不知道他们明天是否还在位。”在此后几周内，这个教堂举办了讲习班和研讨会，主题包括“在不确定时期如何应对压力”和“职业生涯导航”等。与此同时，梵蒂冈圣彼得教堂的神父彼得·麦迪根也发现来祷告的人数逐渐多了起来，他说：“过去几天，人们焦虑和不安的情绪非常严重。面对暗淡的前景，能帮助我们渡过困境的就是信念。”

英国思想家、哲学家斯图尔特·米尔说过：“一个有信念的人，所发出来的力量，不下于99位仅心存兴趣的人。”这也就是为何信念能使人渡过难关，并开启卓越之门的缘故。由此可见，困境之下，由信念所带来的信心就是一剂灵丹妙药，尽管它不能在短期内帮我们解决燃眉之急，却能给我们的的心灵带来慰藉，给我们的生活带来力量，引导我们积极乐观地前行。

这是一个发生在美国内战期间的奇特故事：

那个时候的艾迪太太认为生命中只有疾病、愁苦和不幸。她的第一任丈夫，在他们婚后不久就去世了。她的第二任丈夫又抛弃了她，和一个已婚妇人私奔，后来死在一个贫民收容所里。她只有一个儿子，却由于贫病交加，不得不在4岁那年把他送走了。她不知道儿子的下落，整整31年都没有再见到他。

她生命中戏剧性的转折点，发生在马塞诸塞州的林恩市。一个很冷的日子，她在城里走着的时候，突然滑倒了，摔倒在结冰的路面上，而且昏了过去。她的脊椎受伤了，不停地痉挛，甚至医生也认为她活不长了。医生还说即使是奇迹出现而使她活下来的话，她也绝对无法再行走了。

躺在床上，艾迪太太打开她的《圣经》。她读到《马太福音》里的句子：“有人用担架抬着一个瘫子到耶稣跟前来，耶稣就对瘫子说：‘孩子，放心吧，你的罪赦了。起来，拿你的褥子’

回家去吧。’那人就站起来，回家去了。”

艾迪太太后来说，耶稣的这几句话使她产生了一种信心，一种能够医治她的力量，使她“立刻下了床，开始行走”。

“这种经验，”艾迪太太说，“就像引发牛顿灵感的那个苹果一样，使我发现自己怎样好了起来，以及怎样也能使别人做到这一点。我可以很有信心地说：一切的原因就在你的思想，而一切的影响力都是心理现象。”

这不是神话，也不是偶然。我们活得愈久，就愈相信信心的力量。生命中总有一些转折点，抓住这样一个转折点，我们的人生才能有所突破和进展。

信心不能直接给我们需要的东西，却能告诉我们如何得到。给自己一分信心，你的生活就会多一分希望。

世界上没有任何力量能像信心那样影响我们的生活。人生到底是喜剧收场还是以悲剧落幕，是成功辉煌还是黯然神伤，全在于你保持着什么样的信心。一个没有信心的人，就好比少了马达的渡轮，注定要在汪洋中沉没。信心是决定我们潜能发挥程度的关键，有信心在人生之路上为你牵引，无论身处什么样的折磨环境，你都能克服，最终走出不利局面。

在竞争激烈、强手如林的现代社会，我们总有陷入困境的时候，或事业不顺，或经济困窘，这时我们就应该把消极悲观扔在背后，满怀信心地积极争取，这样才有希望和机会渡过难关。这个世界上，所有的成功者无一例外都是满怀信心的人，都是坚信自己可以成功的人，都是在任何时候也不放弃自己的人。一个失去信心的人，没有办法全力以赴，自然也就成了一个失败者。



坚定信心，一切奇迹都会发生

2008年发生的汶川地震中，有这样两个小女孩，一个叫蒋德佳，一个叫廖丽，她们分别是什邡市蓥华镇中学初二学生和初三学生。地震后，她们被坍塌的学校大楼压在同一个位置。据蒋德佳回忆说，她只听见一阵阵惊慌的尖叫声，就昏过去了。醒来时，白天已变成黑夜，浑身痛得要命，她忍不住呻吟。她想起身，却被一块块水泥板压得动弹不得。在饥寒交迫中，一身是伤的她好几次想入睡，但上方一个女孩子的声音传了过来：“千万不要睡，你一睡万一醒不来怎么办？”被碎石压在上面无法动弹的女孩就是廖丽。廖丽和蒋德佳虽不相识，但听到蒋德佳的呻吟声后，担心她在疲倦中睡着，丢了性命，就鼓励她要坚强地活下去。最后，两个女孩都获救了。蒋德佳说：“我们经过生与死考验结下的情谊，将一生无法忘却。”

与其说生死对话战胜了死神，不如说是信心和勇敢挽救了她们的生命。在当时的危急情况下，两个还未成年的小女孩，说什么话并不重要，重要的是，她们都保留着对生命的信心，保留着活下去的勇气和希望。

信心是如此的重要，它能使我们在得不到帮助的时候，获得自救的能力；它能使我们在无望的时候，相信未来是美好的；它能使我们在束手无策的时候，自如地应对一切。生命中能出现一些转折点，往往是因为我们相信自己，给予自己力量。

宋代，有一段时期战争频频，国患不断，大将军李卫带领