

真正改变命运的
不是机遇，
而是我们的态度



赵彩霞

— 著 —

别让 自我设限束缚了 你的人生

给自己设限，
将充满无限可能。

吉林出版集团股份有限公司

别让 自我设限束缚了 你的人生

赵彩霞

— 著 —



吉林出版集团股份有限公司

图书在版编目(CIP)数据

别让自我设限束缚了你的人生 / 赵彩霞著. — 长春:
吉林出版集团股份有限公司, 2018.7

ISBN 978-7-5581-5548-2

I. ①别… II. ①赵… III. ①成功心理—通俗读物
IV. ①B848.4-49

中国版本图书馆CIP数据核字(2018)第158239号

别让自我设限束缚了你的人生

著 者 赵彩霞

责任编辑 王 平 史俊南

开 本 710mm×1000mm 1/16

字 数 260千字

印 张 18

版 次 2018年10月第1版

印 次 2018年10月第1次印刷

出 版 吉林出版集团股份有限公司

电 话 总编办: 010-63109269

发行部: 010-67208886

印 刷 三河市天润建兴印务有限公司

ISBN 978-7-5581-5548-2

定价: 45.00元

版权所有 侵权必究

CONTENTS 目录

第一章 你还年轻，怕什么输赢

不怕输，人生才有逆转的可能 / 003

心中有火，便永远年轻 / 008

不知何去何从，不是迷惘是苟且 / 014

做什么都很困难，难道你就不去做了吗 / 018

哪怕面临阻力，也要选择快乐生活 / 023

我们都会经历又穷又忙的时刻 / 028

甘于平淡，就不要怪生活太平庸 / 033

千万人的失败，都失败在做事不彻底 / 038

感谢那些艰难时刻，成就了更好的我们 / 042

用一时的孤独，换更好的拥有又何妨 / 045

第二章 别给自己不想上进找借口

现在默默发光，以后必然光芒万丈 / 051

你之所以对未来充满了困惑，不过是因为懒 / 057

你的浮躁不过是你的虚荣心在作祟 / 061

你过的不是慢生活，而是没底气的得过且过 / 064

年纪轻轻，谈什么岁月静好 / 067

你不是不满意人生，你是不满意自己 / 071

你不是运气不好，是不想拼而已 / 076

你所奢望的将来，其实就是你的当下 / 081

迷惘时，不如听听内心最真实的想法 / 085

别让自我定义束缚了你的才能 / 090

人生没有无路可走，不过是路难走一点罢了 / 094

第三章 野心越大，成就就越大

成功不是立竿见影，但仍不放弃努力奋斗 / 101

庆幸我没有成为计划里的那个自己 / 106

经历过最糟糕，所以更懂得努力的意义 / 110

之所以努力，是为了让自己过高品质的生活 / 114

过自己想过的生活，是幸运更是努力 / 118

对待你的梦想，请严肃一点 / 122

你对待生活是什么态度，生活就会对你是什么样子 / 127

高配人生其实并不遥远 / 132

你敢为梦想付出多少，梦想就敢回报你多少 / 136

我才不要一眼就能看到头的人生 / 140

不走出去，人生该多无趣 / 143

第四章 你不学习，就会被淘汰

你不努力，却还在怨气冲天 / 149

如何让自己越活越值得 / 154

改变自己很痛苦，但绝对值得 / 160

先讨好自己，再去讨好世界 / 164

勤奋才不是一种无趣 / 168

大多数的成功都源于刻苦 / 173

努力从来都没有太晚一说 / 176

我就是想这样傻傻的用力活着 / 179

所有的幸运都是努力的成果 / 182

下本钱去投资打造自己，你才能成为自己想要的模样 / 187

第五章 成功者就是胆识加魄力

谁的成功不是先苦后甜 / 193

内心强大，任何重压都不怕 / 199

委屈是变强的必经过程 / 203

想要成功，就不要害怕失败 / 210

敢于挑战才能赢 / 214

不挑战一下，你怎么知道其实你可以 / 218

不给自己妥协的理由 / 223

之所以努力，是想要活得自由一点 / 228

第六章 向别人推销展示你自己

带着生命力，恣意地活在当下 / 235

生活在于你，是做好还是做坏 / 240

我才不做你想象中那个不堪一击的自己 / 245

你的态度决定你人生的高度 / 250

好生活是：善待自己，尊重生活 / 256

在时光里品味成长的快乐 / 261

你的能力才能够支撑你的整个人生 / 266

能力是你最好的装饰 / 271

怕的不是怀才不遇，而是你连才都不怀 / 276

第一章



你还年轻，
怕什么输赢

{ 不怕输，人生 才有逆转的可能 }

浩子上大学时跟我一个班，在院篮球队里是我的替补。他身体素质很好，人长得又高又帅，可惜就是太懒，球技稀烂，适逢重要比赛，一定全场板凳。他每每赖着队长要上场冲杀一阵，放他上去就是一阵胡搞，要么乱放“三不沾”的三分球，要么抢篮板崴肿了自己的脚脖子。

这还不算，浩子成绩很差，基本属于旷课专业户，倒是谈恋爱、打架、组建网游战队啥的样样精通。

有一天，浩子鬼使神差地跟我讲，班长，现在我混成咱学校老大了啊，要是有人要砍你，吱声啊！

我说，暂时没有，先谢了哈！

浩子说，不客气，自己人，吱声啊，一定吱声！

浩子的命运从大四时发生了急转，整个人就跟打了鸡血似的往前冲。先是球技精进，发愤图强地锻炼身体，紧接着，全年旷课，到社会上组建了一个模特演艺队，自己做经纪人，全国走穴赚银子。

那个时候，浩子经常在半夜三更给我打电话，内容循环往复，大体可以分成三类。

其一是，班长，你猜我今天赚了几万？

其二是，班长，我昨天被追着揍，你猜我被几个人砍？

其三是，班长，学校点名你可一定要帮我顶住！

我通常的回答是，你要平安地回来。你现在的点名可是全勤的，要是回不来，我估计要被学校砍了。还有，尽量早一点，我快顶不住了。

我苦苦地顶了一年，毕业前浩子因为自控成绩不及格的事被学校翻了出来，自控老师硬生生地要把他按住留级。

浩子收到消息，杀气腾腾地赶到学校找自控老师拼命。自控老师曾留学东洋，不但治学严谨，生活、衣着也极像扶桑青年。印象里，大学期间她好像整天穿着丝袜短裙，就算飘雪的冬日，也不忘展示一双不穿裤子的美腿。

浩子说，我找“布川裤子”拼啦！

我说，你淡定点，布川其实人不坏，就是在扶桑多年，人也变得有点儿一根筋，你跟她好好谈谈，兴许还有戏，千万别动手。

我说，记住，绝招是装孙子。

浩子去找布川理论，我等损友守在办公室门口窃听。

浩子苦口婆心、声泪俱下地讲了半天，最后布川轻声地问了一句，假如我放你毕业，你有什么人生理想？

浩子说，我的人生理想就是毕业三年挣足一百万。

“哈哈哈”，办公室里，布川发出地动山摇般的笑声，她让浩子赶快滚蛋，她说，一个连自己干什么吃的都不知道的人，到社会上能有什么用？

你——留级留定了！

这之后，我们毕业，浩子留守，杳无音信。

又过了一年，浩子给我打电话说，他毕业去新疆打CUBA了，赚了几双好球鞋。

又过了一年，浩子给我打电话说，原来大学的球队有人结婚，问我要不要一起随份子。

我说，随吧！你告诉我账号，我打钱给你，浩子说，那点小钱，你甭管了。

又过了两年，浩子打电话说，班长，我随份子的钱，你能不能赶快打给我？

我说，行啊！你在哪儿呢？急吗？

浩子说，急，我在等着赶飞机，你快点，饿死我啦！

此后又过了好几年，我一直没有浩子的消息，直到去年，他来杭州出差，特意租了辆车开到宁波来看我。

浩子好像变了，眼神里不再有戾气，裹在金丝镜框里的大眼睛，跟住上豪宅似的，有股雍容的优柔。

我说，你这几年跑哪儿去了？

他说，我去了哈萨克斯坦。

我说，去干什么啊？

他说，我毕业进了一家管道公司，然后搞工程施工，其实我挺能吃苦的，后来就出国搞建设了。

我说，好啊！我正计划搞毕业十周年同学会，你到时一定要来啊！

浩子说，行啊！同学会我个人要捐点钱出来。不过，要是布川裤子来，我就不去了。

我说，为啥？

浩子说，布川看不上我，认为我不知道自己干啥吃的，我怕她再看见我，对她的人生打击太大。

我说，布川不是特鄙视你的理想吗？你实现了吗？

“理想？”他熟练地推了推金丝眼镜，军统特务一般，一本假正经地说，“三年一百万那个吗？已经超额完成了。”

我说，对了，你在国外待得好好的，干吗要回来？

浩子说，我妈走了，你知道吗？

我一时语塞，定在半空。

浩子说，我妈得的是癌症。

浩子说，我其实出国拼命挣钱，是给我妈做医药费用的。

浩子说，我赶着回国，是因为我知道挣再多的钱也没用了，我要陪我妈走完人生最后一程。

浩子开始慢悠悠地跟我讲解如何在人生的最后岁月里陪伴母亲。这完全不是他在我脑海中的一贯印象，他很淡定，仿佛在诉说别人的故事。他很冷静，抽丝剥茧不带一丝火气地告诉我：他如何烧菜做饭，一勺一勺喂母亲吃；他如何洗衣拖地，一点一点地给母亲擦洗身体。他如何自学按摩，让母亲舒服一点，又如何在母亲小睡的间隙，疯疯癫癫地冲回家看望父亲。

因为是癌症晚期，医院不建议进行手术切除。

父亲很漠然，很犹豫。父亲跟他说，到底做不做手术，由你来定，我已经无法承受了。

浩子听完父亲的话，把自己关在卫生间里，指着镜子中的自己一遍一遍地骂，我为什么这么蠢？为什么下不了决心？日子为什么会这么难？

然后他用头撞墙，抽自己大嘴巴。

然后，他推开窗户，瞪着楼底，掂量着是不是要一把结束这苦难的日子。

然后的然后，他在卫生间清洗了哭红的眼睛，攥着一张笑盈盈的脸，上了发条似的继续烧菜做饭，继续洗衣擦地。

“最后，还是瘦成了一把干柴。”浩子说，“妈妈走得很安静。”

“开追悼会的那一天，想不到医院来了很多人。病友、护士，还有特意请假赶来的主治医生，他们说，没见过我这么孝顺的男人，他们越说，我越哭得厉害。我哭得丧心病狂，很多人都拉不住，索性跟我一起哭起来。”浩子说。

我和浩子坐在江东区新河路上的一家咖啡馆里，午夜一点半，咖啡馆准备打烊。灯光幽暗而昏黄，远远地，服务员开始收拾擦地，我们两个忽然抱头

痛哭。

宁波的秋夜很安详，江风穿过法桐的叶子，哗啦啦地像要揉碎这个晚上。

浩子说，别哭了，咱俩加起来快有三米八了吧！

我说，是啊，咱们两个大老爷们儿，别再把人家吓着。

我们从咖啡馆走出来，沿着江边溜达，我说，接下来，你有什么打算？

浩子说，接下来，我要找个好姑娘结婚。

浩子说，我的条件不高，就是有一样，要容得下我爸。结婚以后我要我爸跟我们一块儿住。

浩子终于搭乘一辆出租车，消逝在秋夜的尽头。临走时，他说，你还记得毕业前，咱们打全校“三人制”（篮球）的时候，被三个两米多的大个打得像狗一样吗？

我说，记得，你不是扔进了人生第一个三分球，然后咱们压哨逆转了吗？

浩子说，是啊！扔之前，我就傻乎乎地想，快点结束吧！

我曾经看到过一句诗，“你脚踩的地狱只是天堂的倒影，我唇角的故事终将是时间的灰烬”，浩子的生活正好印证了前一句，而我迫不及待地想把这些记录下来，我想，等到时间化为灰烬，还会有人们在唇角挂记着这些故事。

这绝不是小说，也不仅仅是一个故事。

{ 心中有火， 便永远年轻 }

嘿，小子。

很抱歉在这个时候与你在街头相遇。

此刻你正走在人群中，哭得像个傻冒。

对不起，我只能看着你，我不能安慰你，没有人能安慰你。

我知道你刚刚接到一通电话，电话那端，你可爱的女朋友跟你说，我们到此结束。就好像你们的恋情是一辆在马路上疾驰的汽车，你刚刚进入状态，还在畅想着未来，她就直接拉了手刹，把你的豪情壮志直接憋死在发动机里，让你有一种逆精回血的疼痛感。

我也知道，你告别校园，孤身一人来到魔都，周围没有一个朋友，没有一个同学，没有一个熟悉的面孔，你只有你自己。

作为Freshman，你专业不对口，你什么都不会，你只能从头学起。你战兢兢地在公司打杂，恨不得记下老板说的每一句话。你越是害怕出差错，就越是容易出差错。你每天早上第一个打卡，每天晚上最后一个离开公司。你害怕被人瞧不起，你想尽快上手，你只能把所有的时间和精力都放在工作上。

工作第一个月，你瘦了10斤，一整个月都没有梦遗。

你月薪只有3500元，税后3000元，其中房租1000元。你早饭只敢花2元钱买手抓饼，午饭和晚饭只吃不超过15元的兰州拉面。

即便这样，去掉交通费、网费、电话费……你的工资所剩无几，每个月

20号你钱包已经告急，等着盼着发工资，好犒劳自己一顿，吃一份多加牛肉的拉面。

周末，你拒绝了姑娘去咖啡馆坐坐的邀约，不是你不想泡她，而是你心疼那杯25元钱的咖啡。

你尽可能地逃避所有的聚餐，不是你不合群，而是舍不得人均50块、就像抢钱似的一顿晚餐。

加班到深夜，你打车回去，一路上忐忑地盯着计价器，又要躲避司机轻蔑的眼神，计价器每跳动一下，你的心就跟着抽搐一下。

你忍不住问自己，连车都打不起的人，有什么资格谈论理想？

你在这个城市物质层面上活得没有尊严，你出了校门，第一次意识到钱的重要性。直到女朋友和你说了分手，你觉得在精神层面上，你也变成了弱势群体。

晚上，你蜷缩在10平方米、没有窗户的出租屋里，绝望得像一条发情期找不到伴侣的狗。

我懂你。

你在为你的未来而担忧，你在为你睾丸里储量丰富的精子失去了挚爱的归宿而担忧。

生活似乎对你露出了獠牙，让你懂得那些布满荆棘的道路实际上是吞噬梦想和尊严的沟壑。

你每年工资的涨幅是10%，而这个城市房价的涨幅让你目瞪口呆。终你一生，你的工资只是和房价进行龟兔赛跑。

你想跟女朋友在大城市买一栋房子，安一个家，在这里有一张可以安睡的床。

对不起，这只是一个不切实际的梦，你永远跑不赢通货膨胀。