

懂得选择.....

.....
不要放弃

Dong De

Xuan Ze

..... *Bu Yao Fang Qi*

李 昊 / 编著

明智者选择他不会放弃的目标

成功者坚持他明智的选择

一个轻率的决定可以轻易的放弃

一个理性的梦想值得耗费一生的光阴

懂得选择 不要放弃

李 昊 编著

京华出版社

图书在版编目(CIP)数据

懂得选择 不要放弃/李昊编著. —北京:京华出版社,
2004.1

ISBN 7-80600-854-3

I. 懂... II. 李... III. 人间交往—通俗读物
IV. C912.1-49

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2003)第 121079 号

著 者 ☐ 李 昊 编著

出版发行 ☐ 京华出版社

(北京市朝阳区安华西里一区 13 号楼 2 层 100011)

(010)64258473 64255036 64243832 (发行部)

E-mail: 80600pub@bookmail.gapp.gov.cn

印 刷 ☐ 北京密云红光印刷厂

开 本 ☐ 880×1230mm 1/32

字 数 ☐ 250 千字

印 张 ☐ 11.5

印 数 ☐ 3000

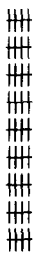
出版日期 ☐ 2004 年 3 月第 1 版 2004 年 3 月第 1 次印刷

书 号 ☐ ISBN 7-80600-854-3/G·482

定 价 ☐ 22.00 元

京华版图书,若有质量问题,请与本社联系

前言



有这么一个故事：一位名叫桑尼耳的法国飞行员，在清洗战机时，突然一只硕大的狗熊出现在他背后，举起两只蒲扇般的前爪向他扑来。在千钧一发之际，桑尼耳闭上双眼，用尽吃奶的力气纵身一跃，跳上了机翼，从而呼救逃生。

不可否认，这个故事的广泛流传，与它本身的惊险性有莫大关系，但真正吸引人们津津乐道的还是它的传奇性：这是一个奇迹。有必要补充的是，当时的机翼离地面的距离至少在2.5米以上。

桑尼耳的传奇经历是否也向人们揭示了一些普遍的意义：当你的生活遇到难题或厄运，乃至生命受到威胁之时，你是选择生还是死？乐观还是沉沦？放弃还是坚持？但有一点我们必须清醒，生活从来都是“狗熊”，你只有积极地应对它，任何过早的轻言放弃都意味着灭亡，而任何奇迹的出现都取决于人为的坚持。

同时桑尼耳的故事继续向人们诠释着选择的重

懂得选择 不要放弃



前言

要性:在桑尼耳“创造”了2.5米的纪录后,在人们的鼓励下,桑尼耳也曾尝试向体育极限挑战,遗憾的是,他再也没有跳上“机翼”,他明智地放弃了这种努力,转而回到他的飞行领域做出了他应有的贡献。可见,我们所谓的种种努力,坚持及不要放弃,是建立在明智抉择的基础上的,而不是盲目的走一条不归路!

请记住,只要你的理想不是去发明什么“发动机”,那么你对你选择的目标,就没有任何退缩的借口与放弃的理由,除非你选择做一个生活的懦夫。

目 录

第一篇 坚持一下， 成功就在你的脚下

1. 持之以恒地挑战挫折，直到最后成功 (1)
2. 让压力成为你冲向终点的动力 (3)
3. 再试一次 (4)
4. 选择了生活，还需要坚持挺住 (5)
5. 坚持信心，就多加了一根保险丝 (8)
6. 相信你自己，鸿运就会降临 (10)
7. 不会放弃的人不会透支明天 (13)
8. 初生牛犊 (16)
9. 勇闯禁区，你不要放弃机会 (18)
10. 最浪费时间的一件事就是太早放弃 (19)
11. 只要坚持下去，总有一天情况会好转的 (20)
12. 永远不要满足 (22)
13. 不放弃，成功就有 80% 的希望 (25)
14. 多才多艺，莫不如独精一门 (29)
15. 规划你的人生 (31)
16. 坚持，钻石就在你身边 (32)
17. 生气不如争气 (35)



懂得选择 不要放弃



目 录

2

- | | |
|---------------------------|-------|
| 18. 一枚钉子改变一个人的一生 | (36) |
| 19. 选择双赢 | (38) |
| 20. 东方不亮西方亮 | (41) |
| 21. 守住勇气的防线 | (44) |
| 22. 选择“冷门”也是创意 | (48) |
| 23. 人弃我取,也能创造奇迹 | (53) |
| 24. 不放弃,小甲虫也能撼大树 | (56) |
| 25. 成功不分早晚,持之以恒则能过关 | (61) |
| 26. 音符需要不停地寻求 | (63) |
| 27. 坚持酿你的酒 | (65) |
| 28. 与众不同,创造奇迹 | (67) |
| 29. 不要怀疑自己的判断力 | (69) |
| 30. 决不要放弃自己的灵感 | (73) |
| 31. 人无远虑,必有近忧 | (75) |
| 32. 路,在于你坚持去走 | (78) |
| 33. 成功往往源于再坚持一下 | (79) |
| 34. 切忌朝三暮四 | (82) |
| 35. 努力创造条件,积极地实现选择 | (84) |
| 36. 把冷板凳当替补席 | (86) |
| 37. 要三思“跳槽” | (90) |
| 38. 男怕入错行 | (91) |
| 39. 不满足才能不放弃 | (93) |
| 40. 坚持到底 | (95) |
| 41. 不妨先做小事,赚小钱 | (98) |
| 42. “米老鼠”来源于执著 | (100) |

43. 把梦想坚持到天空的人	(103)
44. 三心二意,诸事不宜	(105)
45. 人弃我,我不自弃	(107)
46. 只要你愿意爬楼梯,就能达到顶层	(109)
47. 锁定偶然	(110)
48. 为自己选件红衬衫	(112)
49. 不要放弃,就要对自己狠点	(114)
50. 充满斗志的不败人生	(116)
51. 成功学的秘诀——自己决不放弃	(118)
52. 千里之行,始于足下	(120)
53. 浪子回头金不换	(122)
54. 把握精彩的过程	(123)
55. 专注于你的工作	(125)
56. 用恰当的目标为自己铺就成功的道路	(127)
57. 抓牢人生的“第二春”	(129)
58. 成功的契机,往往在于思维的悖逆	(131)
59. 希望值得你去等待	(135)
60. 强者的选择——不放弃	(138)
61. 与其临渊慕鱼,不如退而结网	(140)

第二篇 在人际交往中游泳

1. 可以选择自己的餐点	(143)
2. 真诚地披露自己的心灵	(144)
3. 尊重别人的选择,也要不放弃自己的观点	(146)
4. 该喊的时候就喊	(148)

懂得选择 不要放弃



目 录

4

- | | |
|---------------------------|-------|
| 5. 警惕! 别上了朋友的当 | (149) |
| 6. 与人方便, 自己方便 | (152) |
| 7. 逢人说话要留神 | (154) |
| 8. 沉默也是一种坚持 | (156) |
| 9. 切莫急功近利 | (158) |
| 10. 审时度势方能赢 | (161) |
| 11. 选择“守拙”, 不放弃“糊涂” | (164) |
| 12. 处小人于若即若离 | (166) |
| 13. 闭口有时是一种明智的坚持 | (169) |
| 14. 后悔, 不是真正的英雄 | (171) |
| 15. 爱需要选择, 不要放弃 | (173) |
| 16. 人不可貌相 | (176) |
| 17. 择友就择诤友 | (178) |
| 18. 三教九流择其善 | (180) |
| 19. 做老二, 不要不自量力 | (182) |
| 20. 努力是回应侮辱的最好方法 | (184) |
| 21. 别把烧红的铁冷却 | (187) |
| 22. 坚持人际投资, 必有后报 | (189) |
| 23. 别光惦记着老虎 | (191) |
| 24. 自强自立, 活出你的个性来 | (194) |
| 25. 人云亦云究可悲 | (196) |
| 26. 用声音表达自我 | (198) |
| 27. 聪明画师 | (200) |
| 28. 选择妥协, 选择双赢 | (202) |
| 29. 让冷静给选择把关 | (203) |

懂得选择 不要放弃

- | | | |
|-------------------------|-------|--|
| 30. 不放弃信誉,需要人格的力量 | (205) | |
| 31. 莫伸手 | (208) | |
| 32. 天堂与地狱 | (209) | |
| 33. 此时谎言胜实话 | (213) | |
| 34. 要善用拟态和保护色 | (217) | |
| 35. 装聋作哑,可以不战而胜 | (220) | |
| 36. 面对仇恨,选择宽恕 | (222) | |
| 37. 你可以选择说“不” | (225) | |
| 38. 莫为名利遮望眼 | (226) | |

第三篇 自己就是一座丰碑

- | | | |
|--------------------------|-------|--------|
| 1. 永远不要放弃 | (231) | 目
录 |
| 2. 一个绝境就是一次挑战、一次机遇 | (232) | |
| 3. “黑洞”诞生于坚持 | (233) | |
| 4. 不轻易放弃,才能发现更多的机会 | (235) | |
| 5. 游过海峡 | (237) | |
| 6. 欲望的铁索桥 | (238) | |
| 7. 不要放弃,先天不足后天补 | (241) | |
| 8. 站起来,别趴下 | (242) | |
| 9. 一秒钟后的世界又不一样 | (243) | |
| 10. 愚蠢的妇人 | (244) | |
| 11. 借口就是退缩 | (246) | |
| 12. 继续等待下一个春天 | (247) | |
| 13. 有志之人立长志 | (248) | |
| 14. 乐观支撑你的斗志 | (252) | |

懂得选择 不要放弃

目
录

15. 选择走自己的路	(255)
16. 一生干好一件事	(258)
17. 继续你的白日梦	(259)
18. 要钱不如要命	(261)
19. 悲哉, 优柔寡断	(263)
20. 不放弃垫脚的东西	(265)
21. 多一分耐心, 多一点坚持	(266)
22. 信心支撑生命	(268)
23. 选择对手	(269)
24. 飞越生命的沙漠	(271)
25. 天才都是“过来人”	(273)
26. 坚持与分寸	(275)
27. 苹果星	(276)
28. 宁可少时勤	(277)
29. 不向失败折腰	(279)
30. 不放弃, 所有的拦路虎都将成纸老虎	(282)
31. 做乌龟, 别做兔子	(285)
32. 说我行我就行	(287)
33. 不怕你不成功, 就怕轻易放弃	(289)
6 34. 坚持下去, 你就是幸运星	(291)
35. 自强不息显神通	(295)
36. 信念, 你生命的靠山	(300)
37. 忍者无敌	(301)
38. 扬长避短	(303)
39. 不要放弃你的优势	(304)

40. 退缩即灭亡	(307)
41. 懒惰使你放弃理想	(310)
42. 给自己松绑	(312)
43. 相信自己是最美的	(313)
44. 成功是平凡的积累	(315)
45. 搬出心灵的“套房”	(316)
46. 放弃信念,就意味着死亡	(318)
47. 你的一生掌握在自己手里	(319)
48. 从丑小鸭到黑天鹅	(321)
49. 切忌“三板斧”	(323)
50. 最后一颗子弹	(325)
51. 不教一秒闲过	(326)
52. 最重要的是把握住前进的方向	(329)
53. 细心体验,用心生活	(330)
54. 亡羊补牢,为时不晚	(332)
55. 你能左右自己	(334)
56. 总有一扇窗会为你打开	(335)
57. 否认过失一次,就是重犯一次	(339)
58. 除了容貌,还有别的选择	(342)
59. 人生苦短,别和自己过不去	(345)
60. 远离痛苦,选择快乐	(348)
61. 世上没有绝对幸福的人,只有不肯快乐的心	(352)



第一篇 坚持一下， 成功就在你的脚下

第一篇 坚持一下，成功就在你的脚下

1. 持之以恒地挑战挫折，直到最后成功

如果你选择了奋斗，那么请不要放弃，坚持就能诞生伟人。

1832年，林肯失业了，这显然使他很伤心，但他下决心要当政治家，当州议员。糟糕的是，他竞选失败了。在一年里遭受两次打击，这对他来说无疑是痛苦的。

接着，林肯着手自己开办企业，可一年不到，这家企业又倒闭了。在以后的17年间，他不得不为偿还企业倒闭时所欠的债务而到处奔波，历经磨难。

随后，林肯再一次决定参加竞选州议员，这次他成功了。他内心萌发了一丝希望，认为自己的生活有了转机：“可能我可以成功了！”

1835年，他订婚了。但离结婚还差几个月的时候，未婚妻不幸去世。这对他精神上的打击实在太大了，他心力交瘁，数月卧床不起。1836年，他得了神经衰弱症。

1838年，林肯觉得身体状况良好，于是决定竞选州议会议长，可他失败了。1843年，他又参加竞选美国国会议员，但

这次仍然没有成功。

林肯虽然一次次地尝试，但却是一次次地遭受失败：企业倒闭、情人去世，竞选败北。要是你碰到这一切，你会不会放弃？放弃这些对你来说是重要的事情？

林肯没有放弃，他也没有说：“要是失败会怎样？”1846年，他又一次参加竞选国会议员，最后终于当选了。

两年任期很快过去了，他决定要争取连任。他认为自己作为国会议员表现是出色的，相信选民会继续选举他。但结果很遗憾，他落选了。

因为这次竞选他赔了一大笔钱，林肯申请当本州的土地官员。但州政府把他的申请退了回来，上面指出：“做本州的土地官员要求有卓越的才能和超常的智力，你的申请未能满足这些要求。”

接连又是两次失败。在这种情况下你会坚持继续努力吗？你会不会说“我失败了”？

然而，林肯没有服输。1854年，他竞选参议员，但失败了；两年后他竞选美国副总统提名，结果被对手击败；又过了两年，他再一次竞选参议员，还是失败了。

林肯一直没有放弃自己的追求，他一直在做自己生活的主宰。1860年，他当选为美国总统。

阿伯拉罕·林肯遇到的敌人你我都曾遇到过。他面对困难没有退却、没有逃跑，他坚持着、奋斗着。他压根就没想过要放弃努力，他不愿放弃，所以他成功了。

一个人想干成任何大事，都要能够坚持下去，坚持下去才能取得成功。说起来，一个人克服一点儿困难也许并不难，难得是能够持之以恒地做下去，直到最后成功。

2. 让压力成为你冲向终点的动力

人生中不能没有“狼”。选择压力，坚持往前冲，自己就能成就自己。

一位名不见经传的年轻人第一次参加马拉松比赛就获得了冠军，并且打破了世界纪录。

他冲过终点后，新闻记者蜂拥而至，团团围住他，不停地提问：“你是如何取得这样好的成绩的？”

年轻的冠军喘着粗气说：“因为，因为我的身后有一只狼。”

迎着记者们惊讶和探询的目光，他继续说：

“三年前，我开始练长跑。训练基地的四周是崇山峻岭，每天凌晨两三点钟，教练就让我起床，在山岭间训练。可我尽了自己的最大努力，进步却一直不快。

“有一天清晨，我在训练的途中，忽然听见身后传来狼的叫声，开始是零星的几声，似乎还很遥远，但很快就急促起来，而且就在我的身后。我知道是一只狼盯上了我，我甚至不敢回头，没命地跑着。那天训练，我的成绩好极了。后来

教练问我原因，我说我听见了狼的叫声。教练意味深长地说：‘原来不是你不行，而是你的身后缺少了一只狼。’后来，我才知道，那天清晨根本就没有狼，我听见的狼叫，是教练装出来的。从那以后，每次训练时，我都想像着身后有一只狼，成绩突飞猛进。今天，当我参加这场比赛时，我依然想像在我的身后有一只狼。所以我成功了。”

《简·爱》的作者曾意味深长地说过：人活着就是为了含辛茹苦。人的一生肯定会有各种各样的压力，于是内心总经受着煎熬，但这才是真实的人生。确实，没有压力就会轻飘飘的，没有压力肯定没有作为。

3. 再试一次

你不妨再试一次，人生有许多“柳暗花明又一村”的时候。

科学家做过一个有趣的实验：

4

他们把跳蚤放在桌上，一拍桌子，跳蚤迅即跳起，跳起高度均在其身高的100倍以上，堪称世界上跳得最高的动物！之后，科学家在跳蚤头上罩上一个玻璃罩，再让它跳，这次跳蚤跳得没那么高了。连续多次后，跳蚤改变了起跳高度以适应环境，每次跳跃总保持在罩顶以下高度。接下来逐渐改变玻璃罩的高度，跳蚤都在碰壁后主动改变自己的高度。最

后，科学家用了一个接近桌面高度的玻璃罩，这时跳蚤已无法再跳起来了，只能是爬行。科学家于是把玻璃罩打开，再拍桌子，跳蚤仍然不会跳，变成“爬蚤”了。

跳蚤变成“爬蚤”，并非它已丧失了跳跃的能力，而是由于一次次受挫学乖了，习惯了，麻木了。而最可悲之处就在于，实际上玻璃罩已经不存在，它却连“再试一次”的勇气都没有。而且玻璃罩已经存在于其潜意识里，它罩在了思想上。行动的欲望和潜能都被自己扼杀了！

很多人的遭遇与此极为相似。在成长的过程中特别是幼年时代，遭受外界太多的批评、打击和挫折，于是奋发向上的热情、欲望被“自我设限”压制封杀，而又没有得到及时的疏导、排解与鼓励。既对失败惶恐不安，又对失败习以为常，丧失了信心和勇气，渐渐养成了懦弱、狭隘、自卑、孤僻、害怕承担责任、不思进取、不敢拼搏的精神面貌，从而失去了自己的梦想。

这样的性格，在生活中最明显的表现就是随波逐流，没有人生的目标。与生俱来的成功火种过早地熄灭了。

曾经的失败并不意味着永远的失败，曾经达不到的目标并不意味着永远达不到，你可以有自己的梦想，你可以为自己的人生树立一个目标。

4. 选择了生活，还需要坚持挺住

如果你选择未来，那么你是上帝的孩子；如果你选择过