

赵雪峰◎著



生命太短 没时间遗憾

多少人，把青春浪费在了遗憾上面？
写给那些犹豫不前的年轻人

生命太短，不能把时间留给遗憾。

抓紧时间去冒险，去到世界的最边缘，去追逐梦想纷飞的那片蓝天。

青春也太短，资本其实有限。

在有限的青春里，放肆奔跑，放肆地流泪和大笑，放肆地向未来张开怀抱。

 吉林出版集团有限责任公司

生命太短 没时间遗憾

多少人，把青春浪费在了遗憾上面？
写给那些犹豫不前的年轻人

赵雪峰◎著

图书在版编目 (CIP) 数据

生命太短 没时间遗憾 / 赵雪峰著. — 长春: 吉林出版集团有限责任公司, 2015.1
ISBN 978-7-5534-6505-0

I. ①生… II. ①赵… III. ①散文集—中国—当代
IV. ① I267

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2014) 第 302809 号

生命太短 没时间遗憾

著 者 赵雪峰
责任编辑 顾学云 奚春玲
封面设计 柏拉图
开 本 710mm × 1000mm 1/16
印 张 16
版 次 2015 年 2 月第 1 版
印 次 2015 年 2 月第 1 次印刷

出 版 吉林出版集团有限责任公司
地 址 北京市西城区椿树园 15-18 号底商 A222
邮 编 : 100052
电 话 总编办 : 010-63109269
发行部 : 010-51582241
印 刷 北京市昌平开拓印刷厂

ISBN 978-7-5534-6505-0
版权所有 翻印必究

定价 29.80 元
举报电话 : 010-63109269

前 言

什么是正能量？如果将人体比作一个能量场，通过激发内在潜能，可以使人表现出一个新的自我，从而更加自信、更加充满活力，让人攀上更高峰，那么这种能激发人体内在潜能的能量就是正能量。积极、乐观、豁达、从容、朴素、简单、宽容、善良、向上、勤奋、坚韧……这些都是人生的正能量。正能量是人生健康乐观、积极进取的动力和情感，正能量是人生向上攀升的阶梯。正能量给人鼓劲，激励人上进；正能量催人奋进，让人奋发有为；正能量给人力量，让人心中充满自信和希望。

正能量就是人生路上的加油站。正如在长途路上跋涉的汽车，需要适时加油，否则会因为油料耗尽失去动力而行之不远。人生之途更需要正能量，在我们跋涉的时候，只有适时地为我们的油箱里加油，才会使我们精力充沛、动力十足，才能让我们达到前进的目的地。

一个人人理想的追求需要正能量，人生目标的实现需要正能量。拥有正能量的人生，胸怀宽广、志向远大，充满激情、自信满满、希望无限；与正能量同行，人生不会懒惰，不会消沉，而且能少是非、远祸端，使人生更加五彩斑斓。

人生路漫漫，前行过程中谁都不能保证自己会永远一帆风顺！困难、失败常伴随我们的左右，正能量能够帮助我们抵消它们，战胜它们。所以，人生需要积聚正能量。积聚正能量，才能使我们离人生的目标更近；积聚



正能量，才使我们的人生更加美好；积聚正能量，才能做最好的自己。

这是一本弘扬人生主旋律，传播人生正能量的励志枕边书。从人生态度、人生动力、自强自立、人生选择、坚持不懈、执着与勤奋、命运掌握、机会创造等八个方面，通过叙述普普通通但却智慧满满的人、成就非凡的人、名扬天下的人的成长历程和成长故事，用贴近生活、浅显易懂的叙述、分析和说理，深入挖掘每个故事、每个事件、每个人成长历程所蕴涵及表现出来的人生哲理，让读者从中获得人生成功的启示，获得成就人生的智慧和正能量。

一个人，心有多高，舞台就有多大；心有多高，路就有多远；心有多高，世界就有多大……暴雨滂沱，雷电交加，不管遇到什么样的坏天气，要相信暴风雨不会永远持续的，不断积聚正能量，给自己的前进之路加油，人生的天空，总有阳光灿烂的那一天。

生命太短暂，我们没有时间只纠结于疼痛、失恋和灰暗，与其悲观地活着，倒不如乐观地利用正能量，积极向上，让生命不留遗憾。

目 录

前言 / 001

第一章 态度是人生成功的“1”

励志就是使人适应环境，激发生活或工作的热情，促进工作事业奋发向上的心灵调节过程。励志，就是唤醒一个人的内在创造力。唯有从内心深处展开的力量，用心灵体验总结出的精华，才是一个人真正获得尊严和自信的途径。只有励志，才能激活一个人的生命能量，唤醒一个民族的创造热情。失去创造力，是一个人乃至一个民族最大的悲哀。而励志，便是让一个人重新焕发这种力量。

1. 态度是人生成功的“1” / 003
2. 每一天都是新的 / 005
3. 每天都先试着走第一步 / 008
4. 戏比天大 / 010
5. 一个人也能改变世界 / 012
6. 从来就没有小事 / 014
7. 做自己的老板 / 017
8. 不满足才是进取之本 / 019
9. 野心成就未来 / 022
10. 耐心之树，结黄金之果 / 024
11. 写一张约束身心的纸片 / 026
12. 别让机会错过 / 029
13. 珍惜所拥有的 / 032



第二章 苦难是人生的动力

人生坎坷，先苦必有后甜，先甜必有后苦。苦难不可怕，它是成功的基石，是奋斗的动力。苦难是人生旅途中一道别样的风景，是走向成功的动力。人生于纷繁的尘世，总是要与苦难握手，很少有所谓的一帆风顺。人们走着各自的路，便品味着生活所加载的那份属于个人的苦难。

1. 苦难是人生的动力 / 037
2. 磨难是上帝给人的考验 / 039
3. 绝路的背后是天堂 / 041
4. 贫穷不是平庸的借口 / 043
5. 饥饿感是成长的动力 / 046
6. 苦难是金 / 048
7. 永远都不要绝望 / 051
8. 寂寞是磨炼意志的机会 / 054
9. 上帝就是自己 / 056

第三章 自强者，天下莫能与之强

俗话说“人生在世，不如意之事十之八九”，这句话概括说明了人生之路的坎坷难行。行进之路上，我们得到、失去，反复无常！相信自己，永不放弃，要有持之以恒的精神，人生路途中不断地挑战和完善自己。别气馁，别放弃，向着自己的人生继续前行，做生活中的强者，生活不相信眼泪……永远不要示弱！

1. 强者的力量 / 061
2. 尊严比饥饿更值得守护 / 063



3. 自强者，天下莫能与之强 / 065
4. 人生的百次与一次 / 067
5. 寒暑易节身不知 / 070
6. 搬开那块绊脚石 / 072
7. 胸怀“大我” / 075
8. 给失误贴个标签 / 077
9. 山若不过来，我就过去 / 080
10. 誓与挫折抗争到底 / 082
11. 能把简单的事干好就不简单 / 084
12. 挑战极限皆有可能 / 087
13. 一生做好一件事 / 090
14. 一句话的事 / 093

第四章 每个人的天上都不会掉馅饼

世界上没有不劳而获的事情，就如同天上不会掉馅饼一样。假使天上掉下了馅饼，那也可能是毒馅饼。一切都靠我们自己的努力，正所谓一分耕耘一分收获，想收获成功，必须付出辛勤耕耘的汗水。当然，付出不一定有回报，但不付出一定不会有回报。

1. 坚持是胜利者的勇气勋章 / 099
2. 尽力与尽全力 / 102
3. 除了全力以赴你没有选择 / 104
4. 奇迹，就在下一秒 / 107
5. 一切都是干出来的 / 109
6. 比你成功的人永远比你更努力 / 112
7. 弱点有时正是优势 / 115
8. 自以为灯 / 117



9. 一滴水的韧性 / 120
10. 奇迹是努力的另一个名字 / 123
11. 人生是一趟酣畅的旅行 / 125

第五章 用鸡蛋砸碎石头

每个人都有自己的梦想，有的人梦想成为爱迪生一样的发明家，有的人梦想成为像玛丽莲·梦露那样备受瞩目的明星，有的人的梦想是当空姐，有的人的梦想是当老师……梦想无论是大是小，是尊贵还是卑微，它都是每个人心中最崇高的向往。要实现自己的梦想，就要付出努力，就要不懈拼搏！

1. 天赋是魂 / 131
2. 做自己人生的总统 / 133
3. 用鸡蛋砸碎石头 / 136
4. 梦想是可以超越的 / 139
5. 把值得去做的事做好 / 141
6. 咬住梦想的尾巴 / 144
7. 选择的路就绝不回头 / 146
8. 做一朵天边的彩云 / 148
9. 愚钝是一种智慧 / 151
10. 想飞你就飞得起来 / 153
11. 买一艘人生的游艇 / 156

第六章 一勤天下无难事

中国的先贤韩愈说：“业精于勤而荒于嬉，行成于思而毁于随。”外国的先贤卡莱尔说：“天才就是无止境刻苦勤奋的能力。”数学家华罗庚曾说过：“勤



能补拙是良训，一分辛苦一分才。”唯有勤奋，才能创造事业的成功与辉煌。有了勤奋的精神，哪怕是引动迟缓的蜗牛也能雄踞塔顶，观千山暮雪，渺万里层云。当然勤奋不等于成功，但成功必须勤奋。

1. 一勤天下无难事 / 161
2. 成功不都需要智慧 / 164
3. 150% 的努力 / 166
4. 把贪婪用在读书上 / 169
5. 成功就是比别人多付出 20% / 172
6. 人生紧要处要跑步 / 174
7. 不被无关的东西所吸引 / 176
8. 开卷有益 / 179
9. 绝知此事要躬行 / 182
10. 不努力一定颗粒无收 / 184

第七章 “运”是自己创造的

命运字面意义是指生命的经历。命指生命，运即经验历程。人们说：“性格决定命运”，“习惯决定命运”，“心态决定命运”，“态度决定命运”，“道路决定命运”，“情商决定命运”，“努力决定命运”，“选择决定命运”……其实，我们自己才是自己命运的真正决定者，命运就掌握在自己手中。

1. 心态决定命运 / 189
2. 失望时别绝望 / 192
3. 生命就是一场奇迹 / 193
4. 十二年，你能做什么 / 195
5. 宁做“海盗”，不做“海军” / 197
6. 习惯养出了我们 / 200



7. 选择与努力同样重要 / 202
8. 要有做大人物的梦想 / 205
9. 理清手边实实在在的事 / 207
10. 别让命运摆布你 / 209
11. 命运握在谁的手里 / 212
12. 遵从心中的梦想 / 215
13. 活着就有实现梦想的时候 / 218

第八章 机会就在某一处等你

每个人都渴望成功，每个人都希望自己的人生过得非凡一些，过得轰轰烈烈一些。但是，人生就像一艘在大海中航行的小船，我们每个人就像舵手，要到达彼岸，需要决心，需要信心，需要恒心，需要尽全力拼搏，这样才会到达幸福的彼岸。自己的人生到底该怎么走，全靠我们自己。

1. 怀着感恩的心去做事 / 223
2. 机会就在某一处等你 / 225
3. 骂声中得到的人生经验 / 227
4. 机会就在你的眼前走过 / 229
5. 比别人多做一点 / 232
6. 坚定内心的选择 / 234
7. 从最容易成功的事做起 / 236
8. 通往成功之路就像等公交车 / 239
9. 拼今天赢未来 / 241
10. 对自己说“我能行” / 243



第一章

态度是人生成功的“1”

励志就是使人适应环境，激发生活或工作的热情，促进工作事业奋发向上的心灵调节过程。励志，就是唤醒一个人的内在创造力。唯有从内心深处展开的力量，用心灵体验总结出的精华，才是一个人真正获得尊严和自信的途径。只有励志，才能激活一个人的生命能量，唤醒一个民族的创造热情。失去创造力，是一个人乃至一个民族最大的悲哀。而励志，便是让一个人重新焕发这种力量。



1. 态度是人生成功的“1”

微启读：

态度是人生成功的“1”，有了“1”，后边的“0”越多，我们的人生就越成功。没有态度这个“1”，所有的“0”就都没有了意义。

态度决定高度，态度决定命运，态度决定成败……所有这些合起来，就是“态度决定一切”。无数的事实也都充分地证明了这一点。

他一生下来就没有双臂和双腿，只在左侧臀部以下的位置有一个带着两个脚趾头的小“脚”。父母见生了这样一个孩子，满脸忧愁，不知如何是好，直到他出生半年后，才肯上前抱抱。不管怎么说，这也是一个生命，也是自己的血肉，父母慢慢地接受了这一现实，“把他好好地养大吧！”

稍长大一点，他能够出去玩了，可没有孩子和他一起玩，邻居的一些孩子还欺负他。直到有一次，他用头狠狠地回击了一个欺负他的小男孩，把那个小男孩撞翻在地，从此，那些孩子再也不敢欺负他了。这也让他知道，不想被别人欺负，自己先要强大起来。

懂事后，他看到了自己和别人的不同，为此，他几次试图自杀，但都没有成功。含辛茹苦地抚养他、深爱着他的母亲抱着他痛哭，告诉他一定要好好活下去！

父母希望并想办法让他过上正常人的生活。见他喜欢玩水，父亲就把



他放入游泳池里，他竟然学会了游泳；他想学电脑，父亲就教他打字，他很快就学会了使用电脑。父亲给他做了一些特殊装备，他利用这些装备，学会了自己刷牙、洗脸、做饭。经过长期艰苦的训练，残缺的左“脚”成了他的好帮手，不仅帮助他保持身体平衡，还可以帮助他踢球、打字、夹着笔、取物等。长大后，他又喜欢上了潜水、冲浪、高台跳水、开水上摩托艇、踢足球、打高尔夫球等多种运动。他可以在冲浪板上完成很复杂的动作，因此还登上了《冲浪》杂志的封面。

上中学时，他通过竞选当上学校学生会的主席。此后，他开始做演讲，并想当一名真正的演讲家。虽身有残疾，但他却给自己定下以帮助他人为己任的人生目标。大学毕业后，他开始投资房地产，成为一家高科技公司的总裁。他著书、演说、帮助别人进行财务管理，他用自己的亲身经历激励他人，给他人勇气，给他人希望。他的“足迹”遍布全世界，他在许多国家进行演讲，他的励志故事，感动了无数人，他成为真正的鼓舞人心的演说家，赢得了全世界的尊重。

他就是澳大利亚人尼克·胡哲。2009年，尼克·胡哲出版励志DVD《神采飞扬》，2010年，他出版自传式励志书籍。由于勇敢和坚韧，他曾被授予“澳大利亚年轻公民”称号。这是一项很高的荣誉，这份荣誉，国家仅授予真正可以激励人们的人。

尼克·胡哲的成功经历给了我们很多启示，态度决定高度，这是非常重要的一点。生于贫困家庭，没有进入好学校，没有遇到好老师，学习遇到障碍，事业遇到挫折，经商赔了本，上司不待见，仕途不顺利……这些我们所谓的不幸，和尼克·胡哲的不幸比起来，都算不了什么。尼克·胡哲告诉那些自认为不幸的人：“人生最可悲的并非失去四肢，而是没有生存希望及目标！真正改变命运的，并不是我们的机遇，而是我们的态度。我的人生格言是：态度决定高度！”

态度是什么，态度就是我们的理想、抱负……没有这些，人生成功就

无从谈起。借用一位哲人“人生所有的能力都必须排在态度之后”这句话，我们说：人生所有的成功都必须排在态度之后。态度是人生成功的“1”，有了“1”，后边的“0”越多，我们的人生就越成功。没有态度这个“1”，所有的“0”就都没有了意义。拿出我们的态度吧，勇敢地面对生活中的所有不幸，去争取属于我们的成功。

知识窗：

尼克胡哲的经典语录：如果你不停地纠结于你所没有的或者不想要的，你就会忘记你真正拥有的；最大的欺骗莫过于以为自己不够好，以为自己毫无价值；一个人本色的样子就是最美的。

2. 每一天都是新的

微启读：

人的时间是有限的，过去了就不会再来了，所以要珍惜时间，干活要讲速度，一天能干完的活不要拖到第二天，因为每天都有新的工作等着你去做。

如何做好眼前的事情，态度很重要，态度在一定程度上决定前程。一个人的态度，可以决定自己一生的事业，一个人的态度，可以改变自己一生的命运。

小时候的他十分调皮，到处搞恶作剧，是当地有名的“孩子王”。他



带着几个孩子到瓜园偷吃西瓜，并把不能吃的西瓜都从瓜秧上拽下来，扔得满瓜园都是烂西瓜；他讨厌在学堂里上课，上课时常常偷偷跑出去玩耍，甚至偷偷溜进学校旁边的寺院的钟楼上去敲钟，弄得以钟声为下课铃的老师提前放学；他的学习成绩很差，当老师让家长在成绩单上签字时，他担心父母知道自己的成绩后会挨打，便用一块胶皮刻了爸爸的名章盖在卷子上，并帮助同伴一起作弊。邻居时常来家里告状，老师也觉得实在管不了，让家长把孩子领回去……

他的父亲是个老实本分的铁匠，看到儿子的种种不良行为很是生气，责骂甚至还狠狠地打过他几次，但过后他还是如故。父亲知道了打骂不是办法。

他虽然很淘气，但是很勤快。家中孩子多，生活困难，作为家中的长子，他经常在铁匠铺里给父亲帮忙。

一次，他帮父亲拉风箱，当炉膛里的菜刀坯子烧得火红时，父亲迅速地用长钳子将它取出，放在铁砧上，右手紧握一柄铁锤，叮叮当当赶紧敲打起来。一会儿父亲就满头冒汗了。他有些不解，便问父亲：“爸，您不能一下一下地打慢点吗？”父亲瞅了他一眼，答道：“哪能呢？要是动作慢下来，菜刀就冷了，冷下来成型后就不能打造了。”见儿子感兴趣，父亲接着说：“这就和人一样，小时候养成了什么坏毛病，定型了，长大了就很难改了。”“成型了，就不能打造了！”他在心里反复念叨着，父亲的话，深深地印在他的脑海里。接下来，父亲把三块相同的铁坯放在铁砧上，迅速地轮换着锻打，他又觉得奇怪，忍不住问道：“为什么要这几个放在一起打呢？”父亲笑笑：“这几块形状小，可以一起打。能够一起打的铁，就不要分开打，这样可以加快速度，节省时间。”见儿子很认真地听着，父亲告诉他：“人的时间是有限的，过去了就不会再来了，所以要珍惜时间，干活要讲速度，一天能干完的活不要拖到第二天，因为每天都有新的工作等着你去做。”