

努力到 无能为力， 拼搏到 感动自己



当你为人生拼尽全力的时候，全世界都会给你让路
用100%的努力争取1%的机会

叶舟
著



一本帮你走出舒适区、 自我突破的心智训练书

杜绝安逸 | 抗拒享受 | 激发潜能 | 驾驭意志力 | 强化心理素质

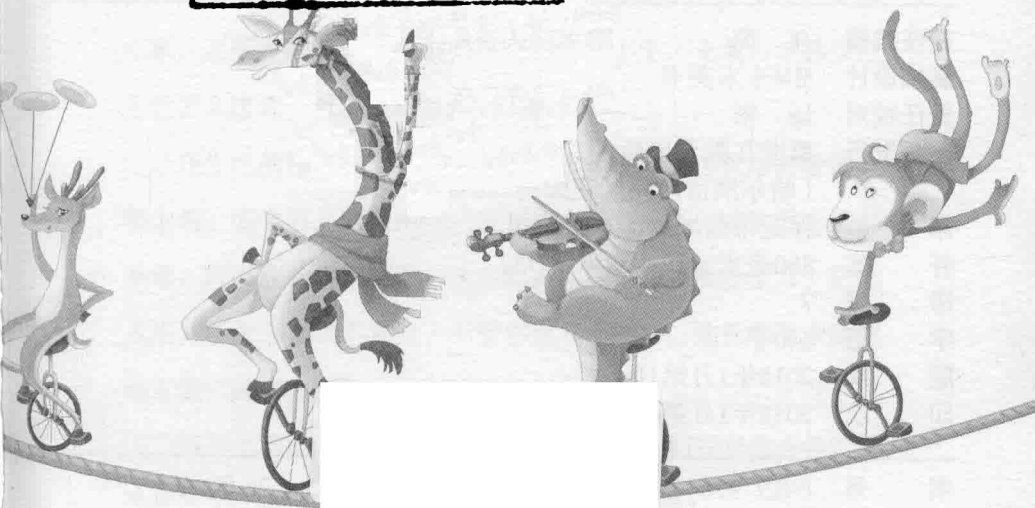
让你为梦想全力以赴地奋斗，丝毫不觉得辛苦

黑龙江教育出版社

叶舟
著

努力到无能为力， 拼搏到感动自己。

常州大学图书馆
藏书章



图书在版编目(CIP)数据

努力到无能为力, 拼搏到感动自己 / 叶舟著. -- 哈尔滨: 黑龙江教育出版社, 2017.7

(读美文库)

ISBN 978-7-5316-9525-7

I. ①努… II. ①叶… 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(2017)第192639号

努力到无能为力, 拼搏到感动自己

Nuli Dao Wuneng Weili, Pinbo Dao Gandong Zijì

叶舟 著

责任编辑 高璐
装帧设计 MM末末美书
责任校对 杨彬
出版发行 黑龙江教育出版社
(哈尔滨市南岗区花园街158号)
印刷 保定市西城胶印有限公司
开本 880毫米×1230毫米 1/32
印张 7
字数 140千
版次 2018年1月第1版
印次 2018年1月第1次印刷

书号 ISBN 978-7-5316-9525-7 定价 26.80元

黑龙江教育出版社网址: www.hljep.com.cn

如需订购图书, 请与我社发行中心联系。联系电话: 0451-82533097 82534665

如有印装质量问题, 影响阅读, 请与我公司联系调换。联系电话: 010-64926437

如发现盗版图书, 请向我社举报。举报电话: 0451-82533087

前言

你心怀梦想，你渴望成功，你希望赢得人们的尊重，你期盼在社会中占有一席之地。在为梦想出征的路途上，你又不时遭遇不顺，不断碰壁。这让你疲惫不堪，愤愤不平，不免心生感叹：生活怎么这么不顺，成功怎么那么难？

在生活的海洋中，事事如意、一帆风顺地驶达彼岸的事情是很少的。或学习上遇到困难，或工作中受到挫折，或生活上遭到不幸，或事业上遭到失败，这些都有可能发生。漫漫岁月，茫茫人生，不管你喜欢不喜欢，不管你愿意不愿意，挫折和不幸随时都可能“翩翩而来”。

当不幸的命运降临到我们身上的时候，我们应当怎么办？是选择放弃，屈服命运，还是继续前进，努力拼搏？

在生活的挫折和打击面前，有的人垂头丧气，自暴自弃，

自叹“时乖运舛”，丧失了继续前进的勇气和信心，于是成了庸人和懦夫，成为命运的奴仆。在打击和磨难面前，仅仅停留于无休止的叹息，不仅无助于你改变现实，而且会削弱你和厄运抗争的意志，使你在无可奈何中消极地接受现实。放弃很容易，也不会有痛苦，但是你的人生航船就会从此搁浅，再也不能前进一步，你也永远不能品尝到胜利果实的甘甜。

在厄运和不幸面前，我们应当不屈服，不后退，不动摇，奋力拼搏，顽强地同命运抗争。只有这样才能在重重困难中冲开一条通向成功的路，成为掌握自己命运的主人。

以一句“活着，就是为了改变世界”感动和激励全世界人的苹果公司原总裁乔布斯，生平创造了无人能望其项背的辉煌成就。但正是这样一位影响全球的天才，也曾陷入长达近11年的人生逆境。在这段人生逆境中，他遭遇了三次重大的挫折。先因决策失误而被董事会赶出自己创立的公司，接着因开发NEXT电脑没有销量而被人嘲笑，后来又因他对皮克斯公司产业定位不准而成为市场的笑料。但在逆境与挫折面前，乔布斯从未言弃，坚守人生信念，凭借超人的意志与非凡的勇气一次次东山再起，终于使得皮克斯的电脑动画大获成功，引领苹果实现了“改变世界”的梦想。

我们或许不能创造乔布斯那样的辉煌，但我们可以像乔布斯那样去努力拼搏，去顽强战斗。人生之路从来不会一帆风顺，成

功果实也绝不会唾手可得，这就需要我们去努力，去拼搏，去奋斗。唯有努力，才有收获；唯有拼搏，才有出路；唯有奋斗，才有成功！

无论你遇到什么挫折，都要坚强地挺住，永不后退，永不放弃。太阳正是因为永不放弃，才最终冲破地平线光耀万里；小草正是因为永不放弃，不惧野火风霜，才最终绿满大地；江河正是因为永不放弃，一路向前，才最终汇成浩瀚的大海。

在我们向成功之路迈进的每一天里，都需要用不服输的心态去鞭策我们自己，以百折不挠的意志挑战逆境，屡败屡战，越挫越勇，从每一次挫折中坚强地站起来。只有如此，我们才能收获每一天的成就与充实，才能笑到最后，成为真正的赢家。

没有努力到无能为力，说明你还没有竭尽全力；没有拼搏到感动自己，说明你还没有完全释放自己的潜能。你迷茫畏惧，那是因为你内心还不够强大；你没有得到认可，那是你还不够优秀；你还没有成功，那是因为你还没有全力以赴。

世界没给的，我们自己给。我们不能祈求事事如意，唯求时时努力。我们不期盼命运开恩，唯求自己全力拼搏。对自己狠一点，离成功近一点。努力到无能为力，拼搏到感动自己。你受的苦，终将照亮你的路，上天从不会辜负每一个努力奋斗的人！

谨以此书献给在路上的你！愿你成长、成熟、成功，健康、快乐、进步！

目 录

Part1 无论现实多“骨感”，理想永远要“丰满”

我的青春不迷茫 / 003

人生没方向，到哪都是流浪 / 004

知道去哪里，才能到达哪里 / 007

飞向梦想的天空 / 008

梦想的高度决定人生的高度 / 010

为自己的人生开一个好头 / 012

选择一生为之奋斗的事业 / 014

现实很骨感，理想要丰满 / 016

世界是不公平的，你要适应它 / 018

相信命运，不如相信奋斗 / 020

别在该奋斗的年龄选择了安逸 / 021

Part2 拼爹拼妈拼后台，不如自己拼

- 躺在父母的怀里永远长不大 / 027
- 詹姆斯·加菲尔德当总统靠了谁 / 029
- 流自己的汗，吃自己的饭 / 031
- 想要独自闯荡，就要抛开拐杖 / 034
- 生活这场戏要靠自己去演 / 036
- 不要认命，要去拼命 / 038
- 没有靠山，自己当靠山 / 040
- 菩萨合掌求菩萨，求人不如求己 / 042
- 只有自己才能拯救自己 / 045
- 自助者天助，靠自己去成功 / 047
- 傲气面对万重浪，发愤图强做好汉 / 049

Part3 就算全世界背叛你，你也不要背叛自己

- 当上帝说“不”的时候 / 055
- 尊严，让你在世界上有底气地活着 / 057
- 用别人的打压鞭策自己 / 059
- 只看我所有的，不看我所没有的 / 061
- 你自有芳香，何不孤芳自赏 / 063
- 你的人生没那么多观众 / 066
- 爱自己是对生命最好的照顾 / 068
- 不必讨好世界，做自己就对了 / 070
- 世界如此喧嚣，你要内心淡定 / 073

静下来，找回迷茫的自己 / 075

命运赐我伤痛，我报命运微笑 / 076

Part4 每个优秀的人，都有一段沉默的时光

沉住气，成大器 / 081

运气偏爱努力工作的人 / 083

“突然的成功”来自脚踏实地 / 086

荣誉的桂冠是用汗水铸就的 / 087

苦练内功，梅花香自苦寒来 / 089

低头赌气，不如抬头争气 / 091

不试一下，不知道自己有多优秀 / 095

有学历，还需要努力 / 097

纵有家产万贯，不如薄技在身 / 100

唯有埋头，才能出头 / 102

所谓牛人，都是熬出来的 / 104

没有茧中蛰伏，哪来羽化成蝶 / 106

Part5 奋斗就是一边跌倒一边站起

输不可耻，怕输才可耻 / 111

可以被打败，但不能被打倒 / 113

竖起屡败屡战的大旗 / 115

强者的字典里没有“失败” / 116

跌倒了，就再站起来 / 118

- 在哪里跌倒，就在哪里爬起 / 121
- 战胜了自己，谁也打不倒你 / 123
- 有何胜利可言？挺住意味一切 / 126
- 不对命运服输，命运就对你服输 / 127
- 受苦的人，没有悲伤的权利 / 129
- 坚忍的意志，会感动上天落泪 / 130

Part6 向着那方光亮，守得云开见天明

- 有些人生，猜不出结局 / 137
- 人生苦旅，点一盏心灯 / 140
- 信念风帆，高高扬起 / 142
- 心若向阳，无畏悲伤 / 145
- 世界只为乐观的人开绿灯 / 147
- 心向光明，在困境中学会微笑 / 149
- 心不绝望，人生就没有绝境 / 152
- 遭遇低谷，积蓄奋战的能量 / 154
- 希望，生命永不褪色的绿叶 / 156
- 冬天已经到了，春天还会远吗 / 158
- 冲破黑夜的暗，迎来黎明的光 / 160

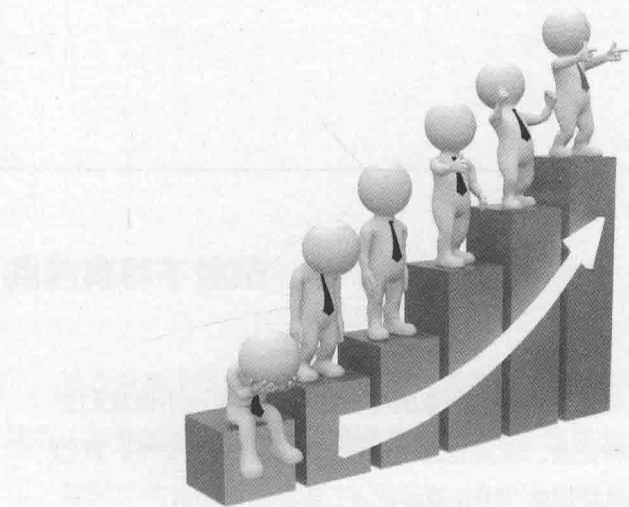
Part7 努力到无能为力，拼搏到无路可退

- 世界这么强，柔弱给谁看 / 165
- 勇士直面挑战，懦夫惧怕困难 / 167

- 别给自己留退路，才有出路 / 168
- 生路，就是置之死地而后生 / 170
- 做一个人间斗士“西西弗斯” / 172
- 做最坏准备，尽最大努力 / 174
- 人生没有过不去的坎 / 176
- 破釜沉舟的勇气不可或缺 / 178
- 努力到山穷水尽，拼搏到柳暗花明 / 180
- 敢闯敢干，王者风范 / 182
- 挑战不可能，一切皆有可能 / 184

Part8 不忘初心方得始终，生命不息拼搏不止

- 只有梦想，不对任何人设限 / 189
- 梦想这条路踏上了，就永不回头 / 192
- 不忘初心，方得始终 / 194
- 生命在追求中绽放光彩 / 195
- 不要忘记心中的“土拨鼠” / 198
- 要有一点精卫填海的执着精神 / 200
- 梦想，在坚持中开花结果 / 202
- 永远激情澎湃，永远热血沸腾 / 205
- 将来的你，会感谢现在不放弃的自己 / 208



Part1

无论现实多“骨感”，理想永远要“丰满”

生活总不像我们想象的那样如意，人生也不像我们想象的那样完美，现实也总不像我们想象的那么公平。我们会因此迷茫困惑，因此怨天尤人，因此愤世嫉俗。

纵使生活和现实有诸多不公，有千般难以解决的难题，但是抱怨和悲叹永远解决不了问题。你唯一能做的就是心怀梦想，勇敢地朝着梦想大步前行，为自己的光明未来去奋斗。

我的青春不迷茫

站在青春十字路口的你，有没有思考过：自己有梦想吗？如果有，那梦想是什么呢？如果没有，为什么会这样呢？

年轻的你，对于未来感到不安这一点仍与旧时没多大差别。在基本的生存条件得不到保障时，这种不安会更加强烈，但即使在经济条件得到满足的情况下，仍然会因找不到人生的目标和意义而感到不安和混乱，这不正是人生中的迷茫吗？

我要选择什么样的职业？现在的工作有没有发展前景？不喜欢的事情是不是还要继续做？未来是不是还要与不喜欢的人一起共事？是否能大赚一笔之后过上清闲富裕的生活？是不是应该开始我自己的事业？我的人生还能得到幸福吗……无休无止的烦恼没有一天不在人生中出现。

年轻的你，内心时不时地产生彷徨与迷惘，对人生、对未来充满了疑问：只有有着天生优势的人们才会成功，而普通人只能失败吗？只是因为运气的好坏才造成了一些人成功另一些人失败

吗？为什么生活充满了纠葛与烦恼？

其实，问题的关键就在于我们心中没有明确的梦想，没有明确的人生和自我特性。

人们之所以彷徨、烦恼是有着各自不同的原因的，但多数情况下，他们都有一个很大的共同点，那就是没有梦想，对自己的人生缺乏明确的规划，即使有也是缺乏生命力的规划。

这是因为缺乏“自我特性”。彷徨的人不知道自己是谁、自己想要什么，也不知道为了得到自己想要的东西应该如何去做。

有一些人一直在努力开发自己的潜力，因为在他们看来，就是因为自己还不够努力所以才会出现这种彷徨、不安的状况。当然，努力的重要性是毋庸置疑的，但是如果不清楚自己想要的究竟是什么，那又怎么能达成最终目标呢？

因此，为了实现有真正意义的人生，首先要找到自我特性，在心中树立梦想、规划未来，并且为了梦想的实现而不断付出努力。

人生没方向，到哪都是流浪

生活中有那么多人没有确定目标和抱负，没有规划良好的人生计划，而只是一天天地得过且过，持有这种人生态度的，不

要说取得全面的成功，即便是想取得某一领域的成功也是不可能的。

在生活的海洋中，我们随处都可以看到这样一些年轻人，他们只是毫无目标地随波逐流，既没有固定的方向，也不知道停靠在何方，他们在浑浑噩噩中虚度了多少宝贵的光阴，荒废了多少青春的岁月。他们在做任何事时都不知道其意义的所在，他们只是被挟裹在拥挤的人流中被动前进。如果你问他们中的一个人打算做什么，他的抱负是什么，他会告诉你，他自己也不知道到底要去做什么。他只是在那儿漫无目的地等待机会，希望以此来改变生活。

人生没方向，到哪儿都是流浪。怎么可能指望一个在生活中没有目标的人到达某个目的地呢？怎么可能指望这样的人不处在混沌和迷惘当中呢？

从来没有听说过有什么漫无目的、好逸恶劳的人能取得多大的成就。只有那些胸怀雄心壮志、在追求理想的过程中面对阻碍全力拼搏的人，才有可能迈向成功殿堂，才有可能走到时代的前列。

理想是与一个人的愿望相联系的，是对未来的一种设想，它往往和目前的行动不直接联系。但理想又不能脱离现实的生活，现实生活中的某些现象如果符合了个人的需要，与个人的世界观一致，这些现实的因素就会以个人的理想形式表现出来。理想总

是对现实生活的重新加工，舍弃其中某些成分，又对某些因素给予强调的过程，但它必须以对客观规律的认识为基础，符合客观规律。

理想是人生的罗盘，为你指引前进的方向。远大的美好理想能吸引人努力并为实现它而奋斗不止。每当你懈怠、懒惰的时候，理想会犹如清晨叫早的闹钟，将你从睡梦中惊醒；每当你感到疲惫、步履沉重的时候，理想就似沙漠之中生命的绿洲，让你看到希望；每当你遇到挫折、心情沮丧的时候，理想又犹如破晓的朝日，驱散满天的阴霾。在理想的驱策下，人们能不断地激励自己，获得精神上的力量，焕发出超强的斗志。能执着于自己理想的人是不可被打败的。

胸怀理想、能实现自己理想的人，对他个人而言，他是一个成功者，也是个幸福者。理想是成功的必要条件，但是仅仅拥有理想，你不一定能得到成功；不过如果没有理想，成功对你而言就无从谈起。

对那些不甘于平庸的人来说，养成时刻检视自己理想的习惯，并永远保持高昂的斗志，这是完全必要的。要知道，一切都取决于我们的理想。一旦它变得苍白无力，所有的生活标准都会随之降低，人生也就失去了方向。我们必须让理想的灯塔永远点燃，并使之闪烁出熠熠的光芒。