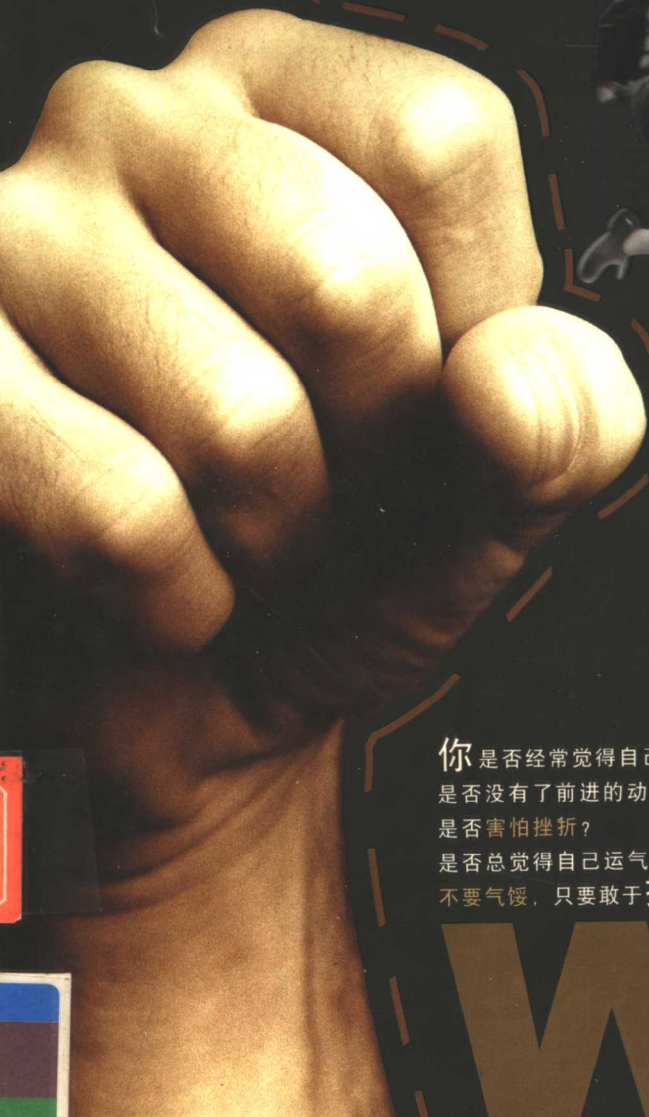


敢拼就会赢



你是否经常觉得自己是个失败者？

是否没有了前进的动力？

是否害怕挫折？

是否总觉得自己运气不好？

不要气馁，只要敢于**拼搏**，**胜利**最终一定属于你！

Win

敢拼就会赢

闫寒 编著

中国盲文出版社

图书在版编目(CIP)数据

敢拼就会赢/闫寒编著. -北京:中国盲文出版社, 2004.1

ISBN 7-5002-1957-1

I.敢… II.闫… 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(2003)第 114427 号

敢拼就会赢

编 者:闫 寒

出版发行:中国盲文出版社

社 址:北京市丰台区卢沟桥城内街 39 号

邮政编码:100072

电 话:(010)83893585

印 刷:北京市金红发印刷厂

经 销:新华书店

开 本:880×1230 1/32

字 数:16 千字

印 张:8

版 次:2004 年 2 月第 1 版 2004 年 2 月第 1 次印刷

书 号:ISBN 7-5002-1957-1/B·77

定 价:18.00 元

此书盲文版同时出版

盲人读者可免费借阅

版权所有 侵权必究

印装错误可随时退换

目 录

Contents

第一章 永远不要放弃

- “何必过早地放弃” /1
- “再大的灾难,也不能使我放弃梦想” /2
- 勇气是美德的表现 /4
- 远离“意志薄弱”的标签 /6
- 只有坚持的人,才可能得到好运 /7
- 认知和坚持是最有力量的两个原则 /8
- “自我发动”去迎接挑战 /10
- 把消极语言扔在一边 /12

第二章 认为自己行,自己就行

- “把‘不’擦掉!” /14
- 你会发现自己小瞧了自己 /15



EVERY ONE HAS HIS OWN WAY.





EVERY ERONG NEEDS A V.I.B.

敢拼就会赢

个人成就得以实现的四步骤 /17

自卑就是这么回事 /19

永不言败 /21

你浪费了成功资源的原因 /22

惊人的力量来自于“渴望成功 /24”

“他们总是告诉我能做什么” /25

“我找到登山所不能带来的快乐” /27

不要相信“不可能”三个字 /29

梦想中的大桥 /30

第三章 勇敢面对所有难题

在无法越过的山顶 /33

要没有问题,那就只能选择死 /34

这些事值得庆幸 /36

“我不相信这些挫折会永远存在” /37

所有难题都可以解决 /40

“冷一冷”是一种有效的思考 /43

凭着信心接受这七条建议 /44

做事的动力源于积极思考 /46

第四章 冷静面对人生

充满焦虑的时代 /49

这是一段幸福生活 /51

做正确的事情利于情绪控制 /52

目 录

想办法在焦虑中获益 /54

一些不需要口服的药 /58

花钱买教训 /60

在橡皮筋保佑下的生存者 /62

“做自己想做的事” /63

德国间谍大意失荆州 /65

第五章 让生命之火燃烧起来

这一课最重要 /67

友善对待自己 /68

马克留下的东西 /69

查理只说不干 173

行动起来,去做梦想中的事 /75

“宝贝,你所需要的人就是我” /77

赢家无法接受失败 /80

肯德基的欢乐产生在逆境里 /82

人生的最低点可以成为你的优势 /84

第六章 自信带来的奇迹

自信来自于自我肯定 /87

你是一头鹰还是一只鸡 /88

信心就是成功的源泉 /89

意识和潜意识 /91

能扫除一切障碍的人是自信的人 /93



CLARENCE JAMES



敢拼就会赢

“一朝被蛇咬，十年怕井绳” /94

你就是你想像中的样子 /96

你的人生就是那“桥下流水” /98

自信在后天的锻炼中形成 /99

自信引导成功 /100

第七章 勇气掌握着命运的脉搏

恐惧利于磨练人生 /103

信心能够战胜恐惧 /104

白昼相继黑夜来临 /106

“我从不以挫折为借口放弃什么” /108

信心的超级催化剂——危机 /110

以积极的行动代替恐惧 /113

一个死于“30年的想法”的人 /115

这一夜可以作为人生标杆 /116

“让你内在的力量与你同行，永远不要恐惧” /118

第八章 你的奇迹来自于你自己

“大事业常常开始于小机会” /120

“热情启动器” /121

成功的最基本定律 /123

突破难关的力量：热情和欲望 /124

实用的“美国梦”财富公式 /127

“最甜的地方在 88 号公路上” /129

目 录

怎样前进是惟一关心的问题 /131

第九章 成功源于必胜的信念

美丽人生是困难与障碍的雕刻品 /135

失败焊成成功的链条 /136

“引擎不清洁就难以产生强大的力量” /138

“世上虽有镜子,人们却不会去使用它” /140

不选择放弃是赢家的原则 /143

积极思考三步走 /144

从失败中奋起 /147

记住六个单词 /149

“我们没有金钱,可我们有世界上最 /151

重要的财富”

想成功就一定会成功 /153

第十章 心里的宝藏

宝藏都藏在你的心里 /156

最伟大的资源 /157

别跟自己较劲 /160

“平凡小姐” /162

两个最令人悲哀的词 /164

“不要因为打翻牛奶而哭泣” /166

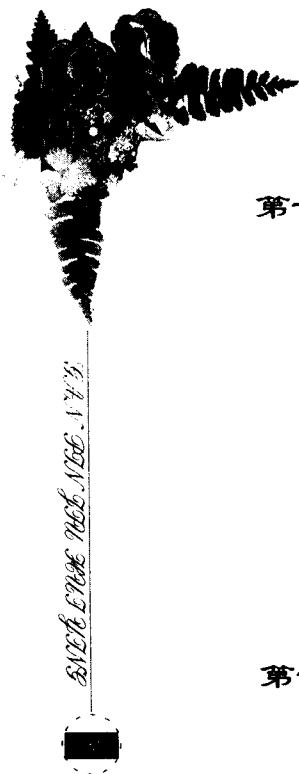
悲哀,人生的一种短暂痛苦 /168

勇敢行动,勇往直前 /170



312.6 67006 4006.1106.174.3





散拼就会赢

第十一章 健康的源泉

痛苦远去,美丽就会永恒 /172

成功的关键——健康 /173

标志着胜利的煤桶 /175

像是滚雪球样地追求成功 /177

态度是健康的有利因素 /178

最有启发的健康课 /179

就这三大要素 /182

你的心灵要经常洗浴 /183

第十二章 使自己的人生充满幽默

轻松地完成自己的工作 /186

心向阳光使你成功 /187

“乐观主义者” /189

不要苛求完美 /190

“人类的事都不是真正重要的” /191

成功者一定是机智者 /193

艾森豪威尔总统所认为的伟人 /195

幽默使人健康生活 /197

第十三章 做命运的主人

“我在积极思考” /200

“潮水一定会回来的” /202

目 录

生为受苦者,有什么可使你悲观的 /204

扼住命运的咽喉 /208

把自己的生意做活 /210

观念中有“如何”一词 /212

三句口头禅很可怕 /213

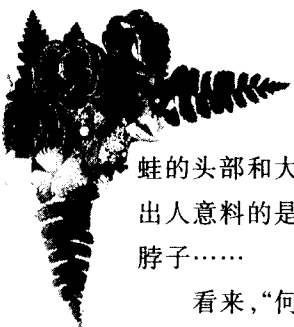
米奇尔在飞翔 /215

附录:请你回答成功路上的问题 /219

2016.12.18 14:18







敢拼就会赢

蛙的头部和大半个身体吞进了嘴里,仅剩下一双无力乱蹬的腿,出人意料的是,青蛙却从水鸟的嘴里挣脱出来,猛然攥住水鸟的脖子……

看来,“何必过早地放弃!”

很多人都曾看到过这类图画:很多有目标、有理想的人,他们工作、奋斗、思考、祈祷……但由于过程艰难,他们变得倦怠、泄气,最终半途而废。如果他们能坚持下去,向前看得更远一些,他们就会得到期盼已久的结果。切记:永远不要绝望,即使真的绝望了,也要在绝望中崛起。

每个人都要牢记:“生为受苦者,有什么可使你悲观的!”

“再大的灾难,也不能使我放弃梦想”

坚持你的梦想和目标,专心致志并保持平衡的心态,来实现自己的理想。

坚持也表示他人选择放弃时,你依然不轻易放弃。坚持还表示面临挫折时,你仍能坚守计划和目标。坚持也是信守承诺。坚持的信念推动你不懈地努力,最终会引导你走向成功的殿堂。

放弃的结果只能是彻底失败。不仅解决不了眼前的问题,最后还会使人格挫败,因为放弃会使人形成一种失败的心理。

任何问题都有解决的办法,初时你可能会走歪路、斜路,找不到正确的方向,但只要坚持不懈、用心去寻找,你终会找到正确的方向。

如果你满怀热情地努力去做,你的毅力将使你实现每一个

第一章 永远不要放弃

愿望。

蒙提·罗伯茨在圣思多罗有个牧马场。他的朋友常借用他宽敞的住宅为青少年举办募捐活动,计划筹集基金。蒙提·罗伯茨在一次活动的致辞里提到这个故事。

这故事跟一个小男孩儿有关,他的父亲是一位驯马师,他从小就跟着父亲东奔西走地去训练马匹。由于经常奔波,男孩儿不能很好地读书。初中时,老师叫写一篇以“长大后的志愿”为题目的作文。

那晚他写了七张纸,描述了他的宏伟志向——一个属于自己的牧场,还画了一张标有马厩、跑道的 200 亩牧场的设计图,然后在牧场中央建造一栋占地 400 平方米的豪宅。

他写作文费了很大的心血,第二天交给了老师。两天后他拿回了作文,当他打开看时,一个又红又大的“F”矗立在眼前,旁边还写了一行字:“下课后来见我。”

下课后小男孩带着作文去找老师。

“为什么给我不及格?”

老师回答道:“你年纪轻轻,不要老做白日梦。你没有钱,没有家庭背景,什么都没有。建一个牧场是一项花大钱的工程,你要买地、买纯种马,还要照料它们,你别太异想天开了。他又接着说:“如果你肯重写一个不怎么离谱的志愿,我会重新给你打分。”

这个男孩儿回家又思考了很久,并征询父亲的意见。父亲告诉他:“儿子,这是非常重要的决定,你必须自己拿主意。”

经过再三考虑后,男孩儿决定原样交回。他告诉老师:“我宁愿拿个大红字,也不愿放弃梦想。”

52066 E. 10th Ave. N.E. 98115





散拼就会赢

“我讲这个故事,是因为各位现在就在这 200 亩牧场及占地 400 平方米的豪华住宅里,那份作文我至今还保留着。”罗伯茨看着大家说,“有意思的是,两年前的夏天,那位老师带了 30 个学生来到我的牧场露营一星期。离开之前,他对我说:‘蒙提,说来有些惭愧,你上初中时,我曾经给你泼过冷水。这些年来,我也对不少学生说过同样的话,幸亏你有毅力没受我的影响而坚持自己的梦想。’”

不论做什么事,绝不要轻言放弃,不要被别人的一句话击倒。即使遭受巨大的不幸也不要放弃自己的梦想。

你即使陷入困境,也不意味着你可以放弃你的梦想,而是要在心头重新燃起希望之火。梦想永远不会被挫折击碎,将它植根于心灵和头脑深处,它将与生命同在。

勇气是美德的表现

卢梭说过:“不幸中的勇气,通常能使卑怯的心灵恼怒,而使高尚的心灵喜悦。”

勇气是一种美德。生命属于勇敢者,懦弱的人只是麻木地活着。对很多人而言,拥有最美好的灵魂只是成长的一种可能,还不是真实的存在。只有极少数人——勇敢的人,才具有最美好的灵魂。

在纽约附近的小镇卡美,有一位 14 岁的少年吉姆,他是一个可爱的男孩儿,也是一个真正的意志坚强的男子汉。他是天生的运动好手,在他刚进中学不久,他的腿就瘸了,并且迅速恶化

第一章 永远不要放弃

为癌症。医生告诉他,必须动手术。他的一条腿被切除了。

出院后,他拄着拐杖回到学校,并且高兴地告诉朋友们,他会安上一条木头做的腿,“到时候,我就可以用图钉将袜子钉在脚上,这是你们谁都无法做到的。”

足球赛季一开始,吉姆就去找教练,问他是否可以当球队的管理员。在练球的几个星期中,他总是准时到达球场,并带着教练用的攻守沙盘模型。他的勇气和毅力感染了全体队员。一天下午他没来训练,教练很着急想知道原因。后来才知道他又进医院检查了,而且他的病情已经扩散为肺癌。医生说:“吉姆只能活六周了。”

吉姆的父母为了让他在最后的时间里能正常地生活,没把事实告诉他。所以,吉姆又回到了球场上,看其他队员练球,并且给他们加油鼓劲。

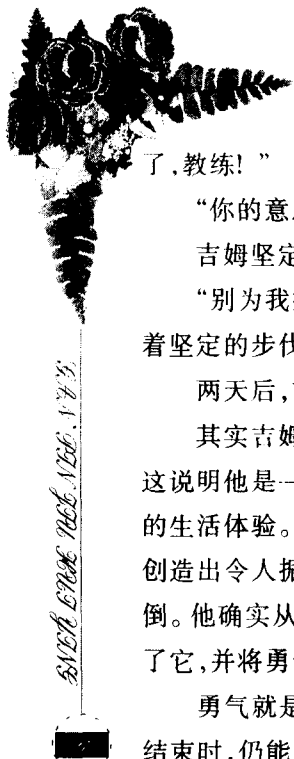
因为他的鼓励,球队在整个赛季保持了全胜纪录。为了庆祝胜利,他们决定举行庆功宴,并准备送给吉姆一个全体球员签名的足球。可是餐会并不圆满,吉姆因身体太虚弱而缺席了。

几周后,吉姆为了看足球赛又回来了。他的脸色十分苍白,但仍满脸笑容,和朋友们谈笑风生。比赛结束后,他来到教练的办公室,整个球队的队员都在那里。教练轻声责问他,怎么没来参加宴会。“教练,你不知道我正在节食吗?”他将自己脸上的苍白掩盖在笑容之后。

其中一个队员将签名足球送给他,说道:“吉姆,都是因为你,我们才能获胜。”吉姆含着泪道谢。教练、吉姆和其他队员谈起了下个赛季的计划,然后大家互相道别。当吉姆走到门口时,他以一种冷静而坚定的语气回过头说:“再见了,伙计们!再见

吉姆·詹姆斯·米勒·詹姆斯





散拼就会赢

了,教练!”

“你的意思是说,我们明天见,对吗?”教练问。

吉姆坚定的目光化为一丝微笑。

“别为我操心,我会和你们永远在一起拼搏!”说完,他便迈着坚定的步伐离开了。

两天后,吉姆死了。

其实吉姆对自己的病情早已知道,只是他坦然接受了一切。这说明他是一个意志坚强的人。他将悲惨的事实,转化成有创意的生活体验。吉姆知道,只要自己坚强一些,最坏的环境中也能创造出令人振奋的精神。他完全接受了命运,并决定不被病痛击倒。他确实从未被击倒过。虽然他的生命短暂,他却牢牢把握住了它,并将勇气、信仰和欢笑永远留在他所认识的人心中。

勇气就是用来面对所遭遇的困难的。一个人在他生命即将结束时,仍能无所畏惧,这才是真正的勇气。

远离“意志薄弱”的标签

做一个积极的人还是消极的人,全在于你的抉择。没有人生来就是乐观或悲观的,是你自己决定了以何种态度看待你的人生及所处的环境。即使在困难面前,你仍能选择积极的态度去面对挫折。保持一种积极、绝不轻易放弃的心态,尽可能发掘你周围的人和事最好的一面,从中寻求积极和督促你向前的力量。即使最终还是失败了,也能汲取教训,将失败的教训视为朝目标前进的踏脚石。

当你陷入困境时,你也许愿意听听这个故事:

1968年,在墨西哥市一个漆黑而凉爽的夜晚,坦桑尼亚的奥运马拉松选手阿克瓦里是最后一名抵达终点的选手。

这场比赛的优胜者早已领取了奖杯,庆祝典礼也早已结束,因此阿克瓦里抵达体育场时,整个体育场已空空荡荡。阿克瓦里的双腿沾满血污,绑着绷带,但他最终坚持到了终点。享誉国际的纪录片制作人格林斯潘远远地看着这一切。格林斯潘在好奇心的驱使下走到阿克瓦里跟前,问他为什么要坚持跑到终点。

艾克瓦里轻声回答说：“我的国家从两万多里之外把我送到这里，不是让我来起跑的，而是派我来完成这场比赛的。”

受到挫折失去坚持下去的勇气,这等于给自己贴上了“意志薄弱”的标签。

有时,失败的屈辱可以激励自己,培养自己的意志力,使之更为坚强。有了坚强的意志才可能有高昂的斗志和持久的恒心。

只有坚持的人,才可能得到好运

世界上的思想家、哲学家常以不同的方式来说明坚持的重要性。穆罕默德曾说：“只有坚持的人，才可能得到好运。”

18世纪英国大政治家艾蒙德·柏克提供了一个建议,他坚信“坚持”的力量,他说:“永远不要绝望,即使感到绝望,也要在绝望中努力。”

一个精明的雇主刊登广告要雇用一个孩子，他对前来应征的 30 个小孩说：“你们用这个球击那个标记，要用球击中才行，