

催人奋进的经历 激荡人心的文字
生命谱写的诗歌 灵魂深处的倾述

命

运

靠自己改变

MINGYUN KAO ZI JI GAIBIAN

邱庆剑

著



天性唇裂儿童 如何成为畅销书作家

找不到工作的青年如何实现 百万年薪

西苑出版社

命运靠自己改变

邱庆剑 著

35天改变命运，你也能！

先天性唇裂儿童如何成为畅销书作家

一个找不到工作的青年如何实现**百万年薪**

图书在版编目 (CIP) 数据

命运靠自己改变 / 邱庆剑著. —北京: 西苑出版社,
2011.2

ISBN 978-7-80210-920-9

I. ①命… II. ①邱… III. ①成功心理学—青年读物
IV. ①B848.4-49

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2011) 第 017283 号

命运靠自己改变

著 者 邱庆剑

出版发行 **西苑出版社**

通讯地址 北京市海淀区阜石路 15 号 邮政编码: 100143

电 话: 010-88624971 传 真: 010-88637120

网 址 www.xycbs.com E-mail: xycbs8@126.com

印 刷 成都蜀通印务有限责任公司

经 销 全国新华书店

开 本 880mm×1230mm 1/32

字 数 110 千字

印 张 5.75

版 次 2011 年 4 月第 1 版

印 次 2011 年 4 月第 1 次印刷

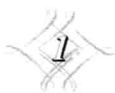
书 号 ISBN 978-7-80210-920-9

定 价 19.80 元

(凡西苑版图书如有缺漏页、残破等质量问题,本社邮购部负责调换)

版权所有 翻印必究

序言 先天残缺与后天失聪



1-16 岁，先天性唇裂，在别人的侮辱和打骂中挣扎了 16 年。其间：大约 6 岁时，因耳中被人塞入豌豆而右耳失聪；大约 7 岁时，被人用石头击中右眉，差点致右眼失明。

17-20 岁，背负心理的极度创伤，承受物质上难以想象的清贫，度过了 4 年。

20-23 岁，大学三年，家庭经济走到山穷水尽。

24-30 岁，因为生病，失业、住简易棚、蹲地下室，是早期的“蚁族”之一。

31 岁至 40 岁，一个偶然的因素，转型财经写作，历尽艰辛，至今写作出版图书 72 部。其间：在写作中悟出职业精神，进入大企业，成为大集团高级职业经理人。



这是邱庆剑 40 年所走过的路。

世界上一定有永远走不通的路，但一定没有改变不了的命运。无论命运怎样对他，他始终没有对自己失去希望。坚强的意志，加上适当的方法，就是成功。

3

在这个世界上，绝大多数人的起点都比邱庆剑高。别人生来就可以做一个“正常人”，而他连做一个“正常人”的资格也没有。

为此，我们有理由相信，读这本书的朋友，你们一定可以比邱庆剑更成功，只要你们去努力。在邱庆剑生命的第40个年头，我们整理出这一本书。它包括了邱庆剑的故事，更包括了他激励自己的诗歌和散文诗，包括35天改变命运的方法。我们真诚地希望，它们对您也能够起到激励或启迪的作用。

4

真心希望和天下所有的人交朋友，朋友们可以通过Email与我们联系：qiuqingjian@163.com。邱庆剑更多的文章，将发布在“写书出书网（www.chinese678.com）”，敬请点评。

目 录

序 言 先天残缺与后天失聪

第一章 生命的艰辛

- 一、丑面对人生——童年岁月 (3)
- 二、初涉人世的历练 (9)
 - 1. 以善良自卫 (9)
 - 2. 正确认识磨难 (10)
 - 3. 学会面对孤独 (11)
 - 4. 认可自己 (1): 我就是我 (14)
 - 5. 认可自己 (2): 我为什么要自卑 (17)

第二章 成长的代价

- 一、饥寒岁月——中学和大学时光 (25)
- 二、无论多么不幸，都要有爱心 (31)



1. 用爱心面对世界 (31)
2. 理解你的“敌人” (34)
- 三、树立成功的信念 (36)
 1. 我是最棒的，我一定能够成功 (36)
 2. 时光不会在成功处停留，也不会失败处终止
..... (39)
 3. 永远有梦想 (40)
 4. 坚信一定能找到成功的途径 (42)
 5. 不是失败了，只是暂时没有成功 (43)
 6. 永远没有借口 (45)
 7. 每天都要进步一点点 (46)
 8. 坚持到底，永不放弃 (47)
- 四、人生规划要趁早 (50)
 1. 目标是成功的先决条件 (50)
 2. 有效目标的条件 (51)
 3. 目标是一个体系 (52)
 4. 规划人生两步走 (53)
 5. 让朋友监督你的目标 (58)

第三章 生活的磨难

- 一、成都屋檐下——打工与失业 (63)
 1. 第一次跳槽 (63)
 2. 失业 (66)

3. 丢失证件	(66)
4. 投靠朋友	(68)
5. 住简易棚	(72)
6. 当搬运工	(75)
二、长春地下室——人生最低谷	(81)
三、永远保持积极的心态	(86)
1. 心态决定成功	(86)
2. 换个角度看世界	(87)
3. 消灭消极心态	(89)

第四章 没有改变不了的命运

一、命运靠自己改变	(95)
1. 命运的转折	(95)
2. 畅销书与百万年薪	(103)
二、习惯决定命运	(110)
1. 改掉不好的习惯	(111)
2. 养成追求成功的习惯	(112)
3. 用好你的每一分钟	(115)
4. 学会心理自救	(118)
5. 每天使用《成功旅程表》	(121)
三、35天改变命运的方法	(124)
四、邱庆剑实现了哪些目标	(128)
五、邱庆剑创造的成功法则	(130)

1. 绕道而行 (131)
2. 量力而行 (131)
3. 51 选择法则 (132)

第五章 自我激励的格言和文章

- 一、成长过程中写下的格言 (147)
- 二、写给自己的励志短文 (155)
 1. 失败也是风景 (155)
 2. 淡泊 (157)
 3. 时光是一双大手 (158)
 4. 人生的版面 (159)
 5. 美丽四季 (161)
 6. 生活是一天又一天 (162)
 7. 人生一棵树 (163)
 8. 事业是这样一列车 (164)

附录 1 邱庆剑：企业管理“超级教练” (167)

附录 2 你知不知道，你为什么工作 (172)

后 记 (175)

CHAPTER ONE

第一章

生命的艰辛

生活
是一株黄连

黄连生根 根入药
黄连开花 花酿蜜

有人说 好苦
有人说 好甜

——邱庆剑诗歌《生活是一株黄连》

一、丑面对人生——童年岁月

出生伊始，因为造物主的疏忽，邱庆剑的上唇少了一点肉而成为裂唇。

这个世界给他的第一句“问候”是伯母的尖叫：“哎呀呀，生了个豁子，快扔进尿桶算啦！”刚经历分娩痛苦的母亲把他抱在怀里流下了眼泪，她知道，留他在这个世界上，将会给他带来无尽的痛苦……在这穷僻的山村，先天性缺陷的婴儿无一不被人们认为是邪魔。为了“避邪”，人们把这些婴儿扔进尿桶溺死。但父母珍惜他这小生命，不顾一切将他留了下来。

在这民风纯朴的乡村，村民是善良的，但他已经被认为是“邪魔”，他们中的相当一部分人在对待他的态度和行为上，不可避免地抛弃了善良，因为邪魔是整个村庄的敌人。

他的存在，给家庭带来了无尽的屈辱。四邻经常在他家门口指桑骂槐。生产队里总有那么一些人百般刁难他母亲，让她去干最脏最累的活，却给最少的工分。父亲也低人一等，处处忍受旁人的讥讽。村上一旦出现什么灾祸，



马上就有人把这事和他扯到一起，认为是他这个“魔根”带来了祸鬼。

如果不是一些年长村民的阻拦，他很可能就死在他们手下了。

这一切都是母亲后来流着泪告诉他的。

在邱庆剑三岁时那个寒冷的冬天，父母怀揣经过三年省吃俭用积下的一小笔钱，带他到乡卫生院做了上唇缝合手术。术后的一天，他端了一碗面条在自家院子里吃。邻家一位比他大得多的男孩冲到他面前，大声嚷着：“你也配吃面条？”并一拳头将他的碗打掉，又一拳头打在他尚未愈合的上唇上。他的上唇重新裂开了，比先前裂得更宽。乡卫生院已无能为力，而且父母也没有钱了……

他清楚地记得，童年的他身后总有一群野孩子，对他连追带赶嘻嘻哈哈取乐，大叫“豁子”、“豁鼻子”、“豁鼻子牛”！还用石头打他，唤恶狗咬他。他清楚地记得，村上不少闲人，常教他们身边的孩子如何取笑他这个“怪物”，把他的生理缺陷编成下流的句子当歌唱。他清楚地记得，在生产队的晒场上，他爬向远处劳作的母亲，却被几个恶棍扔进麦芒堆里。他被麦芒刺肿的身子，半个月才消肿。他清楚地记得，很多次村里别的孩子干了坏事，村民们总是问也不问，就抓住他狠狠地打，“不是他干的还会有谁？”“这个怪物，他长有人心吗？”

当然，他能这样的环境中生存下来，除了父母的保护外，还和一些上了年纪的老人的保护分不开。村上有一



位七十多岁的李大爷，曾经多次把他从打他的人手中救下来，“这小东西也是一条命，你们就不要往死里打了。”在村子里，上了年纪的人是很有威望的。

也是一个寒冷的冬天，他在河边打猪草。一群人牵来一头鼻子被绳子拉豁了的牛，邻里一位中年人像抓小鸡一样把他提到牛跟前：“给我大声叫‘豁鼻子牛’！”他不叫，他们便一齐对着年仅六岁的他拳脚相加，最后还将他推进河里。河水好冷啊，他在水里乱蹬乱踩，怎么也踩不着河底……也许他命不该绝，不知怎么地竟爬到了浅处。立起身来，朦胧中看见的是岸上一大群人手舞足蹈狰狞地大笑着。有一两个人在向他扔土块，打在他冻得麻木的肩头。“这怪物命真贱，居然没有冻死！”那个中年人大声说，并向他吐痰……当父亲赶来时，他已经失去了知觉。

……

这一切的一切，原因很简单：因为他是个豁子。

在读小学的几年里，虽然有不少老师保护着邱庆剑，但他依然处在辱骂、嘲笑和殴打的海洋里。有人把他的缺陷编成口号，数十人甚至上百人一齐高呼，呼声响彻校园；有人把他推上讲台，要他当众“表演笑”；有人把东西硬塞进他嘴里，看他“怎么个吃法”；在上学和回家的路上，他更要时时提防着突然跳出来的“游击队员”对他拳打脚踢……

最让他忘不了的是，一个下午，班上编座位，他一向敬重的一位老师竟然当着全班同学说：“你这豁鼻子坐角落里去，别影响整体美观！”并将他推倒在地……

.....

这一切的一切，原因很简单：因为他是个豁子。

邱庆剑心灵受创的同时也有了志气：一定要活出个人样儿，让欺凌过我的人瞧瞧！

那时，他们上学的条件非常差。教室四面墙壁中，有两面已经发生了严重的倾斜，靠两根木棒顶着才没有倒下来，房顶破败不堪，一到雨天，就滴滴嗒嗒的漏雨水。他们的课桌和板凳，是用石头做的，冬天冷得象冰块。和他一起上学的孩子，都出身贫穷家庭，他们的课本是从别的学校买的旧课本，作业本是自已用草纸裁好并手工装订的，买得起铅笔的没有几个人。

我是个豁子，我不是一个正常人，我必须付出比正常人更多的努力！他常常这样对自己说。

苍天不负苦心人，小学毕业，邱庆剑以全校最高分考进了区中学。

荒唐的是，竟有村人上门“建议”，说让村上另找一个“正常人”去顶替他上初中！更荒唐的是，初中的班主任竟以座位不够为由不接收他这个学生！经过好些周折，他才坐进了初中班的教室，拥有了最末一张课桌和最后一个学号：68号。

这时的邱庆剑，已略识人生，心中渐渐明白：自强才是惟一的出路。他开始发愤读书。学校后山上，是一片阔叶林，秋天一到，叶落干净，树枝条条苍劲，如剑一样直指青天，等待冬天的到来。林中背诵课文的邱庆剑看在眼里

里，心中充盈着力量和豪情，更加用功于学习——下午放学上山看书，晚自习后秉烛温课，周末回家的路上歇息时也掏出书来……

功夫没有白费，他每学期都考全班第一名。他当时甚至被有的老师称作“天才”，并有老师建议学校重点培养他。其实，他并不是什么天才，只不过更用功罢了。

但成绩的优秀，并没有怎么改变他非“正常人”的处境。那时，学校发奖总是要召开全校师生大会，每次上台领奖，那台上下千双眼睛的“致敬”就令他颇难忍受……他们惊奇，但他们更多地以为上天给他一个聪明的脑袋是对世界的嘲弄！

……

这一切的一切，原因很简单：因为他是个豁子。

十六岁那年，是邱庆剑生命的一次转折：他躺在县医院手术台上，做着个崭新的梦——一个仅仅要成为“正常人”的梦。

但手术缝合的只是嘴唇，缝不合的是一颗破碎的心。带着唇上的疤痕和心灵上的疤痕，他进入了高中。青春期的自卑常常让他抬不起头来。

高中三年后，他以全校文科第一名的成绩考上了大学，成为他所在乡村的第一名大学生。拿到“录取通知书”那天回家的途中，他看到当年要顶替他这“残人”上初中的那位“正常人”在地里拾粪。面对“正常人”，他真想大笑一场。但不知怎么的，他心中却浮起了一丝苦涩，最终没有笑出来……

邱庆剑励志诗选

无论命运怎样对我

如果所有的季节都已错过
那么 我就作一只无花果
如果所有的河流都已干涸
那么 我就作一片沙漠

拥有了孤独也拥有了深刻
拥有了坎坷也拥有了收获
无花果有无花果的甘甜
沙漠有沙漠的壮阔

绝不放弃希望
无论命运怎样对我