

# 坚持力

挺住，就意味着一切

- ★ 白手起家、从贫民到亿万富翁不得不说的秘诀
- ★ 实现“从无到有”伟大梦想的唯一捷径

励志教主拿破仑·希尔传世经典——成功就是比别人多坚持5分钟！

中国人不可不知的成功法则

麦冬/著

STICK  
ABILITY



中华工商联合出版社

# 坚持力

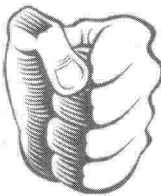
挺住，就意味着一切

励志教主拿破仑·希尔传世经典——成功就是比别人多坚持5分钟!

中国人不可不知的成功法则

麦冬/著

STICK  
ABILITY



中华工商联合出版社

## 图书在版编目(CIP)数据

坚持力:挺住,就意味着一切 / 麦冬著. —北京:  
中华工商联合出版社, 2013.11

ISBN 978-7-5158-0738-6

I. ①坚… II. ①麦… 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(2013)第 216086 号

## 坚持力:挺住,就意味着一切

---

作 者: 麦 冬

责任编辑: 吕 莺 吴 琼

装帧设计: 吴小敏

责任审读: 郭敬梅

责任印制: 迈致红

出版发行: 中华工商联合出版社有限责任公司

印 刷: 北京高岭印刷有限公司

版 次: 2013 年 11 月第 1 版

印 次: 2013 年 11 月第 1 次印刷

开 本: 710mm×1000 mm 1/16

字 数: 270 千字

印 张: 16

书 号: ISBN 978-7-5158-0738-6

定 价: 35.00 元

---

服务热线: 010-58301130

销售热线: 010-58302813

地址邮编: 北京市西城区西环广场 A 座  
19-20 层, 100044

<http://www.chgslcbs.cn>

E-mail: [cicap1202@sina.com](mailto:cicap1202@sina.com)(营销中心)

E-mail: [gslzbs@sina.com](mailto:gslzbs@sina.com)(总编室)

工商联版图书

版权所有 侵权必究

凡本社图书出现印装质量问题, 请与印务部联系。

联系电话: 010-58302915

# 前 言

## 1

希腊神话中有一则传说：西西弗斯触犯了众神，诸神便要求他把一块巨石推到山顶，但在即将到达山顶的时候，石头会自动滚下去，于是他只能再次推石上山……日复一日，年复一年。

诸神以为，用这样一种无效又无望的工作，可以消磨西西弗斯的意志，让他自己在绝望中倒下。可是他们错了，西西弗斯在推石的过程中居然找到了乐趣——他用各种方式推石上山，他觉得自己与巨石的较量所碰撞出来的力量“像舞蹈一样优美”，他沉醉在这种幸福当中……

荷马说，西西弗斯是最终要死的人中最聪明、最谨慎的人。因为，他爬上山顶所要进行的斗争，本身就足以使一个人心里感到充实。加缪则把西西弗斯看作“荒谬的英雄”。无望无效的劳作是荒谬；而英雄的称谓，则来自西西弗斯坚持的勇气。

因为永远的不屈不挠比一时的胜利更加可贵。我们可以允许失败，可以原谅自己——前提是，我们要一直坚持下去。

## 2

人生如海，潮起潮落，既有春风得意马蹄疾的快乐，又有万念俱灰、惆怅莫名的凄苦。在竞争日趋激烈的社会中，每一个人都在追求着自己的梦想，但是，有多少人在纷繁复杂的人生道路上遇到各种挫折、失败后选择了退缩？

古之立大事者，不唯有超世之才，亦必有坚忍不拔之志。

古希腊大哲学家苏格拉底在开学第一天对学生们说：“每个人把胳膊尽量往前甩，然后再尽量往后甩。从今天开始，每天做300下。大家能做到

吗？”学生们都笑了。这么简单的事，有什么做不到的？过了一个月，苏格拉底问学生：“每天甩手300下，哪些同学坚持了？”有90%的同学骄傲地举起了手；又过了一个月，苏格拉底问：“每天甩手还有哪些同学坚持了？”这回坚持下来的学生只剩下一半；一年过后，苏格拉底再次问时，整个教室里，只有一个学生举起了手，他的名字叫柏拉图。

世间最容易的事是坚持，最难的也是坚持。说它容易，是因为只要愿意做，人人都能做到；说它难，是因为真正能做到的，终究只是少数人。

理由很简单：并不是每一个坚持“甩手”的人都能成为柏拉图——无效的等待和无望的结果，如同西西弗斯的巨石，似乎永远也没有推到山顶的一天，于是大多数人都选择了停止。

然而，如果石头永远无法到达山顶，还有什么比推动它更有意义呢？如果失败永远无法逃避，还有什么比过程更重要呢？

……

当巨石在西西弗斯心中不再是苦难时，诸神便不再让巨石从山顶滚落下来——生活总会给你眷顾的眼睛，只要你托起这块叫“坚持”的巨石。

### 3

本书用优美的语言、感人而真实的故事告诉你，要坚持一个信念，目标明确，方能立于不败之地；要坚持尽责、尽心、尽力的做事态度，才能有丰硕的成果；要坚持真诚和善良，才能收获友谊和帮助；坚持做人的一份品格，精神世界才能有宁静和充盈……

有位哲人说过：“时代的列车在拐弯处，常常会甩出一部分人。这部分人都是灵魂浮躁的人。”要耐得住寂寞，耐得住清贫，耐得住讥讽，持定本分，立定脚跟，“不管风吹浪打，胜似闲庭信步”，便能“守”到人生的价值和事业的辉煌。

让我们拥有一份锲而不舍的坚持、一份脚踏实地的耐心，翻开本书，去期待机会与成功的垂青吧！



# Contents

## 第一章 信心篇——坚定的自信心,是坚持的基石 /1

一件事能不能做,决定于信心;碰到阻力是坚持还是放弃,也决定于信心。

在每一个成功者背后,都有一股巨大的力量——信心,支持和推动他们不断向自己的目标迈进。所以,拿破仑·希尔非常肯定地说:“信心是生命和力量,信心是奇迹,信心是创立事业之本。”

我们之所以迟迟没有成功,所欠缺的不是成熟,而是一份坚持的信念和自信的勇气。■

- 1.你能成为什么样的人,取决于你“想”成为什么样的人 ..... 1
- 2.只要心在坚持,永远不会一无所有 ..... 8
- 3.谁也不能为你负责,请坚持自己的主见 ..... 14
- 4.坚持下去,胜利始终属于有自信的人 ..... 21
- 5.天生我材必有用,让自己信心百倍的8个办法 ..... 28

## 第二章 行动篇——屡战屡败与屡败屡战,学会在坚持中“蹦极” /33

现实中有太多的人曾无数次被逆境击倒、欺凌甚至碾得粉身碎骨,进而失魂落魄,觉得自己一文不值!

事实上,无论发生什么,或将要发生什么,我们都永远不会丧失价值,我们依然是无价之宝。只要我们抱着大不了从头再来的勇气,屡败屡战,在坚持中“蹦极”,下次的成功就一定属于自己。■

1.每种逆境都含有等量利益的种子 .....	33
2.坚持积极心态,让笑容帮你打开机遇之门 .....	39
3.提高你的逆境商数,学会在逆境中“蹦极” .....	43
4.没有任何才能不需要后天的坚持和学习 .....	48
5.成功始于果敢的决策——事前想得清,事中要坚持 .....	54
6.坚持比别人抢先一步,做快半拍 .....	59

### 第三章 品格篇——坚持内修提高涵养,坚守自我活出个性 /64

坚持是一种信念,因此而成就一种品格。在这个人人都叫嚣“浮躁”的年代,与其感叹自己时运不济,或者感叹社会世风日下,不如从当下开始,学着去坚持内修、坚守自我,你会发现,很小的事情也可以有很大的影响,只要我们在做的过程中,灌注一份长久坚持的信念。■

1.忍耐体现“大智慧”,宽厚才是好修养 .....	64
2.德商的高低,决定你人脉的宽窄 .....	70
3.坚持主动,热情是人与人之间的“黏合剂” .....	74
4.得意失意都坚持低调,反而会赢得更多青睐 .....	77
5.坚持责任心,做好每一个细节 .....	83
6.坚持内修,给自己的形象加分 .....	87

### 第四章 目标篇——看清事物的将来,坚定不移地去做 /95

一件事情,重要的不是现在怎样,而是将来会怎样。要看到事物的将来,就必须有高远的眼光和清晰的目标,看清了它的将来,坚定不移地去做,事业就已经成功了一半。■

1.伟人心中有志向,凡人心中有愿望 .....	95
2.有了目标,内心的坚持才会找到方向 .....	100
3.成功的人生就是一个好的目标体系 .....	105
4.用有限的时间,争取获得更多的东西 .....	111

## 第五章 潜能篇——坚持能量的补充,迟早会“喷发”

/123

什么是潜能?顾名思义,就是潜在的能量。每个人的身上都蕴藏着无穷无尽的能量,只是还未被激发出来,你只有坚持挖掘和开发,把它充分地利用起来,它才能发挥出无穷的威力,来帮助你实现自己的梦想! ■

- 1.每个人身上都蕴藏着“金矿” ..... 123
- 2.自我施压,将内心的潜能彻底唤醒 ..... 129
- 3.坚持积极的暗示,开发你的潜能 ..... 134
- 4.斩断自己的退路,坚持向目标冲刺 ..... 143
- 5.坚持下去,毅力可以移山填海 ..... 145

## 第六章 机遇篇——别人没做过的事更需要坚持

/148

许多成功的人之所以取得成功,就是因为他们敢想敢做。与其不尝试而失败,不如尝试了再失败,不战而败是一种极端怯懦的行为。 ■

- 1.与其不尝试而失败,不如尝试了再失败 ..... 148
- 2.坚持创新,成功没有不变的模式 ..... 154
- 3.坚持勇气,财富英雄都是有胆有识的人 ..... 163
- 4.时刻准备好,机遇偏爱有准备的头脑 ..... 166
- 5.耐心坚持,用汗水和时间赢来经年的回报 ..... 171

## 第七章 社交篇——坚持和比你优秀的人在一起

/176

一个人失败的原因,90%是因为这个人的周边亲友、伙伴、同事、熟人大都是失败和消极的人。如果你习惯于选择与比自己低级的人交往,那么他们将在不知不觉中拖你下水,并使你的远大抱负日益萎缩。所以,要想成功,就需要摆正自己的心态,结交那些比你优秀的人,坚持和他们在一起。 ■



1.只有结交优秀的人,你才能为成功赢得优势 .....	176
2.以积极的态度,尝试着接触那些“比你高”的人 .....	181
3.维护好人际关系,坚持时刻更新和优化 .....	184
4.坚持合作共赢,虾米也可以吃掉大鱼 .....	191
5.塑造成功的个性,建立良好的人际关系 .....	193

## 第八章 取舍篇——有所坚守,必然有所放弃 /196

有所坚守,必然有所放弃,两者相辅相成。守得住才能放得下,放弃该放弃的,才能守住该守住的。■

1.果断的放弃,是一种“另类”的坚持 .....	196
2.放下不是失去,而是为了更好地拥有 .....	200
3.坚持执著是一种精神,学会舍得是一种境界 .....	204
4.看中“舍”背后的“得”,才能顺利挖掘人生第一桶金 .....	205
5.小舍小得,大舍大得,不舍不得——舍得是财富的金钥匙 .....	212

## 第九章 态度篇——持之以恒直面挑战,立足实际有始有终 /220

人生有顺境也有逆境,真正的人生需要逆境的不断磨炼。

如果面对过往的一切,独自感叹后悔,只能说明我们的愚蠢和消极。

若想要走出没有后悔的人生路,我们就必须积极面对未来,不对过往的一切念念不忘。■

1.活在当下,永远不后悔 .....	220
2.耐得住寂寞的心境,才能守住繁华 .....	224
3.再坚持一点点,就能把挫折踩在脚下 .....	230
4.对不确定的未来,请坚持付出 .....	233
5.安静专注,坚持循序渐进 .....	241
6.坚持“培植快乐”,幸福其实很简单 .....	243

## 第一章 ■

# 信心篇

## ——坚定的自信心,是坚持的基石

一件事能不能做,决定于信心,碰到阻力是坚持还是放弃,也决定于信心。

在每一个成功者背后,都有一股巨大的力量——信心,支持和推动他们不断向自己的目标迈进。所以,拿破仑·希尔非常肯定地说:“信心是生命和力量,信心是奇迹,信心是创立事业之本。”

我们之所以迟迟没有成功,所欠缺的不是成熟,而是一份坚持的信念和自信的勇气。

### 1. 你能成为什么样的人,取决于你“想”成为什么样的人

你想成为什么样的人——一个人对自己的认识、评价和期望,也就是一个人的自我意识。

有这个想法,人就能自觉地生活。

没有这个想法,就是被动地生存,是糊里糊涂地活着。



没有目标设想的人生就是乱拼起来的色块，而有设想的人生就是一幅灿烂绚丽的图画。

你想成为什么样的人，你的头脑里就会有这样的人生导航系统，有意无意地引导你的行为朝着你的人生目标前行。

### 坚持相信自己是个非凡人物

《论语·先进》中有一则孔子问其门生想成为什么样的人的故事：

子路先表示他的志向是要在三年之内，令一个贫穷危困的国家强大起来，并使人民好义；

冉有比较谦虚，他只希望能在三年内，使一个方圆六七十里的小国子民得到温饱；

公西华说他的志向是在诸侯祭祀时，当一位小相；

曾皙的志向却是在暮春时节，与五六个年轻人和童子六七人，简衣外游，放怀于山水，沐浴乘凉，歌咏而归。

孔子对学生们不同的想法都予以了赞同。所谓人各有志，不可强求，孔子是深知这一点的。他并不希望他的学生都去当官发财，成为显贵，他只是叹息着说：“我也认同曾皙的志向啊！”

想成为什么样的人，是一种积极的心理暗示，这是成功人生的起点。

一位叫齐格的成功的推销员回忆了如下经历：

当时，我参加了一个在北卡罗来纳州查勒提开办的由田纳西纳什维尔的梅里尔指导的全日制培训课程。那是一门很棒的课，但我早已忘记那些学来的特殊技巧了。一天晚上，我开车回南卡罗来纳兰卡斯特的家，准备一个晚餐展示会。我很晚才回到家，睡觉就更晚了，而且婴儿整夜都在哭闹。当早上5:30闹钟响起时，习惯的力量将我拉出了被窝。当时我们住在一家蔬菜店楼上的小公寓里，我迷迷糊糊地看见窗外在下雪，而且地面已经落得有10英寸厚了，而我却要驾驶无空调的克莱斯勒汽车出门。那天早上，我像任何一个聪明人都会做的那样，又回到了床上。

当我躺着时，我开始意识到我从不曾误过或迟到过一次推销会。这时，



母亲的话也在耳边响起：“当你替人工作时，就得想方设法做好，做什么事都要全力以赴，否则就别做了。”《圣经》上也说：“我宁愿你是冰冷的或是火烫的，但你如果是温和的，我就要把你吐出去。”我迟疑着爬起来，开着车子向着查勒提出发，同时也是向着我不曾料到的一个全新的生活出发。

培训结束后，梅里尔先生将我留下，“你知道，我已经观察了你两年半的时间，我从未见到过这样的浪费。”

我有些惊讶地问他是什么意思。他解释说：“你有许多能力，你可以成为一个了不起的人，甚至一个全国优胜者。”我飘飘然起来，但仍有点怀疑，就问他是否真的那样认为。他向我保证说：“我绝对相信，如果你真正投入工作，真正相信自己，你能冲破一切困难获得成功。”

说真的，当我细细品味这些话时，我惊呆了。你必须理解我当时的处境，才有可能意识到这些话对我有多大的影响。当我是个小男孩时，我长得很小，即使在穿得最多时也没超过120磅。我上学后，从五年级开始，放学后和周六的大部分时间都在工作，运动方面也不是很活跃。另外，我还很胆小，直到17岁才敢和女孩约会，而且还是别人指定给我的一个盲目性约会。一个从小镇中出来的小人物，希望回到小镇上一年赚上5000美元，我的自我意识仅限于此。现在突然有一个受我尊敬的人对我说“你能成为一个了不起的人”，我内心的震撼可想而知。所幸的是，我相信了梅里尔先生，开始像一个优胜者一样思想、行动，把自己看成优胜者，于是，我真的成了一名优胜者。

梅里尔先生并未教很多推销技巧，但那年年底，我在美国一家拥有7000多名推销员的公司中，推销成绩列第二位。我从用克莱斯勒车变成用豪华小汽车，而且有望获得再次提升。第二年，我成为了全州报酬最高的经理之一，后来成为了全国最年轻的地区主管人。

齐格遇到梅里尔后，并没有获得一系列全新的推销技巧，也不是他的智商提高了50点，只是梅里尔让他确信自己有获得成功的能力，并给了他目标和发挥自己能力的信心。如果齐格不相信梅里尔，梅里尔的话对他就不会有什么影响。

如果你坚持相信自己是一个非凡人物，并付诸努力，终会获得成功、幸



福、健康，完成有价值的目标。

古希腊的大哲学家苏格拉底在临终前有一个不小的遗憾——他多年的得力助手，居然在半年多的时间里没能给他寻找到一个优秀的关门弟子。

苏格拉底在风烛残年之际，知道自己时日不多了，就想考验和点化一下他的那位平时看来很不错的助手。他把助手叫到床前说：“我的蜡烛所剩不多了，得找另一根蜡烛接着点下去，你明白我的意思吗？”

“明白，”那位助手赶快说，“您的思想得很好地传承下去。”

“可是，”苏格拉底慢悠悠地说，“我需要一位优秀的传承者，他不但要有相当的智慧，还必须有充分的信心和非凡的勇气……这样的人选直到目前我还未见到，你帮我寻找和发掘一位好吗？”

“好的，好的。”助手尊重地说，“我一定会竭尽全力地去找，不辜负您的栽培和信任。”

苏格拉底笑了笑，没再说什么。

那位忠诚而勤奋的助手，不辞辛劳地通过各种渠道开始四处寻找。可他领来一位又一位，都被苏格拉底一一婉言谢绝了。有一次，当那位助手再次无功而返，回到苏格拉底病床前时，病入膏肓的苏格拉底硬撑着坐了起来，抚着那位助手的肩膀说：“真是辛苦你了，不过，你找来的那些人，其实还不如你……”

半年之后，继承人选还是没有眉目。助手非常惭愧，泪流满面地坐在病床边，语气沉重地说：“我真对不起您，令您失望了！”

“失望的是我，对不起的却是你自己。”苏格拉底说到这里，很失望地闭上眼睛，停顿了好久，才又毫无哀怨地说：“本来，最优秀的人就是你自己，只是你不敢相信自己，才把自己给忽略了，不知道如何发掘和重用自己……”没过多久，一代哲人永远离开了他曾经深切关注着的这个世界。

那位助手非常后悔，自责了后半生。

这个故事所包含的深刻寓意让我们每一个人感慨至今。为了不重蹈那位助手的覆辙，每个向往成功、不甘沉沦者，都应该牢记先哲的这句至理名言：“最优秀的人就是你自己！”



## 突破自我设限，寻找最完美的自我

一天，一个喜欢冒险的男孩爬到父亲养鸡场附近的一座山上，发现了一个鹰巢。他从巢里拿了一只鹰蛋，带回养鸡场，把鹰蛋和鸡蛋混在一起，让一只母鸡来孵。于是，孵出来的小鸡群里有了一只小鹰。小鹰和小鸡一起长大，因而不知道自己除了是小鸡外还会是什么。

起初，它很满足，过着和鸡一样的生活。但是当它逐渐长大之后，它心里开始有一种奇特不安的感觉。它不时想：“我一定不只是一只鸡！”只是它一直没有采取什么行动。直到有一天，一只了不起的老鹰翱翔在养鸡场的上空，小鹰感觉到自己的双翼有一股奇特的新力量，感觉胸膛的心正猛烈地跳着。它抬头看着老鹰的时候，一种想法出现在心中：“养鸡场不是我呆的地方。我要飞上青天，栖息在山岩之上。”

它从来没有飞过，但是它的内心有一种力量和天性。于是它展开双翅，飞到了一座矮山顶上。极为兴奋之下，它又飞到更高的山顶上，最后冲上了青天。就这样，它发现了一个伟大的自己。

也许会有人说：“那不过是个很好的寓言而已。我既非鸡，也非鹰，我只是一个人，而且是一个平凡的人。因此，我从来没有期望过自己能做出什么了不起的事来。”

或许这正是问题的所在——你从来没有期望过自己能够做出什么了不起的事。这是实情，而且是很严重的事实，我们总是把自己钉在自我期望的范围以内。

但如果你不希望这辈子就这样，你就应该打破“习惯性自我”。其实，我们每个人的体内都蕴藏着“另一个自己”，那就是你的潜能。

美国心理学家维克托·弗鲁姆有一个著名的“期望理论”，即：激励力量=效价×期望值。这一理论的基本观点是：人们有了某种需要，就会产生一定动机，进而引起行为去实现目标。当目标还没有实现的时候，这种需要就会变成一种期望，而期望本身就是一种强大的力量。

正如大文豪高尔基所说：“一个人追求的目标越高，他的才力就发展得



越快。”在自己的心目中，你认为自己是什么，最终你就会是什么。

多年前，有一位叫亨利的美国青年，从小在孤儿院长大，身材矮小，长相也不好，讲话又带着浓重的乡土口音，所以一直很自卑，连最普通的工作都不敢去应聘。30岁生日的那一天，他站在河边徘徊，几乎没有活下去的勇气。这时，他的一位好友跑过来告诉他：“一份杂志里讲，拿破仑有一个私生子流落到了美国，这个私生子有一个儿子，他的全部特点都跟你一样：个子很矮，讲的也是一口带法国口音的英语。”

亨利半信半疑，但当他拿起那本杂志琢磨了半天后，他渐渐开始相信自己就是拿破仑的孙子。此后，亨利不再为贫穷、矮小、乡土口音等特征自卑，而是凭着“我是拿破仑孙子”的信念积极面对生活。3年后，他成了一家大公司的董事长。后经查证，亨利并非拿破仑的孙子，但这已经不重要了。在“我是拿破仑孙子”这个积极的暗示中，亨利改变了自己的人生。

不论过去怎么不幸，经历过什么样的失败，那都不重要，重要的是你对未来必须充满期望。

### 跨越心理高度，活出别样人生

有一个正在巡回表演的马戏团，成千上万的观众被它吸引，尤其令人拍案叫绝的是其中一只大象的演出。

有一个少年为了能够更近距离地看看大象，特意跑到马戏团的后台，到处找大象栖身的地方。那里没有其他人，那头大象只是被一条普通的绳子缚在一根木头旁。

少年好奇地问一位驯兽师：“先生，为什么只用一条绳子便能制服这么巨大的大象，难道不怕它用力一拉便逃走了吗？”

驯兽师笑了笑，回答他：“当它还小时，我们用大铁链把它锁着，每当它想逃走时，它只要用力一拉铁链，便会痛得动弹不得，久而久之，它也就放弃了。现在我们只需要用一条绳子缚着它就行了，因为它再也不相信自己可以逃走了。”

现实生活中，有许多人也像大象一样，年轻时意气风发，屡屡去尝试着



实现自己心中的梦想，但是往往事与愿违，在经历过多次的失败打击之后，便日渐消极起来，不是抱怨世界不公，就是怀疑自己的能力。他们不是去努力寻找新的奋斗目标，追求突破，而是一再地降低自己的人生目标——即使原有的一切限制已取消。

“大铁链”虽然被换掉了，但他们早已经痛怕了，不敢再尝试，或者已经习惯了，不想再跑了，最终因为害怕而放弃追求成功，甘愿忍受失败者的生活。

难道大象真的不能挣脱绳子的束缚吗？绝对不是。只是它的心理已经接受了“这根绳子的强度是自己无法挣脱的”这个现实。

一只小青蛙长年生活在一口小圆井底下，它很满足于在水里嬉戏，绕着这口水井游泳。它常想着，它的生活不可能比现在更好了，因我已拥有了一切所需。

有一天，它抬起头看，注意到了井上面的光线，小青蛙好奇了起来，它开始猜想上面会有什么东西。于是它慢慢地沿着井壁往上爬。当它爬到井口时，它小心地沿着井边往外看，仔细一瞧，它首先看到了一个池塘。它简直不敢相信，这池塘可比自己住的那口井大上好几千倍！它继续往前探险，发现了一个大湖，于是它惊讶地瞪大眼睛站在那儿。接着，小青蛙继续沿着湖边往前爬。终于有一天，小青蛙历经艰险，长途跋涉来到大海，目光所及之处，尽是一望无际的汪洋，它的震惊难以形容。

你是否深入思考过，其实，你也是在“坐井观天”。你凭什么认为自己已经达到了人生的巅峰，达到了生命的极限，不可能再有更大的成就了？你凭什么认为你永远做不成什么大事，无法成就什么丰功伟业，不能享受像别人一样的生活？

从你的“井”里爬出来，跨越现有的心理高度。只要你希望生活中发生好事，就没有什么好事不能变成现实，没有什么美妙的事不会发生。

即使你现在仍沉浸在消极的想法中，但只要你开始“救赎”自己，你便能从谬误和谬误导致的结果中解脱出来。

一个人，无论他的能力多么突出，才华多么出众，学识多么渊博，但最终决定他能否成功的却只有一项因素——他的心理高度，即他认为自己能





取得多大的成就。

## 2. 只要心在坚持，永远不会一无所有

英国首相温斯顿·丘吉尔说：“一个人绝对不可在遇到危险时，背过身试图逃避，这样做只会使危险加倍；但是，如果立刻面对它毫不退缩，危险便会减半。绝不要逃避任何事物，绝不！”

据说，人在登山的时候若是遇到风雨突起，最好的自救方法并不是迅速找个地方躲避，或是向山下跑，而是顶着风雨向山顶走。

登山家所持的理由是：往山下走，虽然风雨看起来小了一些，却可能会遇上爆发的山洪而被淹死；而躲起来则容易遭受土石流和山崩的袭击；只有往山顶走，风雨虽然大，却能回避大危险的侵袭，对生命的保障相对也大一些。

人生就像爬山，那些风雨就是我们可能遇到的困难，如果一味地逃避躲闪，我们就会被卷入洪流；而如果能勇敢地迎接它的到来，迎难而上，那么就有生存的可能，甚至还有可能看到美丽的彩虹。

一个人，只要有坚强的心灵，不被别人的不理解和否定打倒，不被别人的歧视和逼迫击败，认真而努力地工作，就一定能从一个微不足道的小人物成长起来，逐渐修成正果，成为一个让大家刮目相看的能人。

任何时候，只要心还在坚持，就不可能真的一无所有！

### 可以输掉几场竞赛，却不能输掉自信

自信，一生都需要，不能一时有一时无。人生旅途有一场接一场的比赛，输赢都是难免的。赢了，自信很容易建立和恢复；输了，自信就会被削弱，甚至丧失。但当下一轮比赛开始时，就需要立即挺起自己的脊梁，勇敢地面对新一轮的竞赛。

因此，可以输掉几场竞赛，却不能输掉自信。