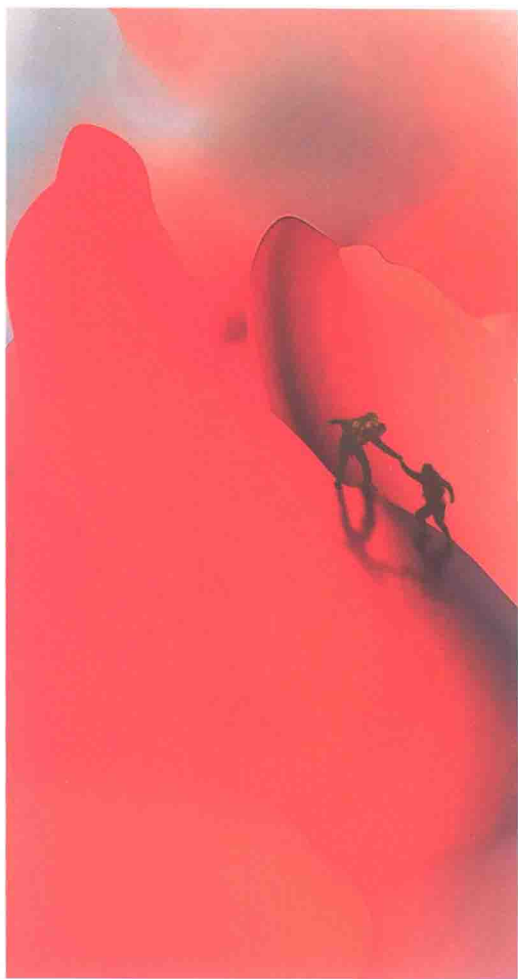


——  
女性如何战胜自我

# 向前进， 困难尽处是成功



李宏瑛 ◎ 著

不要悲，不要伤，即使还有风和浪；  
向前进，莫彷徨，  
风雨过后见太阳！

向前进，

困难尽处是成功

——  
女性如何战胜自我



李宏瑛 ◎ 著

不要悲，不要伤，即使还有风和浪；

向前进，莫彷徨，

风雨过后见太阳！

图书在版编目 (CIP) 数据

向前走, 困难尽处是成功: 女性如何战胜自我 / 李宏瑛著. — 北京: 中华工商联合出版社, 2023.3

ISBN 978-7-5158-3598-3

I. ①向… II. ①李… III. ①女性-成功心理-通俗读物 IV. ①B848.4-49

中国国家版本馆CIP数据核字(2023)第023359号

向前走, 困难尽处是成功: 女性如何战胜自我

---

作 者: 李宏瑛  
出 品 人: 刘 刚  
责任编辑: 关山美  
装帧设计: 安然设计工作室  
责任审读: 付德华  
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: 三河市宏盛印务有限公司  
版 次: 2023年3月第1版  
印 次: 2023年3月第1次印刷  
开 本: 710mm\*1000mm 1/16  
字 数: 200千字  
印 张: 14.75  
书 号: ISBN 978-7-5158-3598-3  
定 价: 58.00元

---

服务热线: 010-58301130-0 (前台)

销售热线: 010-58301132 (发行部)

010-58302977 (网络部)

010-58302837 (馆配部)

010-58302813 (团购部)

地址邮编: 北京市西城区西环广场A座  
19-20层, 100044

<http://www.chgslcbs.cn>

投稿热线: 010-58302907 (总编室)

投稿邮箱: 1621239583@qq.com

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

没有一条河流是平稳地流入大海的，千折百回是河流的宿命。

人生就像一条蜿蜒的河流，既有平缓的粼粼波光，也有水势湍急的弯道，还有让人心惊胆跳的瀑布。它从不停下前进的脚步，总是向着前方流去，在它历经的每一处都表现了自己最美的独特的身影，在匆匆前行的每一瞬间都蕴含着动人心弦的故事。

人生在世，都会在选择之后错过一些什么，人、事、职业、婚姻、机遇等，这些都可能与擦肩而过。正因为如此，人生才显得匆匆又匆匆。人生中有无数次选择，如果你错过了太阳，请不要再错过月亮。我们需要学会释然，暂且放下沉重的包袱，向前看，往前冲。

不要悲，不要伤，即使还有风和浪；向前进，莫彷徨，风雨过后见太阳！

人一旦将目光投向前方，就会在一个更为宽广的时间维度里审视每一个苦难。纵是今日如山一样沉重的负担，在时间的长河里终归会成为一粒沙尘。如此，思想不至于走进死胡同，心灵也不至于干涸枯死。

既然选择了前方，便要风雨兼程。前路是平坦还是泥泞，都在意料之中。弃我去者，昨日之日不可留，乱我心者，今日之日多烦忧，长风万里送秋雁，对此可以酣高楼。

据说，世上只有两种动物能够登上金字塔顶，一种是老鹰，一

种是蜗牛。它们是如此不同，老鹰矫健、敏捷，蜗牛弱小、迟钝，可是蜗牛仍然与老鹰一样能够到达金字塔顶端，它凭的就是永不停息、坚持向前的精神！

艰难困苦，玉汝于成。每一个生命，只要一息尚存，就有无限可能。

向前奔跑吧！

作 者

2023年1月

## 目 录

### 第一章 放下昨天，为了更加轻盈的出发

每天都是一个新的起点 /3

频频回头的人，自然走不远 /6

中途下车的人很多，不必耿耿于怀 /9

人生只有回不去，没有什么过不去 /12

人生就是一边拥有一边失去，一边选择一边放弃 /16

来路无可眷恋，值得期待的只有前方 /21

### 第二章 假如不能告别往事，那就告别过去的自己

不是放不下过去，只是走不出舒适区 /27

成为自己的太阳，无须凭借谁的光 /30

没有人天生平庸，但有人自甘平庸 /34

不自卑也不炫耀，不动声色地变好 /37

不再优柔寡断，学会当机立断 /43

真正的优秀是超越过去的自己 /47



找回健康，找回精力充沛的自己 /51

### 第三章 遭一蹶者得一便，经一事者长一智

不管做什么事情，都要三思而后行 /57

跌倒后爬起来还不够，要弄清楚为什么跌倒 /60

吃一堑，长一智 /62

身陷逆境，多想想自己错在哪里 /66

成年人最大的智慧是及时止损 /69

花点时间去学习别人失败的经验 /73

常规道路走不通，不妨试试逆向思维 /76

### 第四章 人生是场漫长旅途，要有目标，更要有行程攻略

知道自己为什么而活，就可以忍受任何一种生活 /83

做对的事情，而不仅仅是把事情做对 /87

可以有梦想，但不能空想 /92

目标要一步一步实现 /95

不要把梦想推给明天 /100

### 第五章 所谓前途，在目所不及的远方

眼界有多大，成就就有多大 /107

宜未雨而绸缪，毋临渴而掘井 /110

永远不要忘记诗和远方 /113

莫太在意眼前得失 /116

## 第六章 做人当有大格局

格局就是一个人的眼界和心胸 /121

有大格局才有大事业 /125

一个人的格局，藏在他的胸襟里 /128

站在万人中央，成为别人的光 /132

## 第七章 日积跬步，方至千里

当你待在原地时，其实你在倒退 /137

所谓进步，就是努力做好能力以外的事 /140

你要不慌不忙，慢慢变强 /143

每天进步一点点 /147

## 第八章 保持热爱，奔赴山海

每一份热爱，都不应该被辜负 /153

长风破浪会有时，直挂云帆济沧海 /157

别怕路长梦远，总有星河照耀 /160

追梦的人，眼里会有光 /164

点燃你的做事热情 /168

把工作当成事业，而不是赚钱的工具 /172

## 第九章 做三四月的事，在八九月自有答案

眉毛上的汗水，眉毛下的泪水，你总得选一样 /179



## 向前进，困难尽处是成功

幸运的人，都在你看不到的地方默默努力 /182

没人会嘲笑竭尽全力的人 /184

努力只能及格，拼尽全力才能赢 /188

### 第十章 无论天空如何阴霾，太阳一直都在

触底反弹的奇迹，不过是挣扎着撑到最后一刻 /195

与其抱怨身处黑暗，不如提灯前行 /199

总有一段路，要一边哭着一边走完 /201

就算穷途末路，也不能认输 /204

可以被打倒，但不能被打败 /207

### 第十一章 流年笑掷，未来可期

凡是过往，皆为序章 /213

乾坤未定，你我皆是黑马 /216

要努力呀，为了想要的生活 /220

没有人一帆风顺，但无论何时都要向前看 /223

比山高的是人，比路长的是脚 /227

# 01

## 第一章 放下昨天，为了更加轻盈的出发

有一个夜晚我烧毁了所有的记忆  
从此我的梦就透明了  
有一个早晨我扔掉了所有的昨天  
从此我的脚步就轻盈了

——泰戈尔



## 每天都是一个新的起点

前些日子，我去北京出差，刚好我的侄子在北京五道口某高校读书，便抽空去探望了他。

我静静地在校门口等他，不一会儿，远远地看见他背着大书包向我小跑而来。“刚下课啊？”我问，随手递给他一瓶刚买的冰镇饮料。

“上午没课，我在图书馆看书来着。”侄子笑着拧开瓶盖，咕咚、咕咚地喝了一大口。

“已经是天之骄子了，还这么拼！”我打趣他。回想我读大学那会儿，只有考试前的半个月才会临时抱佛脚。

侄子是前一年参加高考的，稳定发挥，考到了现在的985院校。

那个暑假，查到成绩后，全家人都在想，一定要带孩子好好出去玩玩，毕竟辛苦读书十几年，终于迎来出头之日，非得好好放松一下不可。然而，侄子却用爸妈奖励的一万元钱，报名参加了英语六级培训班和驾校，仍然像高中时一样努力。

“成绩只能代表过去。虽然考上了理想的大学，但是身处高校云集的五道口，放眼望去到处是比我优秀的人，地铁站里与我擦身而过的可能就是某省的高考状元、清华的硕士、北大的博士……在这样的环境里，实在没有什么可自满的。”侄子半开玩笑地说，



“我的征途是星辰大海，不能躺在功劳簿上吃老本。”

想不到这么小的孩子竟然有这种思想境界，我自叹不如。

这不禁让我想到了英国前首相劳合·乔治，他有一个习惯——随手关上身后的门。

有一天，乔治和朋友在院子里散步，他们每走过一扇门，乔治总是随手把门关上。“你有必要把这些门都关上吗？”朋友很是纳闷。

“哦，当然有。”乔治微笑着说，“我这一生都在关我身后的门。你知道吗？这是必须做的事。当你关上门的时候，也将过去的一切留在了后面，不管是美好的成就，还是让人懊恼的失误，然后，你才可以重新开始。”朋友听后，陷入了沉思中。

乔治正是凭着这种精神一步一步走向了成功。随手关上身后的门，我们才能更好地专注于眼前的事物，把更多的精力放在当下的事情中，忘记过去，让一切重新开始。

都市里常常出现这样一种现象：好多男人下班不是径直回家，而是把车停好后，在车里坐一会儿，抽支烟，平静一下心态。我的邻居小陈也是这样。有一次，我问他为什么要这样。他告诉我：

“工作中总有许多不如意，但家里面是我的妻子和孩子，我不能让懊恼的事情影响到我的家庭、我的生活。所以，我必须在见到他们之前，把所有的不开心全部卸掉，把所有的烦恼留在家门之外。”

是的，生活中有太多的不如意，生存的压力、生活的艰辛，像一座座大山，压垮了許多人。当所有的压力像潮水般来袭，你又如何承担？是将其扛在肩上，像蜗牛般缓步向前；还是将它们轻轻放下，勇敢地迎接明天的太阳？也许，后者是更好的答案。

## 第一章 放下昨天，为了更加轻盈的出发

古英格兰的一位王子接任了父亲的王位，率兵出征。临出发前，白发苍苍的老国王交给他一枚有盖子的戒指，告诫他只能在打完仗后打开看。战争出奇的顺利，新国王志得意满，准备凯旋。这时，他想起了父亲的话，打开戒指上的盖子，只见到一行字：“一切都会过去。”新国王一下子醒悟过来，重整军队，谨慎行军，最后挫败了敌人的偷袭。

过去的事，也许有值得留恋的辉煌业绩，也许有追悔莫及的遗憾，但这都已经成为过去。背负着昨天痛苦、挫折、失败的阴影，无法做到豁达、坦然，只会使脚步沉重，最终阻碍事业发展；时刻把昨天的荣耀记挂在心头，也会让人骄傲自满，羁绊住前进的脚步。

我们要学会忘却过去，把所有往事当成一场落花，无论曾经是绚烂繁华还是枯萎凋零，都已归于尘土。下一个春季，还会有新的花开。只有把每一天都当成一个新的起点，才能青春永驻，充满活力地迎接新的成功。



## 频频回头的人，自然走不远

2021年8月，在一次业内会议上，我遇到了之前公司的同事小慧。午餐时间她向我讲起“八卦”：“知道吗，去年年底，林威被裁员了。”

我有点吃惊。

林威是我过去的领导。那时我初入职场，他是部门主任，我是他手下的菜鸟小兵。他平易近人，对部门员工都很好，经常语重心长地告诫我们：“年轻人要勤奋上进。”他也常常讲起自己的辉煌历史：从本科一路到博士，顺顺利利，一直都是导师特别喜欢的学生；初入职场时，一心扑在工作上，常常加班到凌晨，甚至在办公室里准备了睡袋；工作四年就在这家人才济济的上市公司升为部门主任，是单位里最年轻的中层领导……

在我的印象里，他是一个很优秀的人，裁谁也不应该裁他。

但是从小慧的口中，我听到了关于林威的另一个版本——

林威进入公司整整十年，最初几年确实一心扑在产品研发上，所以才会那么快速升职。但是，自从做了部门主任，改为管理岗位，他渐渐失去了过去的拼劲儿。在主任的位置上，他送走了一批又一批的年轻人。原来在他手下的一些人，现在有的做了其他部门

## 第一章 放下昨天，为了更加轻盈的出发

的负责人，有的甚至已经做到经理一级，成了他的领导。而他还在日复一日地对着新员工回忆他的光辉历史——只是不再说自己“是单位里最年轻的中层领导”，因为他早已经不是了。

我忍不住唏嘘：原本那么优秀的一个人，却陷在过去的荣光中无法自拔，忘了走脚下的路。

诚然，人都是有感情的，回首过去路上的点滴，或于会心处微微一笑，或于悲伤处流滴眼泪。然而，无论昨天发生了什么，它都已经成为往事。死死地抓住昨天不放，只能让回忆捆绑住自己的心灵，把自己关进回忆的牢笼，折磨的只有自己。

有一个人，在他23岁时被人陷害，在监狱里待了九年。后来冤案告破，他开始了数十年如一日的反复控诉、咒骂：“我真不幸，在那么年轻的时候遭受冤屈，在监狱里度过本应最美好的时光。那简直不是人待的地方，狭窄得连转身都困难，窄小的窗口几乎看不到阳光，冬天寒冷难忍，夏天蚊虫叮咬。即使将那个陷害我的家伙千刀万剐也难解我心头之恨啊！”

73岁那年，在贫困交加中，他终于卧床不起。弥留之际，牧师来到床边，对他说：“可怜的孩子，去天堂之前，忏悔你在人世间的一切罪恶吧！”病床上的他依然对往事怀恨在心、耿耿于怀：

“我没有什么需要忏悔的，我需要的是诅咒，诅咒那些施予我不幸命运的人。”牧师问：“你因受冤屈在牢房里待了多少年？”他恶狠狠地告诉了牧师。牧师长长叹了一口气：“可怜的人，你真是世界上最不幸的人，对你的不幸我感到万分同情和悲痛。他人囚禁了你九年，而当你走出监狱本应获取永久自由时，你却用心底的仇



恨、抱怨、诅咒囚禁了自己41年。”

他走不出过去的回忆，一直生活在过去的阴影中，直到死亡也没能让他醒悟，这样的人无疑是可悲的。一直生活在过去的悲惨里，怨怼蒙住了他的眼睛，回忆困住了他的心灵，使他再也看不到生活重新赋予他的希望，再也品尝不到生活的甜美与芬芳，也就从此与快乐绝缘。监狱关了他9年，可回忆却捆绑了他的一生。

在漫长的人生道路上，有着太多的酸甜苦辣、太多的喜怒哀乐以及悲欢离合。过去的一切，无论好的还是坏的，都已经过去，如果我们把这一切包袱都背在身上，走得岂不太累？还怎能去体会人生其他乐趣呢？如果往事不堪回首，还硬去回首，岂不是自作自受？

总是背负着过去的包袱，就无法行走于当下的路程；走不出回忆的牢笼，心就只能被过去捆绑，品尝不到当下的甜美，一生也就只能在虚幻中度过。

我们每个人都有着对过去的回忆，或者是美好、甜蜜的，或者是悲伤、痛苦的。然而，无论是美好的还是悲伤的，过去的都已经过去了，最重要的是当下，是当下我们生活的点点滴滴、分分秒秒。

频频回头的人是走不远的。只有走出回忆的牢笼，才能走好脚下的路，才会有灿烂的明天。