

# ——敢走泥泞的路， 才能留下清晰的脚印——

周凯学◎ 编著

- 刻在石头上的字可以经受万年的风吹日晒
- 留在木头上的字可以抵挡十年的雨水冲刷
- 写在纸张上的字可以忍受几月的书虫咬蚀
- 描在沙滩上的字，一个浪花就无处寻觅




中国纺织出版社有限公司

国家一级出版社

电话：010-67004158

# 敢走泥泞的路，才能留下清晰的脚印

周凯学 编著

 中国纺织出版社有限公司

## 内 容 提 要

人生总会遇到弯路和坎坷，但谁也没办法替你走完，只有你自己走上泥泞的路，才能留下清晰的脚印，才能抵达梦想的终点站。

本书阐述人生旅途中的种种艰辛，有荆棘、有阵雨、有弯路，深入分析泥泞道路上所需要具备的耐力、勇气、乐观等品质，阐明“敢走泥泞的路，才能留下清晰的脚印”的真理。如果你正在迷茫，那么请选择走泥泞的那条路吧。

### 图书在版编目（CIP）数据

敢走泥泞的路，才能留下清晰的脚印 / 周凯学编著.  
—北京：中国纺织出版社有限公司，2021.4  
ISBN 978-7-5180-7549-2

I. ①敢… II. ①周… 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（2020）第112130号

---

责任编辑：张 羽 责任校对：高 涵 责任印制：储志伟

---

中国纺织出版社有限公司出版发行

地址：北京市朝阳区百子湾东里A407号楼 邮政编码：100124

销售电话：010—67004422 传真：010—87155801

http://www.c-textilep.com

中国纺织出版社天猫旗舰店

官方微博http://weibo.com/2119887771

三河市宏盛印务有限公司印刷 各地新华书店经销

2021年4月第1版第1次印刷

开本：880×1230 1/32 印张：7

字数：165千字 定价：39.80元

---

凡购本书，如有缺页、倒页、脱页，由本社图书营销中心调换

# 前言



生命因坎坷而精彩。

是继续工作呢，还是休息一下？是现在开始做事，还是一会儿再做？反正这也并不着急。是努力一把，还是安于现状？这些想法的转换是不是特别熟悉？是的，它可能存在于我们每个人的生活里。每每到这种抉择的时候，我们会做出怎样的选择呢？或许大部分人都会选择安逸的生活、舒适的状态吧。

人生就像是漫长的旅程，当然对任何人来说，独自前行都是最辛苦的，我们可能在路途上遇到一片荆棘，遇到雷阵雨，遇到上坡路，这时我们怎样选择呢？是坚持走下去还是停留在原地？是与困难抵抗还是退缩不前？当然，不管做出什么样的选择都没有错，不管是坚持下去还是停留原地，我们可能都会遇到不同的风景，实在不行还可以再选择一次。但是，人生与旅行不一样的是，我们没有办法在同一个地方选择两次。那么，在人生道路的选择上，请选择那条泥泞的路，因为可以留下更清晰的脚印。

生活就是受虐的过程，我们可能想退缩、想逃避，一旦我们选择轻松的那条路时，那我们做事的认真态度就会大打折扣，也容易埋下失败的种子。从我们踏上那条更泥泞的道路时，就需要打起十二分精神，坚持下去，不管失败与成功，那



敢走泥泞的路，  
才能留下清晰的脚印

都是一次自我挑战，更是一次难得的历练。选择泥泞的路走下去，即便失败了，也完成了自我的挑战。既是如此，我们就应该把“选择泥泞的那条路”作为行事准则。

松浦弥太郎说：“迷失的时候，选择更艰辛的那条路。”或许你也想过放弃，也想过随波逐流，也想过剑走偏锋，也想过走最简单的路，但却可以选择走更艰辛的那条路。俗话说得好：“人往高处走，水往低处流。”我们选择那条更泥泞的路，就是为了更高地拓宽眼界，增长阅历，孜孜不倦，追求更上一层楼。一旦我们踏上泥泞的道路，就应该善始善终。有一个好的开始就是成功了一半，不管一件事情艰难与否，能够坚持到最后的人才是最后的赢家，才是人生的赢家。

编著者

2020年11月

# 目录



- 第1章 人生多泥泞，勇敢走过才不留遗憾 || 001
- 泥泞路上，留下征服者的脚印 || 002
- 做人生的鼓手，始终行走在前列 || 004
- 即使匍匐在地，也要继续前行 || 007
- 做个有雄心的人，激情将被点燃 || 010
- 认真做事，把事情做对 || 014
- 让梦想沉淀，雄心与努力并行 || 017
- 第2章 努力向前的人，终能走出自己的人生之路 || 021
- 坚持梦想的人，才能让人生梦想成真 || 022
- 主动求变，成长路途上砥砺前行 || 024
- 没有伞的孩子，必须奔跑 || 027
- 最美的梦想指引心的方向 || 030
- 天才，就是努力的力量 || 032
- 为了心中的梦，点燃全身的热血 || 036
- 第3章 敢于面对苦难的人，总能将不幸转化为幸运 || 041
- 所有的不幸都带着几分祝福 || 042
- 所有胜利的第一条件，就是战胜自己 || 047
- 做一个永远打不倒的不倒翁 || 049



敢走泥泞的路，  
才能留下清晰的脚印

浪费时间是虚度，利用时间是生活 || 052

命运不曾偏爱任何人 || 056

走在低谷里，也要仰望高峰 || 059

#### 第4章 你的不屈不挠，是成就自己的最好方式 || 065

从苦难中崛起的强者，成就非凡人生 || 066

给自己一片危崖，成就壮丽人生 || 068

与厄运抗衡，傲然伫立命运之前 || 070

成功意念，心想才能事成 || 072

面对磨难，越挫越勇 || 075

#### 第5章 思想有多远，人生就能走多远 || 079

有些风景，到达山巅才能看到 || 080

勇敢地打破内心的局限 || 082

放下心灵的重负，勇敢高飞 || 085

拓宽视野，人生无限可能 || 089

人生知足也要不满足 || 092

创新思维，财富是想出来的 || 095

#### 第6章 不敢冒险，才是人生最大的冒险 || 099

满足于安逸舒适会失去自身的力量 || 100

天才就是努力到极致 || 103

经营时间，让它开花结果 || 106



- 敢于冒险，攀登更高的山峰 || 109
- 踏破荆棘，前方是康庄大道 || 113
- 出走半生，归来仍是你 || 117
- 第7章 困难总有尽头，谁也不该轻易放弃 || 121
- 坚持到最后，也笑到最后 || 122
- 逆境中坚持下来，决不放弃 || 125
- 坚持，守得云开见月明 || 128
- 一旦轻易放弃，就会一无所有 || 131
- 勇往直前，把握好命运之舟 || 134
- 最后能成功的，都是熬得下去的人 || 137
- 第8章 去抓取和创造机会，命运绝不能只依靠等待 || 141
- 成功只属于真正的勇敢者 || 142
- 不管黑夜多么漫长，黎明总会如约而至 || 145
- 把握机会，扼住命运的咽喉 || 147
- 努力，是为了更多的选择 || 151
- 抓住一切机会，创造人生的辉煌 || 155
- 用所有时间努力奔跑 || 157
- 第9章 在失败中汲取营养，去浇灌成功的花蕾 || 161
- 失败是人生进步的阶梯 || 162
- 不怕失败，就等于成功了一半 || 164



敢走泥泞的路，  
才能留下清晰的脚印

坦然面对失败，从容迎接成功 || 166

只有先苦过，才能品味到甘甜 || 169

永不服输，才能赢得人生 || 172

学习走路，就要摔很多的跟头 || 175

## 第10章 勤奋让天资得以发挥，行动让梦想得以成真 || 179

生命因勤奋而熠熠闪光 || 180

一步领先，则步步领先 || 183

逐个实现目标，奔向梦想终点站 || 186

每天比别人多出一个小时 || 190

只有行动，才能决定价值 || 193

## 第11章 做好小事和细节，向往成功的人永远不能怕麻烦 || 197

如果没有苦涩，就不会有甜蜜 || 198

生命不息，折腾不止 || 201

心中一盏明灯，照亮未来 || 203

做好每件小事，积跬步以至千里 || 206

开动脑筋，想办法解决问题 || 209

把小事做细，把细事做透 || 211


## 参考文献 || 216



## 第1章

---

### 人生多泥泞， 勇敢走过才不留遗憾



如果把人生比喻为行走之旅，那么这条路上总会充满泥泞与水洼，一脚踏进去，可能泥点便溅湿了鞋子，或许走了很长一段旅途之后，便会心生困顿。然而，不管如何，我们只有走过泥泞，才能迎来成功。



敢走泥泞的路，  
才能留下清晰的脚印

## 泥泞路上，留下征服者的脚印

细心的朋友们会发现，走在坚硬的地面上，很少有人能够留下脚印，而走在充满泥泞的道路上，却会留下清晰的脚印。这是因为坚硬的地面走起来很容易，也让人生的脚步变得轻飘飘的。而泥泞的地面走起来尽管艰难，却能够给人更深刻的理解和感悟，也会促使人不断地成长和成熟。人生的道路漫长而又曲折，几乎人人都盼着自己的人生之路一帆风顺、顺遂如意，然而，人生不如意十之八九，这也注定了每个人在人生之路上都要走过坎坷和挫折，才能到达理想的彼岸。既然如此，我们还有必要在面对人生的困境时犹豫不决，且瞻前顾后吗？纵使前面是刀山火海，如果人生没有退路，我们也只能勇往直前。

如今，明星的出镜率很高，也有无数人羡慕明星的光鲜亮丽，羡慕明星的星途一片灿烂。但是他们却不知道，那些看似高高在上的明星在真正出名之前曾经吃过多少苦，又付出了怎样的艰辛努力。这个世界上，既没有免费的午餐，也没有一蹴而就的成功，一个人要想与成功结缘，就要超越自己的内心，让自己变得坚强勇敢。众所周知，好莱坞硬汉史泰龙是个大名鼎鼎的演员，但似乎却没有人知道，史泰龙在真正成名之前，遭遇了多少坎坷挫折与无情的拒绝。看了史泰龙的事迹，也许



我们对于成功就会有更深刻的理解和感悟。

高中毕业后，史泰龙就梦想着成为众人瞩目的演员。然而，他既没有优秀的外形条件，也没有进行过表演方面的学习，更没有任何表演的天赋，可想而知，对他而言要想在演艺道路上崭露头角是多么艰难的事情。但是史泰龙并没有放弃，而是努力去做，一步一步地接近自己的理想。

正如人们常说的，世界上的事情都怕认真二字。史泰龙想到了就当即去干，他去到好莱坞，四处拜访制片人、导演和明星，甚至想方设法与那些普通的演员攀上关系。然而，他把所有能找的人都找了个遍，依然没有如愿以偿当上演员。为了最大限度接近自己的梦想，史泰龙进入好莱坞当零工、打杂，做各种各样的笨重活儿。他一边工作，一边寻找机会，为了当上演员，甚至亲自创作剧本。有一个导演虽然看上了他的剧本，却拒绝由史泰龙担任主角，为此，史泰龙充满希望的心又暗淡下来。即便如此，史泰龙也没有气馁，后来终于有一个导演愿意先拍摄几集史泰龙的剧本，也答应让他担任主角，但是史泰龙最终能否继续出演，则要看他的表现。出乎这个导演的预料，史泰龙主演的电视剧刚刚播出第一集，就突破全美最高收视率，创造了电视剧的收视奇迹。从此之后，史泰龙成为整个美国乃至全世界都声名显赫的大牌演员。



敢走泥泞的路，  
才能留下清晰的脚印

如果史泰龙在最开始遭遇拒绝时就选择放弃努力，那么如今的好莱坞就会少一个硬汉演员，而多一个默默无闻的勤杂工。正是因为史泰龙的坚持，正是因为他决不放弃的精神，他才能够的人生中有更好的发展，也才能够突破自我、成就自我。

每个人都应该记住，在这个世界上，只有在充满泥泞的道路上，才能留下征服者的脚印。否则，遇到小小的困难就放弃了，面对很多事情都措手不及、不知所措，那么最终的结果就是黯然失败，再无任何成功的可能性。记住，人生掌握在你的手中，命运也掌握在你的手中，你的心决定了人生的方向，你的努力决定了你在人生之路上能够走多远。朋友们，选择一条属于自己的道路，坚定不移、勇往直前地走下去吧！

## 做人生的鼓手，始终行走在前列

在人生路上，我们常常会面临很多的危险，也需要做出让自己感到很紧张的抉择。由此，我们可以说人生是由一个个选择组成的，因为不管是成功还是失败，都是选择的结果。要想拥有从容的人生，我们就要在面对人生的时候做出理性的决断，而不要总是患得患失、犹豫不决。要知道，既然是选择，就要承担风险，尤其是很多事情并没有先前的经验可以借鉴，在这样的情况下，就更是理性思考、全面衡量，从而在打定



主意之后勇往无前地去做。这样的人生，才会充满无限的可能性，也才会精彩绝妙。

很多人都胆小，他们不愿意承担人生的风险，害怕因此而陷入人生的旋涡和困境之中无法自拔。实际上，喜欢炒股的朋友都知道，风险总是无处不在的，有的时候，更高的收益一定伴随着更高的风险，这个世界上绝对稳妥的事情根本没有。所以我们要做的不是躲避风险，而是要调整好自己的心态，让自己勇敢接纳生命本来的样子，也从容不迫地面对人生、悦纳人生。

曾经有一位名人说，人最大的敌人就是自己。这是因为对于每个人而言，往往由于主观意识的局限性而导致陷入自我认知的误区，也无法主动自发地调整好心态。面对人生的各种困境，人难免会有趋利避害的本能，如果任由这种本能发展，则人生就会止步不前。也有很多人抱怨人生一成不变，其实，一成不变不是由命运决定的，而是由人的心态决定的。只有敢于冒险的人，才能给予人生无限的可能性，也因为敢想敢干，他们就像是人生的鼓手一样，始终行走在前行的前列。

塞伦盖蒂大草原位于辽阔的非洲，每到夏天的时候，非洲干旱少雨，塞伦盖蒂大草原也会陷入干旱少雨的状态，为此原本生活在塞伦盖蒂大草原的角马，就没有足够的水源可以饮用。为了生存，它们不得不长途迁徙，奔赴马赛马拉湿地。马赛马拉湿地与塞伦盖蒂大草原相距遥远，角马必须长途奔袭。



敢走泥泞的路，  
才能留下清晰的脚印

在这个迁移过程中，它们唯一经过的水源就是格鲁美地河，除此之外，它们只能忍受干渴。对于角马而言，格鲁美地河就像是它们行程中的驿站，可以帮助它们补充身体所缺的水分。然而，格鲁美地河可不像它的名字听起来这么美，它是水源地不假，但它不仅是角马的水源地，也是其他各种生物赖以生存的水源地。为此，格鲁美地河有很多的大型凶猛食肉动物，水里还有鳄鱼悄无声息地潜伏着。

在靠近格鲁美地河的时候，有些胆怯的角马由于害怕危险，选择不去喝水，但是没有得到水分补充的它们在继续前行的过程中，往往都被渴死。而有些角马胆量比较大，也想得清楚不喝水是必死无疑，喝水也许还能得到活路这样的道理。为此，它们冒着生命危险去河边喝水，它们快速果断，很快就吃饱了。然后，它们飞速离开河边，奔向马赛马拉湿地。

不同的角马有不同的选择，有的选择远离危险，却也失去了生机；有的选择冒险，只要很小心很快速，就能大大提升成功求生的概率。在现实生活中，我们也和角马一样常常需要冒险，如果为了躲避危险、拒绝失败，而把成功的可能性也完全抹除，那么就会彻底与成功绝缘。做人，不能因噎废食，不管是面对从未经历过的事情，还是要面对曾经遭遇过失败打击的事情，我们都更要更加努力进取，勇敢无畏地去尝试，去做到最好。

现代社会，竞争如此激烈，如果一个人在面对人生的时



候总是故步自封，甚至把自己当成套中人一样藏起来，不愿意面对真实的生活，那么他就会失去很多的机会，也会导致自己的成长处于停滞的状态。记住，没有风险就没有收益，不会冒险的人也永远不可能获得举世瞩目的成功。如果你愿意破釜沉舟，放手一搏，你的人生一定会绽放异样的光彩，你的未来也一定会呈现出与众不同的精彩！

## 即使匍匐在地，也要继续前行

每个人都希望自己的人生是蜜里调油，但是实际上人生从来不是甜蜜的，也不会是一帆风顺的。面对人生，我们总是会遭遇各种坎坷挫折，也会在无形中发现人生总是无奈，总是带给我们很多的惊喜和更多的惊吓。难道我们因此就要放弃人生，在人生中彻底舍弃自己吗？当然不是！我们反而要更加勇敢无畏地面对人生，也要在人生道路上无所畏惧地坚定前行。既然哭着也是一天，笑着也是一天，我们为何不笑着度过人生中的每一天呢？既然面对人生悲苦也是一程，喜悦也是一程，我们为何不拼尽全力从生命历程中感受欣喜呢？人生固然是由很多客观存在的事情组成的，但实际上，人生更大程度上取决于我们的内心。心若改变，世界也随之改变。当我们梦想着改变世界的时候，也许会毫无收获，而如果我们能够先改变自己，反而会



敢走泥泞的路，  
才能留下清晰的脚印

无形中影响身边的人和事情，从而让一切都得到改变。

人生的底色从来不是绚烂，而是灰蓝色调的沉重和朴素。所以不要期望着人生如同烟花般绚烂多彩，而是要努力地调整好自己的心态，也要全力以赴激发自己的行为 and 斗志，从而让自己即使匍匐在地也要继续前行。曾经有一位记者采访一个百岁老人：“您活过了一个世纪，有什么感想呢？”老人含糊地说：“熬。”记者一开始没有听清楚老人的话，老人再次清晰地吐出一个字——“熬”。记者感到很惊讶，原本她以为老人活过百岁，一定会对人生有很多的感慨，没想到老人却以这么一个字作为总结。然而仔细想想，老人经历过封建社会，经历过战争，如今生活在和平的年代里，她的一生饱经磨难，所以她以“熬”字作为对人生的总结，其实是很贴切的。人生就是需要熬，熬也是对于时间最形象生动的诠释。通常情况下，快乐的时光总是过得很快，而艰难的时光就需要熬，才能不断地努力前行，才能从容地应对自我。也只有熬过去，人生才会有更加绚烂的绽放。

人的本能都是趋利避害，很多人面对人生的坎坷与困厄，常常会胆怯，也会感到内心焦灼不安，甚至故意逃避。其实，只要活着，就要面对一切，就要在人生前进的历程中不断地努力进取，才能让自己有更好的成长和发展。生活从来都不是甜蜜的，更多的是苦涩，有的时候命运之手最爱捉弄人，还常常会让我们陷入各种被动的状态之中无法自拔。在这种情况下，