

《不放弃》

图书基本信息

书名：《不放弃》

13位ISBN编号：9787214162628

出版时间：2015-11

作者：（韩）任宰成

页数：256

译者：杭宇

版权说明：本站所提供下载的PDF图书仅提供预览和简介以及在线试读，请支持正版图书。

更多资源请访问：www.tushu000.com

《不放弃》

内容概要

每个人都想成功，每个人成功标准却不一样。但无论哪一种成功，都要经历梦想的憧憬、目标的确立，然后是强烈的欲望、具体的行动、坚定的信念、高昂的激情、无比的专注和不轻言放弃的坚持这几个过程。

现在很多年轻人，有憧憬有梦想，却很少有人真正为了自己的目标做出具体的计划或努力。要么还没开始便被残酷的现实吓倒，轻言放弃。要么空有一腔热情却毫无可行的计划，更无从谈专注和坚持。在这本书里，作者希望告诉大家，在大好青春里不应该放弃的那些事。希望此书可以给你满满的正能量，让年轻的你在徘徊不定的二十青春纪不再踌躇迷惘。

《不放弃》

作者简介

任宰成

愿景讲师，以帮助青少年树立正确的人生价值观、为他们引导正确的人生之路为己任。他读书广博，非常关注青少年的成长和未来，曾出版《用未来自传，设计你的梦想》。

时下很多青少年只看重眼前成绩、空有远大梦想而缺乏具体计划和行动的现象令任宰成感到忧虑，他决心帮助青少年扶植他们心中的梦想。2005年，他成立了自己的青少年文化院，亲自指导青少年确立人生目标并付出具体行动，开展了一系列“为青少年写下未来自传”的讲座，以帮助他们勾勒出自己的人生蓝图并指导他们如何去实践。

书籍目录

CONTENTS 目录

前言 001

Vision

与十年后的自己对话

想象梦想实现后的样子 003

决定我们未来的到底是什么？010

如何树立正确的价值观？017

丁零丁零，请设计你的未来 024

Belief

坚定不移地走下去

只有坚信才能成功 035

坚如磐石的信念 041

你好！信念！047

坚定信念的第一步，请转变思维体系 051

Passion

让心火燃烧

热情是成功的基石 059

陀思妥耶夫斯基、Rain、张永宙以及“非洲圣人”阿尔伯特·施韦泽的共同点是什么？065

让世界为之疯狂的“乱打”艺术的秘密 071

梦想成真，2002年足球神话的秘密 077

Patience

我在慢慢地强大着

毕加索、弗洛伊德、爱因斯坦以及斯特拉文斯基的共同点是什么？085

如果当初不放弃…… 091

每当失败，你的意志是否动摇了？097

我人生的巅峰尚未到来 102

Positive

不是危机，而是机会

按照所思所言去做 109

不良少年，成了世上最优秀的医生 115

画出理想中的自己 121

奥普拉·温弗瑞成为脱口秀女王的秘诀 127

Honesty

正直，是人生成功的向导

如果你想成功，首先请做一个正直的人 133

凡事应做到无愧于心 139

请培养敢于正直的勇气 146

只有正直，才使人信赖 152

Self-control

是选择主动自我管理，还是选择受控他人？

节制，是实现自我管理的前提 161

请管理踌躇彷徨的心 167

培养辨别力，让自己做到节制 172

请制作节制的清单 178

Gratitude

让自己心动，让自己幸福

《不放弃》

感恩，成就幸福 189
拒绝负面情绪的影响 196
消除攀比、欲望和抱怨的心 201
无论如何，都请保持感恩的心 207
Compassion
坚定自己的存在
爱，是让人改变的唯一方法 215
关怀，是让所有人都幸福的沟通方法 223
谦逊，是一种放低姿态的幸福 229
因分享而收获的喜悦，让人上瘾 236
后记 243
附录 245
注释 248

《不放弃》

精彩短评

- 1、学会节制，放弃“只试一次”的想法，
- 2、这一切，终将过去。
- 3、每一个成功都是源于自己的坚持与韧力，还怕将来收获自己的小成功吗？
- 4、每个人都想成功，每个人成功的标准却不一样。但无论哪一种成功，都要经历梦想的憧憬、目标的确立，然后是强烈的欲望、具体的行动、坚定的信念、高昂的激情、无比的专注和不轻言放弃的坚持这几个过程。
现在很多年轻人，有憧憬有梦想，却很少有人真正为了自己的目标做出具体的计划或努力。要么还没开始便被残酷的现实吓倒，轻言放弃。要么空有一腔热情却毫无可行的计划，更无从谈专注和坚持。在这本书里，作者希望告诉大家，在大好青春里不应该放弃的那些事。希望此书可以给你满满的正能量，让年轻的你在徘徊不定的二十青春纪不再踌躇迷惘。
- 5、坚持住自己的梦想，总有一天会收获成功的喜悦，生活就会更加爱你。
- 6、还不错，偶尔打打鸡血挺好！
- 7、竹子用了4年，仅仅长了3cm，从第五年开始，以每天30cm的速度疯狂的生长，仅仅用了六周就长到了15米。其实，前面的四年，竹子将根在土壤里延伸了数百平米。做人做事亦是如此，不要担心你此时此刻的付出得不到回报，因为这些付出都是为了扎根。只要有坚持不放弃的精神，终会达到成功的彼岸！
- 8、实现梦想，必定属于坚持不懈的人！
- 9、愿现在的努力，对得起未来的自己！
- 10、信念——就是坚信自己一定可以实现自己树立的未来目标，从不疑惑，从不动摇的心！

1、文/友竹这是一本韩国人写的书，作者任宰成是一位愿景讲师，一向致力于帮助青少年树立正确的三观及梦想。所以说本书特别适合青少年阅读，就是再自然不过的事了。书中充满了各行各业的名人故事，当然韩国杰出人物的励志故事更多。在这里你不仅会读到富兰克林、林肯、马丁路德金、克林顿、奥普拉·温弗瑞等人的故事，更能了解到金妍儿、郑周永、韩飞野、姜秀珍、权正生、张启吕等人的感人事迹。作者开篇就强调，想要让梦想照进现实，首先要有明确的愿景。他说，愿景不同于梦想，而是关于“一定要做到什么，一定要成为什么”、并且有具体期限和相应执行的执行计划。无计划、无行动的梦想不是愿景，而是一阵飘忽不定的风。近来读的很多文章都在强调“说与做”、“想与做”的区别，本书也不例外，着力论证了“实干”的重要性。在确定自己一定“要做到什么，或成为什么”这一目标之前，要求我们首先得树立正确的价值观。所谓正确的价值观，就是要以正面心态来选择以后要走的路、要做的事——必须是做对周围的人及社会有益的人。“对社会和他人有益”，意味着我们的行为要符合道德和伦理规范、注重分享和奉献；以及在追求目标的过程中拒绝对物质的极端追求和不择手段。当一个人有了清楚的人生目标和人生价值之后，他的人生便会不再充满彷徨和浪费。因为当清楚了人生的意义和目标并设计出了一步步去实现目标的方法之后，他会变得积极、有活力，生活也更加充实。并且，无论遭遇怎样的挫折不幸，日夜为之奋斗的目标都会提醒他不要放弃，只要照着规划的去做，美好的前景总有一天会来到身边，带给他无与伦比的骄傲和荣耀。此外，在为愿景实现的奋斗过程中，千万要保持坚定的信念。而要保持坚定的信念，我们就要训练自己把目光放长远一点，绝不能只盯着眼前的状态和困难。遇到困难时容易放弃是人类的普遍特性之一，我们需要竭力训练自己摆脱这种思维和倾向。向着目标坚持走下去，我们才能看到自己所要去的地方的样子。著名的美军将领托克代尔用亲身经历告诉个人和企业“不要因为相信成功的信念和眼前遭遇的残酷现实产生冲撞而使自己的想法混乱”。能够让人动摇信念的敌人是怀疑和恐惧。无论是自身产生的妄测还是周围传来的否定与消极之音，都有可能使我们产生放弃的念头。所以在选择的必要关头，我们必须努力变得胆大起来，不要被不利因素影响，而是要确信自己的愿景一定会实现。奋力一搏，虽败犹荣；不做任何尝试的放弃，则是真正的懦夫。所以，努力地过好每一个当下的今天吧，那样你才有资格谈论昨天和梦想明天。感谢本书让我在2015年末重新思考自己的人生价值和意义，除去以前那些混乱的东西，只保留人生的核心价值体系之后，感觉豁然开朗。此外，书里令人反复琢磨的金句很多，也是学生写作可引用发挥的好素材。其中，我最喜欢的一句是“天才无法战胜努力的人，而努力的人无法战胜真心热爱事物的人”。

2、其实，从几年前我刚接触某个行业的时候，就萌发了走这条路的想法。我把一切想的很简单很美好，但我仅仅是想，却从未付之行动。直到不久前我从这个行业的大神级人物的光彩中受到鼓励，才开始我的梦。可是现实是冰冷的，我的行动没有任何回报。我知道不是每个人都能被幸运之神眷顾到的。我迷茫，我踌躇，我徘徊不定，我不知道自己该不该继续。我很庆幸我遇到了这本书，它让我知道我的未来是由我自己勾勒出来的。我告诉十年后的自己：未来的你一定会感谢现在不放弃的自己。我挥手驱散阴霾，只为看清自己的路通向何方。只要看清了路，即使是黑夜我也能奋力奔跑，在曙光来临前，我会看到成功正对着我，在光明的衬托下，逆光而站的他更为神秘。现实是一盆冰水，而且是时不时加点冰块的那种。有时候，冰雾会模糊了眼前的世界，让自己不安；有时候，冰水会冰冻住自己的脚，使自己无法前进；有时候，也许还会“天上掉下个冰妹妹”，使自己遍体鳞伤。但那又怎样，心火燃烧，梦想就会绽放。我就是我，是颜色不一样的烟火。当烟火被点燃，绚丽的光芒是无法想象的。

3、小时候在看周星驰的电影时，深深的记住了这句台词：做人如果没有理想，跟咸鱼有什么区别？当时由于年龄还小，不懂得这句话深层的意义。现在在20几岁的我看来，人活着就是为了梦想，理想奋斗。如果连梦想都没有，那真是人生中的一个败笔。由于最近经历了一些事情，让我无意中看到了《不放弃》这本书。抱着看看鸡汤打鸡血的想法，翻开了它，心想着作为睡前故事看看也好。看完前言，我便如饥似渴的一口气把这240多页的书翻看完了。看完的感受一半激动，一半沉重。沉重的是，回想前20多年的人生，几乎没有一个理想因为坚持下去实现的。激动的是，感谢作者的“鸡汤”，教会我认清了自己的错误，并让我对未来充满信心和期待。其实，我们的心就是一片沃土，我们播下什么样的种子，就会结出什么样的果实。老话说的好“种瓜得瓜种豆得豆”，我们在内心种下不同的关于成功的信念，自然也会得到各不相同的成功果实。想要收获丰盈诱人的果实，种子就至关重要。

否则，即便我们有再肥沃的土地，即便土厚肥满，拥有最优越的栽培环境，若没有一颗好的种子，那么播种也无非是一场又一场的浪费。只有种下好的种子，才能结出丰硕的果实！当下我们拥有怎样的种子，决定着我们将拥有怎样的未来。所以，我们要重新审视自己的内心深层的愿望。最重要的是，我们要学会坚持，不放弃的精神！

4、《不放弃》：韩国的正能量“不野蛮”《不放弃》，这是一本韩国的励志书。作者任宰成是韩国著名的愿景讲师。近十年来，韩流一直持续不断地暴击我们的文化圈，在我们熟知韩国文化中的《我的野蛮女友》、《大长今》等等影视作品，再来看看正宗的韩版鸡汤书，是一件饶有趣味的事。顾名思义，《不放弃》的主题思想，张扬的是“永不言弃”，那么，“不放弃”的目的是什么？实际上就是书的封面列出的副标题：“你的梦想值得你拼尽全力”。核心关键词是梦想。每一个人都有梦想，但值得注意的是，作者在书中的第一章，首先讨论的是什么是我们的梦想。这种定位，实际是一种正本清源，只有概定好“梦想”的实质，才能找到“不放弃”的路径。升官发财，是梦想，追求财富和名利是梦想。为了这个梦想，“永不言弃”，是否有价值？是否是作者陈述的主题？不是。我们看到，在第一章里，作者提出了一个概念，就是梦想所代表的“价值”有两种，一种是“目的价值”，另一种是“手段价值”。追逐财富与名利，在作者看来，不过是一种“手段价值”。作者明确地提出：“手段价值，不过是我们追逐人生目标必经的过程而已。反之，清楚人生的目的价值，并为了实现这样的目的价值而努力奋斗的人生是饱满而丰饶的。”那么什么是“目的价值”。作者列出了一张三十多条的“价值目录表”，包括爱、自由、亲密感、安定感、冒险、平安、健康、热情、幸福、奉献、志愿、创造等等。在此基础上，作者精选出人生最主要的核心价值，也就是这本书所要阐述的核心内容。因此，我们可以看出作者的策略是，剔除了功利主义的“手段价值”，瞄准那些具有正能量意义的“目的价值”才是我们真正“不放弃”的标的。我们不由联想到，一度时期，我们的媒体上到处都在张扬着“恭喜发财”的庸俗贺辞，“利润最大化”也成为企业经营的最高准则，“唯利是图”、“唯钱是图”名正言顺地成为流行性的生存口号，然而，对照《不放弃》中提出的价值概念，这些只不过是“手段价值”，在实现了名与利之后，是否就能获得人生的幸福，作者作出了否定的结论与答案。确定了正确的人生价值观，下面作者阐述的“不放弃”便有了对应与指向正能量的意义。在作者采撷的例子中，有我们耳熟能详的国王用煮熟的种子测试少年的诚实，爱迪生克服自身弱点所体现出来的精神意志，林肯廉洁竞选的正直品质，等等。而值得注意的是，作为一本韩国的励志书，也深刻地烙印上韩国文化的印迹，我们发现，韩国的励志书与我们国内的这种书一样，也习惯把突出的个人事迹“削足适履”地填充进它需要的阐述主题中，于是，我们看到韩国的先贤丁茶山“视谎言为正直的最大敌人”，看到大宇重工的获得“名将”称号的金奎焕之所以取得国家顶级人才的荣誉，是因为他对“人生的热情”，而更让人感到颇有兴味的是，韩国足球队能够在2002年世界杯中成功闯进四强，也是因为对足球的“热情”，这是否可以作为足球成功的经验呢？励志书的定论是否具有技术的普适性？这恰恰是励志书所面临的最大的问题，励志书的说理构成，是确立一个主题，正如在本书中，作者把“不放弃”的具体路径，设定为：信念，热情，忍耐，肯定，正直，节制，感恩，怜恤，而作者选择的素材，被配合着填充进了这些主题之中，论证着这些题旨作为“不放弃”的支撑意义。可见，韩国的励志书与我们所习惯的鸡汤文有着相同的构成，从中我们能找到熟悉的叙述套路，这也是我们认为韩国的励志书一点不野蛮，反而给人一种会心的英雄所见略同之感，使我们接受起来一点障碍都没有，而其中提及的一些韩流风云人物的素材，如世界著名的韩流明星Rain(郑智薰)、韩国小提琴天才演奏家张永宙、韩国童话作家权正生、花样滑冰大满贯得主金妍儿，都显示出作者对韩流效应的依仗与移用，意图通过韩流的核心人物的引领与示范效应，来夯实它所阐述主题的实证价值。从中我们可以看到韩国文化的一贯的所向披靡的自信力。《不放弃》一书，通读以后，会让我们感到十分熟悉，也有助于我们从另一个角度，来感受人生正能量在另一个国度、另一种社会、另一种制度下的价值与意义，而且可能借助当今依旧波澜壮阔的韩流潮汛，能够更切近地接受它所需要阐述的主题与内涵，在扑面而来的熟悉之中，我们还会有一种亲近之感。如果说近日大量出现的“韩国旅游攻略”，适应了市场上对韩国实地一游的庞大渴求与需要，那么，《不放弃》则是一次对韩国精神力量的攻略精萃，有助于我们更好地认识韩国社会文化背后的精神支撑，了解到韩流现象深层潜伏着的价值砝码。

5、我很喜欢看这类饱含正能量的心理励志类书籍，这本《不放弃》恰恰是这一类的书。全书二百余页，十七万字，韩国的作者任宰成从愿景、信念、热情、忍耐、肯定、正直、节制、感恩、怜恤，这人类的九大美德开始阐述，为我们解释了不放弃的重要性。不放弃，我们的梦想值得我们拼尽全力，明天的我们，一定会感谢今天不放弃的自己。人到中年，正是生活压力最大的时候。上有老下有小的

我们，已经饱尝了生活的艰辛。有很多的时候，我们真的是感觉力不从心，喘不过气来，甚至还想过了结自己来放弃一切。在这样的一个年纪，这样的一种情况，获得一些正能量，往往能够帮助我们继续走下去，帮助我们恢复自己的状态。本书正是一本提供正能量的书。也许有人说，正能量就像一种毒品，虽然服用的时候很爽，很有种上瘾的感觉，但是药效过后却没有更多的作用。乍一看，这句话似乎有一定的道理，正能量虽然可以让我们像打了鸡血一般亢奋，但它的确没有直接帮助我们解决自己的困难和问题。不过我认为把正能量比作毒品有些不恰当，它其实更像是火花。正能量的火花点燃了我们的激情，将我们自身的潜力燃烧起来。负能量就像是浇灭火种的各种因素，当我们心头的火种被浇灭，我们自然需要再一次使用正能量的火花来点燃自己，这和毒品是完全不同的两种概念。正能量的书，我看过很多了，大多都是作者在向读者宣教，应该怎么怎么样，不能怎么怎么样，不过本书除了那些常有的宣教之语外，还有大量的实例。这些实例才是真正点燃我们的火种。看到书里那一个个面临困难的人，我们才知道，自己是多么地幸运。记得曾有人说过，如果觉得活不下去了，那就花两个小时的时间去看场电影。如果看的是喜剧，哈哈一笑之后，你会觉得生活还是很有乐趣的。如果看的是悲剧，那么你会觉得剧中的主角比你痛苦，可他还在坚持，你又有什么了断生命的权利呢。书中有力量的话和例子实在太多太多了，我最喜欢的是一百零四页的那个故事。生活就是这样，有喜就有悲，有输就有赢。不管你处于生活中的哪个阶段，不要忘了提醒自己，这一切，终将过去。

6、之前才看过了告诫人们在无能挽回的时候要懂得放手，给自己留退步余地的《最好的告别》，翻过来再看此书，感觉书中那种教导人无论什么时候都绝不能够放弃希望的正能量满满，相对于那本《最好的告别》中的真诚，虽不能说是虚伪的，但也算是“毒草流”了。其实并不是所有的努力付出，和不肯放弃都是能够收获到想要的结果的。突然想起了此前遇到过的某个“别人家的孩子”，老师家长们总爱拿他举例说，你们看那个某某届的某某高二下半年才幡然悔悟，奋起直追最终还在高考时以学校名列前茅的成绩考上了非常好的大学，你们怎么就不能和人学学呢？！！……如此的恨铁不成钢，可怎的没见他们说起，该学生在小学初中的成绩便十分不错，只是到了高中后才因为家庭的变故无心学业，甚而自暴自弃了。不说家里有钱各科的家教轮番的雇，单说老底子都还在那儿，要重新捡起来也不算太难。说白了，这只能怪我们当今的社会是一个推崇“努力”的社会。因为相比起家庭背景和与生俱来的天赋而言，唯有个人的努力是相对公平的，就像国内某位搞科研的前辈留下的话里说的那样：“搞科研想成功呢，首先靠运气，其次靠天份，最后才是靠努力；只是运气和天份都不是我们自己所能决定的，所以就只好努力咯。”岂止于科研方面的发明创造，无论是学业还是工作，莫不都是如此啊！所以，也才会有了那句被冠以爱迪生名头的“天才就是1%的天分加上99%的汗水”了。无怪乎连当事者都在自己的私人日记中感到困惑，明明不记得自己说过这样的话，为什么大家都要说这话是他说的呢？哎呦喂，弄了半天这句名人名言根本就是某些人有意无意的误读下产生的。说真的，读完这本书第一个感觉就是，又是一个推销成功学的人(¯o¯).z.z这样的人出版的书见得不要太多，话说如果他们说的获得成功的方法真的管用的话，这些人哪来的闲工夫去写这种东西呢？就像乔布斯或者更多的商业和政治巨子可都是别人主动去给他们作传的，可没见他们去四处主动兜售自己的什么成功学呀。同样是写的鸡汤类的励志文，并非同其他作者那样大多以成年人为受众，而是将目光瞄准了青少年这一特殊的群体。作者打着愿景讲师旗号，“帮助青少年树立正确的人生价值观”，和“只有坚信才能成功”之类的怎么看怎么正能量满满的口号，在韩国四处举办讲座甚至出版图书。其实听话听音，就算是花样各有巧妙，东西到嘴里还不就是那股子鸡汤味儿，只不过换了个包装，换了个群体销售罢了。不过这书也不算白看一回，至少通过这本书，我多认识了好多此前因为孤陋寡闻而未闻其名的当代名人，比方说：韩国现代集团的创始人郑周会长，委内瑞拉的约瑟·A·阿布里奥博士，名将金奎焕，世界著名的韩流明星郑智薰，韩国的小提琴天才演奏家张永宙，“非洲圣人”阿尔贝特·施韦泽，PMC代表宋胜焕，著名的芭蕾舞家姜秀珍尼克·胡哲，冲出世界走向亚洲的世界级著名球星朴智星（以上均直接采用作者书中的介绍）等等。还有许许多多的我就不在这里一一例举了。哎嘛，这一长串的写下来了才发现，怎么作者介绍的这些个人里大都是韩国的啊？其实这也没啥好稀奇的，作者本来就是韩国人，自然对韩国的名人更为熟悉了。再者说，韩国人一贯的有种莫名的“我大韩民族世界第一”的自傲。举例的时候会有所侧重也是很自然的吧。（可是，如果连一个中国人和日本人都么有的话，就不知作者是神马意思了(~ ~)b）私以为或许是出于地缘文化的差异，半岛或者岛屿和大陆根性截然不同的缘故，导致我们国家从来就没有韩国或者日本那样的推崇“不放弃”的精神。这方面我不得不十分佩服韩国和日本人了，大概这种不达目的誓不罢休，无论什么时候也要拼命去做的劲头，才是他们能够获得成功的关键吧！只能说这两个国家的人从骨子里就有种执拗，有

《不放弃》

的时候这种魔障了似的执拗与蚂蚁吞大象似的欲望相结合，是会干出惊天动地的大事情来的。不知是我们的文化太过强调中庸的作用，人们更乐于相信出头的椽子先烂；还是我们国家的人都活得太聪明了，看事都是趋利而行无利而休的。纵然也乐于推崇个什么“不抛弃，不放弃”的拼命精神，但那多是落在对人上的，……落到了对事上，像许三多那样什么好处也不为只管卖死力气去干事的又能有多少？像书上的PMC代表宋胜焕那样为了梦想不顾一切的人，你可以说他是疯了傻了，要不就是没脸没皮，也不管可不可行的事，就一头扎了进去，为此四处求人也在所不惜。但做事么，总是要先做了再说的，万一成了呢，岂不大好。嘻，还真别说，还真就被人给干成了！固然这个时候我们国内的某些个先生女士，又不免酸溜溜的说了，那是我们当初没有想到，如果我们想到了自然是不会干不成的。可是，没见好处又要出钱出力的事，在当今这个不肯拔一毛以利天下的社会里，又有多少人是会肯去干的，倒又成了个未知数了——

章节试读

1、《不放弃》的笔记-第152页

正直的人，往往给人很可靠的信任感。虽然，我们在做一些正直的事情时，会担心给自己带来损失。但实际上，我们所担心的那些事并不会发生。信任一个人，是需要时间的。在经过一段时间的交往之后，就能知道对方是不是值得信任的人。而要获得信任的基础，就是做一个正直的人。这不是短时间内能够体现的品质。

2、《不放弃》的笔记-第194页

感恩，是赶走绝望，带来奇迹的力量。怀着感恩之心生活，即便在无法改变的环境之中，也能体会到不同的感受。我们看待现实的眼光发生一点点改变，就会使人生发生彻底的改变。

3、《不放弃》的笔记-第175页

细细想来，我们在生活中，除了每天必需的生活费之外，所消耗的每一种资源，都是不正当的。因为，如果使用超过自己的限量，那就是变相地掠夺别人的幸福。

4、《不放弃》的笔记-第150页

拒绝谎言，揭露真相，我们需要勇气。真正的勇气，是在应该说不的时候说“不”，在做错事的时候不狡辩。同时，也要能够承受，因为说出真相而带来的不利后果。有时候在周围人火辣辣的眼光中，甚至还要有忍受自尊受挫的勇气。

5、《不放弃》的笔记-第47页

信念最大的敌人，就是怀疑。怀揣怀疑的人，比起自己内心的声音，他们对周围环境以及别人的看法更为敏感。

“请在心里种下一个能让你内心激荡的愿景。请找到你自己喜欢做的事。请走那些别人不曾走过的路。请倾听你内心的声音并去实现它。”

这些话，对年轻人而言，是可以使他们的人生获得成功的箴言。不仅仅是对年轻人，也是能引起所有人共鸣的语言。听到这样的话，很多人都会怀着希望，开始新的人生挑战。但是，随着时间的流逝，他们渐渐认清周围的环境。然后开始自我怀疑：“我现在所做的一切，真的可以成功吗？”对于舆论媒体上出现的那些负面信息，他们也会很敏感地接收到，并乱了心绪。

6、《不放弃》的笔记-第54页

现在我脑中所想的，是我的未来。现在我满怀热情想要得到的，是我的未来。我的未来，就是来自于我现在所想的。我为自己的人生设计了积极正面的愿景和使命，为了实现它们，我也设定了具体的人生目标。但是想要实现人生目标和愿景，我需要改变我的思维体系。正做着美梦的人，需要正面肯定的人生目标，以及对于未来的确信。这需要我们秉持不容置疑的信念，坚信它们一定会实现。这，才是我们人生成功的根本。

7、《不放弃》的笔记-第41页

无论你怀着多么明确的信念，我们的人生都不会在一夜之间发生改变。即便如此，人们还是以为，只要人生怀着积极的使命和愿景，就一定会实现。哪怕他们什么都不做，愿景的种子也会自己发出碧绿的芽，长出纤长的枝条，开出娇艳的花来。

8、《不放弃》的笔记-第161页

节制，并不是要求人什么都不能做。什么都不做，不叫节制，而是过度的懒惰。节制在字典里的解释是“控制以不过度，限制以合适且适当”，即指在做事的时候，不要不足，也不要过度，能适当调节的能力。简而言之，就是自我调节的能力。不去做妨碍自己达成人生目标的事情，而是去做那些自己应该做的事，这种自我管理的能力，就是节制。自我管理，是帮助我们打开成功且幸福的人生的钥匙。无法做到自我管理，就无法实现成功的人生。

《不放弃》

版权说明

本站所提供下载的PDF图书仅提供预览和简介，请支持正版图书。

更多资源请访问：www.tushu000.com