

《成功无极限》

图书基本信息

书名：《成功无极限》

13位ISBN编号：9787544710619

10位ISBN编号：7544710610

出版时间：2010-7

出版社：译林出版社

页数：303

译者：赵宏涛

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.tushu111.com

《成功无极限》

前言

我尖叫起来。我真的尖叫了。我是说，我尽情地叫出来了。我握紧拳头，弓着背，又是叫又是吼又是嚎。这种感觉太好了。真的很好。不，那感觉太美妙了。也许比美妙还要好。那是最原始的感觉。要多好有多好。喜悦、放松、兴奋、激情和自豪，尤其是作为一个美国人的自豪之情，我让这一切都释放出来了。奥运会就是这样。多年的苦练、艰辛、梦想和磨砺——这一切压缩成短短几分钟，甚至是几秒钟，而当历史性的一刻发生之时，时间似乎都凝固了。没有什么比获胜更加甜美。我们刚刚取得了胜利。我们还创造了世界纪录，刷新了旧纪录，真的。星条旗。美国男子队。我们。我刚刚参与并见证了一场最令人惊叹、最令人激动、最震撼人心、最紧张刺激的游泳比赛，这一刻堪称经典，也是奥运史上最伟大的时刻之一。那天上午比赛开始之前，在2008北京夏季奥运会游泳与跳水比赛场馆水立方里，就已是人声鼎沸，气氛极度紧张。这是4×100米自由泳接力比赛。每个队有四名选手，每名选手要在泳池里游一个来回。泳池有八条赛道，八支队伍参赛，但其中只有三支队伍有望夺冠：美国队、法国队和澳大利亚队。我游第一棒，格雷特·韦伯-盖尔第二棒，卡伦·琼斯第三棒，压阵的是贾森·莱扎克。当贾森入水时，法国队略微领先一点点。多年来，贾森是全世界最优秀的短距离游泳选手，也是有史以来最优秀的自由泳接力选手，但当他游完50米的时候，法国选手、100米自由泳世界纪录保持者阿伦·贝尔纳把差距进一步扩大了。距终点还有30米的时候，贾森落后。还有20米，贾森仍然落后。但是他开始冲刺了。现在贾森赶了上来。我和格雷特站在池边都快要疯狂了。但没有人能听见我们的喊声，因为水立方里人声鼎沸，连自己的声音都听不见。我们的脑海中没有别的念头，只是在企盼，在希望，在祈祷，在催促。我们呼喊、尖叫、嘶吼着。加油，贾森！超过那个家伙！超过他！超过那个家伙！超过他！在终点，贾森伸手触壁了。我们转身去看泳池对面的大屏幕——太棒了！贾森成功了！他到底成功了！贾森游出了4×100米自由泳接力比赛有史以来最快的一棒，哪怕他游得稍微慢一点我们都赢不了，因为按大屏幕显示，我们只赢了0.08秒。法国队获得第二名，澳大利亚队第三。我一句话也说不出来，只能放声高喊。

《成功无极限》

内容概要

《成功无极限:菲尔普斯自传》内容简介：在2008年北京奥运会上，迈克尔·菲尔普斯史无前例地夺得8枚金牌，并在7个项目上创造了世界纪录，成为全世界有史以来最伟大的运动员之一。在《成功无极限》一书中，迈克尔·菲尔普斯以北京奥运会8场游泳决赛为例，从训练方法、精神准备和在泳池中的表现等方面揭示了自己巨大成功背后的秘密：坚定不移、信念、决心、信心、勇气、意志、奉献……他相信，如果你能够将自己全身心地投入其中，你就能做到任何事情。此外，《成功无极限》中还包括他的家人、朋友、队友和教练的许多趣闻轶事，使我们能够看到一名真正的冠军成长背后的故事。

《成功无极限》

作者简介

作者：（美国）迈克尔·菲尔普斯（Phelps.M.）（美国）阿兰·阿布拉汉森（Abrahamson.A.）译者：赵宏涛迈克尔·菲尔普斯（Phelps.M.），一个同一届奥运会8枚金牌纪录的创造者，一个震惊世界的成功者。1985年出生的菲尔普斯成长过程并不顺利：幼年曾患注意力缺陷多动症，7岁时父母离异，曾因年轻气盛而受伤……然而，这些坎坷并未阻止他一步步迈向成功。15岁时，他作为68年来美国最年轻的男子游泳运动员参加悉尼奥运会。至今，他已经获得14枚奥运金牌。此外，他还保持着6项世界纪录，获得过20多枚世锦赛奖牌，6次获得“年度世界游泳运动员奖”，8次获得“年度美国游泳运动员奖”。阿兰·阿布拉汉森（Abrahamson.A.），曾在《洛杉矶时报》工作17年，现任职于NBC，是奥运会研究方面的权威，也是一位优秀的体育新闻记者，曾获2002年“全美头条新闻奖”。

《成功无极限》

书籍目录

序曲第一章 坚定不移：400米个人混合泳第二章 信念：4×100米自由泳接力第三章 救赎：200米自由泳第四章 决心：200米蝶泳第五章 信心：4×200米自由泳接力第六章 勇气：200米个人混合泳第七章 意志：100米蝶泳第八章 奉献：4×100米混合泳接力

《成功无极限》

章节摘录

这句谚语绝对正确。这也是鲍勃·伯曼一直以来最喜欢的一句谚语。很早以前我就记住了这句谚语。每年夏天，北巴尔的摩水上运动俱乐部都会举行一次长池游泳比赛。这也是俱乐部的主要赛事之一。有一年，在比赛的前一天晚上——当时我大概12岁，与鲍勃共事的时间不长——鲍勃正在指导对他而言非常简单的训练。他要我们这一组游4次50米。“给我用心点，”他说。好吧，在这一组的所有孩子中，只有一个没有像鲍勃所说的那样“用心点”。组里的一个女孩甚至说：“迈克尔，你最好还是走吧，否则我们大家都得反复地进行这种练习。”大家都出了游泳池，鲍勃说：“好了，各位，到此为止。”不过这时他看着我说：“除了你之外。”我大发脾气。就一个12岁的孩子来说，这脾气可真不小。我高声喊道：“你不能逼我干这个！”如此等等。那真是一个可怕的公开场面，是在所有人面前直接挑战鲍勃的权威。鲍勃对我说：“你愿意怎么做就怎么做，但从现在开始你就不是俱乐部的成员了，而且如果你不回来完成练习的话，你就永远也别想再成为俱乐部成员。”我哭着回家了。当天晚上，妈妈给鲍勃打了电话。他告诉她，除非迈克尔完成练习，否则就不能参加比赛。妈妈说：“那我们能做些什么呢？”“来见个面吧，就是这样。明天早上5点半。”我们在俱乐部的健身房里见了面。鲍勃摆好了一张桌子和四把椅子。四把椅子？我当时头上戴着一顶棒球帽。鲍勃叫我把帽子摘了。我和妈妈坐了两把椅子，鲍勃坐了第三把。接着我那在马里兰州当州警的父亲身着全套制服走了进来。我的眼睛一下瞪大了。当时我父亲仍然很关心我的生活；尽管如此，他在清晨穿着制服出现说明这绝对是一次非常严肃的会面。鲍勃说：“迈克尔，这儿是个三角。你父亲，你母亲，还有我。猜猜谁在中间？”“我，”我小声说道。“没错，”他说。“你无处可去，无处可藏。你必须做我们要你做的事。”鲍勃转身对着我的父母。他说：“迈克尔必须先完成练习，然后才能参加比赛。”所以我必须完成练习。而且完成情况必须让鲍勃满意。我也做到了。当鲍勃开始训练我时，他基本上只知道我是惠特尼的小弟弟。在我年满11岁的第二天，他刚刚成为北巴尔的摩水上运动俱乐部新的助理教练。一天，我们队在陶森州立大学游泳馆游泳，两个孩子开始在男更衣室里互相扔肥皂和毛巾。我走进更衣室，一些大孩子开始喊我的名字，好像我才是引起这一切的人。鲍勃走了进来。“迈克尔·菲尔普斯，”他说，“你刚才干什么了？”“我什么也没干！是他们干的！”“好啊，那为什么他们喊你的名字？”“去问他们啊。”

《成功无极限》

媒体关注与评论

无论你渴望去做什么，一路上总会有许多人告诉你，那不可能成功。但是你唯一所需要的就是想象。你去梦想。你去制定计划。你去奋力追逐。路上会有障碍。路上会有怀疑者。路上会有失误。但是有了艰苦的付出，有了信念，有了对自己和周围的人的信任，成功便没有极限。——迈克尔·菲尔普斯

《成功无极限》

编辑推荐

《成功无极限:菲尔普斯自传》：他曾被老师认定永远不会成功，但今天却成了成功的典范。他的成长和成功有着怎样的秘密？一个成功者的脚步：7岁，开始学习游泳，父母离异；10多岁，被诊断出患有多动症，接受痛苦的药物治疗；15岁，参加悉尼奥运会，获得200米蝶泳第五名，开始崭露头角；16至22岁间，参加4届游泳世锦赛、1届奥运会，共获23项冠军，创11项世界纪录；23岁，参加北京奥运会，获得8项冠军，创造7项世界纪录，震惊世界；24岁，乘势参加罗马世锦赛，获得5项冠军，创造4项世界纪录；成功的路，仍在继续。菲尔普斯最新自传独家透露北京奥运会夺冠故事和成功历程

《成功无极限》

精彩短评

- 1、很励志~
- 2、书质量不错，就是图片很少，
- 3、只能算了解这些人
- 4、Phelps phan forever~
- 5、照片多点就好了 还没看
- 6、真是偶然发现内地出版了，没犹豫就买了，对着英文版的看，完美了。当当的速度我一直很无奈，书的话很厚实比水面之下厚多了，我就是冲着菲尔普斯买的。
- 7、水中飞人果然名不虚传，真棒啊，菲用实际行动实现了自己的理想，本书中将与读者分享他自己的游泳体会，值得借鉴
- 8、作品内容平平，没什么吸引人的地方，如果不是喜欢菲尔普斯的朋友，还是别购买了。
- 9、大家都可以买来睇下
- 10、不是励志，是成长
- 11、商品蛮ok的，应该是正品，不错，打折还不用邮费，比去书店买值得
- 12、帮同学买的 包装都有点烂了
- 13、质量没得说，书还没看呢。。
- 14、这本书来的很晚，这个没事，我也没在意。也没给我看多少钱。然后你们的送货的告诉我20。。我只能说何必呢，拿回来看那里面的发票上写的18，结果你们的送货的说19.我给了50，找给我30.
- 15、从08奥运上就喜欢菲尔普斯了，不仅仅是他阳光可爱的微笑，和他那八枚闪烁的金牌。我更欣赏他对成功的执着，我也是一个一直追求成功的人，虽然没他那么坚韧出色，自己很多时候也很松懈，但他给我的精神以启迪都在潜移默化的灌输我的价值观，很受鼓舞
- 16、纯属是因为喜欢小菲才买的 当然爱不释手啦~
书中比较详细地描写了08年北京奥运会的每一块金牌
但是感觉其中穿插着他的成长历程有些混乱。。
仔细阅读还是会被激励的。。。
翻译还好 不是很有趣但是比较能够抓住精髓
大家都来学习小菲刻苦努力的精神吧！~
- 17、书的包装坏了。。有一页书页被染上色了。。不过还好
- 18、这本书很励志，正在看。感觉不错。
- 19、能出自传的，都是大手！
- 20、个人比较推崇第一本，因为这本书主要是菲尔普斯奥运会时候的事情，也夹杂了他的成长故事，但是不多，所以，要买的朋友，最好两本都买，这样看起来比较过瘾1
- 21、很理智 有教育意义 好！
- 22、《水面之下》和本书都是记录菲鱼的成长故事，配着看受益匪浅呐
更喜欢菲鱼了！！！
- 23、好书啊！很励志。
- 24、一切皆有可能。
- 25、有好胜心并坚持不懈的人会成功!
- 26、看到不一样的人生。
- 27、买过的第一本自传。
- 28、michael的书原文是很生动的，但该书的翻译没把那份生动翻译出来，还是中信出版社的杨旭等人翻译的第一版《水面之下》翻译得好。台湾版的翻译比这版也要好。
- 29、送给同学，很好的礼物！
- 30、挺好的 比想象中到的快
- 31、看完很激励人心更了解菲尔普斯了
- 32、我喜欢游泳！非常喜欢！
- 33、我很喜欢菲，感觉他给人一种生活的乐趣。经历儿时别人的欺负，由一个普通人因孜孜不倦的努力而让世界铭记，这是给予每一个人前进的力量。看着他的比赛，总有一种大快人心的感觉。看

《成功无极限》

着他的笑容，心里总是暖洋洋的。想到2012年伦敦奥运会将是他的最后一战，心里就有一种巨大的失落。可是，菲，我会永远想你，爱你！只是因为你是菲尔普斯！

34、我觉得和上一本很多内容都差不多。

35、喜欢这本书！~

36、其他都还好 感觉包装有点乱

37、很有自己的性格，很美国的美国人。

38、让我了解了世界冠军也不是凭空而来的

39、我没读，给朋友买的，还可以

40、超喜欢 很快就看完了

章节试读

1、《成功无极限》的笔记-药检

我赢得第六枚金牌后，在一次记者招待会上有人问我：“有人认为你的成绩太优秀了，其中肯定有问题。你想对他们说些什么？”

对这个问题我并不感到惊讶。

如果说有什么让我惊讶的话，那就是直到奥运会的这个阶段才有人提起兴奋剂的话题。

“任何人都可以说自己想说的话，”我回答说。“对我来说，我知道自己是清白的。人们想说什么就说什么，但事实就是事实。”

我早就知道，在北京奥运会上，我所取得的任何成绩，赢得的任何奖牌，肯定都会受到某些人的质疑。兴奋剂丑闻必然造成这样的结果，而且在最近几年，体育运动中已经出现了太多的兴奋剂丑闻。自从在雅典奥运会上我夺得多枚奖牌之后，针对棒球运动的《米切尔报告》公诸于世。弗洛伊德·兰迪斯未能通过药检，他的2006年环法自行车比赛冠军头衔被取消。2008年初，曾在悉尼奥运会田径比赛中夺得五枚奖牌的玛丽昂·琼斯因为在其使用违禁药物一事上对联邦特工撒谎而被判入联邦监狱服刑。

所以，我很理解为什么会有怀疑。现在，当某个地方的某个人取得好成绩之后，人们的第一反应就是：他服用了兴奋剂。这可能并不公平，但事实就是如此。

我希望做些什么来改变这种状况。

我知道孩子们把运动员视为偶像。无论什么地方孩子把我视为偶像，我都绝不愿意辜负他们。我从小就看奥运会比赛，我喜欢看小卡尔·瑞普肯打棒球。我也把迈克尔·乔丹作为自己的偶像。我喜欢看所有这些伟大的运动员比赛，他们这样做是出于对运动的热爱，因为他们能够从中得到乐趣。我也希望像他们一样。

小时候，我证明自己可以不依赖利他林药物。上九年级的时候，我就参加了学校的反兴奋剂活动，那时我才14岁，刚刚在全国性的比赛中崭露头角。后来在高中，我看到如果一个人被指责使用兴奋剂会给他造成何等灾难性的影响。北巴尔的摩俱乐部的游泳选手贝斯·博斯福德与另一位游泳选手吉克·旺赛尔订了婚。2003年1月，一次日常药检在吉克的身体中发现了禁药类固醇诺龙的痕迹。吉克告诉大家他是无辜的。他声称自己作为营养药服用的某种多种维生素制剂肯定是被污染了，而且有充分的理由相信实际情况很可能就是如此。2001年，由国际奥委会出资进行的一项研究表明，在检测的数百种此类产品中，15%含有类固醇前体——一种人体可以用来合成类固醇的物质，但是产品的标签上并没有说明其含有这种成分。污染可能发生在生产过程中，也可能原材料就已经受到了污染。这无关紧要。国际体育运动的规定是，只要你的体内出现了禁药成分，那么它如何进入你的体内、是否故意服用都无关紧要。要紧的是它出现在你的体内。不知情绝对不能作为借口。吉克被禁赛两年。后来他针对维生素生产厂商提起诉讼，并且在加利福尼亚的一家法院胜诉；这个案子到此就结束了。但是吉克的奥运梦想却破灭了。

药检有两种类型。一种是你比赛中所接受的药检：如果你参加大赛并获得了名次，那么你肯定要接受药检。另外的一种药检是随时进行的。也就是说，国际泳联和美国反兴奋剂机构有一份名单，如果你在名单上，那么一名药检官员可以来到任何地方——游泳池边，甚至是你的家里，命令你立即接受现场药检。你必须让国际泳联和美国反兴奋剂机构随时掌握你的行踪。如果你不同意接受药检，那就等同于没有通过。

规定很严格，但这是必须的。

针对奥运选手的药检规则远比针对橄榄球大联盟或者棒球大联盟运动员的规则严格。但是我们中间那些没有服用禁药，也永远不会服用禁药的选手已经学会接受这种双重标准，不会再为之愤愤不平。

实际上，我们已经努力使得药检规则之间的差异进一步增大。2008年初，美国反兴奋剂机构指定了一项计划，根据这项计划，12名美国奥运选手将自愿接受额外的检查：不仅是尿检，还有血检，检查为期6周，每周1次，用以建立一个基准。如果美国反兴奋剂机构提出要求，你还必须提供自己全部的医疗记录。所有这一切都是为了尽可能地回答这样一个常识性的问题：如果你知道自己是清白的，你会怎样做？

《成功无极限》

我从达拉·托雷斯那里得知了这一计划，她说自己准备参加。

我也想参加。我想对所有人证明我是百分之百清白的。

最终美国反兴奋剂机构挑选了三名游泳运动员——我、达拉和娜塔莉·考芙琳。其他九人包括像布莱恩·克雷这样的田径明星，他后来在北京奥运会上获得十项全能金牌。

第一次他们就从我身上抽走了五管血。尽管此后我感到有一点眩晕，但我还是愿意提供更多的检测样本。五管，那可是好多血。

从6月初直到奥运会结束，我接受了大约25到30次的药检。选拔赛和奥运会期间，我每天都要接受检查。入住奥运村的当天，我就接受了药检。

我是清白的。到现在为止一直是清白的，将来也永远是清白的。事实就是事实。

《成功无极限》

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.tushu111.com