

<<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

出版时间：译林出版社

作者：（美）菲尔普斯，（美）阿布拉汉森 著，赵宏涛 译

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，请支持正版图书。

更多资源请访问：<http://www.tushu007.com>

## &lt;&lt;成功无极限&gt;&gt;

## 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·韦伯一盖尔第二棒，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。

<<成功无极限>>

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，只能放声高喊。

## <<成功无极限>>

### 内容概要

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

## &lt;&lt;成功无极限&gt;&gt;

## 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。

<<成功无极限>>

”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>>

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:<http://www.tushu007.com>