這本《摘金背後》裏的十個運動員的奮鬥故事，每個都是真情流露，令我愛不釋手。

他們的故事證明了一分耕耘，一分收獲的道理。田亮並不是天生的「跳水王子」，但是他有着無比的毅力和衝勁去戰勝困難。到今時今日，田亮雖然成名了，但是他沒有鬆懈下來，全力以赴地開創自己的未來。郭晶晶認為輸贏並不是最重要的，在乎的是整個過程，雖然她曾經歷過一些無助、黯淡的日子，但是她學習到在挫敗中成長，將勤補拙。黃金寶有「香港車神」之稱，阿寶小時候的生活環境比較複雜，他整天無所事事，經常逃學，拿着他的單車和別人比賽，由此與單車結下不解之緣，阿寶甚具潛質，是可造之材，後天的努力可少不得，他也創下了許多佳績，讓香港的旗幟一次又一次地在國際運動場上飄揚。

小時候開始就聽過許多耳熟能詳的名言：「成功不是偶然，失敗不是命運。」「擁有信心，不一定會勝利；但失敗信心，便必失敗。」「成功絕無僥倖。」等等，這些名言總是在我耳邊徘徊，令我厭倦。當我在失意的時間，就會覺得自己是天下間最不幸的人，自憐自怨，慨歎幸運之神為何老是眷顧別人，而不是自己。那時的我，是那樣的沮喪、失落，我沒有勇氣面對失敗，把自己封鎖在灰色地帶中，一直找藉口讓自己奔放。自從我看了這本書之後，我終於明白所謂「成功」，背後原來積累了許多失敗，我要學習運動員那種「永不言敗、永不放棄」的精神，遇到挫折的時候，樂觀面對，對自己要有信心，不要放棄就能活出生命價值。