

<<挑战>>

图书基本信息

书名：<<挑战>>

13位ISBN编号：9787549905515

10位ISBN编号：7549905517

出版时间：2011-5

出版时间：江苏教育出版社

作者：《青少年健康成长读本》编写组

页数：237

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;挑战&gt;&gt;

## 内容概要

曾几何时，电视里曾经有过这样一句广告语：心有多大，舞台就有多大。

在我们生命的长河里机遇与挑战并存，在这众多的挑战过程中，也许你失败过，气馁过，颓废过，但只要你有梦想，只要你勇于挑战，没有什么事做不到。

也许天空中的乌云总是透不出阳光，也许辛勤播下的种子总是不萌发充满绿意的希望，也许梦中的嫣然一笑终究成不了千古绝唱，但是，一定不可以掩埋我们的高墙，给迷途和怅惘一个永恒的方向，去创造新的奇迹，去挑战生命中的低潮，让梦想在现实中流淌，给预言一所宽敞的房，当你攀过了一座心灵的高峰，也就铸造了一个生命的辉煌。

机遇无处不在。

我们挑战自己，就要放飞我们的生命，也许高处不胜寒，也许前方很渺茫，即使是黄昏，也必然布洪歌唱的流霞。

所以，只要战胜自己，就会取得胜利。

就像在赛车场上，有的人因为害怕，放弃比赛；有的人即使遇到困难，遭遇事故，也仍然继续坚持比赛……那些比赛的车手们正是在挑战自己，挑战极限！

几乎人人都说，青春不该留白。

我想，他们是对的。

每个人都应该在自己有能力的时候去挑战自己，就算失败，也为你的生活增添绚烂的一笔。

当我还能够飞翔的时候，我就会放弃飞翔，当我还有梦想的时候，我就不会放弃梦想！

当我还能够挑战那些所谓不可能的事情的时候，我就不会放弃挑战！

失去月亮，再不能失去星星，再努力一点，就可以实现梦想。

可追梦的脚步是艰难的，前路茫茫，有些心怯，有些迷茫，只有先挑战自己，才能够成功地挑战人生，相信风雨洗礼后，天空才能出现彩虹！

有人说放飞一片理想，便会迎来一分成绩，种下一束希望，便会收获一片成功。

的确，狂风阵阵，吹不熄我们心中燃烧的火焰；暴雨连连，浇不灭我们心中希望的火苗。

在通往成功的大道上我们不会迷失，也不会停滞，我们将永远向前，因为我们心中都拥用那份属于自己的理想与希望。

人人都拥有一份真挚的理想，人人都有一份执着的追求。

我们为了自己的理想而奋斗，为了自己的追求而努力。

或许会遭遇失败的阻碍，或许会面对挫折的挑战。

但我相信，只要付出，便会收获累累硕果，只要努力，便会迎来成功。

<<挑战>>

书籍目录

第一章 挑战成就梦想舞台	
向梦想挑战3	
打开另一扇门5	
放飞梦想7	
让梦想为人生导航8	
梦想无价11	
大胆同梦想握手12	
坚定的信念15	
让梦想行动起来16	
好运不是盼来的17	
坚持挑战19	
全力以赴向着所憧憬的21	
坚持你的梦想22	
从零开始成就梦想23	
风中的木桶25	
请把梦想交给自己26	
让我们创造奇迹27	
主宰我们的是自己28	
坚持走自己的路29	
自愿抛弃“身份荣誉感” 31	
迈出你梦想的步伐32	
展开梦想的翅膀34	
积累飞翔的梦想35	
别空想，请行动37	
胸怀彩色的理想39	
付出与梦想并行40	
追逐梦想，创造奇迹43	
让梦想飞舞44	
让梦想牵引人生46	
第二章 主演自己的人生	
种子在希望中开花51	
不做人生的“隐形人” 52	
没有人能放弃你54	
拿出你的勇气56	
只许成功，不许失败58	
认准自己的目标60	
用行动改变命运61	
只管向前奔跑63	
发现自己的优势64	
抓住自己的优势去发挥66	
放大你的优势68	
行动实现梦想70	
等待时机73	
命运握在你手中74	
你只需抓住自己的风筝76	

## &lt;&lt;挑战&gt;&gt;

别输给自己77  
发掘自身的宝藏79  
成功偏爱“有心人”81  
为独一无二而奋斗83  
对自己的人生负责86  
亮出你自己87  
生活是我们最好的老师89  
第三章 用压力成就人生  
在竞争中进步95  
挑战自己，战胜压力97  
可以被打倒，但不可以被打败99  
学会生活中的减法102  
我们要学会休息105  
经常给自己排排压107  
压力化动力110  
急中生智112  
学会适当的取舍115  
让压力与逆境成为淬火的熔炉117  
化愤怒为动力120  
以苦为药121  
第四章 挑战性格的弱点  
为信念放手去干125  
鼓足勇气，迎接挑战127  
不畏天上的闪电129  
勇气为成功制造机会130  
乐观是一轮太阳132  
锤炼自己133  
把脚底垫高135  
在黑暗中进步137  
信念的价值138  
宽以待人140  
把怨恨丢在身后141  
宽容会得到回报142  
为自己站起来143  
要有一颗责任心145  
保持一颗谦卑的心147  
言行见人品148  
敢于承认错误149  
品德上的“破绽”150  
相信自己151  
再让我想想153  
冲到前面去155  
第五章 敢于向命运说“不”  
别给自己“画地为牢”159  
不要让他人左右160  
求人不如求自己162  
坚持自我164

<<挑战>>

让不幸插上梦想的翅膀166  
请多看一眼168  
信心创造奇迹170  
点燃热情之火172  
心态是最佳医生175  
抓住信念牢牢不放177  
向生活借“手”179  
朝着心中的光亮走182  
不要小看自己184  
努力赢得掌声185  
摔坏的乐器187  
侏儒影星的总统梦189  
因为脚步从未停止190  
第六章 别让习惯害了你  
做习惯的主人195  
脚下你你成功的地方196  
别人错误成为习惯197  
唤醒沉睡的潜能199  
做最醒目的那一棵树201  
不要给自己设限203  
梦想是个神奇的暖炉204  
计划让执行更有力206  
不要忽视小错误209  
勿以恶小而为211  
危机与希望并存212  
第六章 踏着失败，走向成功  
贫穷让信念坚定217  
不被困难俘虏219  
利用失败221  
永不言败224  
让失败成为发展的阶梯226  
让屈辱成为尊严的脚踏石228  
永远不要轻言放弃231  
痛苦和盐232  
剑与磨锥233  
今天的失败，明天的辉煌235

## &lt;&lt;挑战&gt;&gt;

## 章节摘录

版权页：后来，弗兰克写着：“这使我想起自己的妻子。

我们颠簸着前行，路程有数公里之遥，我们跌倒在冰上，彼此搀扶，手拉手往前。

我们没有交谈，但心里都明白，我们都惦记着自己的妻子。

”“我偶尔抬头看天上，星光已逐渐稀微，淡红色的晨光开始从一片黑暗的云后乍现。

我心中始终记挂着妻子的形影，刻骨铭心地想着她。

我几乎听到她的回答，看见她的微笑，那爽朗和鼓励的表情。

忽然有一个意念出现在我的脑海里，我一生中首次领会到许多诗人在诗歌中所表达的，也是许多思想家最终所陈述的真理，就是——爱是人类所能热望的最终极目标。

我抓住了人类诗歌、思想与信仰所传递的最大奥秘，人类的救星乃在爱中，借着爱得以实现。

”每天他都在积极思考，用什么样的办法能逃出去。

他请教同室的伙伴，伙伴嘲笑他：来到这个地方，从来就没人想过能活着出去。

还是老老实实干活吧，也许能多活几天。

可维克托不是这样的想法，他想到的是家有老母妻儿，自己一定要活着出去。

积极的思考终于给他带来了机会。

一次，在野外干活，趁着黄昏收工时刻，他钻进了大卡车底下，把衣服脱光，乘人不注意，悄悄地爬到了附近不远处的一堆赤裸死尸上。

刺鼻难闻的气味，蚊虫叮咬他，他全然不顾，一动不动地装死。

直到深夜，他确信无人，才爬起来光着身子一口气跑了70公里。

这正是，世上没有绝望的处境，只有对处境绝望的人。

这位幸存者后来对人们说：“在任何特定的环境中，人们还有一种最后的自由，就是选择自己的态度

。”

<<挑战>>

媒体关注与评论

接受挑战，就可以享受胜利的喜悦。

——[美]乔治·巴顿人生要不是大胆地冒险，便是一无所获。

——[美]海伦·凯勒所谓活着的人，就是不断挑战的人，不断攀登命运险峰的人。

——[法]雨果整个生命就是一场冒险。

走得最远的人，常是愿意去做，并愿意去冒险的人。

——[美]卡耐基当命运递给我一个酸的柠檬时，让我们设法把它制造成甜的柠檬汁。

——[法]雨果

<<挑战>>

编辑推荐

《挑战:心有多大,舞台就有多大》:态度决定一切,积极结缘成功。  
敢于挑战是人生梦想成功的一半。  
青少年要学会挑战人生,挑战社会,挑战未来!



<<挑战>>

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>