

<<走出人生的低谷期>>

图书基本信息

书名：<<走出人生的低谷期>>

13位ISBN编号：9787564037369

10位ISBN编号：7564037369

出版时间：2010-10

出版时间：北京理工大学出版社

作者：蒋光宇

页数：260

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>

## <<走出人生的低谷期>>

### 内容概要

人生路上的摸爬滚打，事业的跌宕起伏，世间的是非议论，唯有敢与苦难作伴的人，才能在低谷的阴影中坚持向前，迈向光明。

当年张艺谋曾因“出身”不好而备受艰辛，千辛万苦进了工厂，从“农民”转变成了“工人”。

后来在咸阳第八棉纺织厂织袜车间工艺室搞宣传。

主攻摄影、绘画。

当时他的工资是每月30.20元。

史玉柱曾经是莘莘学子万分敬仰的创业天才，他在短短5年时间内跻身财富榜第八位。

但是后来，他因为将原定建设18层的大楼拔高到70层而一夜之间负债2.5亿。

在以后的日子里，他又奇迹般地东山再起，在还清欠债的同时再次创业成功，成为一个保健品巨鳄、网游新锐，身家达到数十亿。

## <<走出人生的低谷期>>

### 作者简介

蒋光宇，《读者》签约作者，已出版了15本个人文集。  
至2010年7月，其作品已在400余种华文报纸转载、发表5000余篇次，被收入各种选本700余篇次。  
其作品《一沙一世界》，获得了2005年的辽宁省优秀图书二等奖；《钢琴上的黑白左右手》，获得了2009年的“冰心儿童图书奖”。

作品《这也会过去》《把斧子卖给总统》《不坐在父亲肩上摘苹果》和《伟大的竞争》，先后被中央电视台科学教育频道（CCTV-10）子午书简节目选播。

## &lt;&lt;走出人生的低谷期&gt;&gt;

## 书籍目录

第一辑 厄运打不垮信念 磨难如风 1009次拒绝与2500个“请” 巩俐的暗淡岁月 顺境逆境皆佳境 不认输就有机会 从垃圾堆里走出来的模特冠军 一定要站起来 命运就像是弹簧 钢琴上的黑白左右手 卑贱者最聪明 丘吉尔的座右铭 51次面试 用微笑把痛苦埋葬 逆境是强者的学校 用勇气粉碎灾难与厄运 最大的厄运是绝望 民工博士 单腿美人鱼 第一个聋哑影后 从头再来 从俗家弟子到著名演员 与绝症战斗的奥运冠军 沃尔玛总部的残疾秘书

第二辑 失败只是暂时没有成功 王小丫的第一份工作 闫丘露薇——带着自信上路 把羞辱变成鞭策 牢狱之后的刘晓庆 自尊的灵魂令人仰望 找出成功的线索 自信改变命运 失败像一座学府 心态决定命运 人生不是命注定 不因贫困而低头 命运无绝境 滑一跤不是爬不起来 松下求职 想想这些人 失败可能是个金娃娃 做一个成功的失败者 失败只是暂时没成功 有胆有识才有路 我们以什么态度面对苦难 成为总统主治医的落榜生 一切都可以从头再来 珍惜当众出丑的机会 失误照变经典照 命运就像掌纹 摔倒了也能赢得掌声 花90%的时间考虑失败 把失败当干粮的人

第三辑 成功需要发现的眼光 善于用“短”变“长” “借”也是一门艺术 一枚邮票和一张旧钞 化劣势为优势 比马慢和除灰尘 化危机为良机 把木梳卖给和尚 “狼桃”和“鬼苹果” 靠智慧开路的人 用曲别针敲开求婚门 思考致富 发现财富的眼光 比三个商人更精明的专家 “每日一得” 在平凡中发现非凡 用劫机创造商机 把专利卖给布什 在人造卫星上做广告 一条消息的问世 后付钱与先试跳 没有无法可想的事情 要有一把“备用伞” 使销量增加18倍的广告 让思路转个弯儿 让难题开出智慧之花 用思路疏通道路 不要轻易说“不可能” 把苏伊士运河藏起来 妙将失误变完美

第四辑 不努力就不会出头 一句话抓住了红遍全国的机会 “劳模”刘德华 珍惜人生的每个角色 十年日记十年“不” 敲开关闭的招聘之门 不可放弃“努力” 三个人的三个故事 两份作息时间表 百年凝练的半句话 思考是勤奋的眼睛 努力的人最聪明 喊出来的精彩人生 成功属于屡败屡战的人 人生没有过不去的坎儿 尽力而为还不够 总要有一样拿得出手 从接线员到外交官 八倍努力的足迹 不努力就不会出头 15分钟和5分钟 永不言败 努力才可能成功 受益终生的一句话 “冰坛皇后”的座右铭 ……

第五辑 每个人都有成功的位置

第六辑 每个人都可以创造奇迹

## <<走出人生的低谷期>>

### 章节摘录

回想这些，白岩松感慨地说：“青春最可爱的地方，就是有改正错误的时间。

”大学毕业后，白岩松当了《中国广播报》记者。

1990年9月，第十一届亚运会在北京举行，他和朱宏钧同时被派往现场采访。

通过那次合作，他被朱宏钧的才气所深深地吸引。

后来二人相爱，走到了一起。

他们结婚后，由于单位没分配住房，曾在一年内搬了6次家。

1993年，中央电视台推出《东方时空》节目，白岩松去兼职做策划。

制片人见他思维敏捷、语言犀利，便让他试着做主持人。

由于他学的不是播音专业，加上他是蒙古族人，所以经常发音不准，甚至读错字。

当时台里规定，主持人念错一个字罚50元。

有一个月，他的工资被罚光了，还欠栏目组几十块钱。

当时，白岩松只是被借调到中央电视台的临时工，如果他不能胜任，就将被退回《中国广播报》报社。

在那段时间，他的神经紧张的像拉得满满的弓，几乎天天都睡不好觉。

他很郁闷，不愿意说话，就连与身边的妻子交流也要用笔。

最可怕的是，他天天琢磨着自杀，实在不想活下去了。

白岩松的妻子看在眼里急在心上，一面不断地鼓励他坚持下去，调整好心态；一面帮助他练习普通话。

她从字典里把一些生僻的字和多音字挑出来，注上拼音让白岩松反复朗读，还让他在嘴里含块石头练习绕口令。

经过两年的苦练，白岩松总算练出了一口流利的普通话，终于在中央电视台栏目组站稳了脚跟。

两年后，他获得了“金话筒”奖，也正式调入了中央电视台。

白岩松讲自己过去的苦辣酸甜，是想告诫和鼓励同学们：苦难的果实，可能是屈辱，也可能是财富。

当苦难战胜了你时，它就是你的屈辱；当你战胜了苦难时，它就是你的财富。

再苦再难也要坚强，因为我们每个人的身后都有强大的祖国和伟大的人民。

只要人在，只要梦在，一切就都可以从头再来。

## <<走出人生的低谷期>>

### 媒体关注与评论

一个人只有在低谷当中才能学到东西，那段低谷时期经历的事情就成为后面做事时一把衡量该不该做、如何做的尺子。

——史玉柱

## <<走出人生的低谷期>>

### 编辑推荐

《走出人生的低谷期》：山溪面对峭壁的绝望，一纵而成瀑布的壮观；枯木面对霜雪的绝望，坚忍而成春天的蓬勃。

低谷自有低谷的风景，低谷是一种奇妙的人生历程，它教会我们等待、忍耐和奋斗。

人生难免会遇到沟沟坎坎，也会跌入生活的谷底。

能否从谷底里走出来，能否冲破各种困境，关键在于能否自救。

善于自救者，即使在荆棘遍布的低谷期，也可以趟出一条平坦通畅的路。

困境当前的奋斗法则在逆境中只顾哭泣的人，会错失奋起的机会。

<<走出人生的低谷期>>

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>