

<<年轻，别让生命留下遗憾>>

图书基本信息

书名：<<年轻，别让生命留下遗憾>>

13位ISBN编号：9787307090880

10位ISBN编号：7307090880

出版时间：2012-7

出版时间：武汉大学出版社

作者：王贵水

页数：237

字数：170000

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>

## <<年轻，别让生命留下遗憾>>

### 内容概要

在我们年轻的时候，我们拥有太多的美好事物，只是我们自己不曾关注或在意过。实际上，我们应该在年轻的时候，就应该全心的拥有、爱护它们，刻苦、努力的实现它们，只有那样，我们的人生才会绽放出光芒。

希望读者朋友们在读完这些故事之后，能有所领悟，在放下《年轻，不要让生命留下遗憾》的时候，已经找到了自己脚下的路。

《年轻，不要让生命留下遗憾》精选了一百多个故事，从不同的侧面讲述了一个最简单的道理，趁年轻，不要让生命留下遗憾。

## <<年轻，别让生命留下遗憾>>

### 书籍目录

#### Chapter1趁年轻，为梦想去努力

时间，梦想的试金石  
换个方式实现梦想  
有梦想，没什么不可以  
苏珊奇迹  
成功只比失败多一次  
带着梦想，奋进  
自己就是奇迹  
“第一配角”的成功梦  
让梦想绕个弯  
不要把梦想丢了  
写进生命的梦

#### Chapter2趁年轻，让我们相爱

金钱打不败的爱情  
不只是爱  
找到那个真爱的人  
爱的第二次  
跨越时空的爱  
爱是一种语言  
爱的修行

#### Chapter3趁年轻，不要让幸福擦肩而过

厄运身后是女神  
下一站，幸福  
一块石头的价值  
把疑心扔到大海里  
别让自己太闲  
后花园里的苦恼  
虚名，廉价的玩具  
拒绝社交恐惧症  
自嘲一下又何妨  
得失一瞬间  
别让欲望成为心魔

#### Chapter4趁年轻，珍惜绵绵的亲情

卖鞋的父亲  
大哥，回家  
拉着母亲过马路  
奶奶的泪水  
妹妹的信  
孪生姐妹

#### Chapter5趁年轻，用珍惜生命的行动做事

不要轻易地放弃  
目标，一个就好  
坚韧，成功的不二法则  
面对困难，吹响冲锋号  
“跳蚤”人生

<<年轻，别让生命留下遗憾>>

Chapter6趁年轻，埋头苦干此生无悔

苦难背后显彩虹  
永不止步  
保持良好的状态  
比别人更刻苦  
敢为他人先  
巧用压力  
有耕耘，才有收获  
一生只挖一口井

Chapter7趁年轻，多一点宽容之心

原谅上帝的不公  
宽容如火融冰  
适时地告诉自己：“不要紧”  
缺陷也是美  
贪婪与吝啬，皆是幸福杀手  
用爱平等对待爱的人  
勇敢地说“对不起”  
宽容让你心胸开阔  
秉持海纳百川的气度  
留住人性的善

Chapter8趁年轻，关爱他人幸福自己

多多温暖别人  
懂得欣赏别人  
无价的友谊  
给艰涩的路途点一盏心灯  
助人即助己  
给别人多少幸福，也会给自己多少幸福

Chapter9趁年轻，让感恩走进心灵

怀揣感恩之心  
对逆境也须感恩  
把握今天  
别辜负他们的期望  
生命价最高  
倾听大自然感恩大自然  
每一个生命都值得我们尊重  
感恩创造奇迹  
即便苦难，也有幸福

Chapter10趁年轻，不容错过的生命精彩

“伟大”需与时间死磕  
你就是自己最大的财富  
让你的生命发光  
别那么悲观  
靠自己征服命运  
再阴郁的生命也会遇到春天  
永远保持积极的态度  
阳光总在风雨后

Chapter11趁年轻，不要错过这辈子

<<年轻，别让生命留下遗憾>>

别错过人生路上的风景

别错过机遇

立即去做，果断出击

坚守最难

换个地方开花

相约春暖花开日

错过了太阳，别错过群星

全心专注于自己的事业

关键选择决定一生

Chapter12趁年轻，珍惜快乐生活每一天

简单的生活，简单的享受

不要做时刻紧张的笨蛋

幽默的力量

学会让单调的生活富有滋味

我快乐吗？

我很快乐

懂得放下，懂得舍弃

知足最快乐

趁年轻，多多关爱自己

将快乐植根在心

适度休息，别让自己太忙碌

学会享受生活

适度闲适的价值

体验人生的幸福与乐趣

## &lt;&lt;年轻，别让生命留下遗憾&gt;&gt;

## 章节摘录

Chapter 1 趁年轻，为梦想去努力 一个人活在世界上，不可能没有梦想。

小毛虫为了实现自己变成蝴蝶的梦想，历经千辛万苦，最后破茧而出，飞向了天空；幼小的苍鹰为了自己的梦想，鼓足了勇气从母亲搭建的安乐窝，跃向万丈深渊，最后才能搏击天空；在我们还年轻的时候，我们也总是有着很多美好的梦想。

要实现梦想，就要付出足够的努力。

不要因为别人的成就而妄自菲薄，也不要因为自己的不足而信心不足。

我们只需要像破茧前的毛虫一样，一点点地让自己积累，一点点地让自己积蓄力量，总有一天，梦想的翅膀会在我们的身上张开。

到那个时候，你将获得的是一个完整的生命。

文学大师林语堂说：“梦想无论怎样模糊，总潜伏在我们心底，使我们的心境永远得不到宁静，直到这些梦想成为事实为止。

趁着我们还年轻的时候，为了梦想而努力吧。

不要总是将梦想挂在嘴边，认真地规划，然后积极、努力地展开行动，让自己成为一个优秀追梦人。

时间，梦想的试金石 在我们年幼的时候，我们总是有很多梦想，为了找到这些梦想，在成长的过程中，我们一直都在寻觅，却不知道梦想就在我们身边，不经意间随着岁月流走，而时间也成为梦想的试金石。

好莱坞影星杰夫·布里奇斯在他22岁的时候获得了第一次奥斯卡提名，在随后几十年的演艺生涯中，他又多次获得奥斯卡的提名，但是，每一次都与那个小金人擦肩而过。

在纵横影坛四十年后，61岁的杰夫·布里奇斯终于在第82届奥斯卡颁奖典礼上，摘得桂冠，获得了最佳男主角奖。

一个梦想，也在坚持了四十年之后，成为了现实，那一刻，相信杰夫·布里奇斯是幸福的。

布里奇斯诞生于一个演艺之家，1949年，在刚刚出生四个月的时候，他就被妈妈抱着参演了影视剧《危险关系》。

在家庭环境的熏陶下，布里奇斯成年后顺利地进入了赫伯特伯格霍夫学院学习表演。

像那里的所有的同学和朋友一样，布里奇斯也把得到的奥斯卡奖项作为自己毕生追求的目标。

布里奇斯的演艺生涯开始得极为顺利，1972年，他毕业后没多久，就出演了自己真正意义上的处女作：《最后一场电影》。

当时的美国，正被越战的阴影所笼罩。

所以在出演《最后一场电影》时，布里奇斯将自己的人物形象与传统银幕上的英雄人物相背离，因此引起了极大的轰动，而《最后一场电影》也为他赢得了第一个奥斯卡最佳男配角提名。

虽然最终他输给了自己的搭档本·约翰逊，但布里奇斯还是借此增加了信心，他知道只要自己肯付出努力，总有一天会实现自己的理想。

在获得最佳男配角提名后，布里奇斯的表演得到了很多人的关注，这让布里奇斯更加刻苦努力地演好每一部电影，不允许自己出任何一点差错。

也正是这种认真的态度，大导演马丁·斯科塞斯开始对这位新人表露出兴趣，1976年，在拍摄《霹雳与光脚》期间，邀请布里奇斯参加演出。

电影拍摄期间，尽管所有的人都认为布里奇斯的表演没有任何问题，但布里奇斯却不断地代替导演喊“停”。

以至于马丁对他喊道：“我没有喊停，就说明没有问题，可以一直继续。

”布里奇斯却反驳道：“我自己觉得我的表演还不到位！”

布里奇斯严谨的态度，为他赢得了奥斯卡最佳男配角的第二次提名，但是遗憾的是，这次他的竞争对手更加强大，在《教父2》中有出色表演的罗伯特·德尼罗被认为是那届奥斯卡最当之无愧的男配角——没有之一。

就这样，布里奇斯再次与奥斯卡擦肩而过。

面对着两次接踵而来的失败，布里奇斯的心情并没有受到太多影响，他一如既往地努力拍好每一

## &lt;&lt;年轻，别让生命留下遗憾&gt;&gt;

部片子。

几年之后，凭借在电影《政坛风云》里饰演的一位脾气暴躁的美国总统，布里奇斯得到了他电影生涯的第三次奥斯卡提名。

但是，这次幸运女神一样没有垂青他，因为他的竞争对手是被称为“伟大的演员”的弗·默里·亚布拉罕，他主演的《莫扎特传》几乎没有瑕疵，就这样布里奇斯又一次失败了。

在随后的演艺生涯里，布里奇斯开始广拓戏路，他开始接触不同风格的人物形象，并把他们扮演得惟妙惟肖。

在科恩兄弟的《谋杀绿脚趾》中，布里奇斯一反往日的高大形象，扮演了一位爱抽大麻和打保龄球，但是却每天不讲究衣着打扮的老人家。

这让那些熟悉他的观众们眼前一亮。

在那段时间里，布里奇斯尝试着各种角色，演技越发精湛，凭借着在《星空访客》中的出色表现，他第四次获得了奥斯卡提名。

但是天公不作美，这次的对手是一位在电影世界里堪称神级的人物——阿尔伯特·芬尼，可以说这样的竞争是毫无悬念的，布里奇斯再次空手而归。

岁月催人老，52岁的布里奇斯在2001年靠着《暗潮汹涌》的演出，再次成为奥斯卡候选人。

这一次，无数的媒体和影迷都认为布里奇斯会修成正果，可惜的是本尼西奥·德尔·托罗带着自己的影片《贩毒网络》横空出世，成为了布里奇斯问鼎奥斯卡的拦路虎。

布里奇斯并没有太多的抱怨，但是影评家们已经看不过去了。

2001年奥斯卡评奖结束后，《纽约时报》的专栏影评作家在自己的文章中写到：“杰夫·布里奇斯是那一代演员里最具天分，但是他得到的奖励确实是最少的，他的价值完全被评委们忽视了，这是不公平的。

除了影评家和影迷，还有一些人也为布里奇斯感到不值，那就是布里奇斯的妻子和女儿。他们经常私下里劝说布里奇斯，让他早点退休，开始享受晚年的家庭生活，但是布里奇斯却很执著地坚持了下来，他说：“我有着非常好的演艺状态，为什么要退休呢？

要知道，当我出现在镜头前面的时候，我真的觉得自己只有25岁。

布里奇斯没有放弃，他更加努力地工作，接二连三地接拍了几部反响非常好的影片。

在2009年，布里奇斯在影片《疯狂的心》中出演一名乡村歌手。

在这部影片中，布里奇斯通过歌手的登台演出，将自己几十年来的失意和悲伤表现了出来，虽然是在演歌手，但是更像是在向人们展示自己的人生。

2010年，当奥斯卡评委会再次邀请布里奇斯去参加奥斯卡颁奖典礼的时候，布里奇斯有点儿难以抑制的紧张，61岁高龄的他知道，如果自己这次依然不能站在领奖台上，那儿时的梦想就真的再难实现了。

当布里奇斯名字被场上的嘉宾念响的时候，布里奇斯激动异常，他战胜了一群实力派演员拿到了那个他梦寐以求的小金人。

当别人问他有什么感想时候，布里奇斯回答说：“把理想交给时间，我相信时间会说明一切！”

把梦想交给时间吧，像布里奇斯一样，将自己的梦想坚持下去，若干年后，时间会给出我们一个正确的答案，而它是不会骗人的。

换个方式实现梦想 条条大路通罗马，梦想就如同罗马城邦一般，在城外总是有着各种各样的路径，当这条路行走不通的时候，不妨尝试着换一条路径前进。

当你尝试一种方式无法实现梦想的时候，不妨换个方式，说不定也会到达梦想的彼岸。

1938年，在匈牙利的部队中，发生了一起爆炸事故，一位正在服役的军人在训练时，被一颗有毛病的手榴弹炸伤了右手。

这让部队的上上下下都大为震惊，因为这个军人并不是一个普通的军人，他还肩负着匈牙利在奥运会上争金夺银的重任。

这个军人就是匈牙利当时非常著名的射击运动员卡罗伊·陶卡奇。

匈牙利的法律规定，成年男子在到达一定年龄之后，必须服兵役，就是在这样的规定下，陶卡奇这位在匈牙利声名鹊起的射击运动员告别了自己心爱的训练场，来到了军营。

## &lt;&lt;年轻，别让生命留下遗憾&gt;&gt;

这次事故发生后，很多人都为此而感到伤心，最难过的还是陶卡奇本人，他的世界一度陷入到了黑暗之中，他悲观地认为一个失去右手的射击运动员，如同在战场上失去了枪支的士兵一样，已经没有生存的必要性了，他的射击生涯就要结束了，如同他的生命终结一般。

作为一名仍在服役的军人，陶卡奇在伤愈之后被允许留在部队，在这里他仍然可以触摸到他心爱的枪支，也正是因为这样，陷入绝望的陶卡奇开始重新振作了起来。

一天，陶卡奇看着自己完好无损的左臂，一个强烈的念头在他的脑海中诞生了，他迫不及待地来到营地的训练场——他要开始重新射击了，用左手。

陶卡奇并不是先天性的左撇子，所以当他作出这个决定的时候，很多人都为此感到震惊，连一些部队的领导都为他对射击的热爱震撼了。

在刚开始练习的时候，陶卡奇遇到了他先前所无法想象的困难，他的左手在此之前从来没有打出过一发子弹，所以射击时候他几乎连枪都拿不稳，用这样一只手重新回到巅峰，对于任何人来说都不是一件容易的事。

世上无难事，就怕有心人，经过一系列刻苦地训练之后，陶卡奇终于学会了用左手射击。有了好的开头，接下来的一切也就格外顺利了。

事故发生后的第8个月，陶卡奇再次出现在射击场上，这个时候，他的命中率已经可以和自己的战友同场较量了。

在随后的一年时间里，陶卡奇不可思议地赢得了匈牙利手枪射击锦标赛冠军，更让人感到震撼的是，作为国家队的一员，这个失去右手的射击运动员在世界锦标赛中赢得了自动手枪的冠军，整个匈牙利为之疯狂。

就在陶卡奇梦想着在奥运会上为匈牙利夺取一枚金牌的时候，第二次世界大战爆发了，奥运会被迫暂停，这使得陶卡奇不得不放慢自己追求梦想的脚步。

1948年，第二次世界大战结束后的第一次奥运会在伦敦召开，那一年陶卡奇已经38岁了。

正式比赛开始前，当时最著名的世界射击运动员、奥运会冠军、世界纪录保持者阿根廷人卡洛斯·瓦利恩问陶卡奇为什么会在身体遭受严重事故后仍选择来到伦敦。

陶卡奇听了之后，十分从容地回答道：“我是来学习的。

”显然，经过刻苦训练的陶卡奇已经找回了自己的最佳状态，他并没有受到断臂的影响。

在规定的时间内，陶卡奇有条不紊地打完了手枪中的60发子弹，总成绩580环，一举夺得了25米手枪速射的冠军。

在颁奖典礼上，瓦利恩再次来到陶卡奇面前，他说：“你已经不需要再学习什么了，你学成了。

”是的，陶卡奇学成了，不仅是瓦利恩这样认为，整个赛场上的观众也是这么想的。

他们给这位新的世界冠军献上了最热烈的掌声。

虽然他没有右臂，但是他那种不为伤痛所困的毅力和永不言败的精神打动了每一个人。

故事并没有就此结束，在伦敦奥运会之后，陶卡奇并没有功成身退，他回到训练馆中继续开始了日复一日的训练生活。

1952年，在赫尔辛基奥运会上，陶卡奇成功地打破了他的个人最好射击纪录，成为第一个蝉联奥运会速射比赛冠军的运动员。

在追寻梦想的道路上，总是会有着这样或者那样的困难横在我们面前，我们所要做的就是坚持着走下去，直到梦想实现的那一天。

在付出努力之后，仍然不能使梦想变为现实的时候，不妨换一种方式。

陶卡奇在右手不能实现梦想的时候，果断地用自己的左手来将自己的梦想延续下去，并终于等到了梦想成真的那一天。

无独有偶，在中国也有这样一位体育运动员，在经历过一系列的成功之后，当他再次准备为梦想扬帆启程的时候，却因为伤病，不得不停止自己前进的步伐，他就是羽毛球运动员张军。

张军8岁开始练习羽毛球，14岁进江苏体工队，19岁入国家队，在他的运动生涯里可谓“功勋卓著”，不仅拿到过2000年悉尼奥运会混双冠军，而且还在2004年雅典奥运会上卫冕了冠军。2005年，当他准备向2008年的北京奥运会上的“三连冠”发起冲击的时候，一个无情的现实



## <<年轻，别让生命留下遗憾>>

却摆在了他的面前，随着年龄的增长，伤病不断的他开始状态下滑，最后甚至连自己的“搭档”都被别人抢走，这预示着他职业生涯即将终结。

2008年，在奥运会即将到来的前半个月，张军在接受媒体采访的时候，一再表示自己要为自己的梦想进行最后一搏。

可是让人没想到的是，半个月之后，张军便宣布退出奥运会。

当众人对此表示惋惜的时候，张军却说：“我不会在奥运会的赛场上丢这个人。

”……

## <<年轻，别让生命留下遗憾>>

### 编辑推荐

给力8090系列愿更多的年轻人别浪费了人生最宝贵的青春，不为别人也为自己。把握机会，相信自己是绝对的了不起趁年轻，把自己推向人生最耀眼的高度与“贫穷”的80后90后唠个知心嗑。

<<年轻，别让生命留下遗憾>>

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>