

<<感恩挫折>>

图书基本信息

书名：<<感恩挫折>>

13位ISBN编号：9787500850069

10位ISBN编号：7500850069

出版时间：2011-10

出版时间：工人出版社

作者：张端，任玲 主编

页数：252

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>

<<感恩挫折>>

内容概要

人生要能承受得起挫折。

挫折是上天磨练我们意志的方法。

一切挫折中都包含着希望，只要用心寻找，努力追求，总能够找到属于自己的美好未来。

正如鲁迅所说：

“遇见深林，可以辟成平地的，遇见旷野，可以栽种树木的，遇见沙漠，可以开掘井泉的。

”勇敢面对挫折，翻越挫折，走向欢乐。

<<感恩挫折>>

书籍目录

第一章 残缺身躯中的坚强意志

没有四肢的飞行员

一米高的大力士

最矮的NBA球星

拿不住笔的推销员

还能投球的手

残疾的马拉松健将

看不见的世界滑水冠军

没有右腿的南极探险家

用意志控制左手

特殊的金牌

没有天赋的影后

站不起来的强者

无声的舞蹈家

第二章 敲响命运的巴掌

第三章 人类的骄傲

第四章 把拐杖当成另一个生命支点

第五章 没有手的画家

第六章 风雨过后见彩虹

第七章 拒绝沉没的船

第八章 用脚飞翔的女孩

第九章 上帝踢中的球

第十章 一次成功就够了

<<感恩挫折>>

章节摘录

一米高的大力士 约翰的身高只有1.05米，是一个地地道道的矮子。不仅如此，他的脊背还有些弯曲，整个上身看上去就像一个问号。他不止一次问过自己：“我将来能干什么？”他无法回答。

他唯一确知的事情就是：自己是一个矮子，身高连普通标准都达不到。由于约翰身材矮小，学校体育队的队员们都叫他侏儒，而且常拿这个来取笑他。一些坏同学知道他打不过他们，便常来欺负他，故意绊倒他，或是抢他手里的东西。约翰天天都生活在这种被恐吓的阴影之中，学校里每一个人都可能是潜在的恐吓者。体育课是让他最难受的一门课，凡有竞赛的项目，哪一方都不愿要他，他常像皮球一样被众人踢来踢去。

一天，老师把约翰叫到一边说：“约翰，我们决定替你转一个班，从现在起，你到特殊教育班去上课吧！”

“特教班？”

可那是为残疾学生开的班啊！

“我很抱歉，”他拍拍约翰的肩膀，“但我们是为你着想。”

放学后，约翰回到家，“砰”的一声将房门关上。他在镜子前仔细地端详自己：弯腰驼背，手臂细得像牙签。他失望地倒在床上。

“为什么我会长成这样？”

约翰痛苦地站起身来，望着父亲在院子里干活的身影发呆。父亲虽然也是小个子，却曾在海军部队服过役，他人虽矮小，但身上肌肉发达，没人敢欺负他。约翰暗自下了决心，要锻炼身体，要和父亲一样强壮。他将这个决心告诉了父亲。

于是，父亲帮他制作了一个举重用的杠铃。每天晚上，约翰都到楼下的储藏室去练习举重。一次又一次，约翰逐渐能举起杠铃了。

之后，他又不时往上加重量，往往一次加上5磅。每加一次，他都必须拼足全部力气才能举起来。对约翰来说，这不仅仅是举杠铃，更是对自我的挑战，他立志要改变自己弱不禁风的形象。但不管约翰能举多重，他总觉得自己仍然不够强壮，因为他的个子太小。

怎么办？

他选择了富含蛋白质的牛奶、鸡蛋等营养品，还到各种健美杂志中去寻求帮助。6个月后，在17岁生日这一天，约翰仍然只有1.05米高，40公斤重。

当时，约翰的父亲以替人做船上用的帆布帐篷为业，约翰也常常会帮父亲干活。一天，他需要把一卷帆布从汽车里搬到山坡上的工厂去，这卷帆布大约有80多公斤重。约翰将它扛上肩，往前迈了一步。

“真重啊！”

“他很想扔掉它，但还是没有这样做。他踉踉跄跄地爬上山坡，累得满头大汗。但最终他完全凭借自己的力量把这卷帆布扛上了山坡。他惊讶不已，简直不敢相信自己的锻炼已经有了这样的成效。于是，约翰做了一个实验：他在杠铃上放上迄今为止能举起的重量，然后再加上额外的50磅。“不要去想你的身高，”他告诉自己，“举就是了，你能行！”

他试着慢慢地举起这个杠铃，居然将它举起来了。

过去，他总认为自己个子小，没有力量，其实越是这样，就越是限制了自己潜能的挖掘，更说不上发

<<感恩挫折>>

挥了。

从此，约翰决定正规地学习举重，每天都到体育馆去训练。

随着时间的推移，他的肌肉增加了，力气增大了，微驼的脊背也开始越来越直了。

在体育馆锻炼的人中有不少人爱掰手腕，约翰也鼓足勇气加入进去。

最初，当他们在他们面前坐下的时候，众人都以嘲笑的目光看着他，但约翰没有理睬这些，最终，他把他们一个一个全都打败了。

约翰可谓天生不幸，不仅身材矮小，弱不禁风，而且脊椎弯曲，臂细如柴。

在一般人的眼中他简直是一个残疾人，但就是这样一副被众人视为“劣质”的身躯，却超脱了自身的极大缺陷，将不可能化为了可能，创造出了完美的奇迹。

.....

<<感恩挫折>>

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>