

<<意志-激发意志的力量>>

图书基本信息

书名：<<意志-激发意志的力量>>

13位ISBN编号：9787503173264

10位ISBN编号：7503173262

出版时间：2013-1

出版时间：中国地图出版社

作者：姜越 编

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>

<<意志-激发意志的力量>>

前言

生活就像海洋，只有意志坚强的人，才能到达彼岸。

历史上的伟人，他们的研究成果在很大程度上推动了历史的进程：哥白尼的“日心说”、伽利略的自由落体运动、达尔文的进化论、门捷列夫的化学元素周期表……这些都是他们成功的证明。

但是，我们不应该忽略他们成功背后的辛勤与汗水，我们更应该学习与借鉴的是他们敢于拼搏的精神，善于激发意志的力量。

一个意志坚强的人，他能够确定自己的目标，并且向着这个目标而努力，而奋斗；一个意志坚强的人，不管他立足于何处，不管他做什么事情，都能够善始善终、矢志不渝，即使付出超过常人十倍、百倍、千倍的努力也无怨无悔；一个意志坚强的人，不管遇到什么艰难险阻，他都会凭借着自己的力量千方百计将困难克服，并且把这种磨砺当成一种历练自己的机会，从而让自己变得更加坚强，更加自信。

在世界知名成功人士中，纵观他们的发展史，无一不是血与汗的交融，无一不是困难与坚强的统一，他们之所以能从风风雨雨中迎来自己的人生彩虹，最根本的原因在于它们拥有钢铁般的意志、善于激发意志的伟大力量。

我国著名运动员邓亚萍家喻户晓。

但是，当她的名字在千家万户中流传的时候，有谁会知道她练习时的艰难呢？

有谁能体会她练习时锥心刺骨的疼痛呢？

在她刻苦练习乒乓球的过程中，她逼迫自己形成样样精通的优势，从而弥补自己身高的不足，这样一来，在与对手比赛的过程中，自己就能够凭借优势让对手无懈可击。

日复一日，年复一年，就是在无数个风风雨雨的日子里发愤图强，成就了自己铺满鲜花和掌声的冠军之路，换来一次次次的五星红旗的高高升起。

我们惊叹于贝多芬《命运交响曲》的酣畅淋漓、豪迈奔放，听过此音乐的人都会被流露出来的气势深深折服，就是在气势磅礴的旋律背后其实倾注了贝多芬太多太多的辛酸。

作为一名音乐家，最大的障碍莫过于耳聋，耳聋在他的艺术生涯中是一道不可逾越的鸿沟，但是，我们伟大的音乐家并没有屈服而是坚定而有力的喊出“一定要扼住命运的喉咙”。

环境越艰苦，他就越坚强，即使在生命即将逝去的日子，仍然笔耕不辍，写下了不朽名篇《欢乐颂》，从而将自己的精神以音符的方式代代相传。

梅花深知，只有强劲的风霜才能酝酿自己体内的芬芳，对梅花而言，风刀霜剑不是自己的敌人，而是激发自己意志的最佳伙伴，没有每一次次艰苦卓绝的斗争，又怎么会有“梅花香自苦寒来”；松柏深知，只有厚重的冰雪才能成就自己坚强的意志，严酷的风吹雨打时时考验着自己的耐力，经历过磨砺之后，才有了“大雪压青松，青松挺且直”的傲然风姿。

“逆境出建树”。

其实，人生中的每一段逆境都是成就自己的机会，征途中所遇到的每一次苦难都是自己人生的积累，成长中每一次不幸都是激发意志的机会。

当比别人拥有更多的阻挠时，与其埋怨，何不欣然接受生活的每一次馈赠？

本书以通俗易懂的文字，全方位、多角度对意志进行剖析，以便让读者从大量生动感人的故事中体会意志的力量，从而审视自己，改正自己，提升自己。

<<意志-激发意志的力量>>

内容概要

《青少年健康心灵养成系列:意志:激发意志的力量》内容简介：“逆境出建树”。其实，人生中的每一段逆境都是成就自己的机会，征途中所遇到的每一次苦难都是自己人生的积累，成长中每一次不幸都是激发意志的机会。当比别人拥有更多的阻挠时，与其埋怨，何不欣然接受生活的每一次馈赠？

《青少年健康心灵养成系列:意志:激发意志的力量》以通俗易懂的文字，全方位、多角度对意志进行剖析，以便让读者从大量生动感人的故事中体会意志的力量，从而审视自己，改正自己，提升自己。

<<意志-激发意志的力量>>

书籍目录

第一章激发意志的力量 意志力是迈向成功的基石 成功意志之一：坚强品质 成功意志之二：果断品质 坚强意志实现成功人生 绝不放弃 锻炼坚如磐石的意志 踏着失败，走向成功 每个人都能创造奇迹 第二章意志源于信心 意志力催生信心 远离信心危机 用信心见证自我 相信自己，成功并不难 把“不可能”从心中永远删除 让信心沉淀于内心深处 信心助你步入辉煌 信念让你发现自身能量 肯定自己，活在当下 生命在于勇敢尝试 你就是最伟大的奇迹 第三章意志坚定，勇于行动 在行动中体现自身价值 行动是成功的必经之路 勤奋+行动=成功 坚定地做行动的主人 走别人没有走过的路 唯有行动才能抓住机会 机遇不等于成功 目标是行动的指南 要坚守自己的梦想 搏击命运，意志就是希望 第四章磨砺意志，接受考验 逆境是生命的盐分 逆境磨砺意志 修炼逆境中崛起的意志 磨砺意志，接受考验 把考验当作机会 意志谱写苦难的旋律 在绝望中找到希望 培养再试一次的意志 把挫折当作人生路上的风景 命运就是这样敲门的 第五章阳压力成就顽强意志 把压力变成前进的动力 在重压之下奋发图强 意志助你跨越一切障碍 压力成就顽强意志 在压力下获得新生 勇于挑战，反败为胜 别被失败打趴下 压力下的竞争 直面压力的策略 高压下才能锻造出优质钢 第六章把忍耐变成能耐 忍耐彰显意志 善用忍耐的智慧 放下包袱，打开心结 学会忍耐，笑纳成功 坚持不懈，厚积薄发 从失望走向成功 让意识在逆境中造就 韬光养晦，成就大业 第七章意志力创造奇迹 意志，是成功的秘诀 勇登人生的顶峰 用意志挑战人生的不公 把命运握在自己手里 把“我想要”变成“我一定要” 意志在前，困难在后 决心是一切成功的开始 与其叫苦，不如较劲

<<意志-激发意志的力量>>

章节摘录

版权页：插图：第二次世界大战中扭转战局的一役，是发生在苏联一个小城的战斗——斯大林格勒保卫战。

过去两百年来，俄国人凭着顽强的意志力，两度孤军击败全侵略者，成为不可一世的枭雄霸主，从欧亚边陲弱国，跃升为超级强国。

1812年，法军挥兵直攻俄国，俄国沙皇亚历山大一世不惜火焚莫斯科城，用焦土政策抗战到底，在北国严冬助阵下，拿破仑仓皇兵败，60万大军中活着逃回法国者仅3万人。

1941年，希特勒率领的德军兵分三路直攻苏联，不到几个月，600万苏联红军中的450万被歼被俘。在亡国危机下，斯大林下令誓死保卫绝不撤退，列宁格勒被德军围城890天，约200万市民饿死了100多万人，仍然顽强地拒绝投降。

更壮烈的是斯大林格勒，整个城市被敌人炸烂到没有一栋完整的房屋，也没有一棵绿树。

在斯大林格勒的瓦砾废墟中，发生了无数可歌可泣的故事。

一个小小的红军上士，率领全排士兵死守阵地，所消灭的敌人数量，竟然比德军进攻巴黎时阵亡的还多！

最后德军全军覆没，希特勒也步上拿破仑的后尘。

没有比战争更残酷的考验，也唯有在生死存亡间，人们才能锤炼出钢铁般的意志力。

中国史书《吴越春秋》写的是春秋时代吴越两国的故事。

书中最有意思的是两个人物——伍子胥和勾践的意志力战争。

伍子胥出身楚国世卿之家，却被奸臣陷害惨遭灭门，亡命天涯，最后逃到蛮荒未开化的吴国栖身。

伍子胥强烈的复仇意志，像是令人不寒而栗的黑色火焰：一个失去所有凭借的流亡者，誓言要消灭春秋时代最强大的楚国。

他结交奇人异士，暗杀吴王僚，协助阖闾继任吴王，并延揽天才军事家孙武，秣马厉兵9年，终于大破楚军，长驱直入楚国郢都，将楚平王的尸骨从坟墓挖出来鞭尸。

春秋五霸的齐、晋等大国，都不是楚国的对手，而伍子胥却带领一个边陲小国，几乎把楚国消灭，也差点改写中国的历史，其复仇的意志力，真可谓无坚不摧！

越国国王勾践兵败吴国沦为阶下囚，吴王夫差让勾践夫妇住在吴国阖闾的大殿旁边一间石屋里，叫勾践给他喂马，让勾践的妻子到宫中当侍女。

夫差每次坐车出去，勾践就给他拉马。

有一次，夫差感冒身体不适，勾践竟为夫差尝粪便以查看病情，此举深深地感动了夫差。

两年后，夫差认为勾践真心归顺了他，就放勾践夫妇回去了。

回到越国后，勾践时刻不忘报仇雪耻。

他唯恐眼前的安逸消磨了自己复仇的意志，便在吃饭的地方挂上一个苦胆，每逢吃饭的时候，就尝一尝苦味，扪心自问：“你忘了会稽的耻辱了吗？”

他还把席子撤去，用柴草当褥子。

凭着无人能及的意志力，勾践终于大败吴国，报了仇，雪了耻。

<<意志-激发意志的力量>>

编辑推荐

《青少年健康心灵养成系列:意志:激发意志的力量》写到，一个意志坚强的人，他能够确定自己的目标，并且向着这个目标而努力，而奋斗；一个意志坚强的人，不管他立足于何处，不管他做什么事情，都能够善始善终、矢志不渝，即使付出超过常人十倍、百倍、千倍的努力也无怨无悔；一个意志坚强的人，不管遇到什么艰难险阻，他都会凭借着自己的力量千方百计将困难克服，并且把这种磨砺当成一种历练自己的机会，从而让自己变得更加坚强，更加自信。

<<意志-激发意志的力量>>

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>