

<<我们总是忘了，压力才会奋进>>

图书基本信息

书名：<<我们总是忘了，压力才会奋进>>

13位ISBN编号：9787530866153

10位ISBN编号：753086615X

出版时间：2011-10

出版时间：天津科学技术出版社

作者：姜越

页数：216

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>

## <<我们总是忘了，压力才会奋进>>

### 内容概要

二战时期，有一位叱咤风云的人物曾说过：只有伟大的压力，才能产生出强大的动力。细细品味，压力与动力的关系不言而喻。

在庸人眼里，压力是一种拖累，是一种甩不掉的负担，而在用于面对生活磨难的强者眼里，压力却成了前进中的动力，他们把在压力下取得的成功及其经历的历程归结为这样的一个联动方程式：压力——动力——胜利。

压力开启人的智慧，或许“急中生智”就是这一道理的最好说明。如诸葛亮的空城计，曹植的七步成诗，刘备的闻雷失箸，司马光的砸缸……诸多事例证明，越是危机时刻，越能让我们的思维发挥到最佳状态，变不可能为可能。生活中有压力并不可怕，可怕的是我们在压力面前屈服。著名的美术家丰子恺先生说：人间的事，只要生机不灭，纵使遭受天灾人祸，暂受压抑，终有抬头的日子。让压力成为淬火的熔炉，让我们以百折不挠的意志去对待压力，让我们从《我们总是忘了,压力才会奋进》中汲取力量，顺利地压力中羽化成蝶。

# <<我们总是忘了，压力才会奋进>>

## 书籍目录

### 第一章 学会在压力中前进

一千三百多次的拒绝

盲鳗的生活哲学

攥紧手中的石头

强迫自己

竞争不相信眼泪

挑战自我的谎言

用压力铺平前进的路

成功的模特

压力下的竞争

你必须有一样拿得出手

用良好的心态应对压力

压力助你开启智慧之门

十米跳台上的微笑

常想身后有狼追赶

### 第二章 抓住压力中的机会

让逆境与压力成为生命淬火的熔炉

挣脱齿轮的狐狸

生存无绝境

绝境里的机会

活着就像在舞蹈

活下去只需一点点理由

神树之死

希望之灯

从“下下签”逃生

真正的考验

在仙人掌上安家的老鹰

卧薪尝胆的故事

废墟中的感动

绕行也是一种生机

笑着活下去

压力下的智慧

### 第三章 别让压力成为负担

### 第四章 把压力变成动力

### 第五章 压力面前别趴下

### 第六章 在压力中放飞自我

### 第七章 用压力创造奇迹

## <<我们总是忘了，压力才会奋进>>

### 章节摘录

当得知考试结果后，李亚茹回到宿舍，独自哭了很久。当李亚茹想到放假后要面对曾对她投以惊羡目光的初中同学和对她报以厚望的父母，想到今后还有那么多的课程要考试，就感到非常紧张，也感到非常羞愧。于是，在强大的心理压力下，李亚茹不敢回家而独自出走。后来，经过家长和同学的多方寻找，才将李亚茹找回家。然而，李亚茹再也不敢回学校上课了，于是只好办理了休学手续。

试想一下，如果李亚茹以一种积极的心态来面对因考试不及格所带的压力，认真地反省自己，改变自己不当的学习方法，相信她一定会重新跨入优秀生的行列。而如今，她却办理了休学手续，实在是一种遗憾。

有时，也许你会抱怨自己各方面的条件都不如别人，比如，你认为自己的脑袋没别的学生聪明，自己的家庭生活及学习条件也不如别人等等。

这时，积极的学习心态对于你来说就更重要。

无论你自身的条件多么恶劣，只要你运用良好的心态，并将它和正确的学习方法相结合，你肯定会变成一名佼佼者。

与之相反，无论你现在的条件多么优越，倘若你的心态消极，成为劣等生就是必然的。

富兰克林·罗斯福8岁时，曾是一个脆弱胆小的男孩，脸上时常显露着一种惊惧的表情。

如果不幸被老师叫起来背课文，他会双腿发抖，嘴唇颤动不已，回答得含糊且不着边际，然后颓然坐下。

假如他有副好看的面孔，也许情况就会好一点，但他却是龅牙。

像小罗斯福这样的孩子，多半对自己特别敏感，尽量不抛头露面，不参加任何活动。

然而事实并非如此，他虽然有些缺陷，但他却有着积极的心态，有一种乐观进取的意志在激励着他。

他的缺陷促使他更加努力地去奋斗，他不因为有同学嘲笑他就减少了勇气。

他用坚强的意志，咬紧自己的牙床使嘴唇不颤动而克服他的惧怕。

小罗斯福看见别的同学玩游戏、游泳、骑马，做各种体育活动时，他也强迫自己去参加，并且还使自己变为最能吃苦耐劳的典范。

他看见别的同学用刚毅的态度去面对困难、克服恐惧时，他也就用这种精神去应对所遇到的困境。

这样，他也觉得自己勇敢了。

.....

## <<我们总是忘了，压力才会奋进>>

### 编辑推荐

压力产生动力，压力绝地大那个动力。  
压力与动力的合力就是——胜利。

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>