

<<你也能实现梦想>>

图书基本信息

书名：<<你也能实现梦想>>

13位ISBN编号：9787302299172

10位ISBN编号：730229917X

出版时间：2012-9

出版时间：清华大学出版社

作者：汪传华

页数：146

字数：167000

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>

<<你也能实现梦想>>

前言

“人最宝贵的是生命，生命每个人只有一次。
人的一生应当这样度过：回首往事的时候，不因虚度年华而悔恨，也不因碌碌无为而羞耻……”
我16岁那年，即将高中毕业时，语文老师在课堂上饱含深情地大声朗读着世界名著《钢铁是怎样炼成的》一书中的主人公保尔·柯察金的名言。

多么美妙、多么催人奋进的人生格言！
我一边用心聆听，一边飞快地做着笔记，唯恐记漏一个字。
这段人生格言在我成长最艰难的岁月里被我至少大声朗读了一千零一次。

它给我梦想！
给我希望！
给我力量！

那时，我即将参加高考，但我的学习成绩特别差，如果想考大学，简直连门儿都没有。
别说梦想，连做梦都不敢。

但是，我的大学梦还是从此开始了。
第一次高考，我落榜了，但我一点儿也没有意外，我的总分只有166分。
其中数学只得了12分，语文只得了25分。
考这点分数还想继续追求大学梦，那时几乎没有同学像我这样痴迷了，但我却执著于我的梦想。
因为我那时开始有了这样一个信念：有梦想才有未来。

我深知，自己才16岁，人生的路还很漫长，如果不求学，不追求梦想，将来的人生简直不可想象。

高考失败后，为了梦想，我在农村苦苦拼搏，上下求索，在同龄人中简直像个另类。
有心人，天不负。

5年后，21岁的我竟然真的感动了上苍，拿到了我梦想的录取通知书，改变了自己的命运。
一夜之间，十里八乡的乡亲和同学、亲戚与朋友都在为我叫好，那段日子，是我人生记忆中最美好、最幸福的时光。

如今再回首，我怎能不百感交集？我怎能不对天下少年说：“人生最宝贵的是少年时代，人生最关键的也是少年时代。”

管住自己，点燃梦想，努力奋斗吧，你也能实现梦想！

”面对祖国千千万万的少年儿童读者，谈到“梦想”，谈到“成长”，我有太多的感慨，有太多的话要说。

但我首先要说的是：成长从梦想开始。

有意思的是，在我的青春岁月，除了有梦想，其他东西几乎什么也没有——没有书，没有草稿纸，没有笔记本，没有复习资料，没有一分钱，甚至没有读书的时间，也没有看书的地方。
当然更没有信心，有的就是在自己和周围的人看来根本不可能实现的梦想。

更有意恩的是，在那样落后，那样一穷二白的情况下，我不仅实现了梦想，而且还创造了在当年连想都不敢想的奇迹：高中毕业时连日记都写不出来的我，如今已出版了十多部教育和励志类书籍，出版了8张青少年励志教育演讲光碟。

我写的青春期孩子励志类读物《你也能创造奇迹》一书，在全国青少年读者中受到普遍好评，获国家新闻出版总署2009年度最有影响力的励志读物奖，并在中央电视台“新闻联播”中推介。

我曾帮助无数问题少年走出成长的误区，曾接受过中央电视台记者的专访。
在全国各地，有约20万家长和青少年读过我的书，有数百万家长和师生现场听过我的演讲。

其实，我所取得的这些成绩也没什么了不起。
对于每一个有梦想的少男少女来说，一切皆有可能。
正如一首流行的奥运歌曲唱的那样：“有梦想谁都了不起，有勇气就会有奇迹！”

<<你也能实现梦想>>

<<你也能实现梦想>>

内容概要

如果你希望有个不同寻常的人生，就应该趁早点燃梦想。
只要你认真阅读这部书，就会坚信：你也能实现梦想。
《你也能实现梦想》介绍了最平凡的人如何通过自身努力来实现梦想。
你要你也能像书中的好榜样那样，既敢于梦想，又善于行动；只要你怀着必胜的信念反复体验和实践书中的励志方法，那么，你的梦想终将变为现实，世界终将听到你发出的声音。

<<你也能实现梦想>>

作者简介

汪传华，著名青少年励志教育演讲家、家庭教育专家，出版教育书籍11部、励志演讲光碟11张，著有《您的孩子快乐吗》、《困难是我们的恩人》等，其中《你也能创造奇迹》（湖北少年儿童出版社，2009年版）获新闻出版总署2009年度最受于少年喜爱的百种优秀图书奖，交受到CCTV“新闻联播”推介。

《困难是我们的恩人》被湖北省政府纳入全省农村书屋读本。
曾接受中央电视台“当代教育”栏目记者专访并制作一期青少年教育专题节目。
十多年来，在全国各地作过数百场励志演讲，有近百名问题少年在他的帮教下走出误区。

<<你也能实现梦想>>

书籍目录

一、有梦想才有未来

点燃梦想是成功的第一步

将梦想写出来并马上行动

敢想敢干，梦想就一定能实现

坚信自己能实现梦想

有坚定梦想的人才真正年轻

永不放弃自己的梦想

点燃梦想——现在就行动

二、培养必胜的信念

做一个有信念的少年

给自己确立一个好榜样

培养坚定信念，别害怕任何困难

必胜的信念一定能使你梦想成真

有了信念，生命才有非凡的活力

培养必胜信念——现在就行动

三、靠自我激励实现梦想

强烈的自我激励是成功的先决条件

一定要对自己有所期待

一定要走好人生第一步

彻底打消“不可能”的念头

自我激励——现在就行动

四、增强自制力，抵制不良诱惑

能抵制诱惑才能成为真正的强者

一个昔日优等生的惨痛教训

培养自制力——现在就行动

五、乐观的人更能实现梦想

乐观的人更容易成功

怎能因为学业落后而放弃梦想

乐观的人能从倒数第五名考入北京大学

找到自己生命中最重要的人

养成乐观向上的习惯

随时清除不良情绪

保持乐观心态——现在就行动

六、自信是实现梦想的第一秘诀

不必自卑，敢于主动争取机会

点燃信念之火，你也能成长为巨人

战胜自卑和怯懦，对实现梦想充满信心

不花一秒钟时间去忧虑

充分的自信加上无比的热情

不要因为事情难以办到而失去信心

树立自信心——现在就行动

七、学会坦然面对挫折和失败

勇敢地面对困难，不达目的绝不罢休

把挫折当存折，坚持前进

绝不向失败低头

<<你也能实现梦想>>

要学会冷静乐观地面对逆境

藐视挫折——现在就行动

八、梦想的大厦离不开健康这个基石

健康是实现梦想的第一要素

让自己在学业和身心健康等方面协调发展

运动是生命和健康的源泉

珍惜健康——现在就行动

九、心理健康是实现梦想的根本保证

把心理健康视为重中之重

每天给自己积极的心理暗示

时常提醒自己给心灵松绑

及时丢掉心理垃圾

学会控制情绪

学习金庸“八风吹不动”的心理素质

努力战胜自己

学会坦然面对挫折

保护心理健康——现在就行动

十、绝不能忽视情商的重要作用

情商比智商更重要

不要被分数和名次迷住了眼

正确看待自己，及时调整好情绪

坚信自己就是第一

战胜自己比战胜对手更重要

修炼情商从小事做起

细节决定成败，改变命运

不要心急，每天进步一点点

培养好情商——现在就行动

十一、学会珍惜时间

做一个惜时如金的人

把握今天，不花时间忧虑明天

学会合理配置时间

立即行动，有梦想绝不拖延

珍惜时间——现在就行动

十二、广泛阅读，为实现梦想储藏能量

养成读好书的习惯

多读好书能增添信心和方法

广泛阅读——现在就行动

十三、必须树立终身学习的观念

坚定终身学习，奋斗终生的信念

以读书为乐，永不满足

让学习成为一种生活方式

最重要的学习是向社会学习

克服一切困难随时随地学习

方法比知识更重要

终身学习——现在就行动

十四、习惯决定成败

养成挤时间读书的好习惯

<<你也能实现梦想>>

小心别被自己的坏习惯打败了

有良好习惯的少年必有好前途

趁早下决心改掉坏习惯

趁早培养各种良好习惯

培养好习惯——现在就行动

十五、成就梦想离不开顽强的毅力

顽强的毅力是实现梦想的必要条件

坚持不懈的人才能实现梦想

顽强的意志是实现梦想最关键的素质

没有失败，只有暂时未成功

再苦再难也绝不放弃梦想

培养毅力——现在就行动

结束语

<<你也能实现梦想>>

章节摘录

版权页： 实现梦想的第10个秘诀是：无论遇到什么困难都绝不动摇必胜的信念，都别对自己说“不可能”。

要想实现梦想就必须有必胜的信念，无论遇到什么困难和挫折都决不动摇。无论何时何地都不对自己说“不可能”、“我怕”、“这可能吗”之类的话。

15世纪中叶的一个夏天，航海家哥伦布从海地岛海域向西班牙胜利返航。

怀着有一次航海探险成功的喜悦，哥伦布率着他的船队在风平浪静、一望无际的海上像海鸟一样轻松地游戈。

经历了惊涛骇浪的许多船员都在甲板上默默祈祷：上帝啊，请让这温暖的阳光一直陪伴我们返回到西班牙吧！

但船队刚离开海地岛不久，天气就骤然变得十分恶劣了。

天空集满了一团一团浓黑的乌云，远方的闪电，不停地驱赶着巨大的风暴，狰狞地从远方的海上向哥伦布的船队迎头击来。

这是哥伦布航海史上遭遇的最大次风暴，有几艘船已被排浪打翻了，只一闪，便永久地沉入了大海里的深渊。

船长悲壮地告诉哥伦布说：“我们将永远不能踏上陆地了。”

哥伦布知道，或许就要船毁人亡了，他叹口气对船长说：“我们可以消失，但资料却一定要留给人类！”

哥伦布钻进船舱，在疯狂颠簸的船舱里，迅速把最为珍贵的资料缩写在几页纸上，卷好，塞进一个玻璃瓶里并加以密封后，将玻璃瓶抛进了波涛汹涌的茫茫大海。

“有一天，这些资料一定会被冲到西班牙的海滩上！”

哥伦布肯定地说。

“绝不可能！”

船长坚定地说，“它可能会葬身龟腹，也可能被海浪击碎，或许会沉埋沙底，但它绝不可能被冲到西班牙的海滩上去！”

哥伦布自信地说：“或许是一年两年，或许是几个世纪，但它一定会漂到西班牙去的，这是我的信念，而上帝可以辜负生命，却绝不会辜负生命坚持的信念的！”

幸运的是，哥伦布和他的大部分船只都在这次空前的海上风暴里逃生了。

回到西班牙后，哥伦布和船长都不停地派人在海滩上寻找那个漂流瓶，但直到哥伦布离开这个世界，那个漂流瓶仍没有找到。

在哥伦布生命的最后时刻，他拉着船长的手，依旧充满自信地说：“那个漂流瓶终有一天会被冲上西班牙的海滩的，这是我的信念。”

上帝可以辜负生命，但他绝不会辜负人的信念！

哥伦布去世了，船长还一直派人不停地在海边寻找那个漂流瓶。

但直到船长也离开这个世界，那个哥伦布的漂流瓶依旧杳无音信。

船长把哥伦布自信的活和寻找漂流瓶的使命告诉并嘱托给了自己的儿子，他的儿子临终时又把这个使命嘱托给了自己的儿子，他们一代一代的人坚持着在西班牙的海滩上寻找。

同时，他们也在寻找着“上帝会不会辜负人的信念”的确切答案。

<<你也能实现梦想>>

媒体关注与评论

一本好书足以改变人的一生。

《你也能实现梦想》汇集了众多中外成功者实现梦想的秘诀，值得每一个青少年认真阅读。

——王爱丽(全国第三届“十大杰出母亲”) 法国哲学家华莱理曾经说过：“科学就是把许多成功的秘诀收集在一起。

”《你也能实现梦想》这本书用十分富有创意的方法将中外成功者实现梦想的秘诀整合在一起，令人耳目一新。

经常品读这本书吧，你一定能够实现梦想。

——蔡永红(北京师范大学教授、博士生导师) 一本好的励志读物能给人的生命注入强大的力量。

我希望每一个青少年都有机会读《你也能实现梦想》这本书。

——周年丰(中国记者协会常务理事)

<<你也能实现梦想>>

编辑推荐

《你也能实现梦想》编辑推荐：只要扎实修好这14堂人生课程，每个平凡人都能成就梦想，创造奇迹

<<你也能实现梦想>>

名人推荐

一本好书足以改变人的一生。

《你也能实现梦想》汇集了众多中外成功者实现梦想的秘诀，值得每一个青少年认真阅读。

——王爱丽（全国第三届“十大杰出母亲”）法国哲学家华莱理曾经说过：“科学就是把许多成功的秘诀收集在一起。

”《你也能实现梦想》这本书用十分富有创意的方法将中外成功者实现梦想的秘诀整合在一起，令人耳目一新。

经常品读这本书吧，你一定能够实现梦想。

——蔡永红（北京师范大学教授、博士生导师）一本好的励志读物能给人的生命注入强大的力量。

我希望每一个青少年都有机会读《你也能实现梦想》这本书。

——周年丰（中国记者协会常务理事）

<<你也能实现梦想>>

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>