

<<金牌精神>>

图书基本信息

书名：<<金牌精神>>

13位ISBN编号：9787502164270

10位ISBN编号：7502164278

出版时间：2008-1

出版时间：石油工业

作者：侯书森

页数：218

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>

## &lt;&lt;金牌精神&gt;&gt;

## 前言

2008年，我们又将迎来四年一度的奥运之年，全世界的人们都以极大的热情，对即将举办的北京奥运会充满着殷切的期待：期待奇迹的创造。

期待英雄的诞生。

期待辉煌的再现。

精彩奥运每一届都让我们无比期待，每一届都是一个不断创造神话、不断催生冠军的世界大舞台。

历数每一位夺得金牌的奥运冠军，他们以奥运大舞台上的精彩人生表演。

昭示了一个市卜素、真切的人生哲理：超越了别人你就会赢得桂冠，超越了自己，你就能摘取人生的金牌。

每个人都有展示自我的人生追求，都有渴望成功的人生梦想。

对于大多数普通人来说，也许自己的理想目标总被不幸打断，也许带来的人生金牌仍然遥不可及，但奥运冠军们用记录失败与痛苦的成长经历。

用超越别人和自我的奋斗精神，用仲现美德与修养的感人故事。

用见证光莆与胜利的精彩瞬间。

向世人证明：冠军也曾是普通人，人人都有获得金牌的机会。

精彩的人生不只是冠军们独享。

成功的金牌更不是少数人的专利，只要我们像奥运冠军那样勇敢地追求，不懈地努力，人生中就没有什么不可能；只要我们拥有了奥运冠军的精神和素质，成功就在我们前方不再遥远。

一块奥运金牌就是一个梦想的实现，奥运冠军的故事就是一部成功的励志书。

在夺冠道路上。

那些伴着泪水的鲜花和掌声，那些充满无数艰辛的经历，都是激励普通人成就梦想的精神财富。

奥运冠军身上所体现的那种勇于吃苦的精神。

永不言败的斗志，舍我其谁的自信。

永不熄灭的激情，都在启示和激励着我们。

去勇敢地摘取人生的金牌。

诚然，生命的航程会遇到许多狂风骤雨、汹涌波涛和潜流暗涌，甚至凶险暗礁，谁都不可能一帆风顺。

诚然，现实的生活会出现许多压力与烦恼、困难与挫折，甚至是失败与痛苦，谁都有可能遭受人生打击。

然而，我们既然已经踏上人生之路，选择了为理想而奋斗，那么，就应当像奥运冠军那样，无怨无悔地追求。

矢志不移地前进，冲过暴风雨去拥抱美丽的彩虹。

呈现在读者面前的这部书。

通过介绍众多奥运冠军的感人故事和成长经历，总结和提示出由普通人成长为金牌冠军所必须具备的十二项基本素质。

它以亲切生动的语言告诉广大读者朋友，赢得冠军的辉煌与人生的金牌究竟凭借的是是什么，从而让读者朋友从中领悟、掌握、活化这些成功的人生真谛，创造出自己的精彩人生。

本书在注重思想性的同时。

还注重内容的知识性、生动性与实用性，语言市卜实自然，道理雅俗其赏，既拉近了大众与冠军的距离，又以独特的视角给大众以有益的人生启迪。

奥运冠军们值得人们去尊敬，也值得人们去学习。

用奥运冠军的精神去创造人生，超越自己，终有一天。

你也可以在人生的道路上成为冠军，摘取金牌。

谨以此书献给2008年北京奥运会。

编著者2007年冬



## <<金牌精神>>

### 内容概要

一块奥运金牌，就是一个实现了的梦想；一个奥运冠军的故事，就是一部成功的励志书。呈现在读者面前的这部书，描述了众多奥运冠军的感人故事和成长经历，揭示了由普通人成长为金牌冠军必备的十二项基本素质，告诉您赢得冠军的辉煌以及赢得金牌的艰辛，激励您用冠军的拼搏精神，去领悟人生的成功真谛，去夺取自己的人生金牌。

## &lt;&lt;金牌精神&gt;&gt;

## 书籍目录

一、志存高远，前途无量——成功首先需要设置远大的目标奥运冠军的风采惊人的一跃始于远大的目标奥运冠军的人生启迪1.目标是引导人生成功的航标2.远大的目标是成功的磁石3.做一个有着明确目标的人4.准确确立自己的优势目标5.行动是达到目标的唯一途径6.志存高远，贵在持之以恒二、自信人生，人生无价——具有强烈的人生自信心奥运冠军的风采一步一印地登上辉煌之塔奥运冠军的人生启迪1.自信是开启成功之门的钥匙2.自信+努力，就没有不可能3.自己主宰自己的人生4.用自信来超越自我5.不要让自信心败给了弱点6.做一个永远充满自信的人7.拔起自卑重锚，扬起自信风帆三、勇往直前，爱拼才赢——培养顽强的拼搏精神奥运冠军的风采坚韧顽强的乒坛“小个子巨人”奥运冠军的人生启迪1.顽强的斗志是永不屈服的强者之道2.面对挫折，用毅力助你成就人生3.做一个敢于挑战人生的人4.用决心承受挫折的打击5.培养坚强刚毅的强者性恪6.做敢和自己搏斗的勇士7.坚韧顽强，尝试，尝试，再尝试8.勇往直前，尽量不给自己留退路四、千里之行，始于足下——扎扎实实地打好人生的基础奥运冠军的风采摘取“网坛女皇”桂冠的少女奥运冠军的人生启迪1.勤勉努力，世上最成功的法则2.吃得苦中苦，方为人上人3.脚踏实地，打好坚实的基础4.专注于一，走好人生每一步五、内心竞赛，逆境雄起——不断地进行自我激励奥运冠军的风采在逆境中奋起的拳王奥运冠军的人生启迪1.积极的心态源于自我激励2.不断激发和强化自己的进取之心3.主动地淌向人生命运的激流4.激励自己，成功在于“永不放弃”5.自强自立，战胜自己就是胜利6.挑战自我，在“内心竞赛”中夺冠六、以苦为荣，成就自我——决不被困苦所吓倒奥运冠军的风采艰难中炼就的佩剑“将军”奥运冠军的人生启迪1.坚韧卓绝，历经磨难成大业2.决不向逆境和命运低头3.在逆境中坚韧地磨炼自己4.走过去，前面就是一片蓝天5.穿越苦难，做生命中的强者七、发掘自我，挑战极限——深入挖掘自己的潜能奥运冠军的风采为实现理想向生理极限挑战奥运冠军的人生启迪1.每个人都有一座潜能的宝库2.自信的力量能把潜能充分地发掘出来3.逆境往往能更好地激发人的潜能4.模仿他人不如发掘自我5.永远不可以随波逐流，独立创造自己的人生八、从容淡定，心态致胜——具有良好的心理素质奥运冠军的风采良好的心理素质是他克敌制胜的法宝奥运冠军的人生启迪1.克制自己才能获得生命力量2.做自己情感的至高统治者3.良好的心理素质来自良好的修养4.修心养性须有平静安宁的心境5.豁达开朗，乐观地面对人生6.懂得有效地进行自我控制7.清除悲观烦恼，掌握情绪之道九、持之以恒，人生无悔——坚持、坚持、再坚持奥运冠军的风采辉煌源自坚韧不拔的坚持奥运冠军的人生启迪1.锲而不舍地坚持，人生就会成功2.只要坚持，没有什么不可能3.坚持到底就能获得胜利4.坚强的意志是精神的脊梁5.人生低潮是对自立者的磨砺十、敢于创新，善于创新——培养自我不断创新的能力奥运冠军的风采采用大脑“谋杀”对手奥运冠军的人生启迪1.激发创造思维，冲破人生瓶颈2.标新立异者方可独领风骚3.人类因创新而不断前进4.创新思维，用大脑改变人生5.开启创耘能力，攀越成功巅峰6.培养锻炼创新能力十一、屡经磨炼，永不言败——失败了，并不可怕奥运冠军的风采他用金牌证明了自己是英雄奥运冠军的人生启迪1.屡败屡战，在挫折中奋起2.失败的磨炼能使人更坚强3.失败是走向更高追求的开始4.英雄常在跌倒后爬起来5.坚信失败只是暂日寸的挫折6.容忍失败，在失败中变通进取十二、胜败坦然，超越自己——正确地对待成功与失败奥运冠军的风采超越自我就没有什么做不到奥运冠军的人生启迪1.不断超越自我，展望生命的全貌2.自主学习，不断地给自己充电3.决不居功自傲，继续勇攀高峰4.追求明天，未来成功的开始

<<金牌精神>>

章节摘录

<<金牌精神>>

编辑推荐

《金牌精神:像奥运冠军那样敢拼敢赢》由石油工业出版社出版。

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>