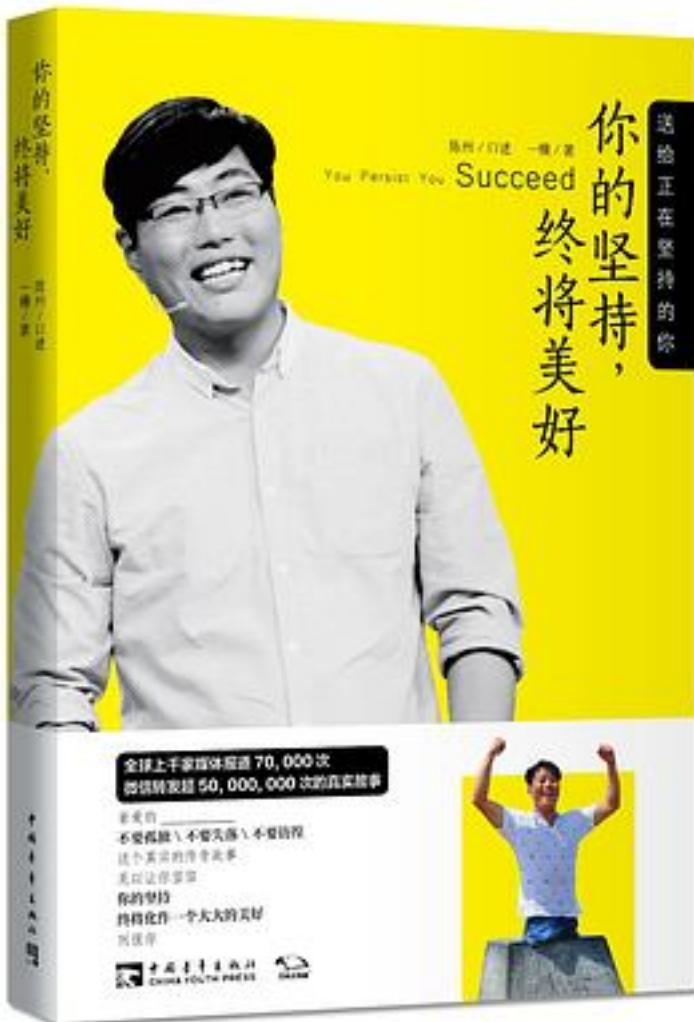


你的坚持 终将美好



[你的坚持 终将美好 下载链接1](#)

著者:陈州

出版者:中国青年出版社

出版时间:2015-1

装帧:平装

isbn:9787515328812

他，是中央电视台《开讲啦》首位平民偶像！

他，是凤凰卫视《鲁豫有约》最感人的采访嘉宾！

他，是湖南卫视《成人礼盛典》最激励人心的青年榜样！

他，是安徽卫视《超级演说家》史上最励志演说家！

他，获邀登上全球最大的演讲平台“TED演讲”！

.....

他的故事，微信转发超80,000,000万次。中央电视台、新华社、《光明日报》、《中国青年报》、人民网、香港TVB、台湾《旺报》、韩国MBC电视台、新浪、网易、优酷等海内外逾千家媒体对他的事迹报道达七万多次。

从“无腿勇士”到感动千万人的励志歌手、演讲家，他就是——陈州。

《你的坚持，终将美好》为陈州口述其真实经历的暖心之作。书中首次完整讲述了陈州与妻子喻雷从相遇到相知、克服重重障碍相恋到携手走过十二载青春的感人故事，也讲述了陈州的童年往事、流浪青春、让人叹服的登山经历以及充满善心的公益之旅。

没有一本励志书，能够比陈州的真实故事更具有说服力，你可能孤独、抑郁、迷茫、彷徨，但他却从“无腿乞丐”走向“励志偶像”！他的故事告诉你：“你的坚持，终将美好！”

作者介绍：

陈州：山东兰陵人，励志演说家，全球第一位依靠双手登顶“五岳”的“无腿勇士”。6岁父母离异，8岁乞讨流浪，13岁从火车上摔下失去双腿，从乞讨到卖报纸、擦皮鞋、摆小摊，他坚持自食其力、从不放弃。

18岁时，他成为一名流浪歌手，以木盒为腿，走过全国700多个城市，娶妻生子，过上幸福美满的小康生活。

历经生死与苦难，他一直坚持一颗阳光温暖的心。从救起轻生少女到拯救网瘾少年，从汶川灾区到希望小学再到监狱、校园.....热心公益的他，一点一滴，捐出善款上百万元，从一个“无腿乞丐”成长为“励志榜样”。

他爱生活、爱旅行、爱登山，登上近百座高山，组建快乐足球队，游泳、滑雪、羽毛球、投篮，样样精通。

2013年起，陈州正式成为一名励志演说家，至今已在内地、香港、新加坡、马来西亚、韩国等国家和地区，举办“小州全球励志唱讲会”200多场，为超过200万人送去勇气和希望。

一横：本名王聿珩。传媒人，纪录片导演，被陈州称为“亦师亦友、异父异母”的亲兄弟。

18岁，创办黄河源协会。在青海玉树建起全国第一所由大学生筹款完成的希望小学，捐助贫困学生1000多名，事迹编入《全国大学生先进事迹》、《感动山东》等书，被授予“山东省道德模范”、“感动山东优秀人物”。

毕业后，进入山东广播电视台担任记者，发起“寻找山东母亲”等十多项新闻公益活动，筹款近千万帮助困难群体，同时执导完成《娘和娘的独轮车》等多部纪录片和专题片，荣获全国各类新闻、电视大奖30余项。

2008年起，追踪采访陈州，担任“陈州登五岳”、“陈州泰山婚礼”总导演，所完成的纪录片《登》荣获“中国十佳电视纪录片”、“2013年度中国十大纪录片”等多项大奖。

2013年，创办小州励志工作室。

目录: 序1：因为美好 所以坚持

序2：因为坚持 所以美好

第一章 没有一种坚持会辜负你

1、生命玄关上的心灵对话

2、每个人都独一无二

3、人生行如蜀道难

4、忘记你是谁

5、乞丐是我的第一个身份

6、死亡其实是一门功课

7、生活，走过就无法回头

第二章 站起来，才能看到远方

1、勇敢走出去，到另一个世界看看

2、爬出你人生的下水井盖

3、打开牢笼的钥匙，就在你身边

4、学会和一切相处

5、站起来，看更美的风景

第三章 每一个梦想，总有风雨相伴

1、改变，往往就在那一瞬

2、尊重，是劳动者的奖牌

3、你若不够勇敢，谁来替你坚强

4、做一个好人，无论何时何地

5、找不到死去的理由，你就活下来

6、发现自己的好嗓子

7、每一个梦想，总有风雨相伴

8、你的梦想只与自己有关

9、洗个干净的头，世界都会与你拥抱

10、不曾远行，莫言青春

第四章 唯有爱，让生命更美

1、人生的雨季，总有人在撑伞等你

2、笑起来，发现自己的美

3、爱，真的需要勇气

4、爱情的主角只有两个人

5、把爱的每一天，当作最后一天来过

6、打破世俗的“鸡蛋壳”

7、永远不要伤害你爱的人

8、请相信爱，并牢牢抓在手里

第五章 你的坚持，终将美好

1、你最该感谢，那些看轻你的人

2、坚持，你才知“山高人为峰”

3、坚持，一定带来好运

4、人生，需要一次义无反顾

5、放弃，是世界上最简单的事

6、坚持，到底为了什么？

- 7、人最难登的不是山，而是你自己
 - 8、足球可以与脚无关
- 第六章 在爱面前，恨是那么渺小
- 1、失去母爱，比失去双腿更痛
 - 2、紧锁的心门只有情能开
 - 3、爱在身边，只是你不知道
 - 4、在爱面前，恨是那么渺小
 - 5、做一个坚强的父亲，才能给孩子阳光
 - 6、每一个人的存在，都不只属于自己

- 第七章 被需要，最幸福
- 1、你也许能做更多的事
 - 2、付出，才有意想不到的收获
 - 3、美好的生活需要一颗“纯净的心”
 - 4、笑，是生活最强大的武器
 - 5、善良是通往美好的路牌
 - 6、人，因为被需要而美
 - 7、把爱大声喊出来
 - 8、做一个有用的人，被更多的人需要
- 后记 继续坚持 继续美好
- · · · · (收起)

[你的坚持 终将美好](#) [下载链接1](#)

标签

励志

我想读这本书

好书，值得一读

理想

坚持

因为喜欢书，所以想看看！

成长

心灵

评论

在雨林买书送的……

不容易。有乐观的心最重要。

不一样的烟火

没有看下去

(纸书翻完，二手回收)

文笔实在是啰嗦又鸡汤，但是陈洲的案例真的很动人，我们每个人都会有那么一天再也无法回到原来的生活中，人生最快乐的事是“被需要”，寻找到自己的梦想。

挺感人的！

励志鸡汤。

坚持

真是一本催人泪下感人肺腑的好书 正如海报上的一句话：看看他，你还有什么借口！

没有一种坚持，会辜负真心对待它的人。陈州的故事，不是鸡汤文，而是让你重新燃起有梦的热情。

14年看的吧，自愧不如

满满的正能量，让人敬佩！

[你的坚持 终将美好 下载链接1](#)

书评

文/二月湘南

买这本书纯属是偶然，是因为京东上不满79元就不包邮，为了免掉那5块钱的运费，算了下还不如再选本十几块钱的书来的划算些，刚好有一张优惠券，刚好有活动，然后就选了这本。

除开刚毕业的那一年，会偶尔买一些鸡汤类、励志类的书，后来都不再看这些书，因为内容...

“一个人，一辈子，于千万人中匆匆走过，可缘分却让你偏偏在某个地方，和某个人相遇。2002年7月，我19岁，江西九江，烟雨亭。

这是我一生中永远无法忘却的日子和坐标。如果没有这次的相遇，现在的我，可能只是一个孤独的行客，哪怕身子洗得再干净，心里也是有缺憾的。这一年...

[你的坚持 终将美好 下载链接1](#)