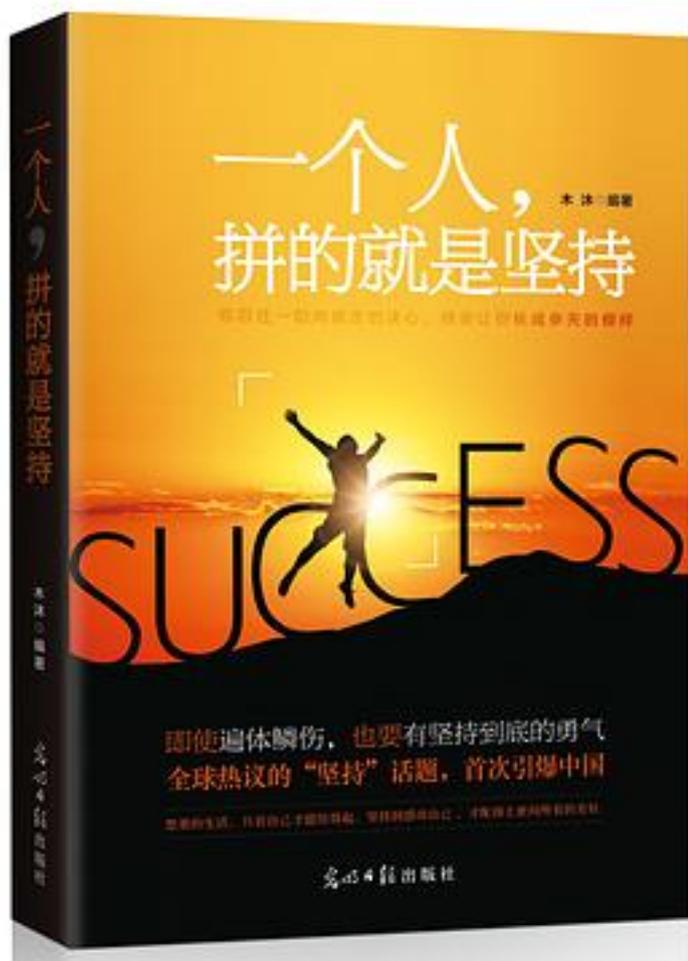


一个人，拼的就是坚持



[一个人，拼的就是坚持_下载链接1](#)

著者:木沐

出版者:光明日报出版社

出版时间:

装帧:平装

isbn:9787519407339

国家主席习近平在2016年新年贺词中说：“只要坚持，梦想总是可以实现的。”的确，生命中总有那些笑不出来的时刻，但只要咬紧牙关，挺一挺，一切都会过去。

本书围绕“坚持，不放弃”，用通俗的语言，形象的事例，由浅入深地进行阐释，让读者明白一个道理：给梦想一点时间，给理想一把梯子，只要坚持，梦想就会变为现实。

作者介绍:

木沐，多年从事图书策划及书稿编撰工作，文字清新，见解独到，治愈性强，善于从细微处发现生活之美。

相信坚持是最强大的力量，只要坚持，梦想总是可以实现的。

已经策划出版《让将来的你，感谢现在的自己》《敢拼，世界就是你的》等多部畅销作品。

目录:第一章 不为模糊不清的未来担忧，只为清清楚楚的现在努力

因为平凡，所以要坚持努力／002

每一次挑战，都是成功的前奏／005

改变人生从改变自己开始／007

唯有努力，才能完成人生的跨越／011

你只需努力，剩下的交给时光／013

唤醒潜能，人生将无所不能／015

你的认真，让整个世界如临大敌／018

我们都在不断舍弃，至少要留下梦想／020

第二章 只要心中洒满阳光，你的世界就不会黑暗

掌控情绪，做自己情绪的主人／024

不想被现实击倒，就要学会坦然接受一切／027

只要心中洒满阳光，你的世界就不会黑暗／029

天堂还是地狱，关键在于心态／032

别和自己过不去／034

不要死要面子活受罪／036

心灵无需装饰，平常心才是最美的／038

自己变得简单一些，快乐就没有那么难／042

第三章 先改变自己的态度，才能改变人生的高度

就算全世界都否定你，也要相信自己能“行”／046

成事在勤，谋事忌惰／048

学会自律，万万不可放纵自己／050

事事精细成就百事，时时精细成就一生／052

不为失败找借口，只为成功找方法／054

宁可留下遗憾，不因拖延留下空白／057

想到达明天，今天就要起程／060

有积极乐观的态度，活着就没有难度／063

第四章 在抱怨赚钱少之前，先努力学着让自己值钱

只有停止抱怨，才能完胜自己／066

专注成就未来，做最好的自己／068

不要耽于幻想，做人要脚踏实地／070

在抱怨赚钱少之前，先努力学着让自己值钱／072

不纠结于现在，不忧虑于未来／075

与其天天抱怨，不如开始改变／078

第五章 耐得住寂寞才守得住繁华，该奋斗的年龄不要选择安逸

耐得住寂寞，方能守得住繁华／082

掌控世界从掌控自己开始／085

我们总是太容易妥协，而太难得用初心去抵抗／088

战胜自己的人，才配得到上天的奖赏／090

安逸，是你现在最不用考虑的事／092
别让浮躁毁了你／094
沉住气，才能成大器／097
坐好人生的冷板凳／099
舍小利才能得大利／102
第六章 挫折没什么好怕的，无非是过程而已
不经痛苦的磨砺，怎能有珍珠的璀璨／106
你所承受的苦难，将成就你未来的桂冠／108
挫折没什么好怕的，无非是过程而已／110
没有人是完美的，你注定会犯错／112
拥有青春，为的就是体验疼痛／114
总有一天你会深鞠一躬，感谢命运所有的刁难／116
只要心还活着，生活就没有绝境／118
挫折是一所人生的好学校／120
第七章 想变得优秀，就要像优秀的人那样思考
不变不通，变通才能赢／124
不墨守成规才能有所超越／126
逆势而为，曲径通幽／128
成功的经验并不能“包治百病”／130
敢于吃亏，必有后福／133
有梦想谁都了不起／136
提出问题比解决问题更重要／139
第八章 现在不累，以后会更累；现在不苦，以后会更苦
面对磨难，坚定前行／142
世界不曾辜负你所承受的苦难／144
把苦难夹在面包里／146
负重前行，步伐才会更加坚实／149
提高自己的“抗挫折力”／151
苦难不会长久，强者却可长存／154
现在不累，以后会更累；现在不苦，以后会更苦／156
你的成就离不开你所遭受的苦难／158
第九章 即使卑微，也要活出灵魂的质量
不要让自己成为情绪的奴隶／162
控制好自己的人，才能做好想做的事／165
学会坚强，不能总向自己的软弱妥协／168
跨过自卑这道虚拟的防线／170
即使卑微，也要活出灵魂的质量／173
对自己狠一点，活得更真实一点／175
嚼得了菜根，才能做得了大事／177
别那么轻易原谅自己／179
第十章 学会微笑，不要自己为难自己
人生不会太圆满，再苦也要笑一笑／182
笑得没心没肺，快乐生活／184
不要败给悲观的自己／186
生命之舟需轻载／189
每天给自己一个希望／191
想得开才会过得好／193
多一分宽容，多一分幸福／195
快乐其实很简单，不需要谁的打扰／197
第十一章 就算被全世界否定，也要相信自己
不要怀疑，自信赢得未来／200
一切从零开始，完美享受生活／203
带上自信前行，才能飞得更高／206
你不放弃自己，世界就不会放弃你／208

跨越“不可能”，创造非凡奇迹／210
信心多一分，离成功就会近一大步／212
第十二章输不丢人，怕才丢人，失败不过是从头再来
每一次受伤，都是一种成长／216
梦想这条路踏上了，跪着也要把它走完／218
心越野，人越强／220
并不是只有成功才值得赞美／223
失败不可怕，沉沦才要命／226
习惯主动出击，成就人生／229
没有执行力，一切都是纸上谈兵／231
有一点“狼性”精神／233
勇气有时就是咬咬牙／235
第十三章努力向前奔跑，一个人拼的就是坚持
没有一种坚持会辜负你／238
不抛弃，不放弃，成功贵在坚持不懈／241
只要坚持，梦想总是可以实现的／243
执着是成功的一种素质／245
做事不能半途而废／248
一生只做好一件事／251
成功属于能够坚持到最后的人／254
努力向前奔跑，一个人拼的就是坚持／256
你都没有坚持，还谈什么未来／259
最重要的是跑完，而不是刚开始跑得有多快／261
· · · · · · ([收起](#))

[一个人，拼的就是坚持 下载链接1](#)

标签

正能量

励志

我想读这本书

好书，值得一读

真心想读

生活质感

一本好书!

小说

评论

整本书都是鸡汤……

情绪低落的时候可以读读，忙碌的时候就不用读这些浪费时间了！

心灵小鸡汤合集，送给一个读高中的小姑娘了

[一个人，拼的就是坚持_下载链接1](#)

书评

“正能量”，这个词已经传遍这个时代的每一个角落，我相信这个词也一定会入选2016热度网络词汇。因为身处于这个缤纷的世界中，我们走的每一步也许都需要这样的一种鼓舞。

《一个人，拼的就是一种坚持》这本书的出现，就是这样一种时代的鼓舞！不论你身处在学校还是社会，是在…

有些事做一次就会成功，有些需要尝试很多次才能收获最后一次的成功。如果没有坚持，那么你前面很多次的尝试都是在做无用功，只有坚持才能收获胜利的曙光。坚持，是生活里很微不足道的一件事，坚持也是生活最能带来惊喜的一件事。《一个人，拼的就是坚持》是一本专门讲坚…

《一个人，拼的就是坚持》并不像大多数励志书只有干巴巴的鸡汤。因为作者真的是用心的在分享，在总结，在成长。本书共有十三章，每一章都有短小精悍的故事，或是作者的经历，或是名人的奋斗经历。作者没有从他人的角度叙写，而是切身站在每一个读者的角度为我们...

作为在机关单位工作的根正苗红中年妇女，早已将2016年习大大的新年贺词背的滚瓜烂熟：只要坚持，梦想总是可以实现的。所以，甫一拿到这本书，看到是光明日报出版社出品，就觉得这不是一本普通意义上的鸡汤书，而是积极向上，极具正能量的生活宝典。《一个人，拼的就是坚持》...

读这本书，让我想起了高中时光。那时候的我，现在回想起来都是一名战士。进入高三之后，班里有个规矩，每天出完早操，上早自习的时候，会在班主任的带领下，全班一起大声朗读或者是背诵羊皮卷的其中一段：“坚持不懈，直到成功。生命的奖赏远在旅途终点，而非起点附近。我...

[一个人，拼的就是坚持_下载链接1](#)