

<<帮你达成梦想的60个希望法则>>

图书基本信息

书名：<<帮你达成梦想的60个希望法则>>

13位ISBN编号：9787506480925

10位ISBN编号：7506480921

出版时间：2012-4

出版时间：中国纺织出版社

作者：李素文

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>

## <<帮你达成梦想的60个希望法则>>

### 前言

任何人都想成功，这是毫无疑问的！

然而，另一个残酷的现实是，并非人人都能成功！

有些人辛苦打拼了十几年，却仍然庸庸碌碌，做着不喜欢的工作，拿着比别人低的薪水，车买不起，房买不起，连恋人都找不到。

可看看周围的朋友、同事，再看看曾经考试分数比你差的同学，他们都有车有房，功成名就了。

这真是太不公平了！

你付出的并不比别人少，你的梦想也不比别人低，可是为什么只有你混得最惨呢？

现在，让我来为你揭开这个秘密：要想获得人生的成功，理想和希望是必不可少的两大要素！

“理想？

希望？

我早就没有了理想，在这现实的社会中只要能挣到钱就是好的，哪有资格谈什么理想和希望？

”也许有些人会这样悲观地想。

不错，的确有一部分人，刚刚步出大学校门踌躇满志，立志要做一番事业，实现自己的理想。

可是当在现实中四处碰壁，却发现理想正离自己越来越远，只好打消满脑子不切实际的念头，踏踏实实找份并不喜欢的工作，只要能挣到钱就好。

可是你有没有想过，失去了理想就等于失去了方向，失去了方向就看不到希望，那你的人生还谈什么成功呢？

注定只能碌碌无为一辈子！

有一个人非常喜欢登山，梦想着走遍世界各地的名山。

有一次他想挑战自己的极限，就去翻越喜马拉雅山。

他走了将近两个月，行程共一千多公里。

在这期间，他经历的苦难与危险简直无法形容。

有时遇到危险的情况，他甚至想就此放弃；有时遇到看似无法前进的境地，他也想过转身回去，回到温暖的家中。

然而，每当此时，他又想：“这是我的理想啊，怎么能说放弃就放弃呢？

我要坚持下去，我一定能行！

”抱着这个坚定的信念，他继续前行，终于成功地挑战了自己，登上了心目中的高峰！

事后，他回忆说：“在这次旅途中，最大的困难不是来自生理上的，而是来自心理上的。

每当我想打退堂鼓的时候，就会有很消极的想法，认为自己根本做不到，甚至对自己的生命都感到绝望。

但只要咬牙坚持下来，一步步地向着理想走去，就会发现前方充满了希望。

这是一股非常神奇而强大的力量，让我超越了自己，做到了渴望已久的事情！

”是的，当你有了理想时，就会有明确的方向，会坚定不移地朝着目标走下去。

在途中，就算碰到艰难险阻，心中也不会失去希望。

一个悲观的人很难看到希望，而一个乐观的人即使在最黑暗的环境中也能看到希望之光。

就拿在美国颇负盛名、人称传奇教练的伍登来说，在全美12年的篮球年赛中，替加州大学洛杉矶分校赢得10次全国总冠军。

如此辉煌的成绩，使伍登成为大家公认的有史以来最称职的篮球教练之一。

曾有记者问他：“伍登教练，请问你如何保持这种乐观的心态？

”伍登很愉快地回答：“每天我在睡觉以前，都会提起精神告诉自己：我今天的表现非常好，而且明天的表现会更好。

”“就只有这么简短的一句话吗？

”记者有些不敢相信。

伍登坚定地回答：“简短的一句话？

这句话我可是坚持了20年！

## <<帮你达成梦想的60个希望法则>>

重点和简短与否没有关系，关键在于你有没有持续去做，如果无法持之以恒，就算是长篇大论也没有帮助。

” 伍登的积极超乎常人，不单是对篮球的执著，对于其他的生活细节也保持这种精神。

例如有一次他与朋友开车到市中心，面对拥挤的车潮，朋友感到不满，继而频频抱怨，但伍登欣喜地说：“这真是个热闹的城市。

” 朋友好奇地问：“为什么你的想法总是异于常人？”

” 伍登回答说：“一点都不奇怪，我是用心里所想的事情来看待，不管是悲是喜，我的生活中永远都充满机会，这些机会的出现不会因为我的悲或喜而改变，只要不断让自己保持积极心态，我就可以掌握机会，激发更多的潜在力量。

” 并不是人人都能像伍登一样，更多的人很容易被时间消磨了斗志，在漫长的岁月中麻木，在困难面前变得心灰意冷。

当你丧失乐观的心态时，理想与希望都与你无缘。

为什么要放弃理想？

为什么要让自己没有希望？

这与现实并不冲突，很多人已经把自己的理想变成了现实，把脑海中的想象变成了真正的事业。

亲爱的朋友，学会心怀理想与希望吧，尤其是在这个激烈竞争的社会中，如果失去了理想，就犹如航船失去了指路的灯塔；如果失去了希望，就会让黑暗侵蚀自己的一切，让太阳从此退出你的世界。

坚定理想、让心中充满希望并不是难事，有时候就是一个观点，一份信念，一次心灵的放松，一点诚挚的付出……或许，我们蓦然发现，原来，希望的火花就在转角处熠熠闪光！

所以，请翻开此书吧！

它将从内心意志、心灵负重、婚姻感情、职场智慧、人际关系、心态调整六个方面给我们以明晰的指导，让我们轻松寻找希望的光点，点燃生命的亮色！

## <<帮你达成梦想的60个希望法则>>

### 内容概要

心思灵动，就会拥有不可思议的力量；眼界开阔，就会插上飞往梦想的翅膀；思维创新，就会跨过挫折与磨难，抵达梦开始的地方。

本书为亲们提供了60个实现梦想的希望法则，从内心意志，婚姻感情，职场智慧，人际关系，心态调整等方面，给亲们以明晰的指导，以点燃生命的亮色。

## <<帮你达成梦想的60个希望法则>>

### 作者简介

李素文：文字工作者，以生活、情感类文字见长，常有散文小品见诸报端。著有畅销书《别对自己说“如果……”》、《抓住你的鱼》、《希望在转角》等，受到读者好评。为了让更多的朋友们畅游情海、爱得精彩、活得自在，愿将自己多年来对情感研究的心得体会整理成册，与大家分享！

## <<帮你达成梦想的60个希望法则>>

### 书籍目录

#### 第一章 激发无限潜能 创造无限成功

确立目标,成就理想

不能让猪去学唱歌,兔子学游泳

越是危机处,越有新希望

行动力是最好的潜能发掘机

绝不能让潜能止于别人的口舌

别拿性格当借口

#### 第二章 希望近在眼前 没有什么不可能

跨越生命中的“不可能”

没有你的同意,谁都无法使你自卑

你就是太阳

成功与你仅仅隔了一扇门

#### 第三章 赢得人脉就是赢得希望

千里难寻是朋友,朋友多了路好走

不懂得开玩笑的人,是没有希望的人

掌握神奇的体态语:微笑

指责是杀害友情的利刃

晴天留人情,梅雨好借伞

学做一个拣石子的孩子

用真诚鸣锣开道,所有的心都会撤掉岗哨

弯曲是为了更好地伸展,认输是为了立于不败之地

水至清则无鱼,人至察则无徒

过近无君子

#### 第四章 成为最有前途的职场达人

修炼你的职场情商

酒香也怕巷子深

成功就在你生命中的每一分钟里

忠诚是成功路上的守护神

大胆傲慢的人常被不幸所打倒

退后原来是向前

精诚合作实现共赢

让流言止于自己

学会巧妙地给上司“戴高帽”

准备好职场中的重要一跳

#### 第五章 让婚姻充满希望 让爱情永驻心间

婚姻如水,宽容是杯

别让疑心带走希望

有一种希望叫忘记

用希望之心面对背叛

充满赞美的婚姻最有希望

只要有爱,鲜花也可插在“牛粪”上

企图改变对方会撕裂一段感情

学会装糊涂,把婚姻装在心里

就算受到伤害,也要尽力去爱

不要拒绝男人的“孩子气”

<<帮你达成梦想的60个希望法则>>

婚姻只知道讲理，幸福不会长久

不得不说的婆媳关系

第六章 转过身就是希望

关键是心存希望

为心灵开一扇希望之窗

无论如何要给生活以希望

重要的是拥有乐观的心态

永远带着快乐前行

心存感恩之情

不做吃“酸葡萄”的狐狸

抱怨只能折磨自己

第七章 拉开“心帘”迎接希望之光

活出最真实的自己

和自己较劲儿是最傻的做法

脱掉沉重的“蜗牛壳”

知足的生活很美

完美并不美

直面人生的挫折

跨过黑暗就是黎明

给心灵放个假，让生活有滋有味

为自己熬制一碗“孟婆汤”

要让灵魂没有纷扰，就用美德去占据它

把抑郁关在门外

“杞人忧天”是最差的礼物

## &lt;&lt;帮你达成梦想的60个希望法则&gt;&gt;

## 章节摘录

确立目标，成就理想 假如一艘轮船在浩渺的大海中航行时迷失了方向，那么它就只能茫然地盘旋，无法到达期待中的口岸。

事实上，它所用掉的燃料，可能足以使它在大海与岸边之间往返几个来回。

同样的，一个人如果没有目标以及实现这些目标的具体计划，不管他如何努力工作，都像是一艘失去航向的轮船，始终在做无谓的旋转。

而只有明确了目标并按照目标的计划一步步实施，才会如航向明确的轮船一样，正常地航行，顺利地靠岸。

皮特先生因为公务出差人住到某假日酒店，当听说酒店内有一座非常漂亮的游泳池，一向喜欢游泳的皮特很兴奋。

在公司总部所在地香港的时候，皮特先生就经常游泳，泳池中20米长的泳道，他一口气游50趟是件轻松的事，偶尔自己还会给自己一个挑战性的目标，试着游60趟或者更多。

当其他人都已起身离开泳池时，他却越游越振奋，当再次打破自己的纪录时，皮特所感受到的那种成就感是运动健身之外的另一种收获！

可是，在目前入住的这家酒店里，他游不到10分钟就觉得无趣，而且游得很累，后来干脆不游了。为什么找不到原来的感觉呢？

皮特很是困惑。

喜欢“较真”的他很认真地找原因，得出的结论是：自己原先习惯的泳池是标准的水道，所以右去左回的前进方式让人觉得理所当然，要游的距离是很容易衡量的，不论游多少趟，你都会很容易计算出今天的成绩；而这家酒店则不然，它是不规则的，像一块拼图，在中间还延伸出一个酒吧，这泳池里没有起点与折返点，或者说你可以从任何一个位置开始游，这种游法一点都不好玩，因为找不到方向，没有了目标，让人忍不住想要放弃，这就是皮特先生真实的体会。

从皮特游泳这样一个看似轻松的小故事里，我们可以看到目标对一个人的成功起着多么至关重要的作用。

换言之，一个人如果对自己的人生漫无目的就很难取得成功，而只有将目标明确并为之去努力奋斗，才能到达成功的顶点。

20世纪90年代初，有一所高校对当年毕业的学生进行了一次关于目标的调查，调查的结果是：31%的人没有职业和未来生活的目标；55%的人目标模糊；10%的人有清晰但比较短期的目标；4%的人有清晰而长远的目标。

当15年的时光匆匆过后，也就是2000年，这所大学再次对这批学生进行了跟踪调查，他们发现：那4%有清晰而长远目标的人，15年间他们朝着一个既定的方向不懈努力，现在几乎都成为社会各界的成功人士，他们当中不乏行业中的领袖、社会中的精英；10%有清晰短期目标的人，他们的短期目标不断地实现，成为各个行业、各个领域中的专业人士，大都生活在社会的中上层；55%目标模糊的人，他们安稳地生活与工作，但都没有取得什么特别突出的成绩；剩下31%的人，他们的生活没有目标，过得并不怎么如意，他们不知道该为什么去奋斗。

抛开其他影响因素，我们可以发现，他们之间命运悬殊的差别仅仅在于：15年前，他们中的一些人知道自己的人生目标是什么，而另一些人不清楚或不是很清楚自己的人生目标。

可见，当一个人没有目标的时候的危害性是很大的，而当人们的行动有明确的目标，行动的动机就会得到维持和加强，人就会自觉地克服一切困难，努力达到目标。

古今中外，但凡功成名就之人无不在一开始就明确了自己的人生目标，然后为之不懈奋斗并取得最终的成功。

惠特曼一生致力于写一本叫《草叶集》的书，结果成为伟大的诗人；海伦·海勒一生专注于学习写作，尽管她从小就又聋又哑又瞎，但她最终成为世界著名的作家之一；亨利·福特一生致力于生产廉价小轿车，虽然他只受过四年小学教育，而且白手起家，但他的努力使他成为那个时代最富有的人；乔治·派克一生致力于生产世界上最好的钢笔。

虽然他仅在美国一个小镇上开始他的事业，却能使他的产品行销全球，即使今天，派克牌钢笔依然是

## <<帮你达成梦想的60个希望法则>>

世界上最著名的钢笔；比尔·盖茨要让所有的人都用上电脑，他靠一个小小的“视窗”就征服了全世界……由此可见，我们要想达到自己理想中的状态，就必须把这种“理想”明确化，而不要做一个漫无目的的人。

有句话叫做“凡事预则立，不预则废”。

未来的事情是我们无法预料的，正因为未来的不可预料性，所以我们应该多一些高瞻远瞩。

当我们的目标在心中真正形成的时候，我们自然而然会被自己心中的目标牵着走。

如果我们在生活中缺乏目标，自己的行为就没有一个固定的焦点，即使花费更多的力气，也难以取得期待中的成就。

这就好像在地球仪上爬行的蚂蚁似的，永远找不到落脚的地方。

正如法国心理学家伊蒙斯所说的：“没有了目标，便丧失了生存的目的和方向，而潜意识地决定生存也没有什么意义。

” P2-5

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>