

美梦成真的励志经典  
心想事成的激情宣言

赵斌◎著

# 心翔蓝天

时代文艺出版社

中国首部  
励志诗集

XIN XIANG  
LAN TIAN



美梦成真的励志经典  
心想事成的激情宣言

赵斌◎著

# ◎心翔蓝天◎

时代文艺出版社

## 图书在版编目 (CIP) 数据

心翔蓝天 / 赵斌著. —长春: 时代文艺出版社, 2009. 12

ISBN 978-7-5387-2957-3

I. 心… II. 赵… III. 诗歌—作品集—中国—当代 IV. I227

中国版本图书馆CIP数据核字 (2009) 第242219号

出品人 张四季

责任编辑 周玉兰

选题策划 中国辅导班联盟

装帧设计 互优网工作室

排版设计 张纬红

本书著作权、版式和装帧设计受国际版权公约和中华人民共和国著作权法保护

本书所有文字、图片和示意图等专用使用权为时代文艺出版社所有

未事先获得时代文艺出版社许可,

本书的任何部分不得以图表、电子、影印、缩拍、录音和其他任何手段  
进行复制和转载, 违者必究。

## 心翔蓝天

赵斌 著

---

出版发行 / 时代文艺出版社

地址 / 长春市泰来街1825号 时代文艺出版社 邮编 / 130062

总编办 / 0431-86012927 发行科 / 0431-86012939

网址 / [www.shidaichina.com](http://www.shidaichina.com)

印刷 / 北京博泰印务有限责任公司

开本 / 880×1230毫米 1/32 字数 / 60千字 印张 / 5

版次 / 2010年3月第1版 印次 / 2010年3月第1次印刷 定价 / 18.00元

---

图书如有印装错误 请寄回印厂调换

时代文艺出版社北京推广部



中国互优网

[www.chinahuyou.com](http://www.chinahuyou.com)

## 篇首语

5年前自己即兴写了一首原创的诗歌《起航》，当时只想表达一下自己培训的心声，并没有想把它出版，自己也没想成为励志诗人。有一次，在培训即将结束的时候，我有感而发，把这首诗朗诵给所有的学员听。没想到自己会热泪盈眶，学员们更是感动不已、激情满怀。

从那时起，我就会用诗的形式抒发情感，分享感悟。作为一名职业培训师，大多数时间是在培训讲台上传道、授业、解惑，但更多的时间要和学员分享生命中的感悟，交流彼此的经验，探讨发展的方向，实现人生的梦想。这些励志方面的诗歌曾经响彻在祖国的大江南北，传颂于街头巷尾，影响了很多的人。我认为受益最多的还是我自己，因为她们曾伴随我度过了艰难的岁月，不断唱响生命的赞歌，激励我无论多大风雨，也不改初衷，勇往直前，帮助我走出人生的低谷，心怀感恩，笑迎美好的明天。

真的非常感谢我的父母和家人，感谢曾经相伴的所有

的亲人和朋友，感谢所有的老师和学员，有了你们，我才有更大的成长和发展。感谢生命中那些美好的时光，感谢生活中的顺境和逆境。这一切给我的人生画卷增添一抹亮丽的色彩。也希望这一部励志诗集能影响更多的人：无论是象牙塔里的莘莘学子，还是职场里追求成功的有志之士；无论是遭遇瓶颈的企业家，还是精疲力竭的打工族；无论是身心疲惫的失意者，还是迷失方向的追梦人……

极其盼望能和所有的读者朋友携起手来，共同探讨生命的真谛；真的期待能向更多的老师学习，把握成功的机遇。非常希望博大的励志精神能不断传承，更多人用励志的经典书写人生。

点燃心灯，照亮你我  
励志人生，精彩上演  
分享感悟，真心拥有  
张开翅膀，心翔蓝天

# 目 录

## 第一部分 超越自我

|              |    |
|--------------|----|
| 天我到顶峰冲刺征服自己  | 3  |
| 蓝自的天为鞭向前征服自己 | 4  |
| 超越做我向前征服自己   | 6  |
| 心超一定高山向我征服自己 | 9  |
| 你一路向前征服自己    | 10 |
| 做好的一路向前征服自己  | 12 |
| 做最好的一路向前征服自己 | 14 |
| 做最好的一路向前征服自己 | 16 |
| 做最好的一路向前征服自己 | 18 |
| 做最好的一路向前征服自己 | 20 |

## 第二部分 成长天空

|        |    |
|--------|----|
| 境界和谐   | 23 |
| 和谐留诺言里 | 24 |
| 留诺言里耐  | 26 |
| 言里耐    | 27 |
| 耐      | 28 |
| 气忍     | 30 |
| 忍      | 31 |
| 耐      | 32 |
| 责任     | 34 |
| 体不     | 35 |
| 度      | 36 |
| 力      | 37 |

## 第三部分 美丽心灵

|                 |    |
|-----------------|----|
| 分享礼物思念情怀容天堂境界力量 | 41 |
| 分礼物思念情怀容天堂境界力量  | 42 |
| 礼物思念情怀容天堂境界力量   | 43 |
| 思念情怀容天堂境界力量     | 44 |
| 情怀容天堂境界力量       | 46 |
| 容天堂境界力量         | 48 |
| 天堂境界力量          | 50 |
| 境界力量            | 52 |
| 力量              | 53 |
| 力量              | 54 |

## 第四部分 梦想成真

|      |    |
|------|----|
| 梦想成真 | 57 |
| 梦想成真 | 58 |
| 梦想成真 | 60 |
| 梦想成真 | 61 |
| 梦想成真 | 62 |
| 梦想成真 | 64 |
| 梦想成真 | 66 |
| 梦想成真 | 68 |
| 梦想成真 | 70 |
| 梦想成真 | 71 |

# 目 录

|          |    |             |
|----------|----|-------------|
| 告别       | 75 | <b>青春无悔</b> |
| 生命的春天    | 76 |             |
| 今天是生命的开始 | 78 |             |
| 追求点      | 80 |             |
|          | 82 |             |
|          | 84 |             |
|          | 86 |             |
|          | 88 |             |
|          | 90 |             |
|          | 91 |             |

## 第六部分 人生舞台

|     |       |
|-----|-------|
| 95  | 识到底   |
| 96  | 坚持到底  |
| 98  | 好男几   |
| 100 | 神韵    |
| 102 | 欣赏生命  |
| 103 | 为生命喝彩 |
| 104 | 拓展训练  |
| 106 | 拓展训练  |
| 108 | 团队的   |
| 110 | 自己的舞台 |
| 112 | 幸福的   |
| 113 | 幸福    |
| 114 | 榜样    |

|     |      |
|-----|------|
| 117 | 朋友   |
| 118 | 老师   |
| 120 | 感恩   |
| 122 | 如山   |
| 123 | 父爱如山 |
| 124 | 生活有情 |
| 126 | 拥有真情 |
| 127 | 真诚   |
| 128 | 珍惜   |
| 130 | 缘分   |
| 132 | 自己   |
| 134 | 真善美  |
| 136 | 祝愿   |
| 137 | 不要抱怨 |

## 第七部分 生命感恩

|     |      |
|-----|------|
| 141 | 风    |
| 142 | 海浪   |
| 143 | 距离   |
| 144 | 绿色海洋 |
| 145 | 品梅   |
| 146 | 泰山游  |
| 147 | 小草   |
| 148 | 像风一样 |
| 150 | 雄鹰   |
| 151 | 冬日暖阳 |
| 152 | 仰望星空 |

超

越  
自  
我

心 翔 蓝 天

# 第一部分 《超越自我》

人最难战胜的就是自己，超越自我就是一种伟大的力量。鞭策自己不断向前冲，只要一路向前，就会征服所有的困难，做到最好的自己。直到有一天，成为一代天骄之时，才能感受到什么是“山高我为峰。”超越自我是一种动力，更是一种精神。



## 心翔蓝天

梦不再遥远  
我的心飞翔在广阔的蓝天  
白云是我的伙伴  
清风给我指点  
理想的光芒照亮了天边  
宏伟的志向飞越了高山

路不再艰难  
勇气是我的伙伴  
智慧给我指点  
飞扬的青春描绘着美丽的画卷  
诚挚的话语是最好的祝愿

心翔蓝天  
每一次的起舞都有阳光的灿烂  
心翔蓝天  
每一场的演出都有壮丽的景观  
心翔蓝天  
每一次的尝试都无悔无怨  
心翔蓝天  
梦想的舞台永远五彩斑斓



## 超越自我

在比赛中，要战胜每一个对手  
就应不断地勇往直前  
在靶场上，想击中每一个目标  
就不能有丝毫的怠慢  
在旅途中，要顺利地到达终点  
就要坚韧不拔，不畏艰险  
在人生中，要铸就辉煌  
就一定要有超越自我的信念

小溪超越了悬崖  
便有了瀑布的景观  
语言超越了俗套  
便具备了哲理的蕴涵  
友谊超越了男女之间的情感  
便谱写了爱情的诗篇  
人一旦超越了自我的束缚  
便开始了精彩的表演

超越自我，是成功道路上的指南  
引导我成为群峰之巅  
超越自我，是心灵的花园  
让我总是能找到避风的港湾  
超越自我，是一把锋利的宝剑

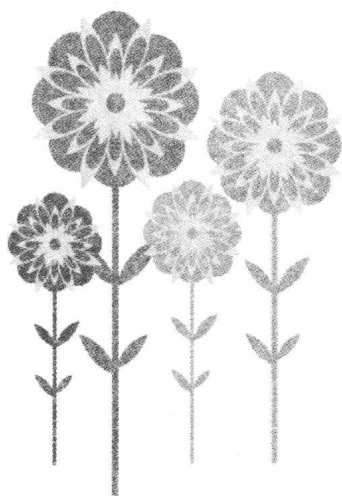
心 • 翔 • 蓝 • 天

超

越  
自  
我

帮助我披荆斩棘，渡过难关  
超越自我，是无比热情的呼唤  
激励我永不放弃，胜利凯旋

超越自我，让我变得勇敢  
超越自我，让我不断改变  
超越自我，让我扬起风帆  
超越自我，让我塑造经典  
超越自我，是我迈向成功的必然





## 你一定做得到

还记得孩提时纯真的笑脸吗  
那时的你一定天真无邪、活泼可爱  
还记得年轻时美好的梦想吗  
那时的你一定踌躇满志、激情满怀  
现在的你又是什样子呢

晴朗的天空有时会乌云密布  
但是不会抹去你灿烂的笑容  
平坦的道路也会布满荆棘  
但是没有人会偷走你的梦想  
你生下来就是独一无二的  
没有人可以取代你  
也没有事情可以轻易改变你  
——除非你自己

你一定做得到  
因为你是自己命运的主宰  
你是自己的CEO  
你是自己生命航船的舵手  
你是自己心灵的国王

当你的脚下还有路  
你就要加快前行的步伐

当你的胸中还有梦  
你就应该追求美好的生活  
当你的眼睛依然明亮  
你就要向往光明的未来  
当你的心脏还在跳动  
你就要迸发火热的激情  
所以无论遇到什么困难  
你都能坦然面对  
因为  
你一定能做得到

你一定做得到  
不要让一时的迷茫成为你的借口  
你一定做得到  
不要让暂时的困难阻挡你的方向  
你一定做得到  
不要让别人的指责淹没你的才华  
你一定做得到  
不要让逃避、退缩、放弃成为一种习惯

你一定做得到  
风雨之后会见到彩虹  
你一定做得到

超

越  
自  
我

心 • 翔 • 蓝 • 天

你的信心会成就你美好的未来

你一定做得到

你的勇气会让你迎接新的辉煌

你一定做得到

你的信念让你勇往直前

你一定做得到

因为只要你相信

你就一定做得到



## 天 骄

传说中有一种飞鸟  
从小便失去了双脚  
只能在空中舞蹈  
没有地面可以依靠

只要刀剑出了鞘  
就会向对手咆哮  
一旦我们设定了目标  
就要不停地奔跑

人生谁都会有烦恼  
有些小事不必计较  
避开海底的暗礁  
追逐奔腾的波涛

我们要做自由的飞鸟  
脱离身边的依靠  
投入天空的怀抱  
成为一代天骄

## 山高我为峰

每一轮旭日的东升都从黎明前的黑暗开始  
每一场战斗的胜利都离不开昂扬的斗志  
每一份喜悦的心情都要从自己的内心寻觅  
每一次登顶的欢呼都汇聚了坚韧不拔的足迹

当汗水打湿了衣衫  
我仍然看到了高高飘扬的旗帜  
当坎坷阻挡了前进的脚步  
我仍然能激发无穷的动力  
当风沙遮住了眼帘  
我的内心仍然充满了希冀  
当高山又一次出现在面前  
我仍然会继续征服的努力

经过无数次的磨砺  
我终于悟出了人生的真谛  
世界上最难征服的高峰  
来自内心深处的迷失

再一次拉响出发的汽笛  
我要将人生的道路自己开辟  
又一次看着天边的红日  
我内心的激动难以平息