

青少年心理品质丛书

有梦想就有动力

编 著◎张俊红



新疆美术摄影出版社
新疆电子音像出版社



有梦想就有动力

张俊红◎编著



社

新疆电子音像出版社



图书在版编目(CIP)数据

有梦想就有动力 / 张俊红编著. -- 乌鲁木齐: 新疆美术摄影出版社: 新疆电子音像出版社, 2013.4

ISBN 978-7-5469-3885-1

I. ①有… II. ①张… III. ①成功心理-青年读物②成功心理-少年读物 IV. ①B848.4-49

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2013)第 071376 号

有梦想就有动力 主 编 夏 阳

编 著 张俊红

责任编辑 吴晓霞

责任校对 李 瑞

制 作 乌鲁木齐标杆集印务有限公司

出版发行 新疆美术摄影出版社

新疆电子音像出版社

地 址 乌鲁木齐市经济技术开发区科技园路 7 号

邮 编 830011

印 刷 北京新华印刷有限公司

开 本 787 mm × 1 092 mm 1/16

印 张 14.75

字 数 211 千字

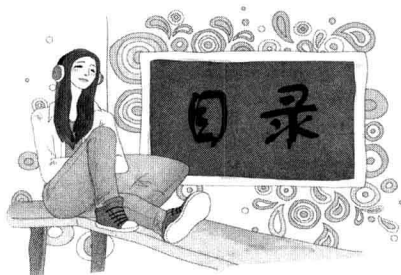
版 次 2013 年 7 月第 1 版

印 次 2013 年 7 月第 1 次印刷

书 号 ISBN 978-7-5469-3885-1

定 价 45.00 元

本社出版物均在淘宝网店:新疆旅游书店(<http://xjdzyx.taobao.com>)有售,欢迎广大读者通过网上书店购买。



第一章 播种梦想——所有梦想都开花..... (1)

梦想是人生最重要的财富 (2)

每个人都可以成为天使 (6)

播种一个梦想，经营自己的梦想 (7)

为了实现美好的明天 (9)

生命是弓，弓弦就是梦想 (11)

经过挑战，梦想才会实现 (12)

人生就是为了梦想和兴趣 (14)

祈祷的双唇不如勤奋的双手 (16)

梦想有多远，就能走多远 (18)

成为勇于同梦想握手的人 (19)

作家的梦想和穷人的梦想 (21)

不在梦想中跌落，就在梦想中起飞 (22)

梦想让生活更美好 (24)

第二章 目标效应——有梦想就有动力 (27)

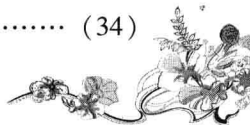
目标是指引人们前进的航标 (28)

让梦想为人生的航船掌舵 (30)

伟大的目标产生伟大的动力 (31)

敢于选择一流，追求卓越 (33)

制定目标是事关命运的大事 (34)





成功的道路是目标铺出来的	(35)
心灵失去目标, 就会丧失自我	(37)
目标决定你成为什么样的人	(38)
目标有价值, 人生才有价值	(40)
每一个爱的梦都会飞翔	(42)
把全部精力集中到一个目标上	(43)
梦想即是成为另一个自己	(45)
了解自己, 给梦想一个支点	(47)
听从梦想便是忠诚于自己的心	(49)

第三章 努力进取——别让梦想等太久

努力的人才是最聪明的人	(52)
关键时刻, 必须竭尽全力	(53)
加倍努力是改变命运的成功之母	(54)
正确地学习知识、运用知识	(56)
勤精建业, 不努力就不会出头	(58)
许多奇迹都是压力创造的	(60)
只有努力, 才可能成功	(61)
天道酬勤, 不勤奋必定不成功	(62)
努力方向真的明确了么	(66)
梦想需要脚踏实地, 努力耕耘	(68)
成于压力, 败于安逸	(69)
不可轻言放弃的是努力	(70)
积极进取的人生态度	(72)
拼搏进取, 才能更好地迎接明天	(73)

第四章 积极行动——让脚步追上梦想

立刻行动, 梦想经不起等待	(78)
有的人只会想, 有的人会去做	(80)
刻苦让梦想变成现实	(82)





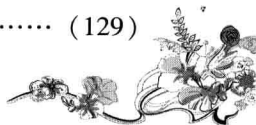
在勤劳奋发中完成理想	(83)
聪明绝顶也要肯做笨功夫	(84)
莫让流年于暗中偷换	(86)
光阴难求，加倍珍惜和利用时间	(87)
良好的开端是成功的一半	(89)
赢家多是务实的梦想者	(91)
绕开好高骛远的行动陷阱	(92)
梦想始终存在于你的足下	(94)

第五章 保持谦卑——有梦想谁都了不起

永远保持一颗谦卑的心	(98)
谦虚使一个人的才智更具魅力	(99)
真正的谦虚是美德之母	(101)
向所有人谦和是安全	(103)
登上世界之巅的谦让精神	(104)
越谦和越接近高尚	(105)
可怕的骄傲与可爱的谦虚	(107)
谦和是追求卓越的必备品质	(108)

第六章 砥砺品格——让心儿向着梦想高飞

高尚的人格是命运保护神	(112)
品格往往高于战绩	(113)
品德比才华更重要	(115)
人生最后的简朴更高贵	(117)
为所有造福穷人的人	(119)
重要的是自己强大起来	(122)
放飞梦想，一定能够实现	(123)
追求真善美，才是不死的理想	(126)
仰望，就是要发现崇高	(128)
人生每天都是现场直播	(129)





第七章 执著信念——用梦想启动未来…………… (133)

- 执著努力，别让梦想打水漂…………… (134)
- 执著自信，相信自己能梦想成真…………… (136)
- 梦想执著，整个世界都为他让路…………… (137)
- 执著于对成功的向往…………… (139)
- 下定决心把梦想进行到底…………… (140)
- 梦想是心底最深的渴望…………… (141)
- 不要让你的梦想搁浅…………… (143)
- 谁也阻止不了你的梦想…………… (145)
- 变成自己所仰慕的那类人…………… (147)
- 坚持梦想，有时很简单…………… (148)
- 梦想需要坚持的力量…………… (149)
- 梦想在坚持中延伸…………… (151)
- 人的命运是不可能被注定的…………… (152)

第八章 永不放弃——用梦想点燃灿烂人生…………… (155)

- 每一个梦想都值得浇灌…………… (156)
- 把未来紧紧攥在自己手中…………… (157)
- 放弃梦想，会失去人生最大的享受…………… (159)
- 每一件事都有神圣的意义…………… (162)
- 宽容是最好的救赎…………… (164)
- 你荒废了时间，时间便会荒废了你…………… (166)
- 未来无法预料，生活充满期待…………… (167)
- 好人也需要宽容和鼓励…………… (168)
- 真正的危险是忘掉危险…………… (170)
- 认识自我，永远不要放弃自己…………… (171)
- 即使失败，也不会放弃…………… (172)
- 坚持不放弃，就是最好的努力…………… (174)
- 蚂蚁哲学，满怀希望地努力奋斗…………… (175)





永不放弃自己的梦想	(176)
不要放弃，希望就在你的手掌上	(178)

第九章 笑傲苦难——梦想可以照亮现实

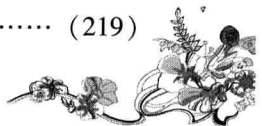
面对苦难，再给自己一次机会	(180)
勇敢尝试，就会发现奇迹的存在	(181)
苦难并不可怕，终能苦尽甘来	(182)
苦难究竟是财富还是屈辱	(183)
自信而勇敢地坚持自我	(186)
勇气是战胜一切困难的力量	(187)
面对巨大的苦难一笑置之	(190)
经历风雨后，总有阳光迎接你	(191)

第十章 战胜厄运——梦想让你无所不能

用金牌证明自己的实力	(194)
驱散绝望，厄运打不垮信念	(195)
面对挫败，并不是再也爬不起来	(198)
经历狂风暴雨的洗礼	(199)
厄运鞭策我们勇往直前	(202)
磨难如风，人生没有笔直的路	(204)
人生是一场倾盆大雨	(207)
困境中一定要有奋起的决心	(209)

第十一章 挑战失败——梦想成真的人生法则

在失败中寻找与把握机会	(212)
从错误中吸取经验完善自己	(213)
自卑的人永远战胜不了自己	(214)
失败离成功仅一步之遥	(216)
勇敢地接受现实，面对失败	(218)
成功都建立在付出基础上	(219)





坦然面对失败，容忍失败	(220)
失败只是一种暂时的状态	(221)
遭遇失败，保持积极的心态	(223)
急功近利只能加速失败	(224)
笑对失败是对失败的最大报复	(226)

有梦想就有动力



第一章 播种梦想——所有梦想都开花



梦想是人生最重要的财富，有了梦想的支撑，才能激发人们拼搏奋斗、试图改变命运的本能。



梦想是人生最重要的财富

梦想是人生最重要的财富，有了梦想的支撑，才能激发人们拼搏奋斗、试图改变命运的本能。许多人都说“命运天注定”“天命不可违”，孰不知在我们的人生中充满了改变的机会，只要你认准前进的方向，有一颗坚定的心，牢牢抓住那稍纵即逝的机遇，坚持奋斗，终究能改变命运，塑造出自己的闪耀人生。

何方洋拍拍身上的土，又仔细掸去鞋上的浮尘，这才挺胸阔步地走进了一所重点大学的实验楼。

他要去洽谈一笔 30 万元的生意，用一个研究生的专业和商人的热情去说服这所大学中一个重点课题的负责人，将项目承包给他的实验室来做。这样的生意已经不是第一笔，少至几千多至几十万，他必须靠这种“捡漏”似的揽活方法赚钱来买设备和做实验，让自己的药物残留检测试剂得以继续研究。

食品安全检测，这个如今已被三聚氰胺推向了万众瞩目地位的产业，在 9 年前尚未进入公众视线。但对于何方洋来说，打从 1997 年的某个下午，他偶然看到欧洲检测瘦肉精的报道时起，便与这个产业结下了不解之缘。

当时，还只是 2002 年，何方洋的北京望尔生物技术有限公司刚刚注册成立，离年营业额数千万元还有不到 10 年时间。

现在，还要解决温饱问题，何方洋这个边做实验边揽活儿的“研究生老板”，正跟伙伴们挤在一个不大的出租房里，吃着算不上小康的饭菜。但他坚信民以食为天，大家在吃饱吃好之后，必然会关注怎样吃才更健康的问题，食品安全检测将是中国未来发展的必然趋势。

一小时后，何方洋从大楼里出来，兴冲冲地骑上他那辆旧二八自行车。逆风，衣服被刮得犹如旗帜，脸上的汗像丝线般划过耳际，但他丝毫不觉得累。因为他急着将好消息告诉还在实验室里奋战的





伙伴们：“揽到30万，又能活一年了！”这是他创业初期的最真实状态。

何方洋是乐观的，这种乐观来自于某种想要改变命运的本能，不张扬，但乐观精神时刻从他的骨子里往外迸发。

13岁那年，何方洋要做一个小手术，只身从贵州凤岗的小山村出发，去300公里外的开阳磷矿找做矿工的父亲。

在那里，他第一次见到矿工子弟上学的情景：教室是宽敞明亮的，中午还要放学吃午饭，最神奇的是还有一门他完全听不懂的课程叫英语……在此之前，上学对他来说，只有“艰苦”二字可以形容。而此刻，何方洋就像“希望工程”那张著名宣传照里的女孩一样，踮着脚，扒着窗沿，睁大眼睛拼命地往里瞧，心想要是我也能在这里上学该多好呀！

手术后，磷矿的领导来探望何方洋，问他想吃什么。烧得迷迷糊糊的何方洋一听有人问他要什么，就毫不犹豫地大喊：“我要上学！我要上学！”在场的所有人在惊讶的同时也被深深感动了，领导对他的父亲说：“那就让他上吧。”

然而后来，一向认为书读多了没有用的父亲，对于答应何方洋留在区中学读书的事情，又反悔了。这下何方洋急红了眼，竟自己跑去找矿区领导，使尽了一个13岁孩子能想到的绝招，目的只有一个——留下读书。最终，他如愿以偿。

第一次抓住了改变命运的机会，何方洋发现原来它并没有想象中那么难，只要你够坚定。

从贵阳医学院毕业后，何方洋被分配到开阳磷矿的一个分矿医院工作，每天只有零星几个人来开点儿感冒药，闲暇时大家凑在一起打麻将、学跳舞。这种“轻松”的生活，在何方洋看来却是地狱：“我知道，这样下去我肯定完蛋，所有的理想都要没了。我不甘心，我始终记得自己想要成为脑神经科学家的梦想。”

他决定离开，决定找一片更广阔的天空。出门需要钱，只靠每月170元的薪水，猴年马月也走不出去。他想到了卖菜，去贵阳批发了豆子，然后拉回家来生成豆芽卖。一百多斤的豆子扛上车，对于从小体弱的何方洋来说不是易事，但想想未来的“脑神经科学





家”，也就咬牙扛了。有一次，何方洋进货时被偷了个底儿掉，灰头土脸地回到住处，恨不能哭上一场。疲劳加上伤痛，有那么一两刻，信念似乎要动摇了。但是，何方洋看着在水中点点生长的豆芽，仿佛能听到“咔嚓咔嚓”的声音，那是一种来自生命破茧而出的呐喊——奋斗才能改变命运！

一年后，何方洋揣着辛苦攒下的 3000 块钱，踏上了开往北京的火车。

彼时，何方洋的理想是成为一名脑神经科学家。高中时与神经衰弱苦战多年，让他错失了名牌大学的录取通知，却对神经科学产生了强烈的兴趣——不愿意被它主宰，那就学着主宰它！何方洋带着这样的理想，开始了进京后的考研之路。

然而，英语考试中的几分之差使他与理想失之交臂，就是这样阴差阳错，一道与想象中完全不同的绚烂风景一点点铺开在他眼前。

那是 1997 年，何方洋被调剂到中国农业大学的生物物理专业读硕士研究生。也就是在这之后的某个下午，他去图书馆查资料时发现了欧洲检测瘦肉精的报道，从此开始了国内首例瘦肉精单克隆抗体研究的旅程。

那时他的想法很简单，就是要把这个研究做下去。何方洋就像抱着个初生的孩子，当务之急是找到吃食养活他，至于创业这种成材大计是往后的事，远着呢。所以，当何方洋的导师告诉他“两个实验室给你用，但是资金、器材自己想办法”时，他有种天上掉馅饼的错觉。

毕业后，何方洋婉拒几家研究中心抛来的橄榄枝，选择留守那两个简陋的实验室。看准了这个产业有前景，实验研究也有了很大的进展，怎么能因为眼下缺钱就放手不干呢？

时间仿佛跟何方洋开了个玩笑，他又一次重复了几年前决心离开开阳时的话——赚很多的钱。在那段时间里，他卖过朱启泰的考研书，一本十块钱的利润，也做过推销员，结果亏了一万多。但那段经历对何方洋影响深远：“推销工作每天都有培训，放一些成功学的录像带给我们看，我从那里面学到了一点：先定目标，再找方法。方法总比困难多，只要你去找，总有一个方法能让你实现目标。”





于是，何方洋后来开始了一次次为承包项目而进行的自我推销，于是便有了本文开头那一幕。为了实现研究的梦想，何方洋不得不赚钱，而为了更好地赚钱，何方洋开始了创业。

雄关漫道真如铁，而今迈步从头越。这铁打的创业路，每一步都是下了狠劲儿踩下去的。

早在1997年，何方洋就预测5年之内，中国必然开始瘦肉精的检测。结果，国内的动作比他预想的早两年。2003年，望尔公司研制出国内首例瘦肉精检测试剂盒，却不得不跟2000年就进入中国市场的进口试剂盒抢夺市场。

中国人在高科技产品上对“进口”二字的迷信，使何方洋他们举步维艰。于是，何方洋就像当初走遍北京高校，敲开每扇宿舍门推销考研书那样，背着他的试剂盒到客户那里现场做实验，达到国外试剂盒的标准了再买，还要打个9折。一转头，何方洋回到实验室继续钻研，心想我就不信争不过进口货！

单克隆抗体是医学里的大分子技术，何方洋将其挪到食品安全检测的小分子领域，增加了难度不说，也因为尚属国内首例，一切都要靠自己摸索。100次实验，99次失败，支撑那最后一次尝试的力量，除了对科学的好奇心，还有一股子不服输的韧劲儿。

有一次，何方洋做一项实验，失败的次数已经多到模糊，而他又在操作中出了一点儿差错——不该加热的环节却无意中打开了加热的开关。突然，未曾预想的沉淀物出现在试管里。这立刻引起了何方洋的关注，为什么会有沉淀呢？何方洋和他的伙伴们马上研究分析，最终在这“天外飞来”的沉淀物中找到了实验成功的方法。

从此，望尔招聘员工时多了一道考题：如果实验出现了预想之外的结果，你会怎么办？何方洋希望这种好奇、钻研和坚持的精神，在他的企业里发扬光大。而正是这种企业文化，使望尔的科研成果不断增多，荣获了包括2005年北京科学技术一等奖、2006年国家科技进步二等奖在内的多个奖项。此后，何方洋那间实验室形态的公司变成了行业的领头羊。

2004年，美国一家生化公司想要收购望尔，出价令人动心。但是，何方洋拒绝了。艰难有过，荣耀有过，起起伏伏让何方洋的目





标更加明晰，决心更加坚定——要把望尔做成生物领域的海尔和联想！年少轻狂，幸福时光。

有梦想的人永远不老。也许是从13岁那句“我要上学”开始，也许该从开阳的豆子抽出第一棵豆芽算起，何方洋的生命就迈上了突破自我、挑战极限的创业旅程。



每个人都可以成为天使

真是天有不测风云，原本不错的天气突然下起了大雾。尽管公路上来往的车辆不算太多，但是祸从天降，一辆车迎面撞来，她的车立刻变成了一堆废铁。她的身体被牢牢地卡在驾驶员的座位上，孤独无助。她有腿的骨头被撞断了，狼狈地蜷缩在车里，脑子里一片空白，不知道到底是怎么回事，也不晓得如何是好。

当她完全清醒之后，知道一位路过的陌生人停下车，报了警，随后来到她的身边。在救援人员试图把她从车里解救出来的时候，陌生人一直跪在地上，温暖地握着她的手，用眼神，用话语，鼓励她，安慰她。尽管她感到很痛苦，很焦虑，但由于陌生人的帮助，她却一直很镇静，很坚强。

当她即将被救护车送往医院的时候，她微笑着，深情地对陌生人赞美道：“你真是我的天使。”

她的赞美朴实无华，仅有七个字，但却感动了所有在场的人。她说话的那表情，那语调，太动人了。人们似乎从中有了新的领悟：原来每个人都可以成为可爱的天使。

当医生因坚持长时间手术而累倒在手术室里，但却挽救了一个病人生命的时候，这个医生就成了病人心目中的天使。

当老师用自己的薪水资助了一个家境贫困的学生，将学生送入大学校门的时候，这个老师就成了学生心目中的天使。

当作者的一篇短文打开了读者的心扉，改变了读者人生目标的时候，这个作者就成了读者心目中的天使。





当生命垂危的患者立下遗嘱，去世后将自己的眼角膜捐赠给盲人的时候，这个患者就成了盲人心目中的天使。

当路人搀扶着年迈的老人，小心翼翼地躲开南来北往车辆的时候，这个路人就成了老人心目中的天使。

当妻子在产床上呻吟，丈夫紧紧地握住妻子手的时候，这个丈夫就成了妻子心目中的天使。

当小孙女端来一盆温水，笑着给老奶奶洗脚的时候，这个小孙女就成了老奶奶心目中的天使。

当园丁给干涸的小草浇水的时候，这位园丁就成了小草心目中的天使。

当孩童将一条搁浅在岸边的小鱼放归大海的时候，这个孩童就成了小鱼心目中的天使。

不错，每个人都可以成为可爱的天使，完全可以不受权力大小的限制，完全可以不受地位尊卑的束缚，完全可以不受金钱多少的左右，完全可以不受身份贵贱的干扰。

确实，每个人都可以成为可爱的天使，只要有一颗普通而高尚的爱心。



播种一个梦想，经营自己的梦想

有一个农家女孩，生长在偏远的小村子里。过着日出而作日落而息的生活，她喜爱一项传统工艺——剪纸，并且剪纸技术达到了比较高的水平。

这个女孩从别人那里听到这样一个消息：一些外国人喜欢中国的工艺品，大老远跑到山西的农家小院去买老太太做的虎头鞋，一双十美元，值好几十块人民币呢。她想，北京是首都，外国人多，如果把自己的剪纸拿到那里一定能卖个好价钱。18岁那年，她为自己的剪纸作品进行了第一次尝试，她带着省吃俭用攒出来的路费，满怀希望地到了北京。但是她没有想到，北京艺术品市场里的剪纸





那么便宜，她带去的作品，一块钱一张都没人要，险些连回家的路费都成了问题。这次尝试得到的答案是——此路不通，后果是不仅没挣到钱还赔上了一笔路费。但是，女孩并没有因此而放弃希望，相反，她选择了继续学习剪纸艺术。

在女孩 22 岁那年，她为自己的剪纸进行了第二次尝试。她苦苦哀求、软磨硬泡地拿到了父母为她准备的 1000 元嫁妆钱，交了省城一家美术馆的展览费。这一次更惨，她不仅赔上了自己的嫁妆钱，还欠下了一大笔装裱费，而且成了乡邻茶余饭后的笑料。这样的后果她已经无法承受了，只好一走了之，为了还钱，她到深圳去打工。打工的那段日子尽管她过得很艰难，但她除了每天在流水线上拼命工作外，还挤出时间去上晚间的美术课，处处留心实现自己剪纸梦想的机会。

后来，她做了一次又一次尝试。随着年龄的增长和人生阅历的增加，她将自己所能了解到的途径一一进行尝试。到艺术学校自荐，参加各种各样的评比和展出，给报纸杂志寄作品，报名参加电视台的参与节目，想方设法接触记者，联系赞助搞个人展，请工艺品店和市场代卖，去印染厂推销自己的图样设计等等。

她的尝试有许多都失败了，但她勇敢地承担每一次失败带来的后果，她曾被中介骗子骗走了所有的作品，也曾被债主逼得走投无路。每失败一次都要狼狈不堪地善后，但她每一次在面临选择的时候，始终把酷爱的剪纸艺术放在第一位。后来，她有了一个自己的小小剪纸工作室，靠剪纸维持自己的生活。她满足了，快乐地认为自己获得了成功，因为日夜与她相伴的是剪纸艺术。最后农家女终于成了远近闻名的“剪纸艺人”。

农家女就是这样每天给自己一个小小的希望，并将这个希望深放在心间，她做到了，实现了她的好梦。正是由于坚持，也正是她心中的那份甜，让她的生活也充满了无限活力。记得一位名人曾经说过：“世界上一切成功和财富都始于一个意念！始于我们心中的梦想！”这句话告诉我们要实现梦想，取得成功其实很简单，你要先播种一个梦想，然后努力经营自己的梦想，不管别人说什么，都不要轻易放弃。

