

《我要跑起来》

图书基本信息

书名：《我要跑起来》

13位ISBN编号：97898888164042

10位ISBN编号：988816404X

出版时间：2012-5

出版社：红出版（青森文化）

作者：冯锦雄

页数：192

版权说明：本站所提供下载的PDF图书仅提供预览和简介以及在线试读，请支持正版图书。

更多资源请访问：www.tushu000.com

《我要跑起来》

内容概要

想参加马拉松挑战自己，却因天气欠佳而临阵脱缩？

朋友邀请参加毅行者，又推说无经验怕行不下去？

如果听到一个只剩下一条腿、年届六十的人都能跑毕全马、完成毅行，

你，又会否仍然觉得自己，做不到？

有“我要跑起来”的觉悟了吗？

不论对伤残或健全人士，长跑都是一项极度需要毅力的运动。

一个热爱长跑运动的人，应该不只湖畔慢跑观赏鸟语花香，更是像作者一样，积极参与马拉松、毅行者。

面对人生这艰苦旅程，本来就应该要有不服输、不气馁、不妥协的个性。

毅行——“毅然决定，坐言起行。”

这人生的训练，你我都需要。

人总会为自己找借口去逃避现实。

面对大灾难的时候，会对天埋怨不公平的遭遇；

面临惨痛经历的时候，又整天把自己的不幸挂在脸上要人同情怜恤。

接受现实也许不容易，但积极面对、乐天知命，却可以改变命运。

一场车祸，从此以义肢为伴。

四肢健全、一直生活安康的普通人尚未考虑要参与各项公益运动比赛；但步入花甲之年的作者，穿戴几经改良的伙伴，却将“跑毕全马”以及“完成毅行”定为自身的目标，并身体力行去接受训练、完成比赛。

这份毅力、这份自信，您又有没有？

人总有软弱的时候，冯锦雄告诉我们，“心有多宽，路有多濶”。

《我要跑起来》

作者简介

冯锦雄 (香港截肢者体育会主席)

三十三年前曾任小学体育教师。一场车祸令他失去了半条腿，改变了他的一生。从马拉松的十公里、半马、全马，一路走过来，甚至成为首位用义肢完成乐施毅行者这艰苦任务的伤健人士。乐天知命的性格，协助他从截肢的阴霾里走出来，活出精彩人生。

《我要跑起来》

书籍目录

序一 梁智鸿 重新学习

序二 陈智思 人生是一场毅行

序三 叶永玉 自我超越

序四 卢宠茂 乐天知命

序五 蔡东豪 珍惜

前言 永不放弃

与义肢相遇

挑战马拉松

偏向虎山行

挣扎与坚持

后记

附录

《我要跑起来》

精彩短评

1、作者是首位以义肢完成乐施毅行者，经历彻夜大雨，仍与三位队友不离不弃，以不足30小时完成一百公里山路。有困难，便去克服它，我要跑起来！

《我要跑起来》

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:www.tushu000.com