



♥ 心灵治愈故事系列

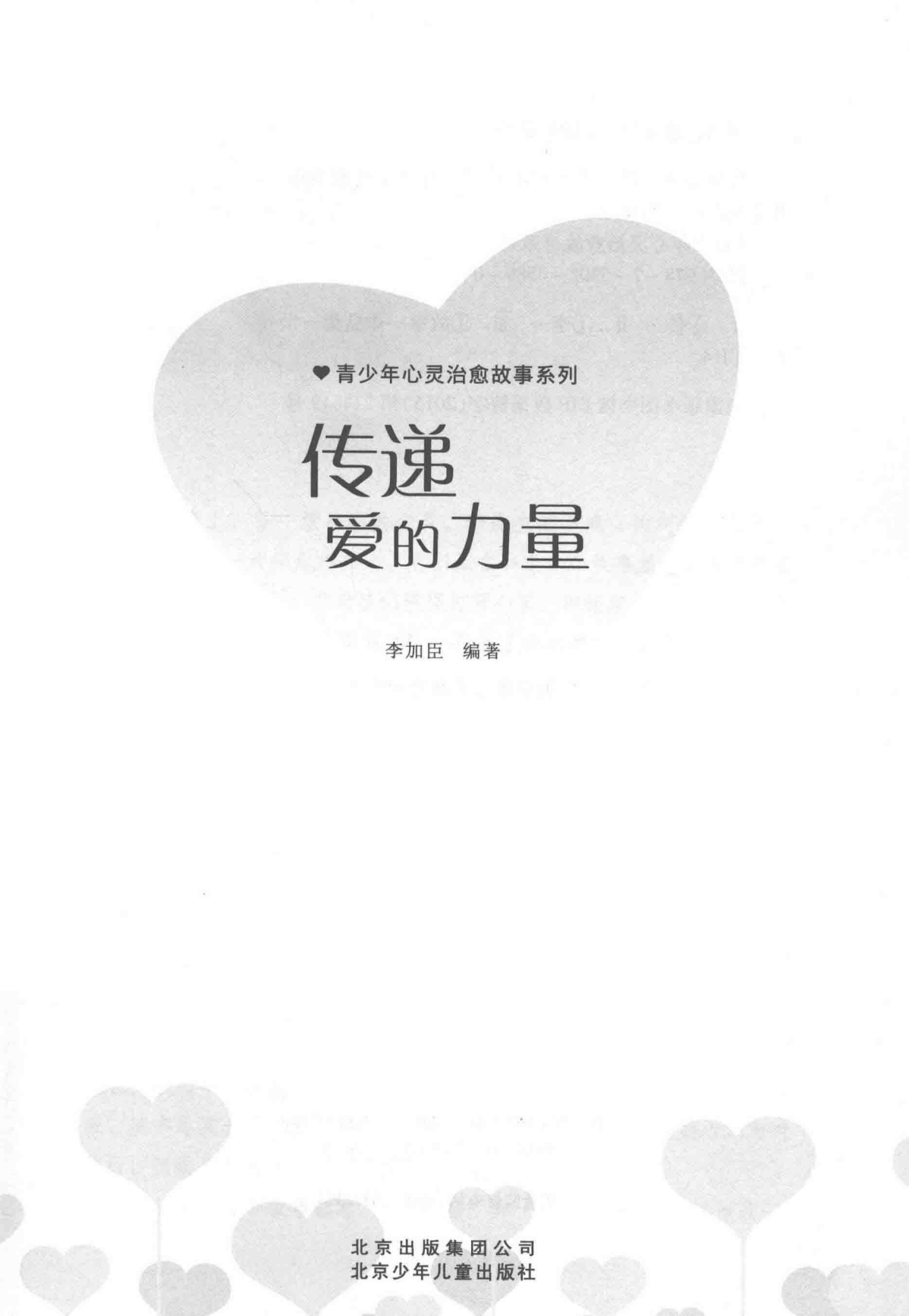
青少年

每一颗成长中的心灵
都会有或多或少的纠结
听一些故事，打开一个心结
治愈一段忧伤
成长，是不断自我疗愈的过程

李加臣 编著

传递 爱的力量

北京出版集团公司
北京少年儿童出版社



♥ 青少年心灵治愈故事系列

传递 爱的力量

李加臣 编著

北京出版集团公司
北京少年儿童出版社

图书在版编目 (CIP) 数据

传递爱的力量 / 李加臣编著. — 北京 : 北京少年儿童出版社, 2016. 1

(青少年心灵治愈故事系列)

ISBN 978 - 7 - 5301 - 4589 - 0

I. ①传… II. ①李… III. ①故事—作品集—世界
IV. ①I14

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2015)第 234649 号

青少年心灵治愈故事系列

传递爱的力量

CHUANDI AI DE LILIANG

李加臣 编著

*

北京出版集团公司 出版
北京少年儿童出版社

(北京北三环中路 6 号)

邮政编码: 100120

网 址 : [www . bph . com . cn](http://www.bph.com.cn)

北京出版集团公司总发行

新华书店经销

北京金秋豪印刷有限责任公司印刷

*

787 毫米 × 1092 毫米 16 开本 12 印张 140 千字

2016 年 1 月第 1 版 2016 年 1 月第 1 次印刷

ISBN 978 - 7 - 5301 - 4589 - 0

定价: 21.80 元

质量监督电话: 010 - 58572393



前言

成长路上，每一颗善感的心灵，都会有或多或少的纠结与忧伤。幸好这世上有一种疗愈的方法，它们藏在一个个小故事里，正如良师益友，陪伴着我们成长，帮助我们慢慢打开心灵，拥抱阳光。

“青少年心灵治愈故事系列”，包含了六本书，收录了近四百个精彩的小故事，囊括了勇气、诚信、认知自我、专注、友爱、情绪管理等各个不同的情商培养主题，是暖心的读物，写给正值青春前期，在经历某种程度的迷茫与疼痛的人。

每一本书精心选编了数十个精彩的小故事。这些故事，或出自一些对后世有着深远影响的历史事件，或来自古今中外名圣先哲们的生活片段。书中的每个故事都不长，却以通俗的语言和生动的方式诠释着本来简单的人生真谛与深刻道理。

对于成长中的青少年来说，故事里蕴藏的人生智慧，不仅有益于智力的发展，更有利于品格的养成和性格的塑造，给人以精神的滋养。故事中所传递的温暖、向上、积极、美好的能量，会伴随阅读不知不觉地在他们心中生根发芽，鼓励着小读者学会爱，敢于梦想，用专注、勇敢、诚实等高贵的品质塑造自身，淬炼一颗更强大、更坚韧的心来面对挫折，拥抱美丽人生。

本丛书的每个故事都有“心灵物语”和“心灵加油站”两个板块，

为读者提供了一种阅读引导，这里既阐述了故事的内涵，也给了读者静心思考的空间。每个故事都配有精美插图，美图美文，带领读者走进美好的故事世界。

本丛书的策划及组稿过程中，得到了北京市史家小学、北京市第三十九中学、北京市广渠门中学等名校德育名师的真诚帮助，他们从多年的青少年德育工作的实践出发，对丛书提出中肯的修改意见和建议，让这套书更加贴近青少年的成长轨迹，对他们的人生更有帮助。

一路成长，一定会是这样：有哭有笑，有奔跑也有跌倒，但我们终将去向美好的远方。“青少年心灵治愈故事系列”，是送给成长中善感心灵的最美礼物。让这些精彩的励志小故事帮助我们抚平忧伤、点亮心灯，沿着青春的航线，在温暖中远行，在憧憬中走向美好的世界。

编者

2016年1月





目 录

范蠡三散千金·····	1
吴起爱兵如子·····	4
屈原“盗米”·····	7
李文姬保弟·····	10
庾道愍万里寻母·····	13
一文钱难倒英雄汉·····	16
百犬效义·····	20
苏轼还屋·····	23
范仲淹助人捐学·····	25
赵阅道救灾·····	28
王成的战马·····	31
程门立雪与射箭敬师·····	34



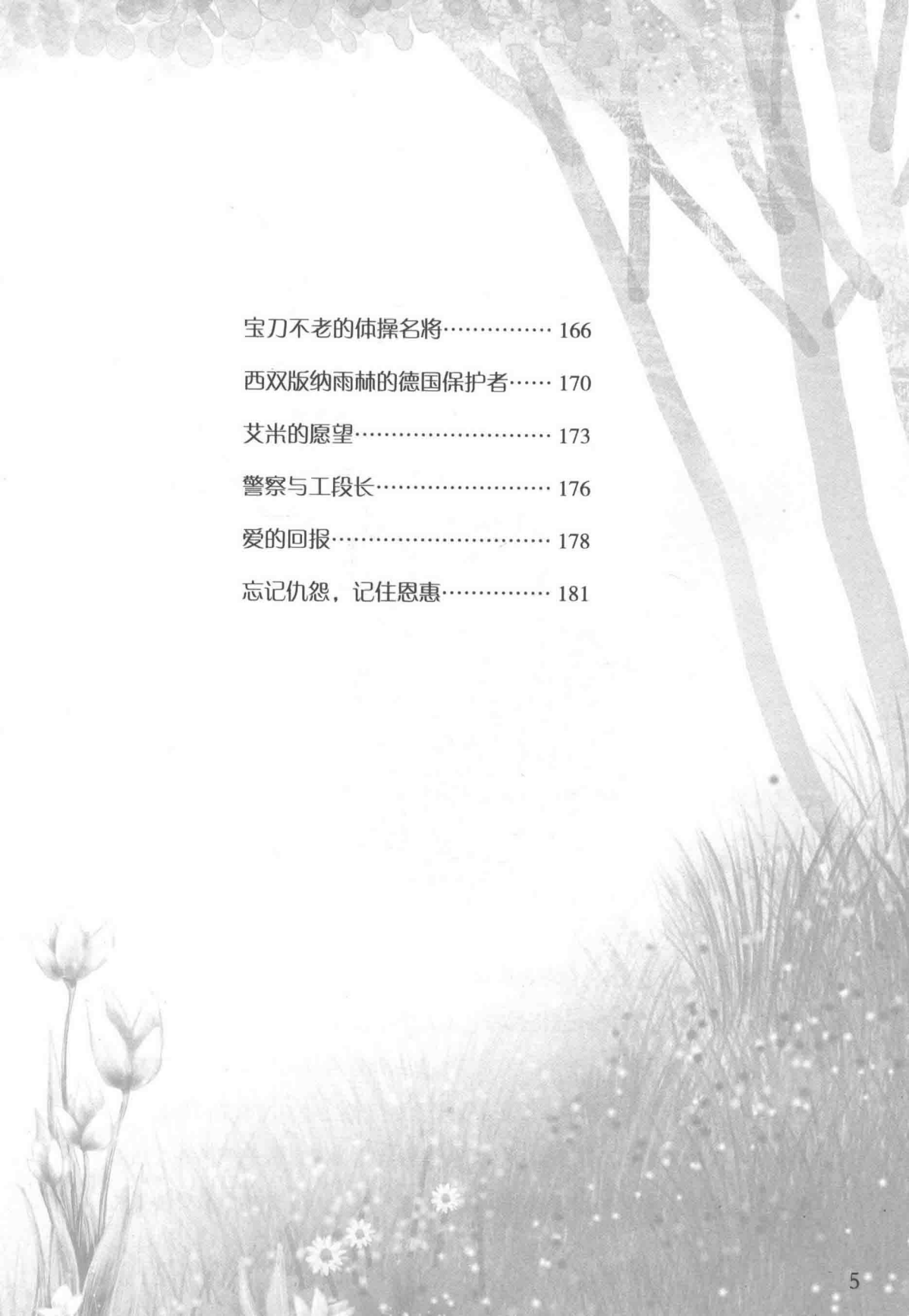
李时珍尝百草·····	37
海瑞报恩·····	40
郑板桥居官爱民·····	43
武训行乞办义学·····	46
平凡又伟大的母亲·····	49
义捐网师园·····	52
日本古都的中国恩人·····	55
世界母性之楷模·····	58
胡适资助学生·····	61
爱的接力·····	64
钱学森回国·····	67
徐悲鸿与齐白石·····	71
一碗馄饨和十多年的饭·····	74
我要做一名医生·····	77



唐山十三农民兄弟志愿救灾·····	80
6点10分的爱·····	83
四十四份爱心晚报·····	86
手术费为一杯牛奶·····	89
女孩与丹顶鹤·····	91
只有母亲走的小路·····	94
猴王与护林员·····	97
“暴走妈妈”·····	102
罗摩兄弟互相让位·····	105
穆律罗的宽容与骄傲·····	109
卢梭以德报怨·····	112
前辈的教导·····	115
林肯与班普的故事·····	118
不倒的心碑·····	121



救助犬巴利纪念像·····	124
把心脏埋在祖国·····	127
卢瑟福和他的学生们·····	130
丘吉尔与弗莱明·····	133
首相的胸怀·····	136
玻尔与爱因斯坦·····	139
一位将军的“哑剧”·····	142
曼德拉的嘉宾·····	145
父亲的遗产·····	147
全球最穷的总统·····	151
珍妮与黑猩猩·····	154
父亲永远在你身边·····	157
用五小时向四万人道歉·····	160
不为孩子设计未来·····	163



宝刀不老的体操名将·····	166
西双版纳雨林的德国保护者·····	170
艾米的愿望·····	173
警察与工段长·····	176
爱的回报·····	178
忘记仇怨，记住恩惠·····	181

心灵物语

爱心尚德的慈善文化，
是立人之本，也是立家之
本；是兴业之道，也是兴国
之道。

范蠡三散千金

春秋时期，越国大臣范蠡帮助越王勾践出谋划策，打败了吴国，复兴了越国。复兴之后，范蠡知道勾践能共患难，不能共富贵，自己再继续为官，可能会有生命危险。于是，他辞去官职，将财富分给贫苦的人，带着妻儿乘舟四处游历。

游历到齐国的海边后，范蠡发现这里民风淳朴、社会安定、富有商机，决定定居下来。他知道自己名气太大，容易引起人们的注意，于是改名为“鸱夷子皮”，开始从事经商活动。

范蠡在越国的时候，曾经拜老子的弟子计然为师，计然也曾经辅佐越王勾践，在越国负责发展经济，管理财政，他教给了范蠡很多知识。范蠡本身就是个聪明能干的人，加上有辅佐勾践治理国家的经验，很快在商场上



干得有声有色。

范蠡在海边建起了庄园，雇用有经验的农民耕种，请技术最好的渔夫出海捕鱼，还和儿子一起收购蚕丝贩卖到其他地方。范蠡开展的最重要的业务是制盐贩盐。他组织大批有经验的雇工在海边晒盐，然后再运到周围地方售卖。他们制作的食盐质量好，价格公道，很快打开了市场。范蠡在短短几年的时间里，便积攒了大量财富。

随着商品销路越来越广，范蠡的名气也越来越大。有说书的艺人，甚至将他的事迹编成故事到处说唱。不知不觉消息传到齐王耳朵里，齐王认为范蠡是个人才，派王子前去请他辅佐自己，但被范蠡委婉地谢绝了。齐王爱才心切，亲自出马前去邀请，范蠡无奈之下接受了相印。他当了三年齐相，把齐国治理得富裕繁荣，兑现了自己的承诺，然后又坚决辞官。

离开前，范蠡将自己赚取的千万财富分给穷苦百姓和远房亲戚，自己只留下少数创业资金，来到陶这个地方定居，并改名叫朱公，当地人都称他为陶朱公。

之所以选择陶作为定居地点，范蠡是经过认真考察的。陶东邻齐国、

鲁国，西接秦国、郑国，北通晋国、燕国，南

连楚国、越国，交通非常方便，适合货物

流通。范蠡在这里除了种地，重点发展贸

易，特别是贩马。贩马，难的不在于买

马，北方产马，很容易买到，卖马也不

是问题，当时，马匹是各国都非常需要

的战略物资，组建军队，自然需要大量

战马。关键是从北方贩卖到南方，沿途

盗匪很多，安全无法保证。



范蠡了解到有一位名叫姜子盾的大商人，经常往返南北贩卖布匹，实力很是强大，将沿途的强人都买通了，决定与他合作，用自己新组建的马队，免费帮姜子盾运货。姜子盾则利用自己的人脉，保证马匹的安全。果然，马匹很顺利地贩到南方，两人合作取得了双赢的效果。

事业发展得有声有色，钱也越赚越多，范蠡却并不开心。他是一个有抱负有爱心的人，自己过着锦衣玉食的生活，周围的父老乡亲却衣不蔽体，食不果腹，每天为生计挣扎，甚至经常有饿死冻死的人，他怎么能开心呢？经过反复考虑，范蠡说服家人，将财产捐给这些需要帮助的乡亲们，自己则继续做生意赚钱。就这样，范蠡三次将自己的万贯家财捐给了穷苦百姓。范蠡死后，当地人感念他的恩德，建了庙供奉他。后人更是尊他为文财神、商圣。

心灵加油站

范蠡之所以流芳千古，被后人顶礼膜拜，不仅仅因为他在商业上的成功，更多的是因他有一颗仁爱之心。范蠡是一名儒商，坚持“达则兼济天下，穷则独善其身”，把财富看成人生过程中体现社会责任的一个载体，致富不忘百姓，坚持仗义疏财，乐善好施。而且，在经商的过程中，他还用自己的商业智慧去带动一个地方的黎民百姓致富，他教会了当地人民制盐的技术，使许多百姓过上了富裕的日子。人们盛赞他“富好行其德”，尊称他为“商圣”“文财神”，这是对他创业赚钱能力的认可，更是对他仁爱待人、乐善好施的伟大人格的尊重。



心灵物语

爱兵如子，胜乃可全。
领导者只有真心关爱下属，
才能获得大家真心拥戴，团
队才会有强大的凝聚力和战
斗力。

吴起爱兵如子

吴起是我国春秋时期著名的军事家，从小家境富裕，曾经跟随孔子的弟子曾参和子夏学习知识。吴起非常喜欢军事，长大后，他决定当一名武将，带兵打仗，在战场上建功立业。

公元前412年，齐国进攻鲁国，鲁国边境告急，急忙征召有本事的人抵抗强大的齐军。

吴起赶来应征，当上了鲁军的将军。刚开始作战时，吴起让老弱残兵出击，这些老弱残兵自然没有什么战斗力，齐军几次冲锋就杀得他们丢盔弃甲，狼狈逃窜。

就这样，齐军接连获得了几场胜利。齐军将士渐渐骄傲起来，他们认为鲁国小，没有太多年富力强的士兵，只好把老人和孩子都赶上战场。结果



就在齐军骄傲自大，以为胜券在握之时，吴起率领精兵突然展开猛攻，打了齐军一个措手不及，齐军大败，鲁国取得了卫国战争的胜利。

吴起本是有功将领，但鲁国国君不信任他。吴起无奈，只好离开鲁国，转投魏国。魏文侯非常欣赏吴起的才干，让他当了将军。吴起带领魏军与强大的秦军交战，很少失败。

公元前409年，吴起率魏军讨伐强大的秦国，所向披靡，一连攻克五个城池，夺得了河西地区，取得了极其辉煌的战果。魏文侯死后，吴起不被重用，只好转投楚国。他带领楚军击退了韩、赵、魏等国家的进攻，还完成了自己的兵法著作《吴子》。

吴起当将军，总是身先士卒，与大家同甘共苦。士兵们吃什么，吴起就吃什么；士兵们睡觉没有席子，吴起也不铺席子。军队行军时，每个士兵要背一定数量的粮食和军用物资，吴起和士兵背一样的物资，跟他们一道步行前进。

有一年，吴起率领魏军进攻中山国。军中有一个青年士兵，身上长了毒疮，痛得满地打滚。吴起看到后，心急如焚。毒疮里的脓血不排出来，病是好不了的。当时的医疗技术水平很落后，加上又是在出征途中，各方面条件都很差，要想排出脓血，只能用嘴巴去吮吸。

为了解除士兵的痛苦，吴起不顾毒疮又脏又臭，亲自用嘴巴吮吸脓血。等到脓血排净，士兵的病才逐





渐好转。士兵知道此事后，感动得热泪盈眶，后来作战也变得特别勇敢。

正是因为爱兵如子，治军有方，吴起带领的军队始终都保持着旺盛的战斗力和战斗力。他带兵三十余年，与秦、齐、韩、赵、魏等国都交战过，基本都取得了胜利，是历史上少有的常胜将军。因为吴起在军事上取得的杰出成就，后人将他与著名军事家孙武并称为“孙吴”，将他们的兵法合称为《孙吴兵法》。

心灵加油站

古人说：人心齐，泰山移。在现代社会，要想取得大的成就，不可能靠单打独斗，更多的要靠团队。带好团队和带好部队的基本道理是相通的。爱是领导力的重要组成部分。作为领导者，要想使团队保持强大的凝聚力和战斗力，首先要像吴起那样关爱下属，关爱员工。要了解团队成员的真实情况和需求，真心实意地关心他们的生活和工作，帮助他们解决实际问题，解除他们的后顾之忧，让成员感受到团队这个大家庭的温暖。这样，团队中的每一位成员才能真正有归属感，心甘情愿接受领导，竭尽全力为完成团队任务而奋斗。

心灵物语

有爱心固然很重要，但还要有帮助别人的能力，这就像太阳和油灯，虽然都能发光发热，但辐射的面是完全不同的。



屈原“盗米”

著名爱国诗人屈原小的时候，心地非常善良。他见自己家里有米有肉，衣食无忧，周围不少乡亲却缺衣少食，有的甚至冻死、饿死，心中非常难过。他决定帮助乡亲们。可是，怎样才能帮到他们呢？

想啊想，屈原灵机一动，有了！他趁大人不在，取了一个布袋，从家里的米仓舀出几瓢米，装进布袋里，背着来到村外的一条大路边。这里有不少山石，屈原在石头旁蹲下，用手把石缝内的脏东西清除干净，将布袋里的米倒进石缝。这儿经常有上山打柴、挖野菜の乡亲路过，他们一定会发现这里有米，屈原想。倒完米，屈原没有立即离开，而是藏在附近的大石头后面，偷偷观察着。

果然，没过多久便有一个乡亲从这里路过。他看到石缝中满是白白的