



心灵治愈故事系列

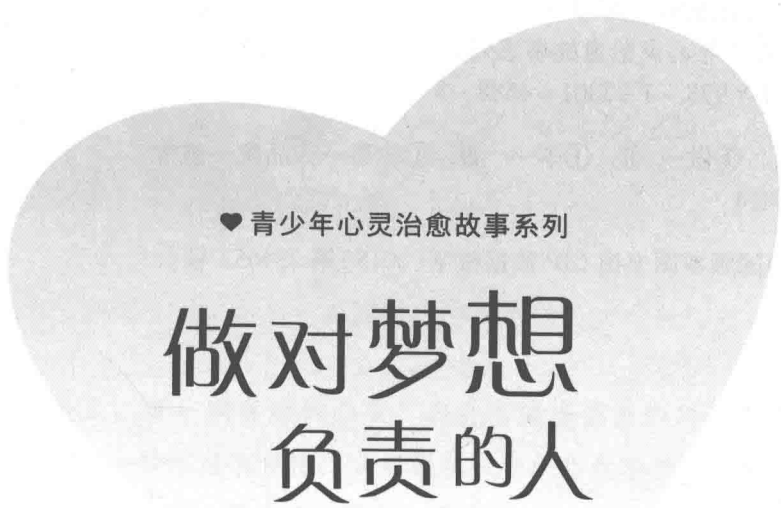
青少年

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

做对梦想 负责的人

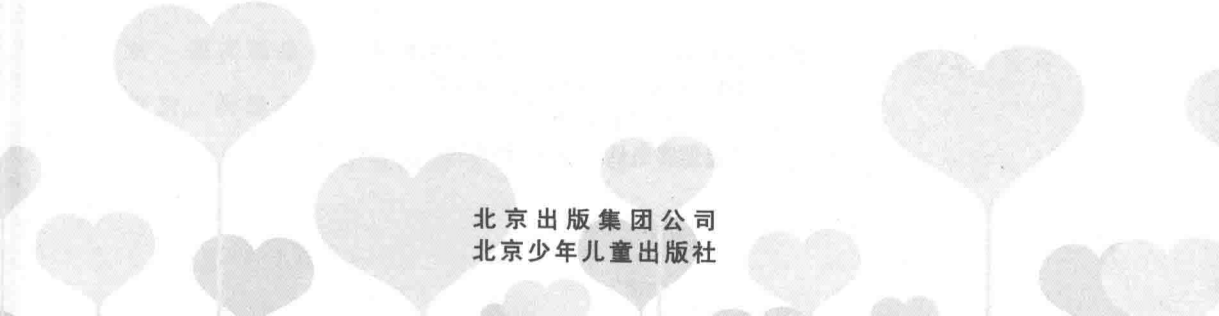
北京出版集团公司
北京少年儿童出版社



♥ 青少年心灵治愈故事系列

做对梦想 负责的人

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

做对梦想负责的人 / 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 - 4588 - 3

I. ①做… 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 234652 号

青少年心灵治愈故事系列

做对梦想负责的人

ZUO DUI MENGXIANG FUZE DE REN

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

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 - 4588 - 3

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

张仪欺楚·····	1
“为之奈何”与“处变不惊”·····	5
邓太后克己修身·····	8
曹爽怯懦投降被诛·····	11
王献之练字·····	14
济南的“城神”·····	17
叶天士自我反省·····	20
万斯同闭门思过·····	24
钱均夫的家教·····	27
地板上的尊严·····	30
谦虚好学的京剧大师·····	33
科学兴国，匹夫有责·····	36



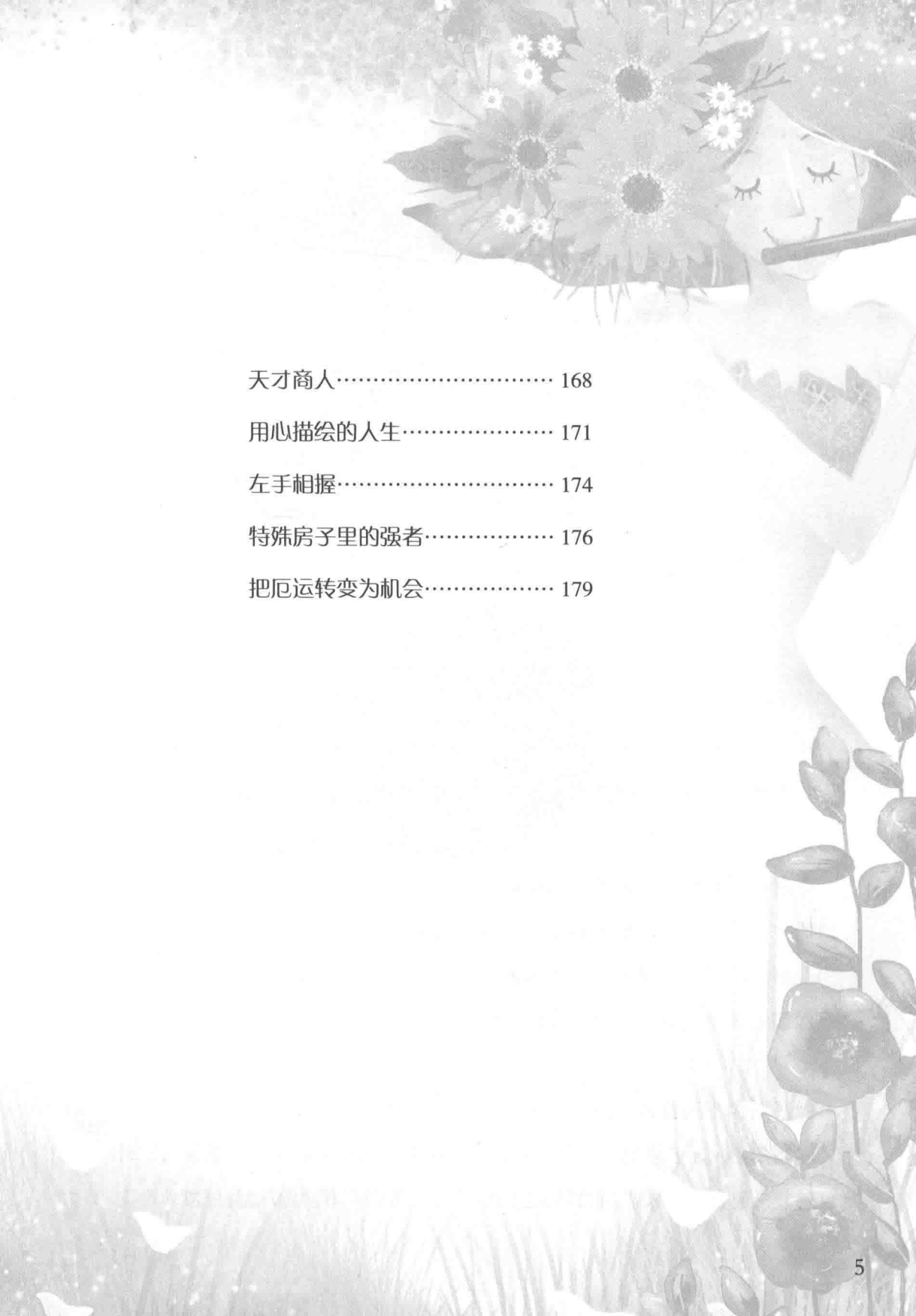
从苦难中走出的院士·····	39
首富教子·····	42
自信的李远哲·····	45
穷人的孩子早当家·····	48
从“留级专家”到经济学家·····	51
两次落榜的少年·····	54
一句安慰的话·····	57
母亲的教诲·····	60
叶惠美的故事·····	63
替妈妈唱戏履约·····	66
不向命运低头的姐妹·····	69
我一定要超越他·····	72
富兰克林的修身计划·····	75
笑对磨难的大作家·····	78



把冰块运到马提尼克岛·····	81
罗斯福战胜残疾·····	84
总统的竞选照片·····	87
故意出丑的萧伯纳·····	90
自卑的苏格特·····	93
打不倒的爱迪生·····	96
从差生到诺贝尔奖获得者·····	99
勇敢地走下去·····	102
高尔基刻苦读书·····	105
1885次失败·····	108
艾柯卡扔鸡蛋·····	111
旧衣服也可以高贵·····	114
时尚之王的突破·····	118
从穷光蛋到富翁·····	121



报业大亨·····	124
走在河边的女孩儿·····	128
小摩西的秘密武器·····	131
三位特殊的足球国手·····	134
踢足球的男孩儿·····	137
世界上跑得最快的女人·····	140
光脚奔跑的奥运冠军·····	143
一个人的马拉松·····	146
“世界船王”的一念之间·····	149
索尼的危机·····	152
肯德基的成功秘诀·····	156
有胆有识的希拉里·····	159
17岁的百万富翁·····	162
一球成名的“天之骄子”·····	165

A whimsical illustration of a girl with a flower crown and a house on her back. The girl is depicted from the chest up, wearing a crown made of large, dark flowers with white centers and smaller white daisies. She has her eyes closed and a gentle smile, holding a dark, thin object, possibly a pen or a wand, near her mouth. On her back, a small, dark, stylized house with a chimney is visible. The background is a soft, light-colored wash with faint floral patterns. In the bottom right corner, there are more detailed illustrations of dark flowers and green leaves.

天才商人·····	168
用心描绘的人生·····	171
左手相握·····	174
特殊房子里的强者·····	176
把厄运转变为机会·····	179



心灵物语

自信是成功的第一秘诀。有信心的人，可以化渺小为伟大，化平庸为神奇。

张仪欺楚

战国时期，秦国通过商鞅变法走上了强国的道路，并开始不断地入侵崤山以东的各诸侯国。

各国由于常年相互争斗，实力无法与秦国相抗衡，只能通过妥协来保证自己的生存。直到苏秦出现，通过外交让各国成功地“合纵”（即将南北纵列的国家联合起来，共同对付强国），才遏制了秦国的进攻。但秦国对此作出了应对，通过任命苏秦的同学张仪为相，破坏各国的“合纵”。

当时，由于楚国的实力最强，各国均推举楚国国君楚怀王为“纵约长”，由他主持各国联盟。而楚国在灭掉越国之后，甚至有了抗击秦国的实力，这也让秦国感到了威胁。于是秦国便选择楚国为第一个目标，并派



张仪出使楚国。

张仪到达楚国后，探听到齐国刚刚和楚国缔结了盟约。于是他便求见楚怀王，对楚怀王说：“我们大王非常痛恨齐王，我张仪也一样痛恨齐王。现在您却和齐国结盟，这无异于断绝了与我们秦国的往来。今天我们大王派我来，就是希望您能够解除与齐国的盟约。作为交换，我们愿意献出商於之地六百里，并与楚国结盟，永远侍奉您。您既能得到大片土地，又能与我们秦国交好，还能遏制齐国的势力，这样一举三得的事情，您为什么不去做呢？”

楚怀王一听到“商於之地六百里”，顿时起了贪念，马上答应了张仪的请求。

大臣陈轸劝楚怀王三思，他说：“您现在还没有得到土地，就与齐国绝交，万一秦国反悔，您就白白失去了一个盟友。”但是，楚怀王拒绝了陈轸的建议，并派人去秦国接收土地。

张仪回到秦国后，装作从马车上摔了下来，闭门不出三个月。楚怀王听到这个消息之后说：“秦国这是认为我们还没有和齐国完全断交吗？”于是派出一位勇士去齐国都城当面辱骂齐王。齐王一怒之下宣布与楚国断交，并与秦国结盟。这时，“摔

伤”的张仪忽然出现在楚国使臣的面前，对他





说：“商於之地是我们秦国的土地，我张仪没有权力把国家的土地随便赠予别人，所以我只好拿出自己的封地六里作为答谢楚怀王的谢礼了。”

楚怀王这才知道自己上了张仪的当，一怒之下便令楚军进攻秦国。可是秦军早有准备，在丹阳、蓝田的两次战斗中大破楚军，还夺走了汉中地区。而韩、魏两国也趁楚军进攻秦国之时发兵袭击楚国，楚怀王没办法，只好下令退军。

第二年，秦国使者又来了，还对楚怀王许诺愿意归还汉中，并与楚国结盟。

可是，受了奇耻大辱的楚怀王却说：“我不要汉中，我只要张仪就可以了。”

张仪听说了楚怀王的要求，主动向秦王提出出使楚国。面对秦王的担心，张仪自信地说：“楚怀王一定不会杀了我的，我有信心能够回来。”

张仪到达楚国后，楚怀王将他投入大牢，准备处死。但是，被张仪买通的楚国大臣靳尚向楚怀王和王后郑袖进谗言，成功地让楚怀王答应放张仪回秦国。

直到出使齐国的屈原回来进谏，楚怀王才感到后悔，连忙派人追杀张仪，但是一切都为时已晚。

后来，楚国不断在齐国与秦国之间摇摆不定，这也激怒了两个大国。两国联合韩、魏伐楚，将楚国打得溃不成军。此时，秦王忽然派使者送信给楚怀王，表示愿意在秦国的武关与楚怀王会盟。楚怀王看了秦王的书信，犹豫不决。大臣劝楚怀王不要去秦国，担心会有危险。楚怀王的小儿子子兰则劝楚怀王迅速前往秦国。在子兰的劝说下，楚怀王最终还是动身去了秦国。

楚怀王到了武关，才发现这场会盟完全是秦国的阴谋。秦国要求楚怀王割让大片土地，如果楚怀王不同意就不让他回去。楚怀王此时才感到万



分后悔，但为时已晚。

后来，楚国大臣见楚怀王迟迟不回来，于是立太子为王。楚怀王也曾尝试过逃出秦国，但次次都被秦国抓了回去。最终，他死在了秦国。

心灵加油站

张仪面对生死威胁，仍从容使楚，并且活着回来。张仪能够做到这一点，最关键的是他极为自信——相信自己对时局、对人心的判断，相信自己把握时机、相机而动的能力。自信心是人成长过程中对情商影响最大的一个因素，是成功的基石。自信心强，则交流能力、理解能力、判断能力都会有长足的发展；相反，自信心不足进而自卑并造成自闭，对成人后的世界观、人生观都会产生消极影响。



心灵物语

集体是力量的源泉，
团队是智慧的摇篮。好的
团队能给人安全感，让人
信任，是值得依靠的坚强
后盾。

“为之奈何”与“处变不惊”

汉王朝的建立者刘邦，本来是个市井无赖。他在自己的家乡沛县做亭长时，整天游手好闲，与一群地痞流氓混在一起。司马迁形容他：“好酒及色”。

后来，农民起义风起云涌，沛县人民也不堪秦朝的暴虐统治，起义抗击暴秦。以萧何为首的一群文人却害怕起义失败后，自己会承担带头造反的责任，于是大家一商量，决定让刘邦做起义的领导者。而刘邦也以为这是好事，就答应了。

借着手下几名谋士的力量，刘邦的势力越来越大，并被起义军的领袖义帝所召见。他和另一名起义军将领项羽结拜为兄弟并约定：谁先拿下咸阳，谁就可以做关中之主。



刘邦和项羽同时进军，经过几场战斗，刘邦率先拿下了咸阳。当时，有一名谋士建议他关闭函谷关，并依照原来的约定称王。而项羽也来到了函谷关前，准备直接进攻消灭刘邦。刘邦急了，找到张良问他：“为之奈何？”（我该怎么办呢？）张良建议他让出函谷关，自己退到灞上，并亲自向项羽请罪。在宴会上，依靠张良、樊哙的机智、勇猛和项伯的帮助，刘邦才得以离开宴会，逃了回去。

经过长期的历练，刘邦慢慢地成长起来。在与项羽矛盾激化，正式开战之后，刘邦不再像从前那样遇事就慌，而是懂得冷静思考、从容应对。

项羽袭击刘邦，抓住了他的父亲刘太公，并且带到阵前，放出话说：“再不出来，我就把你的父亲煮成肉汤！”刘邦虽然心急，却明白当时的

形势，于是直接告诉项羽：“我当初在义帝面前与你结为兄弟，那么我的父亲就是你的父亲。今天你要把你我的父亲煮了，那么到时候别忘了分给我一碗肉汤喝！”项羽威胁不成，反而被刘邦利用，气得破口大骂，却也没有什么办法，只好把刘太公放了回去。

又有一次，两军对阵，刘邦站在城门上指挥作战。他没想到项羽勇武过人，直接拿起大弓一箭射中了自己的胸口。刘邦疼痛难忍，却抱着脚嘲笑项羽：“啊呀！你射中了我的脚！可恶的项羽！”

项羽以为没有射中，于是就放弃了这个大好的进攻机会。

后来，刘邦派出韩信等将领





占领各地，谋求合围共同攻打项羽。韩信在占领齐国之后，他的野心却膨胀起来。他给刘邦写了一封信，说齐国难以管辖，不如让他暂时当齐王治理齐国，等齐国安定下来再解除他的王位回到大本营。刘邦一看，气得破口大骂：“我这里已经火烧眉毛了，你不来救援，反而要挟我当什么齐王，你这个……”话未说完，在一旁的张良狠狠地踩了他一脚。刘邦马上就领会了张良的意思，立刻改口道：“你这个懦夫！大丈夫要做就做真齐王，还当什么假齐王！”于是立刻起草命令，让韩信任齐王，治理齐国。

果然，刘邦这一随机应变的处理方式见了效果，韩信从此彻底信任了刘邦，不再考虑自立为王的事，并为刘邦立下了汗马功劳。

最终，刘邦消灭了项羽，统一了国家。

心灵加油站

刘邦之所以能够完成由小无赖到一国之君的转变，除了他自身的努力外，还在于他拥有一帮朋友——一个高素质的团队。萧何等人的鼓励与信任，让他成了起义军领导者；谋士出谋，武士死战，让他赢来一次又一次胜利，于是对自己的能力更加有信心。可以说，团队是刘邦智慧的来源、力量的来源，也是他信心的源泉。现代社会，单打独斗在很多领域都行不通，因此，我们要学会与他人合作、交往，学会真诚待人、以心换心，这些是将来能够更好地融入团队，更好地团结协作的基础。