

青春少年样样红书系

奋斗

——让生命与梦想接轨

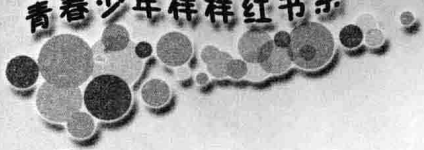
魏晓莉◎编著

生活因奋斗而精彩

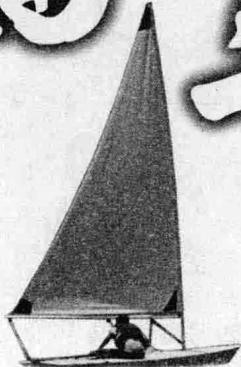
人生是一座可以采掘开拓的金矿，但总是因为人们的勤奋程度不同，给予人们的回报也不尽相同。

 华艺出版社
HUA YI PUBLISHING HOUSE

青春少年样样红书系



奋斗



——让生命与梦想接轨

魏晓莉◎编著



华艺出版社
HUA YI PUBLISHING HOUSE

图书在版编目 (C I P) 数据

奋斗：让生命与梦想接轨 / 魏晓莉 编著. - 北京：华艺出版社，2008.10

ISBN 978-7-80252-041-7

I. 奋… II. 魏… III. 成功心理学 - 青少年读物
IV. B848.4 - 49

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2008) 第 130586 号

奋 斗

作 者：魏晓莉

责任编辑：梅 雨

装帧设计：张文艺

出版发行：华艺出版社

社 址：北京北四环中路 229 号海泰大厦 10 层

邮 编：100083 电话：82885151

印 刷：北京柯蓝博泰印务有限公司

开 本：640×960 1/16

字 数：200 千字

印 张：15.5

版 次：2008 年 10 月第 1 版 2008 年 10 月第 1 次印刷

书 号：ISBN-978-7-80252-041-7

定 价：28.90 元

华艺版图书，版权所有，侵权必究。

华艺版图书，印装错误可随时退换。



前言

传说人类在来到人世前，上帝都会赐予每个人一个漂亮的盒子，里面装满了多姿多彩的梦想。可是，短短一生中，许多人只是憧憬着那些美好的梦想，却无法将这个盒子打开。其实，上帝还给予了每个人一把钥匙，有的是聪明，有的是天赋，但他们却不知该如何使用。在这些钥匙中，有一把钥匙是公用的，任何人都可以利用它打开盒子，触及到自己的梦想——那就是奋斗。不可能的事物在庸人眼中，只是更为遥不可及的东西，但一颗拼搏、坚韧的心，却可以把不可能变为可能，从不可能中感受到梦想的召唤。

自古就有“天道酬勤”的说法。上天只会回报用勤劳与汗水获得成功的有志之士，决不会青睐“等、靠、要”的“机会主义者”和守株待兔的沽名钓誉之徒。若心存侥幸与幻想，而用有限的青春等待机会，这是奢侈的浪费。翻看巍巍五千年历史，从“天行健君子以自强不息”到“自古雄才多磨难，纨绔子弟少伟男”的自身奋斗成才之路，无数的先贤圣哲告诉我们，“求人不如求己，打铁还要自身硬”；无数的前辈先烈在告诫我们：“成才靠自身，奋斗是关键”。

历览群英千百万，艰难磨砺好儿男。我国古时大思想家孟子就说过：“天将降大任于斯人也，必先苦其心志，劳其筋骨，饿其体肤，空乏其身，行拂乱其所为，所以动心忍性，增益其所不能……”古今中外，大凡在事业上有所成就的人，从小都经历过种种磨难。幼年一直以棺材板当床的安徒生，还有幼孤失恃的居里夫人、斯汤达、麦克斯韦、达尔文、列夫·托尔斯泰都是幼年丧母；牛顿是个遗腹子；范仲淹、夏衍都是幼年丧父；爱因斯坦因环境不利，在专利局工作



奋斗

让生命与梦想接轨

时，只能偷偷地研究相对论；马斯德赶走了纵横驰骋的老鼠，才在一个破阁楼上弄了间实验室；爱迪生在火车上做实验……

奋斗吧，中国的少年！故今日之责任，不在他人，而全在我少年。少年智则国智，少年富则国富，少年强则国强，少年独立则国独立，少年自由则国自由，少年进步则国进步，少年胜于欧洲，则国胜于欧洲，少年雄于地球，则国雄于地球。红日初升，其道大光；河出伏流，一泻汪洋；潜龙腾渊，鳞爪飞扬；乳虎啸谷，百兽震惶；鹰隼试翼，风尘吸张；奇花初胎，矞矞皇皇；干将发硎，有作其芒；天戴其苍，地履其黄；纵有千古，横有八荒；前途似海，来日方长。美哉，我少年中国，与天不老！壮哉，我中国少年，与国无疆！——摘自《少年中国说》

每个少年都怀揣无数梦想，然而大多数梦想都会随着慢慢长大而忘记，为什么长大后就会忘记呢？有梦想的现实才值得期待，有现实梦想才值得实现；梦想与现实，是最完美的结合。但在梦想与现实之间，总会有一段空间，若想通过它则需要我们付出一定的热诚与坚持。事实上，世界上没有什么空想家、幻想家，他们有的只是一个没有机会实践的梦而已。心中有了梦就不要忘了去奋斗，其实美好的梦想不会让你有飘飘欲仙的感觉，因为它时刻都在强迫你，要你向前、向前、再向前；美好的梦想没有月宫的恬静与清幽，有的只是智慧与勇气的针锋相对，初生牛犊与暮阳壮士的激情碰撞；它也没有先知们的颂歌，只有为人处世，上疏下通的条条经验之谈……残酷的现实，在夕阳下，才显出淡红而悲壮的美丽。生命本会因为梦想而美丽，更因有奋斗而精彩。

《奋斗——让生命与梦想接轨》一书，为中学生带去了成功的契机，让你们了解如何看待生命与梦想。成功没有捷径，只有不懈地奋斗。目标+计划+行动=灿烂的未来。奋斗吧！你们是托起中国明天的主力军。



第一章

奋斗搭起生命与梦想的桥梁

中学生是一个最能象征理想、追求、奋斗的青春形象，是一个人一生中最有生命力的时间，它无时无刻不洋溢着诗情梦想。可爱的中学时代，最令人神往！亲爱的中学生们，让生命因梦想而美丽，让灵魂因梦想而纯粹，让梦想在爱与希望中满足吧！奋斗是搭起生命与梦想的桥梁，让生命在奋斗中得到升华，梦想在奋斗中出现转机。

1. 人生需要不断地奋斗 / 002
2. 付出与收获成正比 / 006
3. 成长需要冒险的精神 / 010
4. 心动不如行动 / 014
5. 非专注无以作为 / 018
6. 欲望是梦想的发动机 / 022
7. 勇于追求，化空想为理想 / 025
8. 欲速则不达 / 028
9. 让想象为理想插上翅膀 / 031
10. 失败了重来 / 034



第二章

奋斗始于正确的自我认知

自我认知指对自己的心理过程与特征及其表现的认知，而现实感则指个人对自己同现实之间关系的认知。心理健康的中学生往往有较强的自我认知能力，他们能够正确地认识自己，自我评价恰当。在对现实的感知能力上，他们能够客观地认识现实，并根据对现实的认识来给自己作出恰当的人生发展定位，有与现实联系紧密的自我价值体系。中学生奋斗离不开正确的自我认识。

1. 责任心——自我认知的起点 / 040
2. 吾日三思而后省 / 044
3. 走自己的路，让别人说去 / 048
4. 调节不良情绪，减轻压力 / 052
5. 不要轻易否定自己 / 056
6. 学会规划自己的人生 / 060
7. 勇于突破自我，战胜自己 / 064
8. 时刻在学习中提升自我 / 067
9. 学会时刻分析自己 / 071
10. 换个角度看自己 / 075
11. 心态决定你的命运 / 079

第三章

寻找正确的奋斗目标

中学生所处的年龄阶段，正是青春发育阶段。青春期以前的儿童，通常把自己的父母看作是十全十美的，甚至是万能的权威。他们对父母是充分依赖、服从和尊敬的。再加上大多数中学生都是独生子女，家长的过度溺爱，使许多中学生没有理想，没有奋斗目标，生活极度空虚。他们从未想过自己该干什么、学习是为了什么。因为，没有明确的奋斗目标，不懂得替自己规划未来，所以缺乏斗志，不够勤奋。

1. 做个有志向的人 / 084
2. 理想，走向成功的开始 / 088
3. 没有最好的，只有适合自己的 / 092
4. 明确的目标为你扫除一切障碍 / 096
5. 没有做不到的，只有想不到 / 100
6. 成功就是实现了一个个小目标 / 103
7. 坚持到底才能胜利 / 107



第四章

在奋斗中所具备的综合素质

一个学生是否在各方面都保持优异，不单只看他（她）的学习成绩，更重要是看其综合素质。当前的国民教育已成功向素质教育迈进，通过素质教育而激发中学生强烈的进取心，鼓励他们奋发有为。

1. 乐观的心态是成功的一半 / 112
2. 宽容让天地变得宽阔 / 116
3. 自信是成功的基石 / 120
4. 比钉子还硬的意志力 / 124
5. 勇气，使你立于不败之地 / 128
6. 尊重他人，才能得到尊重 / 132
7. 嫉妒是扎在心灵上的一根刺 / 136
8. 用热情点燃生命 / 140
9. 孝敬父母要从点滴做起 / 144
10. 合作，在竞争中超越 / 149
11. 懂得感恩是莫大的幸福 / 153



第五章

属于中学生的健康之道

随着社会的发展，现在的中学生世面见得多了，知识面宽了，各种不良行为就开始暴露无遗。这实不属于中学生的健康之道。“我健康，我快乐，我大有作为”，这里的健康不仅仅指身体上的健康，如果行为上不健康，那么，奋斗就无从谈起。奋斗于健康之道，才会有美好的未来。

1. 精彩人生，身体健康是起点 / 158
2. 直面网络游戏，拒绝网瘾 / 162
3. 珍爱身心，远离烟酒 / 166
4. 早恋是一颗苦涩的青苹果 / 170
5. 勤俭的习惯可以受益一生 / 174
6. 热爱祖国，弘扬民族精神 / 178
7. 劳逸结合赢得双重收获 / 182
8. 远离犯罪，做文明中学生 / 186
9. 爱上运动，生命常青 / 190



第六章

“成功”，打响奋斗的终结战

成功，是人类的本能欲求，也是广大中学生孜孜追求的目标，老师的谆谆教诲，是为了你们的成功；家长的拳拳关爱，也是为了你们的成功；中学时代，是造就成功的黄金时代。可以说，只有学生时代的成功，才能打造你们辉煌的未来。然而，成功只属于那些勇于奋斗的人。

1. 成功青睐于敢于拼搏的狂者 / 194
2. 成功需要的是实干家而不是天才 / 198
3. 努力不一定成功，放弃一定失败 / 202
4. 你的潜力远远超过你的想象 / 206
5. 敢于向自己挑战 / 210
6. 大胆地创新，让成功更斑斓 / 214
7. 自强不息，成功之道 / 218
8. 挫折不可怕 / 222
9. 坐着不动永远没有机会 / 226
10. 做生活的强者，做自己的主人 / 230

第一章

奋斗搭起生命与梦想的桥梁

中学生是一个最能象征理想、追求、奋斗的青春形象，是一个人一生中最有生命力的时间，它无时无刻不洋溢着诗情梦想。可爱的中学时代，最令人神往！亲爱的中学生们，让生命因梦想而美丽，让灵魂因梦想而纯粹，让梦想在爱与希望中满足吧！奋斗是搭起生命与梦想的桥梁，让生命在奋斗中得到升华，梦想在奋斗中出现转机。





奋斗

——让生命与梦想接轨

1. 人生需要不断地奋斗

人应该怎样活着？对于这个不再新鲜的话题，许多仁人志士都曾经回答得十分洪亮和铿锵有力，并且他们的答案也是出奇的一致，那就是：奋斗。歌德说过这样一句话：“只有这样的人才配生活和自由，假如他每天为之而奋斗。”对于中学生来说，奋斗也是贯穿他们一生的事情，且不说是为了报效祖国之类的话，仅从自己有限的人生来讲，每个中学生就责无旁贷。中学生正拥有着蓬勃的青春，这好比拥有资源丰富的宝藏，只要努力开掘，就能发掘无数珍宝，相反只能拥有一片荒地。正如李大钊说：“青年之文明，奋斗之文明，也与境遇奋斗，与时代奋斗，与经验奋斗。故青年者，人生之玉，人生之春，人生之华也。”

人生就是奋斗

有人说：人生像诗，像画，像梦；有人说：人生像云、像雾、像风；也有人说：人生是信任、是理解、是忠诚……然而，人生更是探索、是进取、是奋斗。只有奋斗的人生才是真正的人生！

人生就是奋斗的过程，放眼望天下，哪一位成功人士没有一段艰苦奋斗的历史？哪一位人物不曾经历不堪回首的过去？每一幕，每一节无不在说明国家及民族的发展历史是众多阶层悄然的



奋斗史。

生活中的每个人都有自己的座右铭，有的写在纸上，有的铭刻在心中，而年轻人的座右铭应该是“永远在追求之中”，追求自己向往的理想——人生奋斗的目标。人生是有限的，如何顺利达到目标，仅仅依靠蛮干是行不通的，还得依靠一定的谋略。一个善于奋斗的人，往往把奋斗途径规划放在首位，有所选择则事半功倍，无所选择便事倍功半。其实，无论是咿咿呀呀学语，还是上学求知，无不留下了我们奋斗的足迹。生病的时候，我们得与疾病作斗争，健康的时候，我们得为生存、为前途奋斗。这是摆在我们每个人的面前无可回避的问题。

任何事业的兴盛，都是奋斗的结果。当前中学生的学习就是一种奋斗，为将来事业的兴盛奠定基础的奋斗。中学生要想取得成绩就必须努力奋斗，要有“读万卷书，行万里路”的奋斗思想。而成功与失败总是如影随行的，成功是在历经无数失败后才获得的。西谚也说：“年轻的本钱，就是有时间去失败第二次。”中学生拥有了人生最大本钱，有何理由不去奋斗呢？对中学生来说，人生才刚刚起步，而敢打敢拼才是最佳的选择。相反，如果一个人终日无所事事，不去奋斗，没有追求，就会停滞不前，而人类社会的长河总是滚滚向前，正所谓逆水行舟不进则退，不去奋斗的人势必会落后于时代，会遭到社会的淘汰。

“人生就是奋斗”，虽然不是每一个人都会成功，但只要努力奋斗过，不论成功与否，我们的人生就是无憾的人生。

敢于奋斗，更要善于奋斗

理想，是人才成长的灯塔；立志，是人才成长的阶梯；奋斗，是人才成长的道路。生命有着起点，奋斗有着开端；生命有着尽头，奋斗没有终点。劈开荆棘蒺藜，无视艰难险阻，永不停息，勇



奋斗

——让生命与梦想接轨

往直前！目标一旦确立，就应该为之奋斗不息，而不是知足常乐，知足在某种意义上就是止步不进，就是自甘落后。

作为一个敢于奋斗的人，首先要学会独立，不要任何事情都指望别人给你扶持和施舍，那是懦弱和无能的表现。吴言12岁的时候，第一次去9公里以外的一所中学读书。除去沿途崎岖不平的山路不说，仅这9公里的距离就让父母放心不下。因此父母准备送孩子去学校，可在临走前，70多岁的爷爷一脸严肃地说：“言言都这么大了，现在还不学会独立、自己奋斗，那他以后的人生路你们是不是也要替他走了？”吴言听了这句话非常气愤，于是一赌气就独自去了学校……随着吴言一天天长大，学校与家的距离也越来越远，他渐渐明白了爷爷的良苦用心。所以，不论背井离乡的日子多么艰辛，也不论学习多么困难，他都把爷爷说的“人生要自己去奋斗”铭记在心，直到最后成为村子里第四个大学生，在独立的天空恣意挥洒人生。

敢于奋斗的人绝不是死打硬闯。尽管人们平时讲奋斗需要一股拼劲，但有时候还得灵活变通。就像两只爬墙的蚂蚁，第一只选择了一堵坡度很大的墙面，结果它总是爬到一半的时候就掉下来，最终只能面对着墙自发遗憾了；而另一只蚂蚁则选择了一堵坡度较小的墙面，虽说离目的地有点远，却顺利爬了上去。现实生活也是一样，在选择自己奋斗方式时，要仔细分析自己的优势和劣势，根据自己的实际情况选择最佳的奋斗途径。

“人生就是奋斗”，这句话既带有总结，又带有激励。在漫长而又短暂的人生路上，不能懒散，不能随波逐流，必须永不停歇地奋勇前行。只要不断去拼搏，总有一天会成功的，即使没有达到理想的目标，你也是成功的。诗人汪国真曾说过：“也许你永远达不到那个目标，但因为这一路风风雨雨，使你的人生变得灿烂无比，变得充实无比。”因此，每个立志成才的人必须脚踏实地、一步一个脚印地艰苦奋斗。理想属于明天，现实属于今天，开辟一条到理想



境界的道路，要靠辛勤劳动、艰苦奋斗，是使事业获得成功的一条普遍规律。

“不经历风雨，怎能见彩虹”，这句歌词唱出了人生的真谛。作为一个敢于奋斗的人，还要学会迎接任何挫折和失败，并善于从失败中汲取教训继续前进，做到“吃一堑、长一智”。没有谁的一生会是一帆风顺的，每个人都难免会遇到一些暴风雨，这时就要学会在困难面前披荆斩棘，通过不断地磨炼，让自己变得愈加坚强。

感悟

中学生朋友们，青春属于你，激情属于你，你拥有明天，但是明天如此的短暂，短暂到百年弹指，人生如梦，过眼云烟，若要此生不虚度，何以？唯奋斗使然。人在少年时期，除了受父母的保护，师友的指导外，就得与寒暑奋斗，与疾病奋斗，若家境贫寒，就得与生活奋斗。不在于时间上的多少，只在于你付出多少激情。一分钟不算少，只要时刻保持激情的火焰，你的奋斗就得到了升华。奋斗永无止境！奋斗是所有中学生应有的品质！





2.付出与收获成正比

想成为一个高素质的中学生，绝不仅仅是知识和智能的较量，更多的则是意志和毅力的较量，没有吃苦的精神和能力，是不可能在激烈的竞争中获胜的。人们常说：“只管付出，不求回报；只讲奉献，不讲报酬。”这句话其实是一种对人性心理错误的说法。事实上，只要你付出了，就一定期望能得到相应的回报，在生活中，与父母的亲密无间、与同学的推心置腹、与老师的信任默契等都是相互付出换来的。虽说付出是艰辛的、耕耘是苦楚的，而收获与成功却是喜悦的。假如没有艰辛的付出，怎么能有收获的喜悦呢？只有付出，才能感受到成功的喜悦。

只要你勤于付出，总会有回报

“舍得舍得，有舍才有得。”任何一份努力，都会在日后得到收获。得到与付出之间有一架精确的天平，付出什么就会得到什么，种下什么，就会收获什么。付出汗水，当然就会获得丰收。天上不会掉馅饼，如果你不付出就永远得不到回报。特别是处于21世纪经济发展的今天，吝啬于付出的人，是不可能掌握更多的知识与技能的。

漫长的人生历程，你永远不知道等待你的下一站是什么样子。