



“读·品·悟”
小学生成长必读系列

你是一个受同学欢迎的小伙伴吗？你是不是像哈利·波特一样有正义感？课堂上你总能全神贯注地听老师讲课吗？爸爸妈妈会听取你的建议吗？这与你是否拥有健康人格有重大关系哦。



● 总主编：滕刚
● 本册主编：石庆滨

让小学生 养成健康人格的 100个故事

健康人格，
让你成为小伙伴中的魅力之星

我们既要有健壮的体魄，也要有健康的人格，这样才是最棒的孩子。我们乐观自信，心胸开放；我们懂得分享，眼界开阔；我们独立而不孤独，活跃而有创造力……有了这些健康的人格，我们就能充分发挥潜能，张扬个性，快乐学习，开心生活。



九州出版社
JIUZHOU PRESS



“读·品·悟”小学生成长必读系列

让小学生养成健康人格的 100个故事

总主编：滕刚

本册主编：石庆滨



九州出版社
JIUZHOU PRESS

图书在版编目(CIP)数据

让小学生养成健康人格的 100 个故事/石庆滨主编.

-北京:九州出版社, 2008.6

(“读·品·悟”小学生成长必读系列/滕刚主编)

ISBN 978-7-80195-876-1

I. 让... II. 石... III. 故事—作品集—世界 IV. I14

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2008) 第 068903 号

让小学生养成健康人格的 100 个故事

作 者 石庆滨 主编
出版发行 九州出版社
出 版 人 徐尚定
地 址 北京市西城区阜外大街甲 35 号(100037)
发行电话 (010)68992190/2/3/5/6
网 址 www.jiuzhoupress.com
电子信箱 jiuzhou@jiuzhoupress.com
印 刷 北京市德美印刷厂
开 本 720 × 980 毫米 1/16 开
印 张 13.25
字 数 184 千字
版 次 2008 年 9 月第 1 版
印 次 2008 年 9 月第 1 版 第 1 次印刷
书 号 ISBN 978-7-80195-876-1/I·448
定 价 19.80 元

★ 版权所有 侵权必究 ★

敬 启



本书的编选,参阅了一些报刊和著述。由于联系上的困难,部分入选文章的作者(或译者)未能取得联系,谨致深深的歉意。敬请原作者(或译者)见到本书后,及时与我们联系,以便我们按国家有关规定支付稿酬并赠送样书。

联系人:韩文亮

地址:北京市海淀区学清路38号金码大厦B座1003室

邮编:100083

联系电话:010-82838256(办)





目录

让小学生养成健康人格的100个故事

第一辑 放大你的优点

每个人都是不完美的，然而为什么有人自信有人自卑？那是因为自卑的人，只看着自己的缺陷捶胸顿足，却没有看到自己的优点。

把优点放大，人就会在对拥有的感激之中，充满自信，从而更加积极地去发挥自身的作用，提升自己的能力，并发掘出更多的优点。

缺点是个营养不良的优点	002
抢来的果子	003
自卑是为了正确认识自己	005
卑微的力量	007
克服自负	009
我会输给好多人	010
位置	011
放大你的优点	013
个性有价	015
自卑的原因	016

第二辑 给别人一把开启心灵的钥匙

当别人需要帮助时，请把你的手伸出去。

力所能及的帮助是一把能够开启心灵的钥匙，它



目录

让小学生养成健康人格的100个故事

融化了别人的冷漠,也打开了你自己的心门,让人与人之间充满了信任和温馨,让你的善良和爱心得到发挥,体会到帮助别人的快乐和骄傲,并赢得良好的人缘。

石匠	020
让自己找到自己	022
你与之交往的人就是你的未来	024
我不是向左睡的人	026
街头画像	027
不同的钓鱼人	029
为了节省一点儿灯烛钱	030
莫泊桑闹出的一场笑话	032
心灵的碰撞有回声	034
给别人一把钥匙	035

第三辑 自强自立驾驭生命之舟

不是所有的父母都能为孩子创造一个富裕的成长环境,可是贫穷并不是自暴自弃、怨天尤人的理由,连一点苦都吃不了的孩子,又怎能独自面对以后人生的风雨?

古往今来,凡有大成就者,大都是从小就吃了很多的苦,却自强自立,奋力摆脱命运的阴影,走上阳光大道,开创了自己光辉灿烂的人生。

自强自立的白云苹	040
棒球小孩的故事	042
丑陋不是真的丑陋而是自卑	043
第三块砖	045
高手	046

韩红靠自信红起来	048
不负	050
一元钱的故事	052
只坐一个座位	055



目 录

第四辑 心胸开阔才是做人的根本

一个心胸狭窄的人,心中装不下一点仇恨,在疏远别人的同时却忘了自己受到的折磨更多。

心胸开阔的人,成熟宽容,如海纳百川般包容了别人的幼稚和卑劣,不斤斤计较,而是把更多的精力放在学习别人的优点上,让自己变得更加优秀。这样的人永远是最受欢迎的。

获益终生	058
一次诱惑的考验	060
站直喽	062
诚信试验	064
心胸开阔才是做人的根本	065
生气的骆驼	067
心态	068
多疑	069
换一种态度去对待	072
牧羊人、马和房子	073



让小学生养成健康人格的100个故事



目录

让小学生养成健康人格的100个故事

第五辑 每个人都是自己的英雄

当危难来临时,胆小懦弱的人也许只懂得害怕、哭泣和等待别人的援手,而不知道如何主动解决面前的困难。

而那些具有健康人格的孩子,虽然也会害怕,但是他们会马上调整心态,坚强、机智地自救和求助。因为他们知道,唯有鼓起勇气主动出击,才能化解危机,渡过难关;也唯有做自己的英雄,做一个有责任心的、勇敢的人,才能体现个人的价值。

扫阳光的孩子	078
当焦虑成为习惯	079
微笑能让枯木逢春	081
我的麦子熟了	083
自己开门	085
你至少领导着你自己	086
每个人都是自己的英雄	088
我只是努力去改变自己	091
6年,经历一次重生	093
不要小看自己	095

第六辑 梦想的高度决定成就

心态决定梦想的大小,而梦想的大小决定成就的高低。当一个人把自己看得过于渺小,自己看轻自己,只懂得抱怨命运的不公,那么即使有梦想,也只是一个梦而已,一生也无法触摸。

当你相信自己能够通过努力得到想要的东西,从一开始怀着远大的梦想,为自己定一个比较高的目标,一步步奋斗向前,所取得的成就自然也非常可观。



目录

两个盲人的对话	098
永争第一	100
蚂蚁的哲学	102
人是不可能被注定的	103
让我试试	105
太阳的背后不是光	107
有一条比地心引力更伟大的定律	108
班公湖边的鹰	110
梦想的高度	112
最大最重的门	114

第七辑 永远不要低三下四

不管是家徒四壁的穷人,还是挥金如土的富人,人格上的尊严都是不容侵犯的。光芒四射的名人,普普通通的老百姓,都拥有受到尊重的权利。

低三下四的表现就是把自己的尊严给丢了,这样还怎么能要求别人尊重你?没有人会看不起你,除非你先把自己看低了。

“人格”的故事	118
乞丐的衣衫	120
三个乞丐的故事	121
军犬黑子	123
永远不要低三下四	126
总有一种渺小不容蔑视	128



目 录

让小学生养成健康人格的100个故事

请你记得歌唱	130
父亲的微笑	132
外婆的哲理	134
女王敲门	136

第八辑 学会欣赏别人

如果你看见一个人在寒冷的冬天跳进冰冷的河里游泳,请别露出讥笑的表情,因为那个人十分热爱生活 and 生命,才会这样的季节仍然坚持锻炼身体。

欣赏别人,那是一种友爱、真诚、懂得尊重别人的表现。唯有学会欣赏别人,才能学会尊重别人,也才能在别人的感激里,为自己赢得别人的友谊和尊重。

学会欣赏别人	140
最傻的人成功了	141
荡起的铁球	143
经验教训缺一不可	144
这也会过去	146
计划不如实践	148
渔夫织网	149
倾斜的手掌也能飞翔	151
不做“穷人”	153
坚持	155

第九辑 把失败写在背面

一个没有失败的人生是不完整的,因为你不能得到失败的磨炼,因而不会珍惜成功的来之不易。失败

不是意味着你所付出的努力全都付诸东流了,而是为你累积了获取成功的经验。

失败常常以成功使者的身份来到你面前,如果你不能接受它,你也不会有获得成功的机会。



目录

一个商人的第一笔交易	158
把失败写在背面	160
用耐心抵达彼岸	162
成全善良	164
“穷人老爹”的爱心传奇	166
只是一个普通人	168
你可以拥抱我吗	171
100 美元的故事	173
用拥抱回报拥抱	175
可爱的小金鱼	178

第十辑 厄运打不垮信念

厄运来临的时候,眼睁睁地看着唾手可得的成功被夺走,就像暴风雨摧残了即将丰收的稻田,那种痛苦不是所有人都能坦然面对的。

脆弱的人从此畏缩不前,被厄运彻底地摧毁了;而那些坚强的人则重新收拾残局,在跌倒处站起来,继续坚持自己的信念,以一颗顽强拼搏的心,获得人生的丰收。

厄运打不垮信念	182
用心看到	184
窗外	185
人生的柠檬	187
种花的邮差	189



目录

让小学生养成健康人格的200个故事

快乐的味道	190
一朵百合的命运	192
独木桥	194
老实人与聪明人	196





第一辑

放大你的优点

让小学生养成健康人格的 100 个故事

每个人都是不完美的，然而为什么有人自信有人自卑？那是因为自卑的人，只看着自己的缺陷捶胸顿足，却没有看到自己的优点。

把优点放大，人就会在对拥有的感激之中，充满自信，从而更加积极地去发挥自身的作用，提升自己的能力，并发掘出更多的优点。





缺点是个营养不良的优点



所谓的缺点，至多不过是个营养不良的优点。如果你是位战士，胆小显然是缺点；如果你是位司机，胆小肯定是优点。

有个少年认为自己最大的缺点是胆小，为此他很自卑，没有朋友，常常觉得自己的前途没有一点儿希望。

一天，少年鼓起勇气去看心理医生。医生听了他结结巴巴的诉说后，握住他的手，笑着说：“这怎么是缺点呢？分明是个优点嘛！你只不过是谨慎罢了，而谨慎的人总是很可靠，很少出乱子的。”少年听到心理医生这么说，就有些疑惑了：“那么，勇敢反倒成为缺点了？”医生摇摇头：“不，谨慎是优点，而勇敢是另外一种优点。只不过平时人们更重视勇敢这种优点罢了，就好像白银与黄金相比，人们更注重黄金。”

少年听后内心颇为宽慰，眉头有些舒展。

医生又问少年：“你喜欢啰唆的人吗？”少年说：“不喜欢。”医生说：“但是你若看过巴尔扎克的小说，就会发现这位伟大的作家很啰唆，他常为一间屋子、一个小景色，婆婆妈妈地讲个不休。但是若剔除了这些，那就不是巴尔扎克的小说了，你能说那一定是巴尔扎克的缺点吗？”

少年笑了。

医生又问：“你讨厌酒鬼吗？”少年说：“当然。”医生说：“李白难道不是酒鬼吗？”少年打断了医生的话：“不是！他和陶渊明一样，是爱喝

酒的诗人,‘李白斗酒诗百篇’呢!”医生鼓掌笑道:“对!我赞同你的观点,你的意思是说——缺点在不同的人身上,会呈现不同的色彩:有的酒鬼,仅仅是个酒鬼,而李白则是一个栖身于酒中的诗仙。”

医生接着说:“所谓的缺点,至多不过是个营养不良的优点。如果你是位战士,胆小显然是缺点;如果你是位司机,胆小肯定是优点。你与其想办法克服胆小,还不如想办法增长自己的学识、才干,当你拥有较多见识、较宽阔视野的时候,即使你想做个懦夫,也很困难了。”

(一叶飘零)



事物都有两面性,缺点有时候从另一个角度来看,或许就是另一种优点。世上没有完美的人,只有不断完善自我的人。认识你自己,欠缺的补充,不足的改进,良好的继续发扬,虚心地学习以求进步,你就能突破自己,让缺点变成营养充足的优点。



抢来的果子



每个人都有自己的优势,每个人都有自己的长处和特点。为什么不发挥出自身的潜能和优势使自己更加完美、更加优秀呢?

星期天我来到了图书馆,在安静的环境里可以静下心来读书、看报。图书馆里有 200 多种报纸,我拿了两种报纸坐到一个空位子上看了起来。报纸非常幽默风趣,我忍不住笑出了声。对面一个 40 多岁的



女人抬起头来狠狠地瞪了我一眼，对我怒目而视，我伸了伸舌头，埋下头来继续看报纸。她又盯着我和报纸看了几眼，然后忽然站起来，伸手来抢我桌子上的另一份报纸，我问她：“你想干什么呀？”她凶巴巴地大声对我喊：“我要看这份报纸，你怎么一人霸占着两种？你只能看一种，我就要看你这另外一种。”“可是架子上还有 200 多种报纸供你选择呀！为什么要抢我的呢？”我对她说。我开始打量她，她长得瘦瘦的，眼睛陷了进去，好像睡眠不足的样子，用凶狠的目光盯着我，又开始大声地对着我喊叫起来，好像是故意要和我吵架。从中学开始我就有星期天来图书馆看书的习惯，还从没遇到过这种事情。我平静了一下，问她：“你真的想看这份报纸，是吗？”“对，我就要看你手里的报纸。”她凶巴巴地说。“那好，你拿去看吧。我可以再选择其他的报纸来看的，因为架子上还有 200 多种报纸。”我盯着她的眼睛说，“我想我是来看报纸的，不是来和你吵架的。我不想破坏这里的气氛，这样会影响别人看报。如果你要，你就拿去吧！”她抢下了报纸，重重地坐在座位上，恨恨地说了一句：“我就要你手中的报纸！”

“我就要你手中的报纸！”

这句话听起来很耳熟。我忽然想起在幼儿园时，午饭后，老师拿来一大盆的苹果，让小朋友排着队去挑一只苹果来吃。我们班只有 12 个人，可是那盆里至少有 20 多只苹果，每次轮到我时，我会选一只自己喜欢的苹果。记得有一次，选完苹果后，一个 4 岁的小朋友看着我手中的苹果对老师说：“老师，她的苹果比我的好，我就要她手中的苹果！”我想到此，禁不住笑了起来。眼前这个 40 多岁的女人和我儿时的 4 岁的小朋友在做同一件事，一个抢别人手中的报纸，另一个抢别人手中的苹果。

无论是苹果还是报纸，他们都认为别人手中的就是比自己手里的好。生活中有很多人都把抢夺当成一种嗜好，大到抢夺别人的幸福、别人的劳动成果，小到抢夺别人手里的东西，争争抢抢，费神累心，似乎只有抢来的才是最好的。其实，每个人都有自己的优势，每个人都有自己的长处和特点，为什么不发挥出自身的潜能和优势使自己更加完美、更加优秀呢？抢别人的东西未必真正适合你，也未必是你自己真正

想要的,如此下去你会真正得到快乐吗?付出自己的劳动和努力摘到的果子,才是自己真正想要的果子。

(李剑红)



有时候,我们总觉得别人的东西比自己的好,那是因为我们对自己没有一个清晰的认识。尺有所短,寸有所长。每一个人都都有长处和短处,我们没有必要妒忌别人的成就,而应该看看自己的长处,发挥自己的优势,尽量去改进不足的地方,让自己更加优秀。

自卑是为了正确认识自己



自卑,其实是一种美德,可以让自己更奋进,可以看到自己的不足,然后不断地寻找自己的突破点,找到长处。

那天看中央电视台《人生采访》年底大戏《温暖 2003》,被大导演许鞍华打动。

我想象的许鞍华是一个叱咤风云的女子,一个领导香港电影新浪潮的大导演能不是这样的女子吗?

但她走上台来,先是羞涩地笑,再是孩子气地说自己胖,新年的愿望是减肥,一点儿不像 55 岁的女人。那种孩子似的可爱和单纯,不能想象她居然拍了那么多好电影。

