



“读·品·悟”中学生成长励志系列

第二辑

提升 中学生情商的 128个故事

未来的世界：方向比努力重要，能力
比知识重要，健康比成绩重要，水平
比文凭重要，情商比智商重要。

——清华大学原校长顾秉林

总主编：高长梅

本册主编：于松



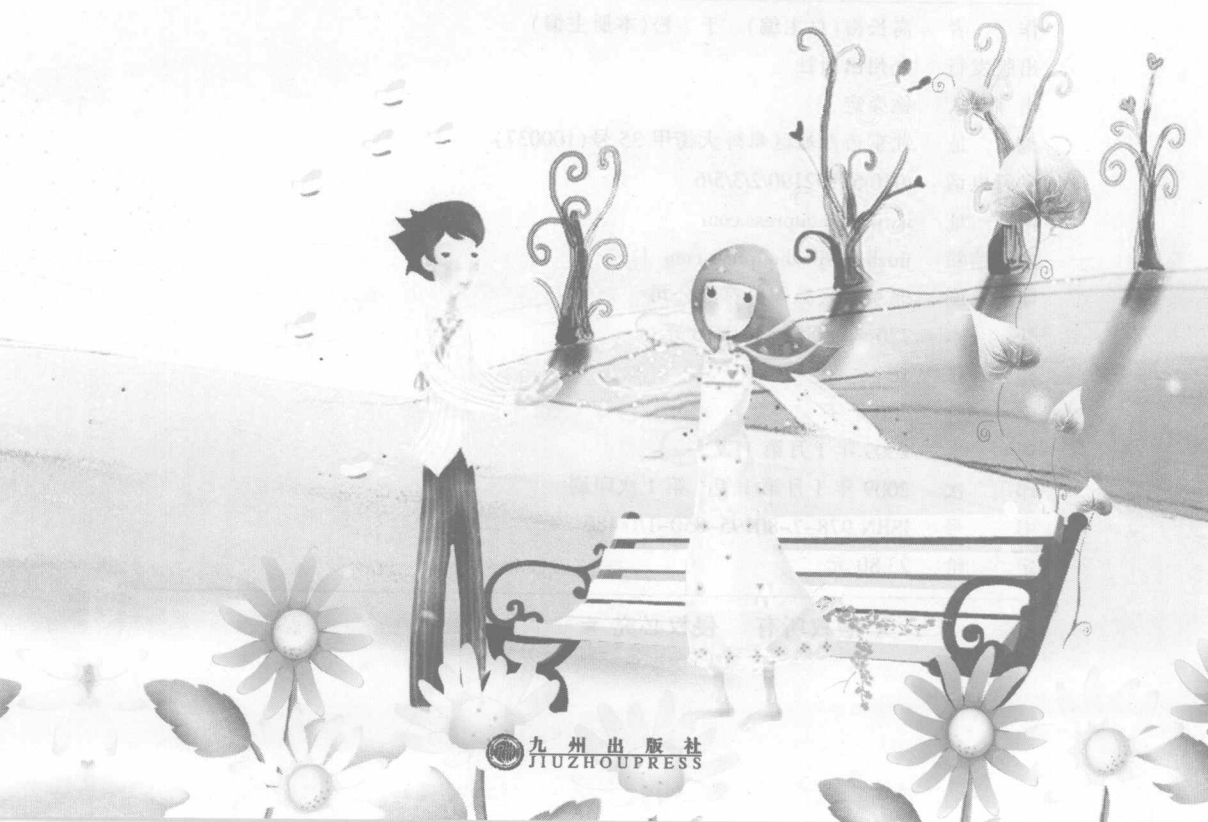
九州出版社
JIUZHOU PRESS

“读·品·悟”中学生成长励志系列

第二辑

提升 中学生情商的 128个故事

总主编：高长梅
本册主编：于松



九州出版社
JIUZHOU PRESS

图书在版编目(CIP)数据

提升中学生情商的 128 个故事/于松主编. —北京:九州出版社, 2009.1

(“读·品·悟”中学生成长励志系列. 第 2 辑)

ISBN 978-7-80195-850-1

I. 提... II. 于... III. 故事—作品集—世界 IV. I14

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2008) 第 208706 号

提升中学生情商的 128 个故事

作 者 高长梅(总主编) 于 松(本册主编)
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 北京振兴源印务有限公司
开 本 720 × 980 毫米 1/16 开
印 张 16
字 数 230 千字
版 次 2009 年 1 月第 1 版
印 次 2009 年 1 月第 1 版 第 1 次印刷
书 号 ISBN 978-7-80195-850-1/I·486
定 价 23.80 元

★ 版权所有 侵权必究 ★



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。

同时,提请广大读者注意的是,本书题名中“128 个故事”只是概数,实际故事数量并不以此为限,特此声明。

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:010-82837995(办)

感动心灵的阅读盛宴 激励一生的入文经典



“读·品·悟”系列图书

让好书陪伴孩子轻松学习,个性张扬,快乐忘我,自由释放,健康成长

◎ 倾注爱心与智慧的阅读精品

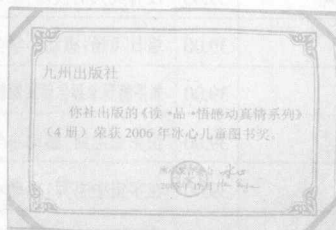
好的阅读书必须符合“学生受益,老师喜爱,家长放心”的原则。“读·品·悟”系列图书是我社奉献给当代中小学生的一道道阅读盛宴。我们在广泛征求中小学师生意见的基础上精心编选而成,是提高中小学生阅读和写作水平的首选读本,是亲子阅读的最佳选择,也是中小学老师语文教学的好帮手。

◎ 荣获冰心儿童图书奖3项大奖

好书不但要畅销,更要经得起社会的检验。“读·品·悟”系列图书以为读者创造最大阅读价值为己任,每册书的每个环节都是匠心独运,倾注着编撰者的智慧和心血。曾经的努力,赢得了相应的声誉,本系列图书接连荣获冰心儿童图书奖3项大奖。



“读·品·悟”感动亲情系列



“读·品·悟”感动真情系列



“读·品·悟”感动系列中学部分

◎ 老师、家长、学生佳评如潮

好书是得到读者广泛的认可,能够畅销的图书精品。“读·品·悟”系列图书自面世以来,以其内在的高品质赢得了社会各界的广泛赞誉,“读·品·悟”感动系列长期荣登《新京报》图书排行榜,并被《中华读书报》誉为“最有耐力的畅销常销书”,社会佳评如潮。

大师谈人生书系(5册)		快乐迪尼斯:感动小学生的 100 篇童话	14.80
书 名	定价	在宇宙中书写:感动小学生的 100 篇科幻	14.00
人为什么活着:全球 139 位大师的答案	38.00	“读·品·悟” 感动系列之小学部分第二辑(9册)	
幸福是什么:全球 155 位大师谈幸福	38.00		
爱情是什么:全球 136 位大师谈爱情	38.00	书 名	定价
婚姻是什么:全球 122 位大师谈婚姻	38.00	点亮心中那盏灯:感动小学生的 100 个故事(2)	18.00
受益一生的人生智慧书	38.00	猫和老鼠做朋友:感动小学生的 100 篇童话(2)	22.80
“读·品·悟” 小学生必读智慧故事书系(4册)		雪地上的小画家:感动小学生的 150 首童谣	17.80
		小蝌蚪想回家:感动小学生的 100 首儿童诗	18.30
书 名	定价	春天的舞会:感动小学生的 150 篇散文	22.30
小学生一定要知道的 200 个神话故事	19.20	生命的亲吻:感动小学生的 100 篇儿童小说	17.80
小学生一定要知道的 200 个寓言故事	19.60	如果感到幸福你就跺跺脚:感动小学生的 100 篇哲理散文	24.60
小学生一定要知道的 200 个典故故事	19.80		
小学生一定要知道的 200 个成语故事	19.60	踏步孩提时:感动小学生的 100 个趣味故事	22.60
“读·品·悟” 感动小学生全集书系(7册)		门外有敲门声:感动小学生的 100 个奇幻故事	20.80
		“读·品·悟” 感动系列精华版·小学部分(7册)	
书 名	定价		
感动小学生散文全集:春天的舞会	39.00	书 名	定价
感动小学生故事全集:没有大人的夜晚	39.00	没有大人的夜晚:感动小学生的 100 个故事(精华版)	19.90
感动小学生人物全集:旭日飞扬	39.00	旭日飞扬:感动小学生的 100 个人物(精华版)	19.90
感动小学生童话全集:快乐迪尼斯	39.00	如果感到幸福你就跺跺脚:感动小学生的 100 篇散文(精华版)	19.90
感动小学生科幻全集:在宇宙中书写	39.00	快乐迪尼斯:感动小学生的 100 篇童话(精华版)	19.90
感动小学生寓言全集:美味香口胶	39.00	在宇宙中书写:感动小学生的 100 篇科幻(精华版)	19.90
感动小学生微型小说全集:没有上锁的门	39.00	美味香口胶:感动小学生的 100 篇寓言(精华版)	19.90
“读·品·悟” 感动系列之小学部分第一辑(5册)		生命的亲吻:感动小学生的 100 篇微型小说(精华版)	19.90
		“读·品·悟” 小学生成长必读系列第一辑(9册)	
书 名	定价		
没有大人的夜晚:感动小学生的 100 个故事	14.20	书 名	定价
美味香口胶:感动小学生的 100 篇寓言	14.90	让小学生学会做人的 100 个故事	19.80
旭日飞扬:感动小学生的 100 个人物	14.00	让小学生保持阳光心态的 100 个故事	19.80

培养小学生 好品德 的 100 个故事	19.80	中学生一定要知道的 100 个 宋词名句	20.00
让小学生 理解父母 的 100 个故事	19.80	中学生一定要知道的 100 个 古文名句	20.00
让小学生 热爱学习 的 100 个故事	19.80	中学生一定要知道的 100 个 古诗名句	20.00
让小学生 学会与人沟通 的 100 个故事	19.80	冰心儿童图书奖获奖书系: “读·品·悟”感动系列之中学部分第一辑(7 册)	
改变小学生一生的 100 个故事	19.80		
让小学生 学会生活 的 100 个故事	19.80	书 名	定价
让小学生 养成健康人格 的 100 个故事	19.80	心灵的颤音;感动中学生的 100 篇微型小说	22.80
“读·品·悟” 小学生成长必读系列第二辑(9 册)		阳光的味道;感动中学生的 100 篇散文	20.80
		一棵开花的树;感动中学生的 100 首诗歌	17.80
书 名	定价	书梦的灯;感动中学生的 100 个故事	17.60
小学生 学会正面思维 的 100 个故事	19.80	心灵的影带;感动中学生的 100 部电影	18.60
小学生 学会调适自我情绪 的 100 个故事	19.80	风中的呐喊;感动中学生的 100 篇杂文	18.60
培养小学生 情商 的 100 个故事	19.80	生命的强音;感动中学生的 100 个人物	17.60
培养小学生 财商 的 100 个故事	19.80	“读·品·悟” 感动系列之中学部分第二辑(9 册)	
小学生 增强自信心 的 100 个故事	19.80		
小学生 养成好习惯 的 100 个故事	19.80	书 名	定价
培养小学生 责任感 的 100 个故事	19.80	生命的五个恩赐;感动中学生的 100 篇微型小说(2)	23.80
培养小学生 抗挫能力 的 100 个故事	19.80	智者的慧语;感动中学生的 100 篇哲理散文	21.80
小学生 学会做人做事 的 100 个故事	19.80	飞扬的梦想;感动中学生的 100 篇青春小说	22.80
“读·品·悟” 感动中学生全集书系(4 册)		开在哪儿都是玫瑰;感动中学生的 100 篇散文(2)	21.80
		轻风的月夜;感动中学生的 100 个传奇故事	20.80
书 名	定价	最真实的倾诉;感动中学生的 100 封书信	24.80
感动中学生故事全集;书梦的灯	39.00	把灵魂的耳朵叫醒;感动中学生的 100 个故事(2)	23.60
感动中学生人物全集;生命的强音	39.00	给青春写一封情书;感动中学生的 100 个青春故事	22.80
感动中学生散文全集;阳光的味道	39.00	雨后的彩虹;感动中学生的 100 个励志小品	20.80
感动中学生微型小说全集;心灵的颤音	39.00	“读·品·悟” 感动系列精华版·中学部分(5 册)	
“读·品·悟” 中学生必知智慧书系(4 册)			
书 名	定价	书 名	定价
书 名	定价	书梦的灯;感动中学生的 100 个故事(精华版)	23.80
中学生一定要知道的 100 个 唐诗名句	20.00	生命的强音;感动中学生的 100 个人物(精华版)	23.80

阳光的味道:感动中学生的 100 篇散文(精华版)	23.80	青少年受益一生的名人 金钱哲学	22.80
风中的呐喊:感动中学生的 100 篇杂文(精华版)	23.80	青少年受益一生的名人 心态感悟	22.80
心灵的颤音:感动中学生的 100 篇微型小说(精华版)	23.80	青少年受益一生的名人 处世学问	22.80
冰心儿童图书奖获奖书系: “读·品·悟”感动真情系列(4 册)		“读·品·悟” 中学生成长励志系列第一辑(9 册)	
书 名	定价	书 名	定价
剪不断的师生情:感动小學生的 100 个老师	22.80	让中学生 学会做人的 128 个故事	23.80
有一种感戴叫师恩:感动中学生的 100 个老师	20.60	让中学生 热爱学习的 128 个故事	23.80
扛不起的乡情:感动中学生的 100 个家乡	23.80	让中学生 学会与人沟通的 128 个故事	23.80
一生无法绕过的乡情:感动小學生的 100 个家乡	21.40	让中学生 学会生活的 128 个故事	23.80
冰心儿童图书奖获奖书系: “读·品·悟”感动亲情系列(8 册)		让中学生 保持阳光心态的 128 个故事	23.80
		让中学生 理解父母的 128 个故事	23.80
书 名	定价	让中学生 养成好品德的 128 个故事	23.80
把爱传下去:感动小學生的 100 个长辈	22.60	让中学生 养成健康人格的 128 个故事	23.80
记着有人在爱你:感动中学生的 100 个长辈	21.80	改变中学生一生的 128 个故事	23.80
圣诞节的巡逻兵:感动小學生的 100 个兄弟姐妹	22.00	“读·品·悟” 中学生成长励志系列第二辑(9 册)	
岁月深处有一支歌:感动中学生的 100 个兄弟姐妹	24.60		
化在掌心的糖:感动中学生的 100 个母亲	24.60	书 名	定价
温暖我一生的冰灯:感动中学生的 100 个父亲	25.20	中学生 学会正面思维的 128 个故事	23.80
和天使一起成长:感动小學生的 100 个母亲	24.00	中学生 学会调适自我情绪的 128 个故事	23.80
守候雨季的大伞:感动小學生的 100 个父亲	24.80	提升中学生 情商的 128 个故事	23.80
“读·品·悟” 青少年受益一生的励志书系(8 册)		提升中学生 财商的 128 个故事	23.80
		中学生 增强自信心的 128 个故事	23.80
		中学生 养成好习惯的 128 个故事	23.80
青少年受益一生的名人 沟通艺术	23.00	中学生 学会负责的 128 个故事	23.80
青少年受益一生的名人 成功心得	23.00	中学生 学会做人处世的 128 个故事	23.80
青少年受益一生的名人 交友之道	22.00	提高中学生 抗挫能力的 128 个故事	23.80
青少年受益一生的名人 做人智慧	22.00	青少年奥运读本	
青少年受益一生的名人 读书经验	22.80	青少年一定要知道的奥运全集	38.00



目录

第 1 辑 >>>> 画出自己的风景

兔子羡慕刺猬浑身带刺,模仿着在自己的身上扎下了很多牙签。疼得它呀!可是,为了让自己像刺猬一样酷,它坚强地忍着。为了不让别的兔子知道它变酷的秘密,它还偷偷地把全部的牙签独占了,扎来扎去,皮肤就发炎、溃烂了,最终无药可救,死掉了。

学会清醒地认识自己,无论别人的风景有多迷人,都坚决不去画别人的风景,美好的境界自然就成了。

- 留一只眼睛 >>002 “吃到葡萄”才是本事 >>003 人家的眼睛 >>005
- 成功就是一片浩瀚的大海 >>007 自卑也是一种力量 >>009
- 会有人欣赏你 >>011 元帅的马 >>012 你以为你是谁 >>014
- 哪怕只是一枚硬币 >>016 修建好人生的码头 >>018
- 只看所有的,不看没有的 >>020



第 2 辑 >>>> 你必有一样拿得出手

2001年5月20日,美国一位名叫乔治·赫伯特的推销员,成功地把一把斧子推销给了小布什总统。布鲁金斯学会得知这一消息,把刻有“最伟大推销员”的一只金靴子赠予了他。而此时,金靴子奖已经空置了26年了。事后,乔治·赫伯特在接受采访时说:“我相信,我的斧子是最能拿得出手的斧子,它值得总统先生去拥有。”

生活中,不是因为有些事情难以做到,我们才失去自信;而是因为我们失去了自信,有些事情才显得难以做到。

自信的价值 >>024 跳出心理怪圈 >>026 心中的圣人 >>027
有一个人可以帮你 >>029 只录取一个人 >>031 原来门是虚掩的 >>033
自信铺平成功之路 >>034 幸福是个哑巴 >>036 成功的前提 >>038
你必有一样拿得出手 >>040

第 3 辑 >>>> 贝克汉姆的“秘密武器”

一次,在贝克汉姆的家里,记者采访他的父亲泰迪,他讲了贝克汉姆少年时练球的经历,并且搬出了他的“秘密武器”这一老问题,老泰迪带着记者到他家的庄园里,指着远处一棵大树上挂着的一只破旧的轮胎说:“瞧,看到了吗?那就是他们说的‘秘密武器’。他把那个轮胎当成球门,一天天一年年地从不同的角度不同的距离向那个孔里面不停地踢,不停地射,如此而已。”

真没想到答案竟是如此匪夷所思,那么一只破旧不堪的破轮胎竟然成就了一个非凡的足球天才。这就是坚持的力量!



- 贝克汉姆的“秘密武器” >>044 失败的对面是成功 >>046
坚持下去，一次成功就够了 >>047 建好最后一座房子 >>049
有了梦想就去做 >>050 持续地敲门 >>053 成功的奥秘 >>055
抓住人生的篮板球 >>056 敲门恐惧症 >>058

第 4 辑 >>>> 逆风挺立的赫勒福德牛

冬天来了，暴风雪席卷着牛群。大多数牛对着彻骨的寒风，互相靠着，挤作一团，僵硬而无助地抵御自然的暴怒。牛群慢慢被大雪盖住，最后统统死掉。但是，有一种赫勒福德牛，反应就完全不同，这些牛逆风挺立，并着肩，低着头，抵御暴风雪的袭击，它们都活得好好的。

环境不会控制你的命运，只有你自己应对生活的态度和表现，才能够决定你的成功和失败。成功者往往都是从这种不断的磨砺中、无尽的苦寒中走出来的。

- 逆风挺立的赫勒福德牛 >>062 决不回头 >>063 生命的立起 >>065
从不好吃的草吃起 >>066 忍耐的过程 >>068 最珍贵的赠品 >>070
世贸中心废墟中的英雄 >>072 不学是为了学最大的本事 >>074
舍弃的智慧 >>076 《泰坦尼克号》诞生记 >>079
一个欧洲打工仔的王朝 >>082 不要夸大逆境 >>083



第 5 辑 >>>> 喜欢你已拥有的

心理学家史米利说：“小时候我非常喜欢我的舅妈，每当我烦恼时，舅妈总是用‘尽管……但是……’这样的句式开导我。让我意识到，不开心的事情总是有补偿的。每一次，她总能让我从沮丧中解脱出来，甚至让我快乐起来。”

没错，生活总是会呈现给我们无数个可以套用“尽管……但是……”句式的境况，凡事从好处想，开朗乐观，就会看到希望，有了希望才能增添我们生活的勇气和力量。

杰里的情商 >>088 “尽管……但是……”解忧书 >>089

两根绳子的不同用途 >>091 花不是玫瑰的全部 >>092

有阳光就够了 >>095 驾驭失败 >>096 巴顿将军的头盔 >>098

把成功写在脸上 >>100 重要的是心境 >>102

光和影的游戏 >>103 你愿意照顾她吗 >>106 喜欢你已拥有的 >>107

拿下面具的圣诞节 >>109

第 6 辑 >>>> 机遇青睐有准备的人

她，大学毕业，却找不到工作。应聘到电视台做短工，在制作节目时，制作人突然大发雷霆，甩手走人。几十个工作人员愣在那儿不知所措。3秒钟后，她拿起制作人丢下的耳机和麦克风。那一刻，她对自己说：“证明自己的时候到了！”几年后，她成了三度获得金钟奖的王牌制作人，一手制作了偶像剧《流星花园》，被称为台湾偶像剧之母。

回首往事，柴智屏说：机会只有3秒，就是在别人丢下耳机和麦克风的时候，你能捡起它。



- 马克·吐温教你求职>>112 人生的圆圈>>114 漂起来的石头>>115
你准备好了吗>>117 画鸟的猎人>>119 机遇善待有心人>>121
机会只青睐有准备的人>>123 你被解雇了>>124
大器何必晚成>>126 一片飞翔的叶子>>128

第 7 辑 >>>> 生活不需要假如

著名的医学家奥斯勒爵士在一次演讲中告诉别人他成功的秘诀：一个完全独立的今天。他说，人生只有三天，即昨天、今天和明天。昨天已经过去，变成了一种永远的回忆；明天还没有到来；我们只有真实地活在今天，把握今天，用今天的努力去创造一个更加美好的未来。

不留恋过去的精彩，也不企盼前方模糊的风景，不用“假如”总结人生。开始动手吧，动手做好今天的第一件事情！

- 生活不需要假如>>130 人要活在“今天”>>131 活在当下没烦恼>>133
最坏的打算，最好的办法>>134 活在那一刹那>>135
把阳光加入想象>>137 重新开始永远不晚>>139
不要为小事烦恼>>141 暂时没有成功>>142
人不是为失败而生的>>144 等待三天>>145



第 8 辑 >>>> 心境的魔力

一个人的情绪和心境好坏与否是会影响未来的。富兰克林说：“一个人除非先控制自己，否则无法控制别人。”在外界的诱惑面前，在自己的情绪面前，在其他很多方面都需要我们有适当的自制，比如发怒要自制、饮食要自制、交际要自制、运动要自制。自制力是人非常宝贵的意志品质，是造就成功者的阶梯。

- 控制自己 >>148 平和心是金 >>149 心境的魔力 >>151
- 穿针心理 >>153 地下 8 日 >>155 学会直面恐惧 >>157
- 先把泥点晾干 >>159 微笑值多少钱 >>161 上帝与智者 >>162
- 适时服输 >>164 死于胜利的鲸鱼 >>166 彩票 >>168
- 永远第三 >>170 有些瑕疵才是真 >>171
- 《大长今》的启示——逆境中，改变命运 >>173

第 9 辑 >>>> 这样的人哪儿都需要

多年前，一个 15 岁的男孩来到杭州一家药店当学徒，有一味药叫鲜竹沥，需要用火烤毛竹，以蒸出其中的水分，这是件细致活，几两的成药往往要蹲在火旁个把时辰。男孩就老实地烤，一点一滴的收集，从来没想过要向其中掺点水。今天，那个男孩成长为杭州某著名药厂的老总。他创出的品牌热销了几十年。

在谈到成功时，他说：“我永远记得当年在去药店当学徒的路上，我的老祖母颤巍巍地送了我一程又一程，但一路上她老人家只说了一句话‘老老实实做人，规规矩矩做事’。”



诚信即生命 >>176	一生守信 >>178	信誉定律 >>180
一句话一辈子 >>182	特殊考试 >>183	牺牲商法 >>186
这样的人哪儿都需要 >>187	真诚待人与商业精神 >>189	
诚实地拒绝 >>191	请先“忘我” >>192	坦然面对过去的失败 >>194
第一步 >>196		

第 10 辑 >>>> 帮助人是美好的

美国的《华盛顿邮报》曾经以“凡真心助人者,最后没有不帮到自己的”为题,讲述了美国商务部长古铁雷斯的人生故事。这个标题也揭示了每一个人造就自己、改变命运的简单武器,那就是:“帮助人是美好的。”

在与其他人的交往中,要舍得伸出自己无私的援助之手。摒弃自己内心的自私,乐于去帮助他人,学会和他人分享,懂得宽容的智慧,将把成功、幸福和快乐拉到你的身边。

一夜改变一生 >>200	帮助人是美好的 >>202
一束鲜花改变人生 >>204	扶人一把 >>205
自私的代价 >>209	老禅师的忠告 >>207
宽容的台阶 >>213	幸福:逐之则去,予之则来 >>211
日行一善 >>219	取消的盛宴 >>215
	真正的风度 >>217
	战争中的回形针 >>221



第 11 辑 >>>> 没有人能独自成功

“我和你，心连心，同住地球村……”2008年北京奥运会的主题歌唱出了属于我们这个时代的特点：合作、分享、共荣、互爱！

我们的成长离不开父母、老师的帮助，我们的成功更加离不开朋友的支持与合作。别人的帮助可以弥补我们能力上的缺陷；充分的沟通可以帮助我们创造新的机会和成就；朋友的合作可以让我们的学习生活更有效率；良好的人际关系还可以让我们感受到人与人之间的温暖……

- | | |
|----------------|-----------------|
| 人才看得见人才 >>226 | 鹰背上的小鸟 >>228 |
| 劳动、死亡和疾病 >>229 | 把“名声”送给别人 >>232 |
| 真正强大的力量 >>234 | 从侧面走向成功 >>236 |



第 1 辑

画出自己的风景

兔子羡慕刺猬浑身带刺，模仿着在自己的身上扎下了很多牙签。疼得它呀！可是，为了让自己像刺猬一样酷，它坚强地忍着。为了不让别的兔子知道它变酷的秘密，它还偷偷地把全部的牙签独占了，扎来扎去，皮肤就发炎、溃烂了，最终无药可救，死掉了。

学会清醒地认识自己，无论别人的风景有多迷人，都坚决不去画别人的风景，美好的境界自然就成了。