

成就梦想的指南书
启迪心智的智慧锦囊

主编/彭凡



成长胜经
101

中学生卷



决定命运的好习惯

101个小故事

给你最深刻的人生启示

它将改变你的处世思想和人生观念

并使你终生受益

图书在版编目 (C I P) 数据

101 个决定命运的好习惯 / 中学生卷 / 彭凡主编.
—北京: 同心出版社, 2005
ISBN 7-80716-146-9

I . 1 II . 彭 III . 个人—修养—青少年读物
IV . B844 . 2 - 49

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2005) 第 069860 号

策 划 / 安洪民
主 编 / 彭 凡
编 写 / 赵海均 山珍 刘晓庆 陈自来
责任编辑 / 宛振文 魏海萍
设 计 / 禹田文化

成长胜经——101 个决定命运的好习惯

出 版 / 同心出版社
出 版 人 / 刘霆昭
地 址 / 北京市建国门内大街 20 号
邮 编 / 100734
电 话 / (010)65298663 88356825 88356856
E-mail / txcbszbs@bjd.com.cn
印 刷 / 北京鑫丰华彩印有限公司
经 销 / 各地新华书店
版 次 / 2005 年 9 月第 1 版 第 1 次印刷
开 本 / 787 × 1092 1/16
印 张 / 13.75 印张
字 数 / 200 千字
定 价 / 17.50 元

同心版图书 版权所有 侵权必究

·成长  胜经·

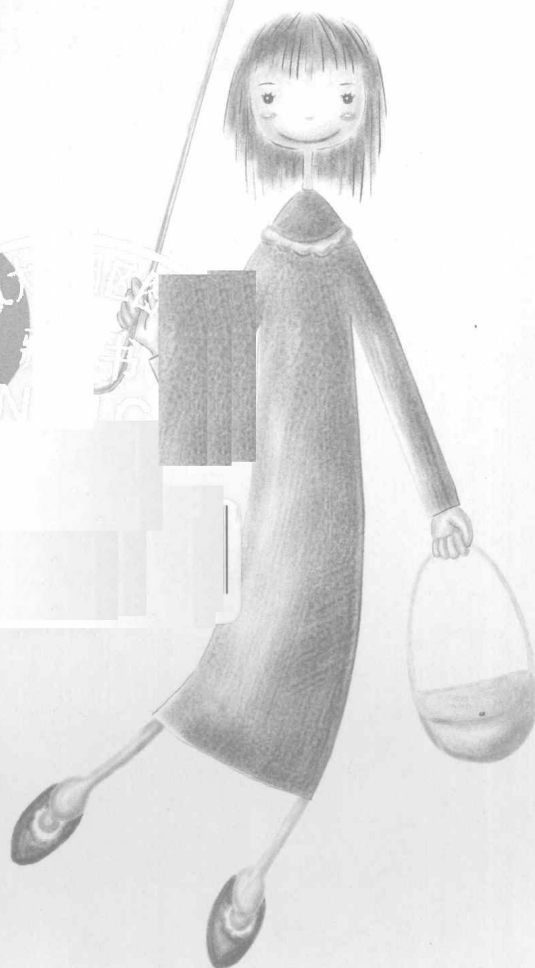
101个

→ 决定命运的

好

习

惯



主编 / 彭凡
编写 / 赵海均 山珍
 刘晓庆 陈自来

◎ 同心出版社



每一朵花，都是一个春天，
一朵一朵，盛开馥郁芬芳；
每一粒沙，都是一个世界，
一粒一粒，搭建小小天堂；
每一颗心，都是一盏灯光，
一盏一盏，把地球村点亮；
每一个小故事，都是一对翅膀，
一对一对，伴我们勇敢飞翔！

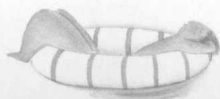
成长，是跟自己赛跑。

跑赢的人，是自己的主人，
快乐无比，生活像阳光；
跑输的人，是自己的奴隶，
怨天怨地，生活一团糟。

没有人是天生的赢家，也没有人是天生的输家。

每朵花开的绽放，需要一定的时间；
每一个人的成长，都有一个过程。
如果你糊涂，请看看《成长胜经》，
101个金点子，让你开窍欢喜，
给你带来好运；

如果你迷惘，请莫忘《成长胜经》，
101个好习惯，让你踏实精进，
助你改变命运；



如果你自恋，请走近《成长胜经》，
101 个小毛病，让你增长智慧，
影响你的一生；
如果你困惑，请聆听《成长胜经》，
101 个老经验，让你感悟明理，
使你终生受益！

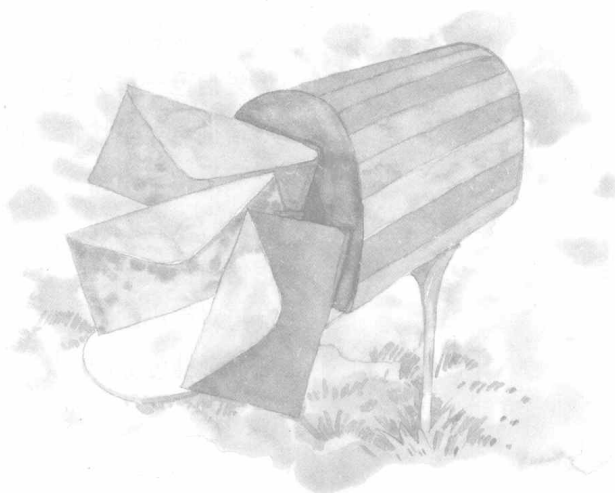
这里，每一篇文章，短小、精致、轻灵、活泼，
是你话题作文的得力助手！

这里，每一个故事，真挚、美好、益智、感人，
是你人生路上的良师诤友！

睁开我们的眼睛吧，让眼睛也作一次旅行，
叫醒我们的耳朵吧，让耳朵也能感受清新，
种下我们的种子吧，让真善美在天地间成长！

好曲虽短，能激荡稚嫩的灵魂；
故事虽小，能开启封闭的心门。

愿这些珍贵的小故事，
为你的生活添一丝色彩，
为你的心灵增一点活力！





008

038

● 关闭耳朵走自己的路

关闭耳朵走自己的路	008
随时开动脑筋	011
身体是革命的本钱	013
你的耳朵不仅仅属于你自己	015
精于一事，长于一技	018
拥有感恩的心	020
说出自己的观点	022
勇于冒险	025
向陌生人学习	028
命好不如习惯好	030
困难可以让翅膀更强壮	032
再坚持一会儿	034
培养勤俭节约意识	036

撞了南墙请回头	040
有错就改	042
把握好自己的心情	044
摆正自己的位置	046

● 谦虚是向上的车轮

快乐与金钱无关	046
像爱自己一样去爱别人	049
珍惜拥有就是珍惜幸福	051
诚实是一笔财富	053
让爱心永存心间	055
相信自己不笨	057
友善对待小动物	060
用心牵挂爱你的人	063



065

懂得快乐

适当地宽容自己 067

善待我们的父母 069

谦虚是向上的车轮 071

宽容比批评更具鞭策力 073

适时适度地自嘲 075

敢妄想？不是错！ 077

找到属于自己的舞台 079

● 赞美使你站得更高

积极地暗示自己 081

站到团队里面去 083

赞美，使你站得更高 085

改变从自身开始 087

089

多坚持一次

细节的美源于修养的优雅 091

帮助自己更要帮助他人 093

与老师融洽相处 096

用真心交换真心 099

独乐乐不如众乐乐 101

分阶段安排自己的学习计划 103

善于观察 105

主动吃亏是福 107

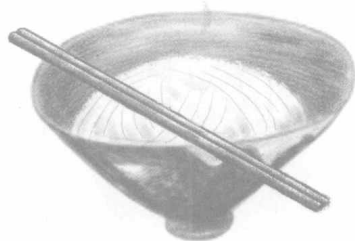
丰富的阅历是一笔财富 109

多为对方着想 111

在有缺陷的事物上发现美 113

快速决策当机立断 115

简单的事情重复做 117



119

勤劳比黄金可贵

自我管理让你的效率高起来 121

● 懂得扬长才能避短

习惯自己去开门 123

阅读能驱除心灵中的黑暗 125

换个角度替别人着想 127

信守诺言 129

勿以恶小而为之 131

行止有度 133

不要在乎他人的眼光 135

勤奋造就天才 137

使自己成为珍珠 139

理性消费是人生的一道课题 141

143

信任无价

不为小事“生气” 145

控制情绪作“EQ”高手 147

实话一定要实说 149

懂得扬长才能避短 151

让热情像火一样燃烧 153

做别人没有做过的事 155

放大他人的优点 157

把后悔踩在前进的脚步下 159

乐观是一种心境 161

● 左走不通请往右走

别把不幸当做一把伞 163

越过人生路上的第七道障碍 165



167

把握贫穷给予你的力量	169
战胜忧虑	171
给别人留点面子	173
让时间创造价值	175
不怕被“传染”	177
用微笑面对每个人	179
左走不通，请往右走	181
绝不轻言放弃	183
跌倒了再爬起来	185
坚持做好每一件事	187
多多尝试又何妨	189
自立才能自强	191
凡事做计划	193
严以自律，宽以待人	

195

掌控自己的情感

●幽默助你一臂之力

撒播梦想的种子	197
要跑得快，更要方向正确	199
勇于负责	201
用热情照亮你前方的路	203
用自信把理想撑到天堂的高度	205
拥有一颗百折不挠的心	207
抛弃抱怨学会反省	209
正确就隐藏在错误背后	211
主见是行动的先导	213
常说“不要紧”	215
幽默助你一臂之力	217



• 关闭耳朵走自己的路 •



如果有人说，你无法实现你的梦想，或说一些影响你心情、影响你奋斗的话，你，可以选择做一个“聋子”。

关闭耳朵走自己的路

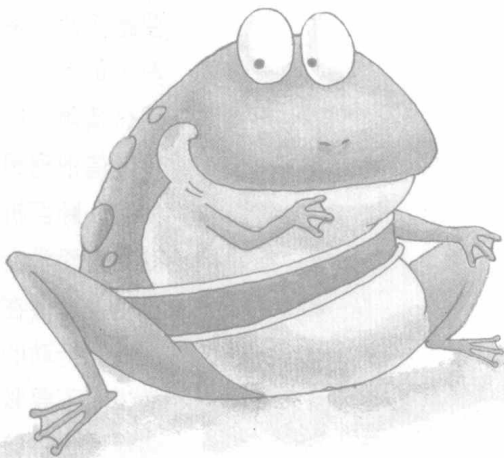
(一)

有一群蛤蟆，举办竞赛，竞赛规则是：谁先到达一座高塔的顶端，谁就赢得胜利。周围有一大群围观的动物在看热闹。

竞赛开始了，只听到围观者一片嘘声：“这也太难了！它们根本就爬不上去，无法达到目的，这不是自讨苦吃吗？”

蛤蟆们开始泄气了。可是还有一些蛤蟆在奋力摸索着向上爬去。

围观的动物继续喊着：“太艰苦了！你们不可能到达塔顶的！”



许多蛤蟆被说服停下来了，但有几只蛤蟆一如既往地继续向前，并且更加努力地向前。

比赛结束，所有蛤蟆都半途而废；只有一只蛤蟆，以令人不解的毅力一直坚持了下来，竭尽全力达到了终点。

动物们都很好奇，想知道为什么它能坚持下来到达终点。

这时，大家才发现——它是一只聋蛤蟆！

(二)

从前，有一个养蚌人，他想饲养一颗世上最大最美的珍珠。于是，就去海边沙滩上挑选沙粒。

然而，没有一颗沙粒愿意，都纷纷摇头。养蚌人从清晨问到黄昏，几乎快要绝望了。

就在这时，有一颗小小的沙粒怯生生地说：“我愿意！”

养蚌人喜出望外，可旁边的沙粒都嘲笑起那颗沙粒，说：“你真傻，去蚌壳里住，远离亲人朋友，见不到阳光、雨露、明月、清风，甚至还缺少空气，只能与黑暗、潮湿、寒冷、孤寂为伍，不值得！”

可那颗沙粒还是无怨无悔地随着养蚌人去了。

斗转星移，几百年过去了，那颗沙粒已长成为一颗晶莹剔透、价值连城的珍珠。而曾经嘲笑它傻的那些伙伴们，却依然只是一堆沙粒，有的已风化成泥土。

感悟之门：

ganwuzhimen

人在旅途，身不由己，在现实生活中，什么都难以预料。

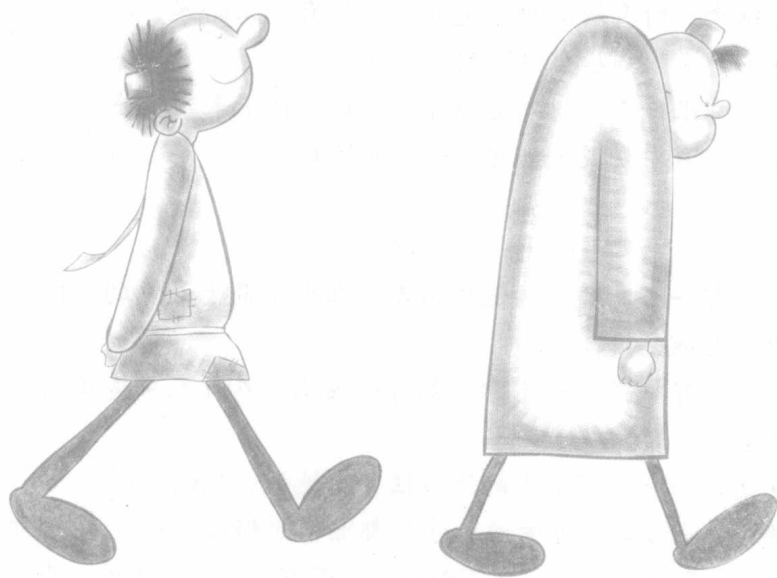
也许，当我们最需要理解和宽容时，得到的却是责难和苛求；

也许，当我们最需要帮助和爱抚时，得到的却是冷漠和误解；

也许，当我们最需要鼓励和安慰时，得到的却是讥笑和谩骂……

面对种种不如意，我们也许会愤愤不平，也许会怨天尤人，也许会孤独、空虚、愤懑……但是朋友，我们决不能消沉，决不能随波逐流，决不能一蹶不振！

走自己的路，让别人去说吧，因为，它是真理。这里的别人，是特指那些对别人总是报以恶意中伤的人；那些从不提出科学意见，只会无中生有、诽谤、中伤，并存在想当然的偏见的人。面对舆论的偏见，我们需要一定的勇气去抵制。因为这种偏见往往得到了许多人的附和。如果想打破他，就一定要有很大的决心和力量。



许多科学家，有的打破了旧俗，发现了伟大的理论，并将它公之于世，受到万人敬仰。有的因为害怕受到打击和报复以及舆论的指责，竟将自己的发现一再推迟，减缓了科学进步的脚步。如大数学家高斯，本来可能在科学的大道上走得更远，但是他对“人言”过于畏惧，以至于止步不前。

走自己的路，何必在别人客套的柔情中，改变自己既定的航向？何必在别人的指戳中畏首不前？何必在别人的责难和不理解中消磨自己的锐气，使自己变成他们的复制品呢？

走自己的路，何必在乎世俗的眼光？何必怀疑自己的能力？

既然世界给我们每一个人表演的舞台，我们就有能力在别人的眼光中，为自己排演自己的人生，就能在人们沉重的目光中轻装上阵。

人生的旅途只有风雨相伴，才能更显英雄本色，才有开拓创新。任凄厉的北风将我摧残，任狂闪的雷电将我击得粉碎，哪怕命运将我折磨得遍体鳞伤，我也坚信：走自己的路。

要走就走自己的路。



思考是人生最大的乐趣。把时间用在思考上是最节省时间的事情。随时开动脑筋，你会变得更加聪明。

随时开动脑筋

16岁的佛瑞迪在暑假即将来临的时候，对父亲说：“爸爸，我要找个工作。”

父亲说：“好啊，我会想办法。但是恐怕不容易，现在正是人浮于事的时候。”

“我不是要您给我找个工作，我要自己来找。还有，请不要那么消极。就业再困难，有些人还是可以找到工作的。”

“哪些人？”父亲带着怀疑问佛瑞迪。

“那些会动脑筋的人。”佛瑞迪回答。

佛瑞迪在“事求人”广告栏目上仔细寻找，找到了一个很适合他专长的工作。广告上说找工作的人要在第二天早上8点钟到达42街的一个地方。佛瑞迪并没有等到8点钟，而在7点多钟就到了那儿。可他看到已有20个男孩排在那里，他只是队伍中的第21名。

怎样才能引起特别注意而竞争成功呢？佛瑞迪拿出一张纸，在上面写了一些东西，然后折得整整齐齐，走向秘书小姐，恭敬地对她说：“小姐，请你马上把这张纸条转交给你的老板，这非常重要。”

秘书小姐走进老板的办公室，把纸条放在老板的桌子上，老板看了大声笑了起来，因为纸条上写着：

“先生，我排在队伍中的第21位，在你没有看到我之前，请不要做决定。”几天后，他收到了这家公司老板亲笔签字的录取通知。



感悟之门：

ganwuzhimen

只要善于用脑，勤于思索，生活中到处都有实现自己梦想的途径。

智慧有很多种，但善于思考则是最高明的智慧。一个人的智慧是神奇的。智慧能改变自己，能改变他人，能改变万物。能使世界变得神妙，能使人类的文明、文化产生日新月异的进步。

犹太民族的启蒙教育中，就非常注重挖掘孩子的思考能力。

犹太家庭里的孩子在他们的成长过程中，负责启蒙教育的父母，几乎都要求他们回答一个问题：“如果有一天你的房子被烧了，你的财富就要被人抢光，那么你将带着什么东西逃命？”

孩子们天真无知，自然会想到钱这个好东西，因为没有钱哪能有吃的穿的玩的？也有孩子说要带着钻石或者其他珍宝出逃。

可这些，显然不是母亲们所要的答案。她们会进一步问：“有一种没有形状、没有颜色、没有气味的宝贝，你知道是什么吗？”

要是孩子们回答不出来，母亲就会说：“孩子，你要带走的不是钱，也不是钻石，而是你善于思考的大脑。因为这是任何人都抢不走的，你只要活着，它就永远跟着你。”

在聪颖、精明的犹太人眼里，任何东西都是有价的，都能失而复得，只有不断的思考才是人生无价的财富。

我们必须明白，任何一个人只要有大脑，就能思考。它是用之不竭、取之不尽的。试以写作文为例，你越写越会写，下笔万言。越是不动笔，越是不能写，越感到笔重如山、一言难成。越是写，智慧与灵感，就会像长江大河滔滔滚滚不尽而来；越是不写，智慧与灵感便像枯井死水，一点儿也不肯渗透出来。

现在有一道题目，相信善于思考的你肯定能知道答案：

有一对夫妇带着他们6岁的儿子，来到一家人的门前，他们是来租房子的。

当主人了解了情况后，他对这对夫妇说：“不好意思，我们的房子不租给带小孩的家庭。”说完，把门关了。

这对夫妇很沮丧，准备转身走。这时，那个6岁大的孩子去敲那个房东的门，和房东说了些什么。房东开心地笑了，并答应了他们的请求。

猜猜，这个小男孩和房东都说了些什么呢？



我们的生命，如同一张储存货币的卡一样，只有我们不断地往里面存，适当地往外取，才能保证这张卡的价值。当我们无限制地透支时，这张卡不但没有了价值，反而成了负担和累赘。

身体是革命的本钱

李嘉诚先生是香港著名商人，也是亚洲首屈一指的富商。

小时候，李嘉诚的家境并不是很好，父亲去世很早，他从小就担当起养家糊口的重任，不得不到一家工厂做工。

当时的工作环境相当恶劣，工作时间也相当长，一天要工作十六到十七个小时，但李嘉诚却熬过来了。而且，他的工作非常出色，很年轻的时候就当了经理。但是，他并没有满足于现状，而是更加勤奋，不但将工厂的工作出色地完成好，而且脑海里还产生了自己开创事业的念头。

经过了几十年的打拼，他终于成了亚洲首富，创造了令人艳羡的成绩。

在几十年辛苦的奋斗里，李嘉诚的精力始终都很旺盛，直到今天，他已经是一位饱经风霜的老人了，还依然精力不减。

在谈到这个问题时，李嘉诚用非常简单的话，阐明了问题的重点：“身体是事业的本钱，我向来都明白这个道理。所以，在我的一生中，有一个原则是始终不会改变的，那就是对身体的锻炼。”

应该说，我没有一天是闲着的，所以我注意安排好自己的运动与养生。我每天都按时起床，呼吸新鲜空气，还要跑一会儿步。而且，我还会利用周末的时间到健身房运动。在起居生活上，我也很讲究，吃什么东西，身体应该补充什么营养，我都有心得体会。最重要的是，我这几十年都是这么坚持过来的。”



• 成长胜经 •

感悟之门：

ganwuzhimen

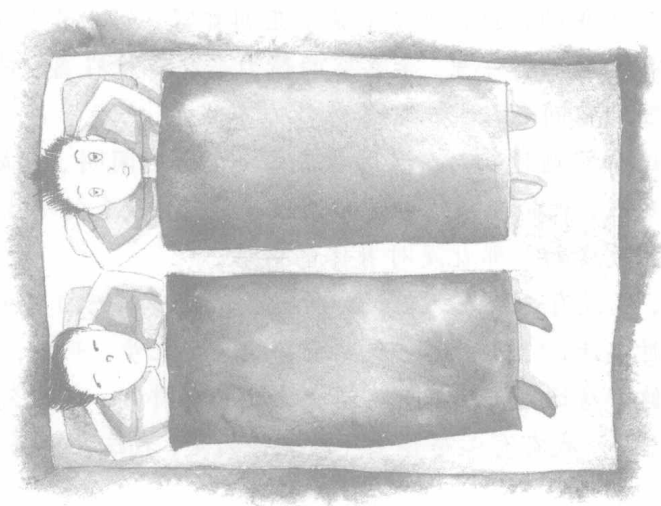
俗话说：“身体是事业的本钱。”的确如此，对于一个想要在人生中打拼的人来说，如果没有健康的身体作保障，这几乎是不可能的事情。那些功成名就的人，大都是经过了多年的艰苦奋斗，才获得了超出常人的成绩。所以，我们不难想像，在奋斗的几十年里，如果没有健康的身体，要想实现人生理想是不可能的。

我的一个朋友在考研的路上，过多地透支了生命，尽管学有所成，但健康却成了问题。他感慨道：“其实我们的生命很长，没有必要一下子把生命的能量全部释放出来，循序渐进地释放，对一般人来说是更重要的。”

我发现，身边有很多的青少年朋友们，都不注重身体的健康。比如，我常常看见一些朋友，由于晚上学习时间很长，早上要争分夺秒地睡觉，匆匆起床后直接往学校里冲，几乎没有人习惯吃早餐，更不用说有人早早起来做运动。

另外，那些整日忙碌不堪的人，根本没有想到注意身体，就连周末，也有很多人在上学、谈生意或者在补上一个星期缺少的睡眠。的确，如果你不比别人多付出努力，就有可能被社会淘汰。但是，我们应该明白，艰苦奋斗必须以健康的身体作本钱，否则你拿什么去打拼。

所以，我认为，无论有多么忙碌，我们都应该维持健康的身体，这样才能更好地学习和生活。





一个好听众总比一个擅讲者赢得更多的好感。这是因为，一个好的听众，总能够让人们倾听他们最喜欢的说话者——他们自己。

你的耳朵不仅仅属于你自己

我常常在一个杂货店里，遇到这位老妇人，她深色的双眼充满戒备和渴望。每当她见到我时，总是喋喋不休，唠叨个没完。有时碰到自己心绪烦乱，也不得不耐着性子听下去。

“我要去阿肯色了。”一天，她对我说，“那里春季的高温气候，对防止我的关节炎发作再合适不过了。不过，我很快就回来，免得你惦念。”

我这才发现，她的手指是僵硬弯曲的，“就你一个人去？”我问她。

“对，就我一个人。”她说，“我是个孤老婆子，寡居很久了。可我遇到了许多像你这样的好人，他们愿意和我唠扯唠扯。”

我一下感到自己像个罪人。她愉快、乐观——丝毫没有对自己的生活感到厌倦和悲伤。她就是用无处不与人交谈，来充实自己晚年平静的生活的。聆听的耳朵就是她的需求。

我猛然意识到，我的耳朵不仅仅属于我自己！

感悟之门：

ganwuzhimen

人们喜欢善于聆听的人。这是简单的原则，但它是很重要的，我们都有相同的感觉。试想一下，我们最关心的是自己，如果有人愿意花时间来聆听我们的话语，这种感觉不是很好吗？

聆听是使自己受人欢迎的最基本的技巧。一个好的聆听者在任何时候，都比一个好的谈话者更受人欢迎。人们被聆听的需要，远远大于聆听别人的需要。