

智慧故事

长成 困惑



障碍心灵沟通

中国文史出版社

○障碍心灵沟通 成长困惑

夏荆剑 主编



中国文史出版社

图书在版编目 (CIP) 数据

成长困惑 / 夏荆剑主编. —北京: 中国文史出版社,
2007. 1
(0 障碍心灵沟通)
ISBN 978-7-5034-1890-7

I. 成... II. 夏... III. 青少年-心理卫生-健康教育
IV. G479

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2006) 第 143225 号

责任编辑: 刘 剑 装帧设计: 小羊工作室

出版发行: **中国文史出版社**

社 址: 北京市西城区太平桥大街 23 号 100811

印 装: 唐山丰电印务有限公司 邮编: 064000

经 销: 新华书店北京发行所

开 本: 787 × 980mm 1/16

印 张: 20.25 字数: 160 千字

印 数: 6000 册

版 次: 2007 年 1 月北京第 1 版

印 次: 2007 年 1 月第 1 次印刷

定 价: 28.00 元

文史版图书如有印、装错误, 工厂负责退换。



将大目标分解成一个个小目标，目标小了，难度也小了，循序渐进，就可以比较顺利地达到终点。



找对自己的兴趣点，发挥自己的特长，才能使自己的潜能得以发挥。



具有使命感的人往往具有顽强的意志力，并能经受接连不断的挫折考验。



生活中的许多规则，我们要自觉遵守，丢失诚信的人必定会处处碰壁。



封面插图：李 宏
装帧设计：小羊工作室
E-mail: fdyang_mail@126.com

《0 障碍心灵沟通》丛书编写者

(以姓氏笔画为序)

王 芳	王宗贤	王维佳	王喜民	王溪田
田宏亮	叶晓妮	吕世威	江子毫	江海松
刘志峰	刘国华	朱怀江	朱跃华	任天述
孙维民	李 凡	李力峰	李凤菊	李亚丽
李晓瑜	李德荣	李瑜萍	苏代江	严华平
杨华威	吴飞虎	吴德锋	张 英	张大勇
张世辉	张振华	张晓锋	陈轩骐	陈玲玲
柳承亮	明熙宝	罗雪丹	郑一群	周传林
赵培军	洪 斌	郭兆强	郭贵山	施瑞强
侯文超	秦小燕	夏凯晴	夏荆剑	涂占亮
黄小鹏	曹燕红	章 茜	董希平	韩媛媛
喻 彬	谢喜生	程晓群	蔡 静	



A 燃亮理想 发现自我



- 2 只有六公里
- 5 黑痣女生辛迪
- 8 为妈妈买所房子
- 11 寻找属于自己的那张床
- 14 他从小就喜欢什么
- 17 性格决定成败
- 20 一路走好
- 22 杨澜展现自我
- 25 用好你的天赋
- 28 梦想的价值

31 想做一名大将军

33 珍视并发掘自己

36 选择

38 接受真实的自我

B 主宰命运 相信自我

42 没有人愿意做奴隶

45 埋葬“我不能”

48 劫后余生

51 《哈利·波特》背后的故事

58 神魔卡内基

63 我相信，我能办到

66 算命

69 宁格先生的回答

72 第一 CEO 的第一课

75 流浪汉的自信心

78 人们喊他木头



- 81 信心激励
- 85 手有沉香
- 89 假日旅馆
- 92 自己就是圣人

C 拼搏行动 付出自我

- 96 “魔鬼的儿子”帕格尼尼
- 99 陶渊明与少年
- 102 斯通的行动
- 105 郊外的一块墓地
- 107 赢得支持
- 111 并非遥不可及
- 114 以勤补拙成大家
- 118 写给儿子的诗
- 121 木马玩具
- 124 苏珊的邻居们
- 127 初中毕业的科学家



- 129 最后一场考试
- 131 你尽全力了吗?
- 134 天才寓于勤奋中
- 137 业绩惊人
- 140 全力以赴地去劳动
- 143 不愿当饰品
- 146 拥有充沛的精力
- 149 差别
- 152 年轻的绅士

D 自强独立

磨砺自我

- 156 法官多恩
- 161 矮子强人罗杰斯
- 164 佼佼者之歌
- 167 瞄上总统宝座
- 170 被勒令退学以后
- 173 第一首诗



- 176 我也要开家五金店
- 179 女特工比较笨
- 182 总统从小爱独立
- 184 伟大的卡洛姑娘
- 186 割断腰间的绳子
- 189 博迪眨眼著作
- 192 罗丹与巴尔扎克的塑像
- 195 成就卓越
- 198 冲动的父亲
- 201 一种强心剂
- 203 第一次挣钱
- 206 年轻的西部牛仔
- 209 麦田守望者
- 211 永不停止的奋斗

E 勇担责任 实现自我

- 214 挣钱上学





- 216 敢于负责
- 218 竞选助理
- 220 克服不利条件
- 223 应聘读报
- 226 守法美国人
- 229 负责的名医
- 231 找种方式发泄
- 233 坦山和尚
- 236 有作业吗
- 238 儿子改错
- 241 心灵能看见
- 244 一个马掌钉
- 246 没有介绍信的男孩儿
- 248 冒雪送信
- 252 烧焦的蛋糕
- 255 爬着去上班
- 257 盘子洗七遍

F 踏过挫折 走向辉煌



- 260 屹立不倒的米歇尔
- 263 小流浪汉击鼓手
- 266 不要停止努力
- 268 “米老鼠”之父
- 272 博通墓志铭
- 275 人不会被山绊倒
- 278 坚持做下去
- 281 荷兰少年彼得
- 285 心理学家弗兰克
- 287 坚持的耐劲
- 290 从运动员到制片人
- 293 乐观昂扬总能打败逆境
- 296 从困难身上踏过去
- 299 六十条横马路与五条马路口
- 302 没有挫折的成功是脆弱的

305 逆风的风筝才能飞扬

308 握住困境的弱点

311 继续走下去



第六卷





只有六公里

沙伦的丈夫兰迪曾经告诉她：道路和人一样也有个性，这取决于在特定的时期你如何看待它们，感知它们。兰迪是一名运动员，体魄健壮，意志坚强。他担任中学的篮球教练，热爱自己的球队，潜心训练他们。他还是一位马拉松运动员，能一口气跑数公里而不感到疲倦。在25年的执教生涯中他极少生病，但是后来他突然患上了癌症。

于是，沙伦和他开始了为期4年的奔波：他们行驶于家与斯坦福大学医疗中心之间，为了给兰迪做诊断、化疗、紧急救护。

去医院必须经过一些让人不堪忍受的路面——150公里，2个小时。沙伦的憎恶之情与日俱增，她尤其憎恶那段拥挤不堪的瓶颈式的双车道。

兰迪从来没有抱怨过，可他的健康状况每况愈下。沙伦别无选择，只能经过这条道，可是她对它深恶痛绝。所以，当丈夫被注射了吗啡睡在车上时，她紧咬牙关，死死握着方向盘，肺都快气炸了。

有一次，他们赶赴一个约会时被堵在了道上，确信兰迪已经睡着了，沙伦低声嘟哝道：“我恨这条该死的路。”

“只有六公里。”他说。

她转过身去，他的眼睛却是闭着的。



“你说什么？”沙伦问道。

“这段路只有六公里长。”他的声音很平静，好像对学生一样循循善诱，“没什么大不了的。在这六公里路程里你可以做任何事。”

沙伦看了一下计程表。他说得很对，六公里整。沙伦却一直认为它足有30公里。她突然觉得车开起来轻松多了。

六公里是可行的、易接受的。这是他们晚上步行到海边往返的距离，是他们经常背着孩子攀登的那条山路长度的一半；是到他们和孩子们玩传球游戏的那个公园的4倍距离；是他在国际马拉松赛上跑过的42公里中的一小段。六公里真的没什么，尤其是在他只有几个月的弥留时间的时候，牢骚和愤怒真是不明智的，她停止了抱怨。

在去医院的路上，大多数时间他的眼睛是闭着的，她的眼睛却是睁开着的。她开始真正用眼睛去看：绿色的田野有时在太阳下闪光，有时却消隐在浓雾之中。道路两旁摆放着成筐成筐的草莓和玫瑰。破旧的小屋倒映在布满水藻的池塘里。一匹不再能自由驰骋的老白马羡慕地注视着大道上飞驰而去的汽车。

这些景色一直在那儿，只不过以前沙伦从未注意。兰迪教会了她如何去欣赏它们。现在沙伦会在心里将这条路分解成若干个小段。



【智慧人生】

当我们要达到某种目的时，可以慢慢地将大目标分成一个一个小目标。这样，也许本来很难的事情，因为目标减小，难度也减小了，循序渐进，就可以比较顺利地到达终点。



【启悟录】

有一只大蜈蚣饿极了，想出来找点食吃。它寻觅了很久，转来转去转到一个洞穴旁边。它看见洞穴周围有一堆一堆的粪便，知道这是蚯蚓的洞穴。蜈蚣高兴极了，于是它趴在洞口，一动不动地等蚯蚓出洞。