

新成长
Growth

◎学生时代的人文阅读 ◎青春岁月的心灵指南

中国学生 成长读本

在成长中阅读 · 在阅读中成长

新成长阅读指导委员会 / 主编



Growth Books
for Chinese Students

高中第一卷

成长之路不平坦，我们在一路上会看到完全不同的风景：有阳光，也有风雨；

有鲜花，也有枯草；有森林，也有沙漠；有平坦大道，也有崎岖山路……

人民日报出版社

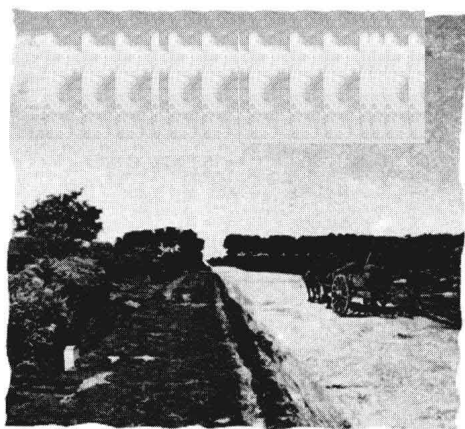
新成长
Growth

◎学生时代的人文阅读 ◎青春岁月的心灵指南

中国学生 成长读本

——在成长中阅读 · 在阅读中成长——

新成长阅读指导委员会 / 主编



Growth Books
for Chinese Students

高中第一卷

成长之路不平坦，我们在一路上会看到完全不同的风景：有阳光，也有风雨；
有鲜花，也有枯草；有森林，也有沙漠；有平坦大道，也有崎岖山路……

人民日报出版社

图书在版编目 (CIP) 数据

中国学生成长读本 (高中版) / 新成长阅读指导委员会主编.

—北京: 人民日报出版社, 2005. 4

ISBN 7-80208-220-X

I. 中… II. 新… III. 语文课—阅读教学—高中—课外读物

V. G634. 333

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2005) 第 040783 号

书 名: 中国学生成长读本 (高中版)

主 编: 新成长阅读指导委员会

责任编辑: 曼 熳

整体设计: 中天华唯专业设计照排公司

出版发行: 人民日报出版社

社 址: 北京金台西路 2 号

邮 编: 100733

发行热线: (010)65369527 65369529

经 销: 新华书店

印 刷: 北京飞达印刷有限责任公司

开 本: 787×1092 毫米 1/16

字 数: 900 千字

印 张: 61.5

印 数: 3000 册

印 次: 2005 年 5 月第 1 版 第 1 次印刷

书 号: ISBN 7-80208-220-X / G·134

总 定 价: 90.00 元 (本册定价: 15.00 元)



真正的素质教育

《中国学生成长读本》编委会

总 策 划: 包刚升

执行策划: 万兴明 程 云

主 编: 包刚升

执行主编: 程 云 万兴明

编 委: 许 云 吕 挺 刘 蕾 谷曙光
李玉双 杨新秋 杨笑飞 张国平
孟 娟 陈年年 陈 璐 周 妮
郝欣然 赵 伟 赵晶晶 唐耀杰
袁海荣 韩晓蕾 程恪南 路 莎

责任校对: 赵 伟

分册编委: 初中第一卷 周 妮
初中第二卷 吕 挺 谷曙光 韩晓蕾
初中第三卷 程恪南
初中第四卷 刘 蕾
初中第五卷 孟 娟
初中第六卷 陈年年
高中第一卷 唐耀杰 袁海荣
高中第二卷 李玉双
高中第三卷 陈 璐
高中第四卷 杨新秋
高中第五卷 杨笑飞
高中第六卷 路 莎



| 总 | 序 |

让青少年在阅读中成长

“知识就是力量。”毫无疑问，读书是青少年获得全面成长的第一课。

但今天的青少年学生花在读课外书上的时间越来越少，沉重的课业负担、内容丰富的电视节目以及日益普及的互联网挤占了青少年的大量课余时间。在这种形势下，青少年的阅读迫切地需要教育界给予更多的关注和引导。

与观看电视节目、浏览互联网媒体相比，读书是一种更为主动、更为有效、更具思考性的学习方式。勤于读书的学生，往往有更扎实的知识功底、更好的文学修养和更强的思维能力，学习成绩也可能更好。在读书的过程中，他们的心灵获得了智慧雨露的滋润，获得了健康的成长。

我们都知道，读书对一个人的成长有着非常重要的影响。很多杰出人物在青少年时代都酷爱读书，以书为友，以书为乐。毛泽东能够成为伟人，跟他喜欢读书是分不开的。他曾经说：“我一生最大的爱好是读书。……饭可以一日不吃，觉可以一日不睡，书不可以一日不读。”俄国著名作家高尔基也是一个很喜欢读书的人，他曾经说：“我扑在书上，就像饥饿的人扑在面包上。”高尔基在青少年时代读起书来如饥似渴，后来终于成为一位具有世界影响力的著名作家。

微软公司创始人、世界首富比尔·盖茨也是一位很爱读书的人。比尔·盖茨在少年时代感觉最有乐趣的事情，就是连续几个小时逐字逐句地读《百科全书》。所以，他在很小的时候就把《百科全书》读了一遍。尽管后来比尔·盖茨没有读完哈佛大学的课程，但他一直保持着勤于阅读的好习惯。比尔·盖茨的个人成就，很大程度上也要归功于读书。

那么，对今天的青少年来说，应该读什么书呢？应该怎么读书呢？按照比较传统的看法，青少年读书除了课本以外，应该以中外文学名著为主。的确，读文学名著是非常必要的，但对青少年的全面成长来说，仅仅读文学名

著是不够的。

在参考很多教育专家意见的基础上，我们在这里给青少年的阅读提出三条重要建议：

第一、青少年要博览群书。

青少年读书要有开阔的视野，要广泛地阅读。以教辅书和文学名著为主的阅读，内容过于单一，无法满足青少年全面成长的需要。青少年阅读应该注意博览群书，文学名著、散文经典、人物传记、通俗哲学、科学作品、寓言童话、历史读物、生活读物、政治社会等等，都应该涉猎。青少年只有在知识的大海里自由地遨游，才会获得丰富的信息、宽阔的知识和开阔的视野。博览群书的人，才可能成长为学识渊博、思想锐利的人。

第二、青少年要读最好的经典作品。

一个人读质量不高的书，就像吃质量不合格的食品，不仅没什么营养，反而会引起消化不良，对人有害无益。所以，青少年读书就要多读经典作品。读经典作品，才算得上是最聪明的读书方式。美国作家威廉·马修斯教授说：“一个年轻人要变得博学睿智，并不是取决于他所阅读的图书的数量，而是取决于他所阅读的、经过精挑细选的图书的质量。”实际上，最好的书是最优秀的头脑赋予我们的最好礼物。读这样的书，就是从历代先贤那里源源不断地获取精神食粮和人生教益。

第三、青少年要养成经常读书的习惯。

对青少年来说，不仅要博览群书，不仅要读经典作品，而且要养成经常读书的习惯。如果能够让青少年养成经常读书的习惯，那么他们将从书上获得惊人的知识与智慧。哈佛大学的一位前任校长曾经说过：“要养成每日阅读有益书籍的习惯，几年后思想上将大有长进。”养成良好的读书习惯，就会受益终生。

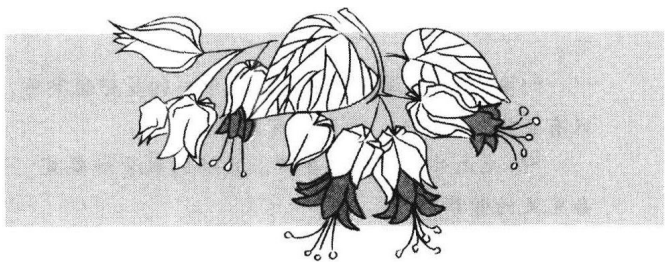
英国哲学家培根说：“读史使人明智，读诗使人聪慧，演算使人精密，哲理使人深刻，伦理学使人有修养，逻辑修辞使人善辩。总之，知识能塑造人的性格。”而美国《成功》杂志的创办人奥里森·马登博士甚至这样评价读书对于人生的价值：“很多人的一生是好是坏，是成功还是失败，都是一本书决定的。年轻时读过的书对我们的影响最大。”

正是秉承这样的理念，正是肩负这样的责任，我们编辑出版了这一套包括《中国学生经典品读》、《中国学生美文品读》、《中国学生成长读本》、《中国学生成长故事》等二十多个系列、数百个图书品种的《新成长阅读文库》。《新成长阅读文库》坚持的是成长教育和素质教育的理念，致力于为中国青少年学生提供高质量的阅读产品，帮助青少年获得全面而健康的成长！

新成长，真正的素质教育！愿我们的青少年朋友能多读好书！

——《新成长阅读文库》编委会

前言



成长，一次心灵的旅行

你相信吗？有一天，我和“我的心灵”进行了一次长长的对话。

那是在一个雨后的夜晚，在青春痘悄悄占据我的鼻尖的那个梦中，我和“我的心灵”相遇了。之前，我们从未谋面过。也许是因为第一次见面，“我的心灵”十分好奇，但他马上微笑着上前打招呼说：“嘿！你好！我的朋友！”“朋友？”对于我来说，这可真是一个陌生的词汇，但我隐约记得，今天白天在学校的时候，一个同学也是这样微笑地向我走来，伸出了他友好的手。难道这就是“朋友”？于是，我也微笑着，伸出了手，和“心灵”的手握在了一起。

“你怎么会在这儿？”我也感到十分惊讶，“虽然我正在沉睡之中，但以前的每个晚上，每一次睡梦中，我都不曾见过你啊？”

“心灵”莞尔一笑，说道：“是啊，我也没有见过你。事实上，你的生活其实就是一次旅行，一次叫做‘成长’的旅行，在到达某一个时间和地点后，你就注定会遇到我。也就是说，我一直在这里等待你的到来。”

“成长？”我又听到了一个新的词汇。

“是的。在遇见我之前，你的旅途是纯真而平静的童年，而从今以后，你将告别懵懂无知，浑身激荡着成长的气息，你将看到完全不同的景色：有阳光，也有风雨；有鲜花，也有枯草；有原野，也有沙漠；有平坦无阻的大道，更有蜿蜒崎岖的山路。更重要的是，你将从此开始独自一人面对生活，自己作主。”

“太棒了！”我露出了惊奇的目光，“我们现在就出发吧？”

“不！在出发之前，你需要带上一些东西。没有它们，你可能会误入歧途。”

“是什么呢？”

“‘回忆’。回忆能让你留住最难忘的童年时光，回忆能把悲伤过滤，留下最美的片断。回忆是一个甜美的梦，能给予你力量。

“‘爱’。爱是一切的源泉。爱能让你品味父亲的甘甜，母亲的醇香，体

会少男少女的如梦情怀。爱是关怀、爱是宽容，爱是人生路上最美丽的语言。

“‘美’。你要学会去欣赏旅途中一切美好的事物：生活之美、自然之美。只有会欣赏美的人，才能拥有美的生活。

“除此之外，你还需要带上足够的粮食和蔬菜。当然，你还必须为我准备充足的营养。”

“你也需要粮食和蔬菜吗？”

“不。我需要的不是粮食，而是‘学识’。请给我一双眼睛，一个窗口，我渴望看到历史的沧桑、科学的精深、艺术的曼妙和文明的广博。知识就是力量，有了它，我们才能不断前进。

“还有‘思想’！没有思想，我将无法分辨善或恶、美或丑、对或错，愚昧和无知会蒙蔽我的眼睛，让我失去力量、失去光明。如果没有思想，我会很快衰老、死去，而你，也将失去生命的意义。

“还有‘智慧’！成长需要智慧。它让你明白：成长的路上，有梦想和激情，也有彷徨与困惑；生活会带给你惊喜，也会一不小心欺骗你。它将告诉你人生的哲理：风雨过后是彩虹。

.....

夜更深了，“我的心灵”也渐渐起了困意，于是，它找到了我的心房，在一个角落里沉沉睡去了。而我，却在这一刹那惊醒过来。我坐起身，仿佛听见心灵还在对我说话：

让爱的阳光博大温暖；
让美的田野广袤繁华；
让知识的泉水涓流不息；
让希望的种子吐露新芽；
让思想的大树开花结果；
让人生的蝴蝶破茧而出。

我明白，春天来了，我的心灵正期待着开始一次旅行，一次叫做“成长”的旅行。

目 录

成长的记忆

□ 成长记忆

你还记得那首歌吗? (外二篇)	张小娴	1
金翅雀	米·托尔加	4
一个孩子和几个大人	王安忆	6

□ 寻找自我

我谁也不摹仿	索菲亚·罗兰	9
如何推销你自己	卡耐基	12

□ 感悟长大

天才梦	张爱玲	16
让我长大的一句话	李雪峰	18
快乐甜点	佚名	20

人生的沉思

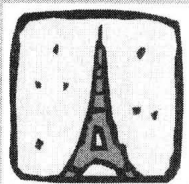
□ 寓意哲思

心田上的百合花开	林清玄	23
有一种	潘国本	25
懒惰哲学趣话	海因里希·伯尔	27

□ 智者生存

关于幸福的箴言	池田大作	29
幸福	解特玛尔	31
爱不厌诈	刘 墉	32

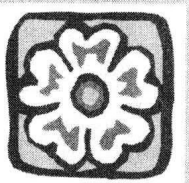
新成长
Growth



每个人都是自己的建筑师。



学习不应该成为孩子们的悲剧。

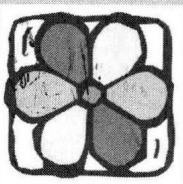


情感是一切美德的源泉。

新成长 Growth



读万卷书，行万里路。



青春是不耐久藏的珍宝。



科学就是真理。

□ 品格的力量

生活的意志	艾布·卡西姆·夏比	34
最后的日记	刘瑞英	36
自助	拉尔夫·沃尔多·爱默生	38

□ 生命感悟

说给自己听	三毛	42
好运设计	史铁生	45
生命	张承志	49

真情世界

□ 至深亲情

用婴儿交换小羊羔	穆里尔·巴士曼	51
风筝	鲁迅	54
未上锁的门	凯瑟琳·金	56
痴心石	三毛	57
视而不见的亲情	佚名	59

□ 爱的意义

爱的浪迹	张炜	61
爱是一朵非常脆弱的花	奥修	64
爱原来可以如此豁达	刘墉	69

自然的颂歌

□ 自然之美

雨前	何其芳	71
森林与草原	屠格涅夫	73
树	黑塞	75

□ 环境与人

寂静的春天	雷切尔·卡森	77
切肤之痛	阿尔·戈尔	80
地球的极限	佩西	84
自然的人	刘易斯·托马斯	87
让人心痛的母亲河	何清涟	90

社会百态

□ 国民性批判

中国人，你为什么不生气	龙应台	93
要面子不要脸	林重远	96
认错	李国文	98
假若希普在中国	肖雪慧	102

□ 城市生活

大城市与精神生活	齐美尔	104
到东区的五百种方法	黄凡	107
有红绿灯为啥不要交警	茅于軾	111

□ 人性善恶

小丑	屠格涅夫	113
一个惯偷的自述	恰佩克	115

人类的旅程

□ 历史人物

光荣的荆棘路	安徒生	119
麦哲伦	米什莱	123
伏尔泰和弗烈德里克大帝	福斯特	125

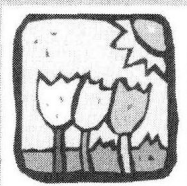
□ 战争与和平

给巴特勒上尉的回信	雨果	128
答案飘在风里	鲍勃·迪伦	130
柏林墙的碎片	刘小枫	132
生死攸关的签证	佚名	134

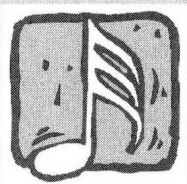
□ 文明之谜

过去的未来	保罗·巴恩	137
史前超文明之谜	齐路	141
欧洲人的一张菜单	罗伯特·路威	145
它们是打后门溜进来的	罗伯特·路威	149

新成长
Growth



有生活的地方，就有快乐和宝藏。



美的事物是永恒的喜悦。



地球是宇宙的一个小舞台。



成长记忆

你还记得那首歌吗？（外二篇）

○ 张小娴

离开学校，长大成人之后，失意的时候，我们心中忽然响起熟悉的老调，平和的诗意，那不是校歌吗？

你还记得那首歌吗？

你还记得中学时的校歌怎样唱吗？

离开学校许多年了，那天跟旧同学见面，忽然有人提出：

“记不记得我们的校歌怎么唱？”

很惭愧，我只记得其中一部分。大家哼着哼着，终于能够哼出整首校歌。

每个人一定都唱过几首校歌：幼稚园的、小学的、中学的、大学的。每逢学校庆典，大家高唱校歌，那时并没有

人会去研究校歌的意思，也没有努力去记着歌词，我们早就已经熟得不能再熟了。

许多年后的一天，我们静下来的时候，忽然想起在过去的岁月里唱过的校歌，好想再唱一遍，可是已经忘记了歌词，只依稀记得旋律。

离开学校，长大成人之后，失意的时候，我们心中忽然响起熟悉的老调，平和的诗意，那不是校歌吗？在年少无忧的岁月里，我们曾经天天唱咏。独个儿把校歌再唱一遍，心里竟然平静多了。

我们一生唱过无数的歌，也喜欢过不同的歌，有些牢牢记住了；有些忘记了；也有一些歌，经不起时间的考验。然而，校歌却是永恒的。一首校歌能够永恒，因为它治疗了成长的创伤。

同一道楼梯，到底是长还是短？楼梯没变，变的是岁月。

楼梯是长还是短？

我小时念的那所幼稚园在一道很长很长的楼梯尽头。记忆中，那道楼梯好像永远也走不完。那时跟同学赛跑，快快跑上楼梯，跑上去，脸也涨红了，好像一下子跑了几百级楼梯。

很多年后，旧地重游，我忘记了的那道楼梯原来是很短很短的。为什么从前会觉得它是很长的？也许当时年纪小，觉得每个大人都是很高的，每条斜路都是很长的，楼梯也是永远走不完的。

人大了，楼梯也变短了，只消走几步便可以走到尽头。从前觉得一望无际的世界，原来很渺小。

小时候，祖母常常送我上学，她总是走在前面。当她走到楼梯顶，我还背着书包慢慢走，她站在上面催我：

“快点！快点！”

我念小学六年级的时候，我们又踏在那道楼梯上。这一次，我走在前面，祖母走在后面。她每走几级，便要停下来休息一下。她一边喘气一边埋怨：

“这道楼梯为什么变长了？以前没有这么长的。”

楼梯没有变长，是她变老了。

同一道楼梯，到底是长还是短？楼梯没变，变的是岁月。

爸爸身上的味道，总是离不开他的谋生伎俩。爸爸老了，那种味道会随风逝去。我们曾否尊重和珍惜他身上的味道？

爸爸的味道

每个人身上都有一种独特的气味，日子久了，那种气味就代表他。

F说，他爸爸是一家海鲜酒家的厨师。小时候，每晚爸爸下班回来，他都嗅到他身上有一股浓烈的腥味。他们住在一个狭小的房间里，爸爸身上的腥味令他很难受。他和爸爸的关系很差，考上大学之后，他立刻搬出去跟朋友住。父子每年只见几次面。

后来，他爸爸病危，躺在医院里。临终的时候，他站在爸爸的病榻旁边，老人家身上挂满各种点滴，加上医院里浓烈的消毒药水味道，他再嗅不到小时候他常常嗅到的爸爸身上的那股腥味——那股为了养活一家人而换来的腥味。他把爸爸的手指放到自己鼻子前面，可是，那记忆里的腥味已经永远消失。那一刻，他才知道，那股他曾经十分讨厌的腥味原来是那么芳香的。

爸爸走了，他身上的腥味却永存在儿子的脑海中，变成了悔改。F说，他不能原谅自己小时候曾经跟同学说：“我讨厌爸爸的味道。”

他记得他有一位同学的爸爸是修理汽车的，每次他来接儿子放学，身上都有一股修车房的味道。另一个同学的爸爸在医院工作，身上常常散发着医院的味道。

爸爸身上的味道，总是离不开他的谋生伎俩。爸爸老了，那种味道会随风逝去。我们曾否尊重和珍惜他身上的味道？

你爸爸身上是什么味道？

（选自《思念里的流浪狗》，知识出版社1998年版。）

导读与赏析

成长心得

三篇故事，讲述了三个关于人生的回忆、回想和回味，引起了我们对于往事和年少时代的怀念。

“记不记得我们的校歌怎么唱？”虽然我们已经忘记了校歌的歌词，但那熟悉的旋律可能依然萦绕在我们的记忆中。

“楼梯是长还是短？”幼儿园的楼梯原来是很短很短的，但在我们的记忆中却是那么长那么长，那只是因为我们已经长大了，只是因为岁月在不知不觉中悄然流逝，无法挽回。

“你爸爸身上是什么味道？”你想过吗？也许，我们只能在回忆与怀念中去寻找爸爸身上曾经有过的味道，只能在回忆中去尊重和珍惜爸爸身上的“芬芳”。



一生最好是少年，一年最好是春天，一朝最好是清晨。——李大钊

——家三口人正在不声不响地吃饭，孩子突然开口说：

“我找到了一个鸟窝！”

母亲抬起头，瞪大了黑黑的眼睛。父亲像往常一样心不在焉，连听也没有听到。也许是为了回答母亲询问的目光，也许是为了引起父亲的注意，孩子又重复了一句：

“我找到了一个鸟窝！”

父亲总算抬起沉重的眼皮，也开始聚精会神地听儿子说话。

孩子高兴了，指手画脚地讲起来。他

提心吊胆地听着，几乎屏住了呼吸。

孩子一直往上爬。巨大的松树又粗又高，他那纤细的身子紧紧贴在树皮上，慢慢往上挪动。每一步都要分两次进行。先用胳膊抱住，接着两条腿尽量往上蜷，最后才停下来，四肢牢牢抓住坚硬的树皮。

用了很长时间才爬上去，中间不得不在结实的树杈上休息三次。现在只能靠手，因为前面都是脆弱的新枝了。

父亲和母亲都惊呆了，谁也没有吱声。就这样，两个人战战兢兢、一声不响地让儿子爬到树上、爬上树冠，用两只天

金·翅·雀

○ [葡萄牙] 米·托尔加

听到这里，父母的心脏都停止了跳动，完全忘记了儿子在什么地方，似乎还在高高的树巅，紧挨着天际，完全忘记了他脚踏在地上，无须两只胳膊小心翼翼地攀附树枝。



说，今天下午赶着羊回家的路上，看见一只金翅雀从一棵大白松树树冠里飞出来。他看呀，看呀，在浓密的树枝里搜寻，终于在高处一根树杈上发现有一团黑黑的东西。

母亲把儿子的话句句吸入心田，还用整个灵魂吻着可爱的宝贝。父亲则又开始吃饭了。

孩子没有在意，接着讲下去。他说，把羊拴在一棵金雀枝上，开始往松树上爬。

父亲又抬起疲倦的眼皮，和母亲一样

真的眼睛看到鸟蛋——窝里仅有一个鸟蛋。

听到这里，父母的心脏都停止了跳动，完全忘记了儿子在什么地方，似乎还在高高的树巅，紧挨着天际，完全忘记了他脚踏在地上，无须两只胳膊小心翼翼地攀附树枝。突然，两个人看见孩子身子一斜，从高处、从松树顶上栽下来，掉在硬邦邦的地上，看来是必死无疑了。

但是，孩子无意中表明，他站在树巅，完全不曾意识到飘在空中、面临深渊的可怕，并且也没有掉下来。倒是发生了

另外一件事。拿起鸟蛋以后非常高兴，情不自禁地吻了它一下。蛋壳得到了孩子嘴唇上的这点热气，突然从中间裂开了，里面露出一个还没有长羽毛的金翅雀。

说这件怪事的时候，孩子的表情天真无邪，如同复述从邻居那里听来的《出埃及记》的故事一样。

随后，他满怀怜爱地把小鸟放到毛茸茸的鸟巢里，从树上下来了。现在，他心境坦然，非常高兴——发现了一个鸟窝！

晚饭吃完了，屋里气氛严肃，谁也没有开口。后来，一家人回到暖烘烘的壁炉旁边，看着里边燃烧的橄榄木时，父亲和母亲才交谈了几句。他们的话说得晦涩难懂，孩子没有猜透。何必要知道他们说了些什么呢？他只想把那只还没有长出羽毛的小鸟的形象深深保存在记忆之中。

(选自《外国百家千字文》，范维信译，上海文艺出版社1991年版。)

导 读 与 赏 析

父母的爱在平淡而略显枯燥的日常生活中，可能已经因为习惯而未能时时显露出来。但是，不经意间发生的一件不平静的事情，却使得这珍贵的情感突然且强烈地展现了。

孩子找到了一个鸟窝，无比地兴奋。他觉得他做的事情是非常快乐的，一丝一毫也没感觉到这件事情中蕴藏的危险性。听着他叙述的父母却是“惊呆了”，“心脏都停止了跳动”。而孩子正继续着他的幸福，至于父母说了些什么“晦涩难懂”的话，又“何必要知道”呢？两代人，两个世界——平静与焦虑，单纯与深沉，其中仅用一个“爱”字，哪怕如此艰涩，还是紧密地联系在了一起。

也许，父母对子女的爱是如此之深，深到被你忘记了它的存在。

成长心得

[illegible]

一切爱始于家庭。——科贝特