



激发你的斗志  
发现自己竟然是那么的优秀

黑夜给了我黑色的眼睛，我却用它来寻找光明……

孙广来 赵海光 编著

青少年道德修养综合手册

# 感悟篇

让你受益一生的智慧书

用鲜活的语言，生动的故事把那么枯燥乏味的人生哲理  
讲得浅显透彻，讲得趣味盎然。

要充实自己，善待人生，完善自我，永不言败，必须打开自己的思维，  
努力学习各种本领，提高自身素质修养，树立崇高理想，修炼高贵品质，  
深切感悟人生，才能出人头地，实现远大而崇高的人生理想。

远方出版社



激发你的斗志  
发现自己竟然是那么的优秀

孙广来 赵海光 编著

青少年道德修养综合手册

# 感悟篇

远方出版社

## 图书在版编目(CIP)数据

青少年道德修养综合手册/孙广来,赵海光编,一呼和浩特:  
远方出版社,2006.1 (2008.2 重印)

ISBN 978 - 7 - 80723 - 121 - 9

I. 青… II. ①孙…②赵… III. 青少年 - 道德修养 - 中国  
- 手册 IV. D432.62 - 62

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2005)第 153582 号

## 青少年道德修养综合手册

---

主 编 孙广来 赵海光  
责任编辑 苏那嘎  
封面设计 红十月设计室  
出版发行 远方出版社  
地 址 呼和浩特市乌兰察布东路 666 号  
邮 编 010010  
经 销 新华书店  
印 刷 北京市梨园彩印厂  
开 本 700 × 1000 1/16  
字 数 160 千  
印 张 117  
版 次 2008 年 5 月第 2 版  
印 次 2008 年 5 月第 2 次印刷  
印 数 5001 - 10000 册  
标准书号 ISBN 978 - 7 - 80723 - 121 - 9  
定 价 238.00 元(全八册)

---

## 前言

《青少年道德修养综合手册》经过广大编者的精心编写,终于与你们见面了。她包括八篇四十八个章节,详尽地阐述了青少年的品质、观念、守则、礼仪、理想、感悟、情操、哲理等八个方面的全部内容。她是你健康成长过程中不可缺少的“营养成份”;她是你求知旅程的良师益友;她是你人生的加油站;她是你实现美好人生的“课前预习”……

这部书应用大量古今中外名人的典范事例,深入浅出,生动地讲述了树立正确人生观的重要性。要充实自己、善待人生、完善自我、永不言败,必须打开自己的思维,努力学习各种本领,提高自身素质修养,树立崇高理想,修炼高贵品质,深切感悟人生,才能出人头地,实现远大而崇高的人生理想。

这部书不是书店里经常见到的教辅读物,而是一部人生道德修养的百科全书。她用鲜活的语言,生动的故事把那么枯燥乏味的人生哲理讲得浅显透彻,讲得趣味盎然。把那些名人成功的秘诀剖析得令人恍然大悟,一目了然。相信这本书你看后会改变你的人生观,激发你的斗志,发现自己竟然是那么的优秀,要出人头地原来是那么的简单!

编者

2006年1月

# 目 录

## 前 言

|                    |      |
|--------------------|------|
| 第一章 青春的浪花 .....    | (1)  |
| 一、生命的内涵 .....      | (1)  |
| 二、善待金钱 .....       | (3)  |
| 三、收获劳动 .....       | (8)  |
| 四、热爱自然、珍爱生命 .....  | (11) |
| 五、共同准则 .....       | (13) |
| 六、做好大众中的一份子 .....  | (16) |
| 七、珍藏友谊 .....       | (18) |
| 八、无价的亲情 .....      | (20) |
| 九、阐释友谊 .....       | (23) |
| 十、具体的幸福 .....      | (26) |
| 十一、探索爱情 .....      | (30) |
| 十二、朝闻道，夕死可矣 .....  | (41) |
| 十三、空虚的疲倦 .....     | (46) |
| 十四、海纳百川，有容乃大 ..... | (49) |
| 十五、塑造美好的人生 .....   | (51) |
| 十六、理性的完善 .....     | (55) |
| 第二章 感受青春 .....     | (57) |
| 一、金钱并不代表所有 .....   | (57) |

|                    |       |
|--------------------|-------|
| 二、我们因为劳动而美 .....   | (60)  |
| 三、珍惜水源 .....       | (62)  |
| 四、地球是我们的母亲 .....   | (64)  |
| 五、提高守法的自觉性 .....   | (67)  |
| 六、建设美好家园 .....     | (70)  |
| 七、苦涩的禁果 .....      | (73)  |
| 八、难言的尴尬 .....      | (75)  |
| 九、我爱我的家庭 .....     | (80)  |
| 十、为人之本 .....       | (84)  |
| 十一、缓解陌生 .....      | (88)  |
| 十二、快乐的解脱 .....     | (92)  |
| 十三、人生就如播种 .....    | (94)  |
| 十四、青春让人回味无穷 .....  | (98)  |
| 十五、读健康有益的书 .....   | (100) |
| 十六、知识是民族的基石 .....  | (102) |
| 十七、真诚待人也有艺术 .....  | (104) |
| 十八、你仍然是个站立的人 ..... | (105) |
| 十九、积极进取 .....      | (106) |

|                    |       |
|--------------------|-------|
| 第三章 我们在成长 .....    | (108) |
| 一、劳动是人生的第一堂课 ..... | (108) |
| 二、洁净的空气 .....      | (110) |
| 三、珍爱绿色 .....       | (112) |
| 四、人类只有一个地球 .....   | (114) |
| 五、尊重法律 .....       | (118) |
| 六、礼貌博爱 .....       | (123) |
| 七、规则与自由 .....      | (126) |
| 八、爱护公共财物 .....     | (131) |
| 九、最伟大的爱 .....      | (133) |
| 十、发展的眼光 .....      | (141) |

|                      |       |
|----------------------|-------|
| 十一、对自己的评价和塑造 .....   | (142) |
| 十二、拥抱真诚 .....        | (145) |
| 十三、永隽的朋友 .....       | (148) |
| 十四、对爱情的洗礼 .....      | (154) |
| 十五、习惯助你成功 .....      | (161) |
| 十六、理智面对败局 .....      | (163) |
| 十七、进取心是前进的动力 .....   | (164) |
| 十八、少说多听 .....        | (166) |
| <br>第四章 青春的万花筒 ..... | (168) |
| 一、别放弃生命 .....        | (168) |
| 二、生命的意义 .....        | (172) |
| 三、理想是我们的向导 .....     | (177) |
| 四、我的生命清单 .....       | (182) |
| 五、坚定的信念 .....        | (188) |
| 六、真正的财富 .....        | (191) |
| 七、珍惜他人的劳动成果 .....    | (192) |
| 八、漫步人生的雨季 .....      | (195) |
| 九、了解自己 .....         | (198) |
| 十、为自己而活 .....        | (203) |
| 十一、放弃已过去的东西 .....    | (205) |
| 十二、不要冷淡而疏忽 .....     | (208) |
| 十三、信任的力量 .....       | (211) |
| 十四、回报诚实 .....        | (215) |
| 十五、潜意识的力量 .....      | (217) |
| 十六、心中的巨人 .....       | (218) |
| 十七、错过了太阳别流泪 .....    | (221) |
| 十八、不如意事常八九 .....     | (222) |
| 十九、永不放弃 .....        | (223) |

## 第一章 青春的浪花

### 一、生命的内涵

人类起源于第三纪中新世的森林古猿中的一支，经过腊玛古猿（晚中新世到早上新世）和南方古猿（中、晚上新世）两个过渡阶段的演化，终于在上新世末——第四纪初出现了真正的人类，从而有了人类及其文化、社会形态。

地球上生命的起源基本上有这样三个过程：第一个过程是从无机物到有机小分子，从无机界到有机界的变化；第二个过程是从有机小分子演变到生物大分子；第三个过程是从生物大分子，演化到原始单细胞的生命。生命起源的过程非常艰难。在这些过程中还具有很强的偶然性，并不是有某种环境，有某种形成条件，就能产生生命。也许，我们生活的这个蓝色星球，是生命的惟一乐园。我们不能奢望地球上第二次的生命起源。生命的产生是千万相关事件幸运结合的意外收获。

经历过“天崩地裂、沧海桑田”的巨变后，地球以其厚重孕育着丰富的生命；经历过悠悠岁月和一代代繁衍生息，我们人类逐渐演变为最复杂、最完美和最高级的生命。

哲人说，一个人的生命比地球还重。这是因为一个人能够来到世

上，本身就是一个创世纪，一个新纪元，一处新景观，在它的孕育过程中，充满了艰辛与偶然。正如下面这个“对话”所描述的，作为个体的生命，我们能够来到这个世界上，是一件多么神奇和幸运的事情！

精子：我的名字叫精子，我的外形似蝌蚪，全长 60 微米，是人体中最小的细胞，也是不能再生发育的细胞。

卵子：我的名字叫卵子，成熟的我直径可达 15 毫米，是人体中最大的细胞。

精子：父亲每次射精，将有 2 亿~5 亿个我的同胞兄弟降生。其中形态异常，智低体轻的约占 40%。

卵子：妈妈每次只生我一个，顶多也只有两个同胞姐妹同时降生。而且只允许一个，最多两个精子同时与我们结合。

精子：噢，看来我们兄弟之间要进行抢亲比赛啦！大家进入人体后，要闯过一道道艰难险阻，需要 4~5 小时，全凭咱自身的能力，最终只有强壮的、充满活力的兄弟才能有幸与你成亲。而那些体弱的、畸形的兄弟，途中就被一个个淘汰掉了。

从在母体内孕育成熟，到呱呱坠地，这是多么不可思议、多么神奇！在母体中，我们要经过与其他兄弟姐妹激烈竞争，才能顺利来到这个世界。而当降临到这个世上后，我们就不再是一个孤零零的个体。我们需要穿别人做的衣服御寒，需要吃别人种的粮食长大，还不断感受着各种关爱。成长，不是孤单的历程，它充满着爱与需要，显得分外温暖与美妙。

2001 年 6 月，北京、上海和沈阳等地的新闻媒体纷纷报道的中国大陆首例骨髓捐赠异地移植手术的消息，一时成为人们关注和谈论的热点。这一事件为什么深深吸引了众人的目光？是什么让人们的心灵受到震撼？因为这是一个跨越北京、上海、沈阳三地的爱心传递！这是一场与死神争夺一个年轻生命的搏杀！这是一曲用热血谱写的无私奉献的赞歌！

1999年9月的一天，一位年仅19岁的沈阳姑娘——郭娜，上午刚收到沈阳师范大学法律系的录取通知书，下午居然拿到一张急性淋巴细胞白血病的诊断书。突如其来的厄运犹如晴天霹雳，死神时刻威胁着郭娜的生命。

2001年3月，郭娜盼来了一缕希望的曙光。中华上海骨髓库找到了与郭娜白细胞抗原相符的骨髓捐献者——中科院上海硅酸盐研究所的唐铮。唐铮是这样说的：“我的付出有可能挽救一个人的生命，世上再没有什么比这更有意义。”因此，她毫不犹豫地接受了这个请求。2001年6月19日，15点15分，由上海航空公司特意安排的“爱心航班”带着100毫升造血干细胞飞往北京；18点01分，北京307医院，唐铮的造血干细胞通过颈部静脉注射成功地移植到患者的体内。郭娜的生命得到了挽救。

我们从啼哭的婴孩，成长为懵懂的少年，走向成熟……在这神秘多彩的生命历程中，有亲人的养育，朋友的帮助，师长的指引和社会的关爱。正是这诸多的“爱”，让我们的生命如此多“情”。生命属于我们自己，却也不完全属于我们个人；它蕴藏着深厚的内涵，承载着厚重的社会意义。任何人都没有权利随意践踏生命。每个人都应该珍视生命，让生命散发无尽的光辉！

## 二、善待金钱

金钱，可以给人带来安逸的生活，也可以满足人们的物质文化生活需要。金钱不是万能的，但是没有钱在现代社会中却让我们寸步难行。试想一下，如果得到经济上的帮助，贫困失学的孩子将重返校园；如果有社会的捐款，因生活拮据而无法支付高昂医药费的重病患者将重获新

生；如果得到银行的贷款，因缺乏资金而暂时陷入困境的企业将重整旗鼓，再战江湖。

某大学生在上大学期间，右眼视网膜突然脱落。医生建议进行视网膜移植，但这需要很大一笔钱，他和他的家庭倾家荡产也负担不起昂贵的移植费用。老师和同学知道此事后，纷纷伸出了援助之手，自发组织在校园里筹款，最后终于筹齐了移植所需的费用，帮助他和他的家庭解决了燃眉之急，使他成功地作完了手术，恢复了光明。

不可否认，钱在人们生活中有重要的作用。但是，不同的人对钱的理解和态度，却千差万别，各不相同。对钱的理解，今人与古人不一样，中国人与外国人不一样，青年人与老年人不一样，穷人与富人不一样。“人为财死，鸟为食亡”，是一种对金钱的理解；“金钱不是万能的，没有金钱是万万不能的”，是一种对金钱的理解；“钱能通神，有钱能使鬼推磨”，是一种对金钱的理解；“钱为万福之源，钱又是万恶之根”，也是一种对金钱的理解。

在学校，有些同学用金钱让别的同学代替自己做值日，搞卫生。他们认为，有了钱就有了友谊，就可以逃避自己的责任。这样一来，同学间的真挚友情变成了赤裸裸的金钱关系，他们自己也在不知不觉中陷入了“金钱万能论”的泥潭。

小班和小卓是同班同学，又是同桌，关系不错，但家境却大不相同，因此也形成了两个人对待生活的不同态度。小卓的爸爸是私企老板，每次总给他很多的零花钱。小卓认为，“有钱就没有办不成的事”。在班里，不论是写作业还是做值日，小卓每次总是逃避自己应该做的事，他答应给小班一定的报酬让他完成自己的任务。小班虽觉得有些过分，但看在钱的分上，只好勉为其难答应他。

交友是为了沟通情感，分享经验，不应把它和个人私利纠集在一起。宋代诗人欧阳修曾说，“君子以同道为朋，小人以同利为朋，以同利为朋者为伪朋，以势交者，势倾则绝；以利交者，利寡则散，势利之

交，难以经远。”古人讲“君子之交淡如水，小人之交甘若醴”。真正的友谊不以物质交往为基础，不要让铜臭玷污了我们纯洁的友谊。

有那么一些人，他们将金钱视为一切，对金钱本身的喜爱达到了痴迷的程度。在他们的生命中，金钱占有绝对重要的地位，所有的一切，包括亲情、友谊、健康……在金钱面前显得那样苍白和无足轻重。

巴尔扎克笔下的葛朗台是世界文学长廊中的四大守财奴形象之一。他一生爱财如命，即使到了弥留之际也不改吝啬的本性。在临死前，葛朗台让女儿将金子放在他眼前，好死时看着以防任何人将它们拿走，还说看着钱能够让他心里温暖。教区的教士来给他做祷告时，他目不转睛地瞧着那些镶金镀银的法器，甚至想在神甫让他亲吻镀金的十字架时，将十字架夺到手中，正是这最后的一搏，让葛朗台送了命。

并不是所有的人都是葛朗台，也不是所有的人都视财如命。有的人将事业、亲情、人类的幸福看得比金钱更有意义，更值得追求。不同的金钱价值观折射出不同的道德品质。

伟大科学家爱因斯坦在学术界担任高职，但对薪金要求很低。他曾把洛克菲勒基金会给的一张价值 1500 美元的支票当书签用。有人见了大为震惊，他却平静地说：“重要的不是这个，而是科学！”

法拉第在进入皇家学院前，介绍人戴维爵士告诉他科学研究工作要付出艰巨的劳动，而所得的报酬却是微乎其微时，法拉第毫不犹豫地回答：“工作本身就是一种报酬。”

面对金钱，有的人沦为它的奴仆，有的人保持清廉的品格；有的人能够一生清贫，有的人却无法抵御诱惑。一些贪得无厌的人为了满足自己膨胀的金钱欲望，甚至不惜触犯法律，走上违法犯罪的道路，直至锒铛入狱。

1996 年 3 月至 1998 年 4 月期间，中国农业银行郾城县支行原营业部主任王春法利用职务便利，挪用本单位资金 4821.875 万元进行个人的营利活动和贿赂他人。王春法在明知他人并未在银行存款的情况下，

违反国家金融票证的管理制度，为他人出具总计金额为 2108 万元的虚假存单，给国家造成重大经济损失。另外，王春法还利用职务之便，非法收受他人财物 5.6525 万元，为他人谋取利益。最后经河南漯河市检察院立案侦查并提起公诉，被告人王春法因犯挪用公款罪、出具金融票证罪、受贿罪被判无期徒刑，剥夺政治权利终身，并没收个人财产人民币 6 万元。

我们国家在经济建设方面取得了巨大的成就，人们的物质生活水平得到了极大地提高。但是，在一些富裕起来的农村，一些腐朽、落后的社会风气正在沉渣泛起。富裕起来的农民，没有将辛勤劳动获得的金钱用于更有意义的扩大再生产和集体的公益事业，而是将大量的金钱用在修祖坟，建祠庙。婚丧嫁娶大操大办，互相攀比，不仅浪费了大量的社会财富，也败坏了社会风气，给一些贫困家庭带来了极大的压力和负担。

现在农村青年结婚不顾家庭实力，追求高消费，盲目攀比，摆阔气、讲排场的现象日益严重。一次结婚费用，一般在万元以上，因此有些人甚至不惜借账结婚。某镇有个收入并不宽裕的青年农民结婚，给女方送彩礼 8000 元，订婚 1000 元，平时年节打发“红包”500 元，过门前男方为其购置衣服、猪肉、烟酒等花费 500 元，置办酒席 3000 元。等把女方接到家，整整花了 13000 元。年迈的父母靠种田过日子，全家辛辛苦苦攒了近 10 年，一下就用光了。他家中还有个弟弟正在上学，将来也要结婚成家。每当提起这事，他就摇头苦笑。这种结婚，造成了一部分农村青年婚后经济困难，削弱了对农业扩大再生产的投资，而且高价媳妇常常使家庭不和，夫妻反目，成为社会不稳定的隐患。

不能否认，钱的确可以提升人们的生活情趣，满足我们向往的某些生活需要。但是，金钱并不是生活的全部意义。在我们的周围，有许多人虽然一生清贫，却能家庭和睦，幸福快乐；也有一些人阔绰富有，却终日里眉头紧锁，甚至因为钱泯灭人伦亲情。

小说《卡拉马助夫兄弟们》就描写了这样一个故事：狄米屈是个心怀愤懑的年轻人。他相信自己有一笔遗产，于是未成年就先靠那笔钱借债。当后来突然发现什么遗产也没有时，年轻人大吃一惊，怀疑他父亲骗他，几乎要失去理智，真好像疯了一般。最终，他就为那几千卢布杀死了自己的父亲。

生活中并不缺乏“穷并快乐着的人”。看过《贫嘴张大民的幸福生活》的人，都会被主人公张大民追求快乐的精神所深深感动。张大民只是个普通的工人，是贫困家庭的长子，承受了家庭和工作带来的许多压力。可他生性乐观，即使是一些别人看来很难处理的事情，他也能苦中作乐，想方设法解决，使得并不富裕的家庭充满欢声笑语。贫穷并不可怕，可怕的是在贫穷中怨天尤人，自暴自弃。

一位中国女作家在美国纽约街头散步，经常看到一个垂垂老矣的乞丐，总是面带微笑，显示出内心的愉悦。女作家大惑不解，忍不住好奇地问他：“请告诉我，在这样一种境遇中，你为什么还能以喜悦面对残酷的现实呢？”老人的回答让作家大吃一惊：“人类最痛苦的日子是耶稣被钉在十字架的那一天，而三天后，他又复活了。所以，每当我的日子极为艰难时，我总对自己说：三天后一切都会好起来的。”

钱能够买到很多东西，却不一定能换来内心的安宁；钱可以装饰人生，却不能决定人的价值。拥有金钱，我们生病的时候可以住进最好的医院，但却买不到健康；拥有金钱，我们可以选择最好的学校，但却不一定能明白人生的真谛；拥有金钱，我们可以经常参加各种聚会，但却不一定能获得真挚的友情……因此，我们应该树立正确的金钱观，学会做出明智的选择。



### 三、收获劳动

一天下课后，正在上初一的李志在全班同学面前炫耀：“你们身上的钱，加起来都没有我多！”说着，从口袋里掏出了500元钱。“这是我一周的劳动所得，而且妈妈同意，以后只要我做家务，她都会给我工资……”

我们也许会理直气壮地说：“做了家务，父母就应该给报酬。”不可否认，金钱确实是劳动的收获之一，但劳动的价值却不能仅仅用金钱来衡量。如果只为了挣钱而劳动，那就太低估了劳动的意义。在索取工资的同时，我们可曾想过，自己应该体谅辛苦工作的父母，承担家庭的责任和义务、锻炼自理能力，培养创造意识？劳动能够回馈我们的是比金钱更宝贵的东西。

裘苑，上海市第三女子中学学生，曾在全国获过18项发明奖。共青团上海市委授予她“少年爱迪生”称号，这和她从小自己动手做家务是分不开的。裘苑的父母并非只让孩子读书而不做其他事情，而是很早就培养她动手动脑的能力，让她操持家务。她在上学期间就掌管着家里的生活费，负责买菜做饭，安排一家人的生活。在家务劳动的过程中，怎样封煤球炉过夜，曾使她苦恼过。但正是这苦恼促使她发明了节能自控煤炉。她说：“家务劳动造就了我。”

正是在劳动的过程中，人类得以不断的进化和完善，劳动不仅使人类大脑得到了开发，使手脚更加灵活，还使人类在手和脑的配合与练习中变得聪明睿智。俗话说“心灵手巧”，正是因为手巧才能达到心灵，正是由于不断的劳动我们才能开发自己无限的创造力，从而改造世界，开创绚烂多姿的生活。

从记事起，父母长辈就用“勤学苦练”、“勤能补拙”等格言勉励我们。的确，例如唐人韩愈所说的那样：“业精于勤荒于嬉，行成于思毁于随。”

方仲永，宋朝江西金溪县人，天资聪明，七岁时就能写诗。同县人都称赞他，并以宾客之礼对待他的父亲，有的人甚至还给他父亲一些钱财银两。方仲永的父亲感觉这样不错，于是每天带着孩子外出做客接受招待，没有让他进一步学习。到方仲永十二三岁，王安石见他时，他写出的诗已不是很好了。又过了七年之后，王安石路过该地一问此人情况，别人告诉他，方仲永已经不会写诗了。

人能成功的一个重要原因就是勤奋。古人说得好，“笨鸟先飞”。有的人天资平平，但是，通过自己的勤奋劳动，别人一次就能学会的，他就花数十次，甚至上百次去学，坚持不懈，最终用努力换来了成功。在通往胜利的道路上，没有聪明者，只有勤奋者。勤奋，能为聪明加分，但聪明却无法弥补懒惰的缺陷。勤奋的人，常把高山作平地，懒惰的人，常把平地当高山。让我们从现在做起，从自己做起，从小事做起，不要让自己发出“少壮不努力，老大徒伤悲”的哀叹。

1920年，一个11岁的美国男孩踢足球时，不小心踢碎了邻居家的玻璃，人家索赔12.50美元。闯了大祸的男孩向父亲认错后，父亲让他对自己的过失负责。他为难地说：“我没钱赔人家。”父亲说：“这12.50美元先借给你，一年后还我。”从此，这个男孩每逢周末、假日便外出辛勤打工，经过自己一年的努力，他终于挣足了12.50美元还给父亲。这个男孩就是后来成为美国总统的里根。他在回忆这件事时说：“通过自己的劳动来承担过失，使我懂得了什么叫责任。”

责任感是一个人应该拥有的基本品质，也是一个成功者的必备条件。一个道德情感贫乏，缺乏责任感的人不可能真正关心他人，也无法与人真诚合作，更无法适应未来的社会。责任，犹如人的身体脊柱，没有了脊柱，人就无法站立，即使能够喊出惊天动地的豪言壮语，也会软

弱无力。责任，是人体内流动的血液，血液枯竭，生命继而终结。丢弃了责任，生命就缺失了源源不断的创造之泉。

劳动，是培养责任感的重要途径。无论是什么样的劳动，脑力也好，体力也好，我们都不应该将其视为一种负担，或者以游戏的心态去对待。对于每一件事情，我们都应认真负责，尽心尽力地做好，而不是虎头蛇尾，草草了事。只有这样，劳动才真正有益。此外，经常参加服务他人、服务社会的公益性劳动，也能够培养责任心，使我们心中有他人、有集体、有国家，成长为具有强烈社会责任感的现代公民。

在第一届中日夏令营活动中，孙云晓（中国青少年研究中心专家）问一个13岁的北京男孩：“你们与日本孩子相比怎么样？”孩子摇摇头说：“我们不如他们能干。”孙云晓问他为什么这么说，他回答：“我长这么大，连火柴都很少划，家炊都不会，更何况野炊？不是我们不想干，是我们不会干，长这么大谁让我们干过？”负重远行，都是背10多公斤的东西，都是几十公里的路，中国孩子松松垮垮，叫苦不迭；日本孩子纪律严明，咬紧牙关，一直走到头！宿营生活，日本孩子烧火、炒菜、煮粥，什么都会；中国孩子就没这两下子，只好饿着肚子向领队叫屈……

联合国曾组织调查过一些国家小学生每日平均从事家务劳动的时间：美国1.2小时，泰国1.1小时，韩国0.7小时，英国0.6小时，法国0.5小时，而我国仅12分钟。美国哈佛大学经过40年研究后发现：那些从小经常参加劳动的孩子，即使他们小时候只是从事些简单的家务劳动，比起那些不劳动的孩子生活幸福得多。这是因为经常在家庭和集体中做事，能够使青少年树立自信，他们感觉到自己是整个社会大家庭中的一员，他们对自己感到满意，别人也对他们感到满意。同时，美国一项研究成果还表明：爱劳动和不爱劳动的孩子相比，长大后犯罪率为1:10；失业率为1:15。

劳动，还能磨练意志，增强自信。只有一个平日里热爱劳动、注意