

优秀青少年

励志读本



刘继红 董博 ◇ 主编

流传千年的至理名言

下

震撼心灵的永恒经典

内蒙古人民出版社



目 录

第一编 好心态让你创造幸福的人生

美丽心灵是吸引幸福的磁场	(3)
心态是命运的骑手	(6)
积极心态是开启财富之门的金钥匙	(8)
把不幸当作幸福的起点	(11)
你身边就是幸福	(13)
给予是一种快乐	(15)
忧虑是人生最丑陋的皱纹	(17)
消极心态是成功的拦路虎	(21)
心态决定你的人生高度	(22)
改变世界从改变自己开始	(25)
在聆听中认识自我	(27)
以达观的态度面对挫败	(31)
用热情的心拥抱生活	(33)
你的态度决定你的成败	(35)
做心态的主人	(37)
每天进步一点点	(39)
永不满足	(41)
敢为天下先	(43)
要有背水一战的坚韧意志	(46)

自卑是一种可怕的消极心态	(48)
自我激励是成功的强大助推器	(52)
内心	(55)

第二编 别人心态害了你的一生

以积极的态度来对付不幸	(59)
培养对工作的热情	(62)
乐观地对待生活中的一切	(65)
乐观还你一片心灵的晴空	(69)
行动是克服拖拉的最好方法	(73)
坚持到最后,你就是大赢家	(76)
自信是成功的第一秘诀	(79)
幸亏你仍能坚持自己的梦想	(82)
超级杯冠军的成功秘密	(84)
过程曲折并不预示结果失败	(87)
从容地接受不可改变的现实	(89)
自信使人赢在人生起跑线上	(92)
人生没有永恒的劣势	(95)
等待是毒药,命运靠创造	(97)
跨越自卑,主宰命运	(101)
人生始终有两种选择	(104)
决不要随意贬低自己	(107)
热情是人生成功的引擎	(111)
成功,可能就在下一次	(115)

第三编 好心态让你学会做人

你的思想无疑是你最有价值的财产	(121)
思考人生的“十字路口”	(128)
每天都清晰地思考问题	(132)
将自己的努力集中在最要紧的事	(143)
思考决定一生	(146)
你能看多远,你就能走多远	(150)
制定确实可行的目标	(154)
不相信自己等于蔑视自己	(162)
在逆境中可能发生的危险	(167)
目标必须是你自己的	(171)
给自己开出挽救失败的处方	(175)
卓有成就者的目标确立法	(179)
头脑清晰才能选择正确	(182)
让自信“速成”起来	(186)
激活你的思维	(192)
不要被挫折击倒	(195)

第四编 好心态让你克服自身的弱点

自卑是一种不良的心态	(201)
战胜自卑才能超越自我	(203)
学会尊重别人	(206)
欲望影响人的行为	(209)

友谊需要经营	(212)
坦然面对压力	(215)
打开心灵的枷锁	(218)
坦言你的失误	(221)
要接受不完美的自己	(223)
以诚相待	(226)
给自己做主	(229)
学会节制欲望	(232)
化压力为动力	(234)
别让自己成为习惯的产物	(237)
别让烦恼在家过夜	(241)
让绯闻见鬼去吧	(243)
聪明做事，糊涂做人	(245)

第五编 好心态让你享受生活

珍惜你身边的一切	(249)
有限的生命里，要会享受生活	(251)
给心灵开一个存折	(253)
学会捡拾爱情的碎片	(255)
将生活当成一种享受	(256)
上帝最爱的是穷人	(258)
学习遗忘	(260)
细心体验，用心生活	(262)
为别人照明，给自己开路	(265)
学会忘记伤痕	(267)

给车胎放气就能通过	(269)
不必为失去的东西掉泪	(271)
钻石就在你的脚下	(273)
人生都有几道坎	(275)
心理健康是最大的富有	(278)
不以得为喜,勿以失为忧	(280)
自己就是面镜子	(283)
每个人都有自己的幸福	(285)
不要让生命递减	(286)
相信总有一天会成功	(288)
开发自己最宝贵的财富	(290)
世俗的标准不是安全带	(292)
弱者回首就变强	(294)
给人生算笔总账	(296)
坚持理想不要放弃	(298)
寻找生命的意义	(300)
你把成功定位在多远	(303)
关键是你整装上路	(305)

第六编 好心态让你做事更周全

先做朋友,后做事	(309)
精心编织罗网	(316)
因人而异,因事而变	(321)
切莫落井下石	(327)
没有不能用的,只有不会用的	(329)

不要贬损他人,抬高自己	(334)
同学关系最近,燃眉之际可用	(338)
难题不直取,绕道易攻关	(344)
寻找共同点,难事变易事	(347)
细心呵护网中“鱼”	(350)
从对方的立场看问题	(354)
不得罪不该得罪的人	(359)
利用熟人寻找靠山	(362)
谨慎交友,精而勿滥	(366)
要想办好事,先要认清人	(370)



珍惜你身边的一切

珍惜所有,不要等失去时才感叹它的宝贵。

人们很少想到自己拥有什么,却总是想着自己缺少什么。不要感叹你失去或未得到的,而应该珍惜你已经拥有的。

一些人,往往是拥有时不珍惜,一旦失去后才觉得宝贵。或许在不幸降临之前,我们一直在不断地追求幸福,但殊不知,事实上我们早已拥有幸福。当你走进病房,见到许多病人还在为生命而奋斗,当你参加亲友的遗体告别仪式,你不觉得自己是生活在幸福之中吗?

珍惜,对任何人来说,都是应该具有的情感。你珍惜了生命,生命方能长久;你珍惜了家人、朋友的情感,尊重他们,关心他们,你便会在友善的交流之中,获得快乐和幸福,那么人间就会充满爱。

人若能以珍惜的情感对待生活中的每一天,每件事,那么人生中摆脱不掉的悲苦,也都会变得有其存在的意义与价值了。

面对一件事,即使它是不得不做的工作,因为你会珍惜,你也会感到愉悦;面对一件事,如果就只当它是一件事,因为



你不懂得珍惜，你只是在应付，即使会给人带来享受，你也会觉得无奈。一件事情，随便地完成它和珍惜地完成它的结果或许一样，但是感受绝对不同。前者可能是无奈与厌烦，后者必然是欣喜与快乐。

让我们多去想想“我们有什么”，而不要想“我们缺什么”。因为美无处不在，即使在最简朴的生活里，在最挫折的逆境中，用珍惜、感激的心情营造生活，不以敷衍、应付的态度消磨生命。这样，你就会发现，美好一直就在你身边！

不要为自己没有的而悲伤，要为自己拥有的而欢喜。要相信：天真的黑下来的时候，星星就会出现。当我们心情沮丧的时候，要想到人生中美好的一面。





有限的生命里，要会享受生活

几年前在某个大学的毕业典礼上，可口可乐的总裁说了一段有关工作与生活中事物间的关系的话：“想象生活是一个比赛，你必须同时丢接五个球，这五个球分别是：工作、家庭、健康、朋友以及精神生活，然而你不可让任何一个球落地。你很快就会发现工作是一个橡皮球，如果它掉下来，它会再弹回去，而其它四个球：家庭、健康、朋友以及精神生活是玻璃制的，如果你让这四个球其中任何一个落下来，它们会磨损、受损，甚至会粉碎，而一旦落下，它们将不再和以前一样。”

你必须知道这些事而在生活中设法求得平衡，但要怎么做呢？不要认为你应该与其他人做比较，因为每个人都不同，因此每个人都是独特的。

不要将别人视为重要的事订为自己要达成的目标，只有你自己知道自己需要什么。

不要将一切贴心的事物视为理所当然，要重视生活中所拥有的，因为一旦失去了它们，你的生活即将失去意义。

不要活在过去中或只是为了未来而活，而让你的生命由指端滑落。重视现在、把握当下，你将每天过着充实的生活。



当你仍可以给予时，不要轻言放弃；在你停止尝试之前，没有任何一件事是已经结束的。

不要害怕承认自己是不完美的，因为这是将我们联结在一起的微弱联系。不要害怕面对风险，我们在尝试中变得勇敢。

不要说真爱难寻而将爱排除于你生活之外。接受爱的最好方法是给予，将爱握得太紧将很快失去它，而保持爱的最好方法是给它自由。

不要匆忙的过生活而忘了自己曾经历过的种种事物，以及自己未来的方向。不要惧怕学习，知识是没有重量的，你永远可以轻易的带着它与你同行。不要挥霍时间或话语，这两样事物是无法收回的。

生活不是一个竞赛，但是在这条路上，每一步都能令你回味无穷。





给心灵开一个存折

为别人付出你的爱心,就种下一片希望,就会有硕果累累的一天,就能品尝到丰收的喜悦。

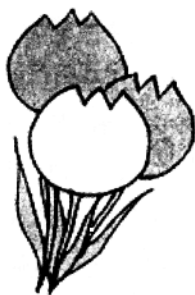
“鸟儿无意中带来的一粒种子,谁能料到多年以后会长成一棵大树呢!”金女士回忆起创业之初的机缘来,每每对旅途中的一件很小的事慨叹不已。

14年前的一个夏天,金小姐作为一名公司职员从台湾去美国芝加哥参加一个家用产品展览会。午餐就在快餐厅里自行解决。当时人很多,金小姐刚坐下,就有人用日语问:“我可以坐在这里吗?”抬头一看,是一位白发长者正端着饭站在面前。她忙指着对面的位子说:“请坐。”接着起身去拿刀、叉、纸巾这类的东西,担心老人家找不到,便帮他也拿了一份。一顿快餐很快就吃完了,老人临走时递来一张名片,说:“如果以后有需要,请与我联络。”金小姐一看,哟,原来老人是日本一家大公司的社长呢。

一年以后,金小姐自己注册了一家小公司。生意做了,不到一年,客户突然不做了,而这时,新一年的生产计划已经定了,连样品都做好了,更何况,这是她惟一的客户!怎么办?真的一起步就要破产吗?她忽然想起那位日本老人来。



就抱着一线希望去了一封简单的信,说不知你是否还记得我。我现在自己开了一家小公司,如果你来台湾希望能来看一下。信发出后一个星期,就收到了回信,老人说即日启程来台湾。两天后,他真的来了,还带来了六七个公司职员。他们拿出样品让她试加工,在肯定了产品质量之后,当场下了足够金小姐做一年的大订单。金小姐惊喜地问:“您在台湾有很多大客户,而我这里只是个小公司,您真的信得过我吗?”老人从皮箱里拿出一本书来,名字叫做《人心的贮存》,说:“当初你在芝加哥给我小小的帮助时,你并没有想到会有这样的回报。”





学会捡拾爱情的碎片

不论怎么相爱的人,婚后仍然需要不断协调,不断适应。

有一对小夫妻吵嘴了。女的一生气,把结婚照片撕成两半儿,男的更气,夺过来接着撕,结婚照立刻成了碎片!

女的哭了:“离婚!”男的火了:“离就离!谁不离谁是孙子!”说着双双夺门而去。

有个老人听说了这件事,极平静地对他们说:“别,先别离,先回家看看,把满地的碎片捡起来,把上面的花朵对齐了,会出现奇迹的!”

于是女的先回家,开始小心翼翼地捡拾地上的碎片,不久男的也回来了,也开始小心翼翼地捡拾碎片,就这么捡着捡着,也就捡回了一串极芳香极美丽极温馨的回忆!

心里像有春风吹过,热乎乎的。女的悄悄地哭了,男的也傻愣愣地站着,看着妻子,鼻子里直发酸。

突然,女的哇的一声扑进男的怀里,泪下如雨,男的也就一把搂着她,搂得很紧,一起看着那张重新拼接好的照片——照片上有花,他和她也像花,都笑得极灿烂。

从那以后,灿烂簇拥着他们,他们再也没吵过架。



将生活当成一种享受

只有永远拥有充满梦想和激情的心灵，才能真正懂得生活的意义。

有一位人力三轮车师傅，50多岁，看得出他年轻时相貌堂堂，如果去唱歌，应该属偶像级的。问他为什么愿干这样的活儿，他笑着从车上跳下，并夸张地走了几步给我看，哦，原来是跛足，左腿长，右腿短，天生的。

坐车有点不忍，可他却很坦然，仍是笑着说，为了能不走路，踩三轮车，便是最好的伪装，这也算是“英雄有用武之地”。不时，他还转过头“告慰”人说：“我老婆很漂亮，儿子也很帅！”

坐他的车，会让人如沐春风。他又对人说，自己没什么文化，有好体力，踩三轮车，很环保，也可养家糊口，一天可挣上百元，他有“人生三愿”，即吃得下饭，睡得着觉，笑得出来。

还有一位跛女子，她喜欢跳舞，因为微跛，一些弧步反而跳得更美丽、流畅，所以她成了舞厅皇后。她总结说：“我利用了我的不足！”

而另一位女子喜欢自助旅行，一路上拍了许多照片，并积极出版发行。记者在采访她时，她很认真地说：“因为我长



得丑,所以很有安全感,如果换成杨钰莹或张柏芝等美女一个人自助旅行,那就很危险了,我得感谢我的丑!”英国有位作家兼广播主持人,他叫汤姆·撒克,事业、爱情皆得意,但他只有 1.3 米,他不自卑,别人只学会“走”,他学会了“跳”,所以,他成功了,他有句豪言壮语:“我能够得到任何想要的东西。”

生活如琴,让轻松的梦幻曲在我们的指间滑落;生活如歌,用蝴蝶、月光、鸟语写成一首首“让心灵燃烧的歌”。

有一位著名作家总是这样对自己说:“如果没有出生在世,我就无法听到脚底的雪发出的呀呀声,无法闻到木材燃烧的香味,也无法看到人们眼中爱的光芒,更不可能享受到因为自己的奋斗而带来的成功的快乐……能活在世间,是一件多么幸运的事啊!我为什么不尽情地享受生活中的每一天?”





上帝最爱的是穷人

艰难困苦，玉汝于成。年轻时的贫穷与磨炼是一生的财富。

一位父亲带儿子去参观凡·高故居，在看过那张小木床及裂了口的皮鞋之后，儿子问父亲：“凡·高不是一位百万富翁吗？”父亲答：“凡·高是位连妻子都没娶上的穷人。”

第二年，这位父亲带儿子去丹麦，在安徒生的故居前，儿子又困惑地问：“爸爸，安徒生不是生活在皇宫里吗？”父亲答：“安徒生是位鞋匠的儿子，他就生活在这栋阁楼里。”

这位父亲是一个水手，他每年往来于大西洋各个港口。这位儿子叫伊尔·布拉格，是美国历史上第一位获普利策奖的黑人记者。

20年后，在回忆童年时，布拉格说：“那时我们家很穷，父母都靠出卖苦力为生。有很长一段时间，我一直认为像我们这样地位卑微的黑人是不可能有什么出息的。好在父亲让我认识了凡·高和安徒生，这两个人告诉我，上帝没有这个意思。”促使他成功的无疑是那两位贫贱的名人。

从他们这一类人的故事中，你是否发现这样一个事实：造化有时会把它的宠儿放在下等人中间，让他们操着卑贱的