

CHENG
ZHANG

BAI
ZI
JING

学生的指南 教师的工具 家长的话题

成长百字经

因为少了一枚铁钉，而丢了一个马掌
因为丢了一个马掌，而倒下了一匹马
因为倒下了一匹马，而输掉了一场战争
这一百个字，如同一百个马掌钉

◆ 姜连举 迟 瞳 著 ◆

东北林业大学出版社

CHENG
ZHANG
BAI
ZI
JING

学生的指南 教师的工具 家长的话题

成长百字经

◆ 姜连举 迟瞳 著 ◆

东北林业大学出版社

图书在版编目(CIP)数据

成长百字经 / 姜连举, 迟瞳著. — 哈尔滨: 东北林业大学出版社, 2009.1

ISBN 978-7-81131-377-2

I. 成… II. ①姜…②迟… III. 青少年-思想政治教育-中国 IV. D432.62

中国版本图书馆CIP数据核字(2008)第177736号

责任编辑 / 李学忠

封面设计 / 秦旭萍



成长百字经

姜连举 迟 瞳 著

出版发行 / 东北林业大学出版社

社 址 / 哈尔滨市和兴路 26 号

电 话 / 0451-82113296

经 销 / 全国新华书店

印 刷 / 黑龙江日报印务中心印装

开 本 / 889X1194 1/32

版 次 / 2009年1月第1版 2009年1月第1次印刷

印 张 / 7

字 数 / 130千字

书 号 / ISBN 978-7-81131-377-2/D · 122

定 价 / 20.00元

◆ 马掌钉的典故 ◆

莎士比亚名句：马、马，一马失天下！

《莎士比亚文集》中记载了这样一则意味深长的故事：

1485 年的波斯沃斯战役中，英国国王理查三世带领军队与里奇蒙伯爵决战。当理查三世跨上战马率部队冲向敌军阵营时，突然马失前蹄，从马背上重重地摔了下来。士兵们见状纷纷转身逃跑，仗打败了，并且因此丧失了社稷。

马失前蹄的直接原因是：战马出征之前，马夫因为匆忙之中找不到马掌钉了，就给马掌少钉了一枚！

◆ 献 辞 ◆

谨以此书

献给每天都在成长的广大青少年学生

献给伟大、辛苦而丝毫不敢懈怠的家长

献给承担神圣使命的 1000 多万教师及校长

献给对民族下一代没有丧失信心与梦想的人们

——献给任重道远的中国教育事业

总 策 划

田 春

策 划 团 队

张会江 范亚格 赵 侠 李 韦
程少飞 张凤梅 史晶枚 王 明

品 牌 营 销

刁 瑞

E-mail: xirui9497@vip.163.com

序

青少年是一个国家和民族的未来。关注青少年成长，关注青少年的教育，特别是关注青少年的思想道德教育，历来是每个国家、每个民族不衰的话题。

我国的青少年是中国特色社会主义事业的接班人。他们的思想道德状况和科学技术水平如何，直接关系到中华民族的整体素质，关系到我们国家能否持续发展和未来中华民族的命运。对他们进行思想道德教育是每个家庭的责任，更是学校教育的责任、党和国家的责任。中国改革开放以来的每一重大历史时期党中央和国务院都要对青少年思想道德建设工作提出明确要求，作出重要部署。高度重视未成年人思想道德建设，已成为党中央推进党和国家事业发展、实现党和国家长治久安的重大战略任务。坚持把全体学生培养成为爱国的具有社会公德、文明行为习惯的遵纪守法的“四有”的公民，是我国青少年思想道德建设的根本目标，也是我们党和国家在开展未成年人思想道德建设方面长期积累的、必须坚持的重要经验之一。

当今时代在发展，社会在前进，世界正在发生广泛而深刻的变化，中国正在发生广泛而深刻的变化，未成年人思想道德建设的环境、对象、任务、渠道与过去相比都发生了很大的变化——社会主义文化更加繁荣，

人民精神文化需求日趋旺盛，人们思想活动的独立性、选择性、差异性明显增强，对发展社会主义先进文化提出了更高的要求。这些新的机遇、挑战与人们思想活动新的特点，是当前青少年的思想道德建设面临的新课题。为此，青少年思想道德教育工作中必须进一步坚持加强公民意识教育，并在教育观念、内容、方法上不断改进创新，把思想道德教育和知识性、科学性、娱乐性、趣味性统一起来，做到深入浅出，入耳、入脑、入心，以增强青少年学生思想道德建设工作的针对性和实效性。

姜连举、迟瞳所著《成长百字经》，是在总结他们多年来从事青少年思想道德教育工作的经验基础上，坚持贴近生活、贴近实际、贴近未成年人的原则，精心创作编辑了100篇经典的短文，通过介绍名人成功故事，进而阐述人生的道理与经验，引导青少年学会正确处理好个人与他人、个人与家庭、个人与社会、个人与国家的关系。《成长百字经》筛选的100个问题，以一个关键字为一个标题，并用四句利于上口的顺口诗释题意，以向上的思想和寓意深刻的哲理与青少年学生进行交流“对话”，力图引导学生学会思考，学会做出独立判断，学会做一个负责任的公民。“我也知道，这种对话式的交流，可能还不一定会完全表达到位。我只想与孩子们的思想、生活和学习贴近，再贴近，使想说的话简单，再简单，要表述的寓意清楚，再清楚，让每一个字好记，再好记。”（《成长百字经》作者）

人的成长是一个漫长的过程，着眼于青少年发展的未来首先就要把握现在，立足当前，付出更多的精力注重做好现实教育中的每一项工作，希望能有更多的类似《成长百字经》的作品出版，为青少年成长创造一个更好的成长环境。

周长祜

教育部基础教育司德育处原处长
全国青少年校外教育工作联席会议办公室项目部原副主任
2008年11月15日于北京

目 录

成长名言	1
第1个字 想 / 想与做	2
第2个字 要 / 我要	4
第3个字 手 / 手中握乾坤	6
第4个字 玩 / 时间管理	8
第5个字 恩 / 一杯牛奶	10
第6个字 趣 / 兴趣是最好的老师	12
第7个字 步 / 第一步	14
第8个字 难 / 困难像弹簧	16
第9个字 关 / 人生路上一道道关	18
第10个字 学 / 不耻下问	20
第11个字 诚 / 诚者，以待天下	22
第12个字 护 / 守护心灵的圣地	24
第13个字 败 / 失败是成功之母	26
第14个字 愚 / 大智若愚	28
第15个字 取 / 取之有道	30
第16个字 意 / 意的解析	32
第17个字 心 / 心态决定人生	34
第18个字 满 / 完美主义	36
第19个字 爱 / 爱是什么	38
第20个字 律 / 律的联想	40
第21个字 事 / 做事，人生的开始	42
第22个字 苦 / 苦尽甜来	44
第23个字 情 / 永远的情	46
第24个字 善 / 善是大爱	48

第25个字	问 / 问的学问	50
第26个字	观 / 智慧人生	52
第27个字	清 / 清与浊	54
第28个字	国 / 我们是中国人	56
第29个字	识 / 立刻去做	58
第30个字	任 / 责任的苦与乐	60
第31个字	气 / 最大的勇气是限制自己	62
第32个字	解 / 不求甚解“马大哈”	64
第33个字	紧 / 你的对手是时间	66
第34个字	体 / 身体是本钱	68
第35个字	智 / 智慧的几种版本	70
第36个字	我 / 我是谁	72
第37个字	力 / 自己的力量	74
第38个字	点 / 以小见大	76
第39个字	说 / 做事与说话	78
第40个字	听 / 听的学问	80
第41个字	德 / 德不孤 必有邻	82
第42个字	志 / 志在千里	84
第43个字	断 / 当断则断	86
第44个字	人 / 思考的人	88
第45个字	错 / 错误的价值	90
第46个字	乐 / 快乐的礼赞	92
第47个字	信 / 信用无价	94
第48个字	动 / 运动无限	96
第49个字	笑 / 笑比哭好	98

第50个字	书 / 人类进步的阶梯	100
第51个字	好 / 好人是这个世界上的魂	102
第52个字	懂 / 懂与不懂	104
第53个字	福 / 幸福的事	106
第54个字	真 / 真的最高境界	108
第55个字	静 / 闹中取静	110
第56个字	为 / 有所作为	112
第57个字	帮 / 人字结构	114
第58个字	私 / 和的意义	116
第59个字	望 / 希望与失望	118
第60个字	网 / 互联网是一种工具	120
第61个字	品 / 品一品	122
第62个字	得 / 得与失	124
第63个字	通 / 通的挑战	126
第64个字	秒 / 读秒时间	128
第65个字	明 / 阳光的明	130
第66个字	正 / 认识你自己——“三正”	132
第67个字	辨 / 辨别的能力	134
第68个字	强 / 强者	136
第69个字	勤 / 勤劳的报答	138
第70个字	理 / 剪得断 理不乱	140
第71个字	孝 / 远离不孝之人	142
第72个字	勇 / 勇气无价	144
第73个字	度 / 度的尺寸	146
第74个字	言 / 言之真谛	148
第75个字	路 / 人生之路	150

第76个字	恋 / 人生之恋	152
第77个字	怒 / 不怒	154
第78个字	本 / 本之歌	156
第79个字	愿 / 愿望之美	158
第80个字	让 / 让的智慧	160
第81个字	美 / 美的难易	162
第82个字	一 / 最小与最大	164
第83个字	家 / 家和万事兴	166
第84个字	头 / 头的重量	168
第85个字	怕 / 没什么可怕的	170
第86个字	话 / 谎话的代价	172
第87个字	怀 / 有怀乃大	174
第88个字	扬 / 低垂的谷穗	176
第89个字	忧 / 忧伤和悲痛	178
第90个字	实 / 虚实之间	180
第91个字	忍 / 孰不可忍	182
第92个字	劲 / 劲霸	184
第93个字	弃 / 永不言弃	186
第94个字	悟 / 善悟	188
第95个字	俗 / 俗与雅	190
第96个字	细 / 细节决定成败	192
第97个字	名 / 名声是个什么东西	194
第98个字	行 / 行者无惧	196
第99个字	机 / 制造机会	198
第100个字	视 / 倒立看世界	200
	后记 / 一个家长的真心实话	202

◆ 成长名言 ◆

动员社会各方面共同做好青少年思想道德教育工作，为青少年健康成长创造良好的社会环境。

◆ ———— 胡锦涛
在党的十七大报告中指出

因为我是班长！如果其他同学都没有了，要我这个班长有什么用呢？

◆ ———— 林浩
(9岁，汶川县映秀镇小学二年级学生，抗震救灾英雄少年)

学然后知不足，教然后知困。知不足，然后能自反也；知困，然后能自强也。

◆ ———— 孔子

古之立大事者，不惟有超世之才，亦必有坚忍不拔之志。

◆ ———— 苏轼

春天不播种，夏天就不生长，秋天就不能收割，冬天就不能品尝。

◆ ———— 海涅

世界不会在意你的自尊，人们看的只是你的成就。在你没有成就以前，切勿过分强调自尊。

◆ ———— 比尔·盖茨

想 xiǎng

父母之恩时常想，
尊师教诲天天想，
善于思考有思想，
志存高远树理想。

第 1 个字

想

——六书经义

释义 ◆ 想念，怀念，羡慕；思考，思索；希望，想要；推测，认为。

谨慎 勇敢 聪明
幻想 简单 懒惰

想与做

据统计，全世界人口总数已经达到66亿之多。如果我们把所有的人按为人处事原则划分一下类别，会发现其实世界上总共也只有这六种人——想了再做、做了再想、边想边做、只想不做、只做不想、不想不做。

想了再做的人，是谨慎的人；

做了再想的人，是勇敢的人；

边想边做的人，是聪明的人；

只想不做的人，是幻想的人；

只做不想的人，是简单的人；

不想不做的人，是懒惰的人。

谨慎的人值得尊敬，勇敢的人要给予赞美，聪明的人是学习榜样，幻想的人应该醒醒了，简单的人需要学习提高，懒惰的人则可怜可悲。

要 yào

物质财富很重要，
金钱人人都需要，
从小忌贪有必要，
不义之财不能要。

第 2 个字

要

释义 yāo: 求，有所倚仗而强求；“腰”的古字；约请，邀请；以明誓的方式就某事作出庄严的承诺或表示某种决心；亦指所订立的誓约、盟约；探求，求取；通“邀”；拦阻，截击；迎候，迎接；约束，禁止。

yào: 索取；希望，想；请求；重大，值得重视的；应该，必须；将；如果，倘若；表选择。

我希望 我要