

让生命充满爱 全集

郭建国◎著



让生命充满爱

全集

郭建国◎著

图书在版编目(CIP)数据

让生命充满爱全集 / 郭建国 著. —北京: 企业管理出版社,
2009.7

ISBN 978-7-80255-185-5

I. 让… II. 郭… III. 故事—作品集—中国—当代

IV. I247.8

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2009)第 080394 号

书 名: 让生命充满爱全集

作 者: 郭建国

责任编辑: 斌子

书 号: ISBN 978-7-80255-185-5

出版发行: 企业管理出版社

地 址: 北京市海淀区紫竹院南路 17 号 邮编: 100048

网 址: <http://www.emph.cn>

电 话: 出版部 68414643 发行部 68414644

编辑部 68428387

电子信箱: 80147@sina.com zbs@emph.cn

印 刷: 北京建泰印刷有限公司

经 销: 新华书店

规 格: 880 毫米×1230 毫米 32 开本 7.5 印张 120 千字

版 次: 2009 年 7 月 第 1 版 2009 年 7 月 第 1 次印刷

定 价: 30.00 元

版权所有 翻印必究 · 印装有误 负责调换

30 位著名校长 30 位各界名人 向您真情推荐

◆ 听郭建国先生演讲,我感到震撼。

看《让生命充满爱全集》,泪水在心中流淌。

这不只是学生看的书,老师、家长也应该看看。

◆ 1996 年,哈佛大学拒收了 165 位高分学生,原因是对他们隐藏在分数背后的综合素质不满意。这件事反映出国际上对人才标准的一种趋势。培养学生的综合素质,需要学校、家庭和社会共同努力。

人类最珍贵的情感是“爱心”,这是综合素质教育中的核心。郭建国老师的演讲和这本书,带给我们对爱的感悟。

◆ 在郭建国老师演讲现场,听到最调皮的学生喊出:“老师,您辛苦了!”“妈妈,对不起!”忍不住落泪。

世上没有教不好的孩子,给我们深爱的孩子、给自己建立信心!

◆ 没有理想的人是精神上的“空心人”。社会学家曾发出警世之言:20 世纪早期的绝症是肺病,之后是癌症,而 21 世纪则是精神问题!

这本收录当代人故事的书,提醒着我们不能丧失爱的能力,学会惜福、感恩。



◆ 人人都爱自己,这是本能,如何爱自己需要智慧。

郭建国先生的演讲,以直接打动人心的深情感染着每一个来到现场的老师、家长和学生;《让生命充满爱全集》中一个个当代真情故事娓娓道来,触动人心最柔弱的角落。一个人智商多高并不是最重要的,关键看自己挖掘和实现生命价值的程度。

◆ 真实感人的故事,诠释着沉甸甸的“爱”。在郭建国老师演讲现场,一位女生眼含热泪说:“以前学习总感觉是一种压力,现在我已经认识到自己有义务去好好读书。”

◆ 天下父母谁不想孩子好好学习?但要让孩子从心里明白学习是一种责任,是为了将来成为社会的有用之才。我相信,这本《让生命充满爱全集》能像郭建国老师的演讲一样,给予孩子们最需要的启迪。

◆ 世界上最强大的力量来自心灵。不管境遇如何,正如人们所说的:“有一种东西始终能够由自己把握,这就是对于人生的态度。”我相信读了这本书,你会感受到来自心灵的强大力量。

◆ 少年立志,长大成才。人不能没有理想,否则就会太脆弱,小小的挫折都经受不起,小小的困难都不愿去克服。

郭建国老师的演讲催人奋进,《让生命充满爱全集》令人掩卷长思。



◆ 每个人都只能活一次,在人生成长最重要的阶段,应该读一读这本书,想想自己的人生目标。

◆ 成功需要情商,世间俊杰都拥有宽阔的心胸。

这本饱含着爱的书为心灵解码,为心灵注入活力。

◆ 郭老师情深意切的演讲,一次又一次地把人们带进了殷殷的爱国之情、深深的谢师之情和浓浓的感念父母之恩中。

◆ 爱是万善之源,捧读《让生命充满爱全集》,好像又回到演讲现场。我爱我的学生,希望人人拥有一颗善良、积极又感恩的心。因此,我向大家推荐这本好书。

◆ 人长大的过程,是学会做人的过程。没有爱心的人只知索取,有哪个做父母的愿看到自己的孩子只知索取不思回报?应该让孩子读读《让生命充满爱全集》。

◆ 郭建国老师的演讲感动了一颗又一颗青少年的心,成千上万的人手牵着手唱起《让世界充满爱》。这本书将感动的力量延续,让人理解生活。

◆ 推荐这本书,是因为它打动人心。好书值得花时间去读。人生最重要的是什么?看了这本书,你会获得部分答案。



让生命充满爱全集

◆ 成绩重要,懂得做人的道理更重要。“爱”是让我们生存在世上的力量和理由,希望更多的人读到这本书。

◆ 从爱自己到学会自爱,爱父母,爱人间,生命才会变得绚丽多彩。

阅读《让生命充满爱全集》,听郭建国先生激情洋溢的演讲,进行一次心灵之旅,这是非常值得去做的事。

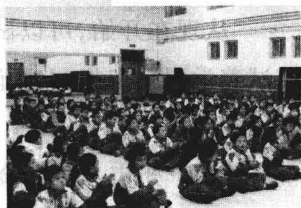
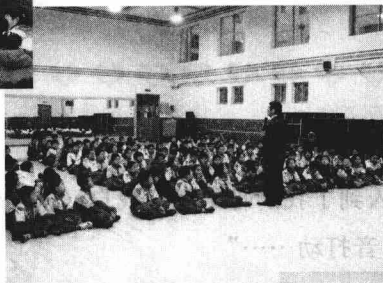
◆ 随着竞争日趋激烈,生活变得越来越匆忙,越来越市场化,以致我们竟有意无意忽略了人生一些更重要的事情。听郭建国老师的演讲,找回了很多久违的东西。

◆ 世界上有一种东西是不能用金钱来衡量的,它无法用钱买到,不能交易,这就是父母对子女倾注的爱、老师对学生倾注的爱、同学之间的友爱……

◆ 郭建国先生在他的演讲中呐喊,他富有感染力的声音拨动了许多人的心弦。《让生命充满爱全集》提醒我们“爱”只能用“爱”来回报,《让生命充满爱全集》是一堂课,我以为不只是孩子,成人也应该重视这一课。

◆ 郭建国先生的演讲,激动人心,催人泪下,很有教育意义,值得向全社会推广。

前言



“我相信，如果直接去问很多同学：‘你爱不爱自己的爸爸妈妈？’绝大部分人都会说：‘爱！’可是，这个‘爱’表现在哪里呢？跟父母顶嘴？不做家务？嫌父母太老土，跟不上潮流？觉得父母太啰唆……”

“人们现在的生活似乎什么都不缺，但仿佛缺了一点儿爱。当你问你，你爱什么的时候，你也许会茫然地摇头。郭老师帮我们明确了人应该有‘四爱’……”

“不去听的人绝对不会相信我们听完演讲后内心的震撼，我认为自己发生了巨大的改变。在听演讲的过程中，爱自己、爱父母、爱



前

信



老师、爱祖国深入到了我的骨子里。我自己也没料到我会被郭老师那昂扬有力的声音打动……”

“从现在开始，可以试着帮父母做些家务，帮老师拿些东西；可以试着学习勤奋些，上课认真点；可以试着关爱其他同学，这一定能够做到……”

这是广州市八一实验学校几位中学生听过郭建国老师“让生命充满爱”的演讲后，在来信中的倾诉。

郭建国老师自 2001 年起，结合自己的亲身经历和多年亲子教育的基础，在全国各地展开“让生命充满爱”巡回演讲，每一场演讲都交织着泪水和激情，拨动着一个又一个青少年的心弦。

成长是一个曲折的过程，每个人都会遇上各种各样的问题，世间没有万应灵丹。重要的是心中怀着爱，相互理解，学会换位思考，从以自我为中心慢慢明白做人的基本道理，渐渐成长为一个能够关爱他人、承担起自己的人生责任、能够立足于社会的人。

好故事启迪心灵，抚慰伤痛，带给我们希望、信心和鼓励。本书并非郭老师演讲稿的整理，收录的是郭建国老师从事亲子教育的一个个当代故事，让人们自己去体味和领悟如何克服成长道路



上的障碍。

为免影响书中人物的日常生活,凡未见诸新闻报道的人物均隐去了真实姓名,并进行了一定的文学加工。

“太阳不停地旋转,自古就没有改变。”人类社会中的每一个成员相互依存,因为爱,我们建立起家,有了我们依恋的亲人、所属的群体,有了放大的家——祖国。在每个人的一生中,谁没有受过他人的帮助?我们的成长过程凝结着家人、师长、朋友,还有许多素不相识者的付出。怀着感恩之心的人,才能为自己和他人创造更美好的生活贡献一份力量。

愿这本《让生命充满爱全集》成为您成长道路上的良师益友,给您提供新的视野和方式来体察我们身边的人与事,感受这个大千世界。

广东省文化传播学会“中国心灵之旅”演讲团

目 录

100	爱路成长日记
101	爱路成长日记
102	爱路成长日记
103	爱路成长日记
104	爱路成长日记
105	爱路成长日记
106	爱路成长日记
107	爱路成长日记
108	爱路成长日记
109	爱路成长日记
110	爱路成长日记
111	爱路成长日记
112	爱路成长日记
113	爱路成长日记
114	爱路成长日记
115	爱路成长日记
116	爱路成长日记
117	爱路成长日记
118	爱路成长日记
119	爱路成长日记
120	爱路成长日记

前 言

/VII

第一章 人生第一课：爱自己

初中三朵花	/3
让我做我自己	/11
拥有一颗坚强的心	/17
自强是人生最好的老师	/24
看清楚，我已经长大！	/30
新闻报道惹的祸	/36

第二章 遮风挡雨我的家

亲情与生俱来。在我们成长的岁月里，家是抚育我们、为我们遮风挡雨的地方；在我们的整个生命里，家是心灵的港湾。	
母爱无疆	/47
代沟	/52
喝酒的爸爸	/56
妈妈这样生下我	/62
父母的家财	/68
游戏机悲欢	/74
孩子，你一定要有出息！	/82



第三章 蜡炬成灰泪始干

恩师之爱博大
宽宏,都说“春蚕到
死丝方尽,蜡炬成灰
泪始干”。

热血铸就的师魂	/93
雪灾中,孩子一个都不少	/100
你听风儿在轻轻唱	/105
音符照亮的世界	/113
日月星辰走过山岗	/121
无尽风雪路,漫漫归家途	/129

第四章 眺望养育我的土地

因为爱,我们建
立起家,有了我们依
恋的亲人、所属的群
体,有了放大的
家——祖国。

天上不会掉馅饼	/139
中国名牌在哪里?	/147
心灵的归属	/151
我们的留学生活	/158
人格和国格	/164
我是炎黄子孙,来祭拜黄帝陵	/169

第五章 穿越生命雨季

世界多变,而有
一种东西始终由自
己掌握,这就是对生
命的态度。

平凡的一家人	/177
加利福尼亚大学华裔神童	/183
哈佛最年轻的女博士	/189
北大研究生中的聋人	/196
弋阳“网络妈妈”	/202
为你把泪水擦干	/212

结束语 人间骄子上演人间悲剧 /217



第一章

人生第一课:爱自己

灯火照亮大地,生命照亮寰宇。无论世上有多少人,每一个生命都珍贵独特,无人能够取代,世界上不会有第二个“我”。



只要我够坦然，“我是这样的人”，本身就够好了。

——罗杰斯

初中三朵花

阿倩每次对着镜子就有一种忧伤，为什么会有这么多缺憾？看，鼻梁不够高，嘴巴也太小，明星们可都有丰润的嘴唇，人家说那叫“性感”。最遗憾的是眼睛，单凤眼，妈妈说这是典型的古典美，像外婆，可她多么希望自己是双眼皮、大眼睛！还有酒窝，再深一点点，只要一点点就好，她不是贪心的女孩子。

成绩也让人沮丧，勉强中上水平，主要是数理两门拉下了总分。爸爸妈妈对成绩的要求可不像对她的长相这么将就，她拼了命考了个第10名，他们也是沉着脸：“为什么不是第一名？要努力！”

她还不够努力？上完学又上补习班，一点儿轻松的时间都没有，有时她都不知道这样活着有什么意思！她曾想过做一个有特长的人，比如去做天桥模特，不幸她的个头和成绩一样中不溜，除非踩个高跷才能去做模特。

苦闷埋在心中，埋的久了自有爆发之时。这天课间她正跟同学聊天，边上传来个阴阳怪气的声音：“好刺鼻！阿倩，身上倒了一瓶香水吧？”

是阿娅，专爱说怪话的阿娅！阿倩脸上红一阵儿白一阵儿，阿娅



哈哈大笑。

“啪”一声，阿倩从口袋里掏出包香水餐巾纸砸在桌上，大声说道：“特意带来送给你的！擦擦你这张刻薄的嘴！”

全班人都吃了一惊，阿倩向来斯文，谁也料不到从她口中竟能说不亚于阿娅的刻薄话。阿娅岂甘示弱，当下两人吵了个天翻地覆。有同学上来劝架，阿倩不想闹到老师知道，就势下台，扔过去一句：“别以为谁都怕你！欠家教！你娘不教自有人教训你！”

阿娅顿时发了狂，喉咙中发出可怕的咕噜声，挣脱同学朝阿倩扑过来。一个人从后头一把抱住她的腰：“不、不、不要、要……”

是阿乔，结巴阿乔！阿娅愤怒地想摔开她，摔不脱，忽地低头朝她的手上咬去。阿乔尖叫，但还是不放手。阿娅抬起头，又厚又大的眼镜片下滚出了泪水。

从来也没经历过这种场面，阿倩吓呆了。上课铃适时响起，一场混乱终告结束。

坐在座位上，阿倩的心扑扑直跳，害怕、气愤又有点兴奋。

这个阿娅是怪人，本学期刚转学过来的，一只脚有点跛，戴着难看的大眼镜，头发也怪怪的，刘海儿几乎压到眼镜架上，一点儿都不好看，脑袋却抬得高高，像是把谁都不放在眼里。没几天班上同学就送了她一个外号：“路不平”。不过谁也不敢当面喊，这个阿娅生了刀子嘴，好像天生就是惹事生非的主儿，不招她都会无缘无故地给她刻薄几句，在她来的第一天大家就领教了。当时班上有个男生过生日，大家向他祝贺，阿娅冷冷地说：“无聊！有生就有死，还不如排练葬礼！”一句话弄得大家兴致全无。来了大半个学期，除了一个阿



乔她再没有朋友，可就是阿乔也常挨她的训。

怪人阿娅成绩特好，头一回数学测验就把全班最棒的男生比下去了，她不是得了100分，是120分！因为最难的那道题她用了三种方法来解。老师把她的卷子贴堂。而这样的事还不止一次，所有的功课她都出类拔萃，期中考试满堂红。后来同学们又送了她一个外号：“天才怪物”。

这天放学时，很多同学簇拥着阿倩走出校门，仿佛她是一个英雄。有人悄悄地说：“你为咱们大家出了一口气！”阿倩却已经没有什么兴奋感了，她的心情变得沉郁，因为明天有数学测验。对阿娅的才华，她既羡慕又嫉妒，自己这辈子恐怕永远都没法跟她比，自己可是天天上补习班啊！

次日，阿倩早早来到学校。每回数学测验她都会紧张，所以早到。阿乔也早早来了，看到阿倩，小跑着来到她身边：“你、你……不、不要、要、要生、生……气……”

“都过去了。”阿倩不想提阿娅，笑道：“没想到你胆子那么大。谢谢你！手还疼吗？”

阿乔高兴得眼放光，她是个胆小的差生，胖乎乎，又结巴，同学们都看不起她，想不到全班最受欢迎的“公主”会关心自己，感谢自己。她搓着手：“我……是、是怕……你们……打、打起、起来……”

阿倩拉过她的手。阿乔手上缠着绷带，结结巴巴的，也不知她回家是怎样向父母解释的。阿倩脸色微沉：“简直是野兽！你以后可要小心点。”

“阿娅是好人！”阿乔急切地想解释：“她、她……”