

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

上

震撼心灵的永恒经典

内蒙古人民出版社



前言

近年来,中小学课外阅读已蔚然成风。国家教育部最新颁布的《语文课程标准》也大力提倡课外阅读,并且规定了课外阅读的数量。我们深刻领会课程标准的精神,精心编写了这套《优秀青少年励志读本》,旨在扩展青少年的课外阅读面,提高广大青少年的读写能力。

《优秀青少年励志读本》所选文章侧重思想精深、构思精巧、特色鲜明、富于哲理的作品。阅读这些作品,可以拓展青少年的视野,陶冶青少年的情操,启迪青少年的心智,丰富青少年的想象力,激发青少年的创造力。

《优秀青少年励志读本》基于当前个性化阅读的要求,从提高读者文化品位和青少年对文章阅读的整体感受入手,力求为他们打造精湛完美的文化精

品，营造丰富多彩的精神乐园。

《优秀青少年励志读本》既朴实无华，又丰富多彩；既青春靓丽，又真挚感人。我们相信，《优秀青少年励志读本》一定会受到广大青少年的喜爱。

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)

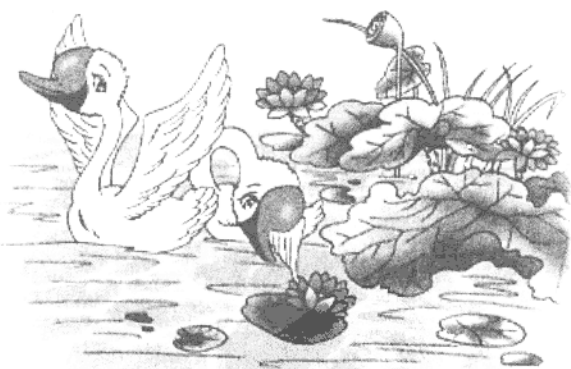
给车胎放气就能通过	(269)
不必为失去的东西掉泪	(271)
钻石就在你的脚下	(273)
人生都有几道坎	(275)
心理健康是最大的富有	(278)
不以得为喜,勿以失为忧	(280)
自己就是面镜子	(283)
每个人都有自己的幸福	(285)
不要让生命递减	(286)
相信总有一天会成功	(288)
开发自己最宝贵的财富	(290)
世俗的标准不是安全带	(292)
弱者回首就变强	(294)
给人生算笔总账	(296)
坚持理想不要放弃	(298)
寻找生命的意义	(300)
你把成功定位在多远	(303)
关键是你整装上路	(305)

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)

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

上帝经常把动物召集到一起开会。有一天,上帝对大家说:“各位听好。如果谁对自己的相貌、体形有意见的话,今天可以提出来。不过我只能满足一个动物的愿望,你们可要想好了。”

因为猴子的位置最靠近上帝,上帝把目光投向了猴子,示意他先说。

猴子一点都不客气,振振有辞:“我既有聪明的大脑,又有灵活的四肢。所以我对自己的相貌非常满意。不过我倒有一个建议,如果可能的话,能否使熊的长相变得秀气些,熊的长相太粗笨了。”

所有动物都把目光投向了熊,大腹便便的熊不好意思地搔了搔头,说:“我也十分满意自己的相貌。我虽然比较胖,可是却很富态。当然,如果能改换面貌的话,我认为大象最应该改换面貌,你们瞧大象尾巴短短的,耳朵却大大的,身体非常笨拙,简直没有美感可言。所以您最好给大象做做美容。”

大象闻听此言,一点都不急,慢慢地说:“我虽然手大尾短,身壮腿粗,可是以我的审美观来看,海中的鲸要比我肥胖



多了，您最好让他来改改面貌。”

上帝问了一圈，所有的动物都说自己是完美的，希望把机会留给别的动物。

其实，这个世界上没有一个完美的动物，更没有一个没有缺点的人，但只要拥有一颗无私的心灵，你就可以与别人和睦相处，这个世界也会因此充满爱，而你也会因爱而幸福。所以，美好的内心比美好的外貌更重要。

小学一年级的美德课上，为了培养天真无邪的孩子们对美好事物的向往，培养他们善良高尚的品德，老师对学生说：“为善的人死后会升上天堂，作恶的人死后会坠入地狱。”

孩子们睁大眼睛问：“天堂在哪里？地狱又在哪里？”

老师并不急于回答，回身在黑板中间画了一条线，把黑板分成左右两半，右边写着“天堂”，左边写着“地狱”，然后对孩子们说：“我要求你们每一个人在“天堂”和“地狱”里各写一些东西。”

孩子心目中的天堂就这样呈现出来：树木、笑、美丽、花朵、天空、爱情、自由、水果、光、白云、星星、音乐、朋友、蛋糕、灯、书本……

在黑板的左边，孩子们也同时写出了他们心目中的地狱：黑暗、肮脏、哭泣、哀嚎、惊叫、残忍、恐怖、恨、流血、丑陋、臭、呕吐、毒气……

老师点点头，对孩子们说：“当我们画上一条线之后就会知道，天堂是具备了一切美好事物与美好心灵的地方，这个



地方有人叫做天堂,有人称为天国。或者净土、极乐世界。而地狱呢?正好相反,是充斥一切丑恶事物与丑恶心灵的地方。”

老师接着问孩子们:“那么,有没有人知道人间在哪里呢?”

孩子们齐声回答说:“人间是介于天堂与地狱中间的地方。”老师说:“错了!”孩子们露出迷惑不解的神色。

老师告诉孩子:“人间不是介于天堂与地狱之间。人间既是天堂,也是地狱。因为,当我们心里充满爱的时候就是身处天堂,当我们心里怀着怨恨的时候就是住在地狱!”





心态是命运的骑手

一位伟人说过：“要么你去驾驭生命，要么是生命驾驭你，你的心态决定了谁是坐骑，谁是骑师”。

我们要改变失败的命运，就要改变消极错误的心态。

兔子的胆小是出了名的，它们常常被一些小事情吓得恐惧不已。

有一次，众多兔子聚集在一起，为自己的胆小无能而难过，悲叹自己的生活中充满了危险和恐惧。

它们越谈越伤心，觉得自己是世界上最不幸的，悲观的想象无止境地它们的脑海中涌现出来。它们怨叹自己天生不幸，既没有力气，也没有翅膀，日子只能在东躲西藏中度过，就连想要好好睡一觉也做不到，因为有什么都听得见的长耳朵干扰，兔子们赤红的眼睛变得更加鲜红了。

它们觉得自己的这种生活毫无意义，这又成了它们自我厌恶的根源。它们都觉得，与其一生心惊胆战，还不如一死了之。

最后，它们一致决定跳到一个湖里，了结自己的生命，结束一切烦恼。于是，它们一齐奔向湖边，准备投水自尽。这时，一群青蛙正围在湖边，听到急促的脚步声后如临大敌，



立刻跳到深水里逃命去了。

本来兔子们每次到池塘边都会看到这些情景,但是今天,有一只兔子突然明白了什么,它大声地说:“快停下来,我们不必被吓得去寻死寻活了,因为我们现在可以看见,还有比我们更胆小的动物呢!”

这么一说,兔子们的心情奇妙地豁然开朗起来了,好像有一股勇气喷涌而出,于是它们欢天喜地回家去了。

一念之差决定了生与死,这就是关键时刻心态具有的力量。在人的本性中。有一种倾向:我们把自己想象成什么样子,就真的会成为什么样子。所以,良好的心态在我们的一生中起着关键的指导作用。





积极心态是开启财富之门的金钥匙

拥有消极心态的人一向认为，人生来就不平等，贫穷与不幸都是命运的安排。自己无法与之抗争。因此，他们从未想过要改善自己的生活。也许，福勒的故事能给你一个启示：贫穷与富有并不由上帝决定，而取决于我们拥有什么样的心态。

福勒是美国路易斯安那州一个黑人佃农家的孩子，5岁就开始劳动，以赶骡子为生。这并不是什么稀罕的事，大多数佃农的孩子都是很早就参加劳动了。但是小福勒与他的朋友有一点不同：他有一位不平常的母亲，他的母亲不肯接受这种仅能糊口的生活。她时常同儿子谈论她的梦想：“福勒，我们不应该贫穷，我不愿意听到你说：我们的贫穷是上帝的意愿。我们的贫穷不是上帝的安排，而是因为你的父亲从来就没有产生过致富的愿望。我们家庭中的任何人都没有产生过出人头地的想法。”

没有人产生过致富的愿望！这个观念在福勒的心里刻下了深深的烙印，以致改变了他的一生。从此，他总是把所需要的东西放在心中，而把不需要的东西抛到九霄云外。这样，他致富的愿望就像火花一样迸发出来。他决定把经商作