



青少年 应对挫折 故事全集

李春荣 主编



青少年

应对挫折 故事全集

李春荣 主编

全国百佳出版社

 江西美术出版社

图书在版编目 (CIP) 数据

青少年应对挫折故事全集/李春荣主编. —南昌:
江西美术出版社, 2014. 1

(青少年故事全集)

ISBN 978-7-5480-2324-1

I. ①青… II. ①李… III. ①故事—作品集—世界

IV. ①I14

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2013) 第 183513 号

出品人: 陈 政

责任编辑: 刘 滢

企 划: 北京江美长风文化传播有限公司

青少年故事全集

青少年应对挫折故事全集

主 编: 李春荣

出版发行: 江西美术出版社

地 址: 江西省南昌市子安路 66 号江美大厦

经 销: 全国新华书店

印 刷: 北京昌平新兴胶印厂

开 本: 889mm×1194mm 1/16

印 张: 13

版 次: 2014 年 1 月第 1 版

印 次: 2014 年 1 月第 1 次印刷

书 号: ISBN 978-7-5480-2324-1

定 价: 25.80 元

本书由江西美术出版社出版, 未经出版者书面许可, 不得以任何方式抄
袭、复制或节录本书的任何部分

版权所有, 侵权必究

本书法律顾问: 江西豫章律师事务所 晏辉律师

赣版权登字—06—2013—394

前 言

人的一生中，大多不会一帆风顺，难免会遭受这样或那样的挫折和不幸。而成功和失败者非常重要的区别就是：失败者总是把挫折当成失败，在每次挫折面前都会动摇胜利的信念；成功者则从不言败，在一次又一次的挫折面前，总是会对自己说：“我不是失败了，而是没有成功。”一个人在失利后如果继续努力，那么他今天的失利就是暂时的；相反，如果他失去了再战斗的勇气，那就真的输了。当然暂时失利后会有一段难过的日子，在这段日子里人们会觉得悲观、沮丧，开始怀疑自己的能力与价值。目光狭隘的人就会觉得世界末日到了，终日萎靡，而卓有眼光的人则会认为这只不过是黎明前的黑暗罢了。他们会想：黎明前最黑暗的时刻我都经历了，那么还有什么可以惧怕的呢？

面对挫折，我们不应该有畏惧的心理，而应该心平气和地发现问题、解决问题，面对现实，创造未来。从挫折中，我们明白了生活来之不易，从而对每一点收获都很珍惜，成功是经过多次磨炼而成的，所以我们应该好好珍惜。遇到挫折，我们只有相信自己，才会有勇气去迎接挑战，才不会在困难和挫折面前打退堂鼓。学会面对挫折，也是生命的一种馈赠，因为人们真正奋起，往往起于挫折之后。

著名石油大王洛克菲勒的儿子16岁时曾经身患神经衰弱症，终日惶恐畏缩，谨小慎微，生怕做错什么事似的。精神抑郁烦闷，反过来影响了肢体的健康。看到儿子被病魔折磨得骨瘦如柴，浑然无力，洛克菲勒夫妇心急如焚，马上为儿子办理了休学手续，并把他送到老家的庄园养病。

庄园里，鸟语花香，小洛克菲勒过得很快乐。小洛克菲勒在家乡的主要工作就是专心致志地耙集树叶、砍伐树木和锯断木头。在冬天，小洛克菲勒把大部分时间都消磨在饱受风霜雨雪的冰冻枫林中，在那里割取树汁，熬制枫糖。他会收集树叶做标本，观察动物习性。有一天他发现一只蝴蝶的幼虫在地上艰难的蠕动，小洛克菲勒知道不久之后，这只丑陋的虫子会羽化成一只美丽的蝴蝶，在空中蹁跹起舞。看着那娇嫩的身躯艰难地挣脱茧子的束缚，他不禁动了恻隐之心，他拿来剪刀将茧的洞口剪大，他想：这样蝴蝶就可以轻松爬出来了。可是令他没有想到的是，接受了他的帮助的蝴蝶，只能在地上笨拙地爬行，它再也飞不起来了！

这无疑给小洛克菲勒上了很好的一课。每当遇到困难，他总能想起父亲的话：“通过痛苦的磨难，你才能变得更加坚强。”人成长的过程恰似蝴蝶的破茧过程，在痛苦的挣扎中，意志得到磨炼，力量得到加强，心智得到提高，生命在痛苦中得到升华。当你从痛苦中走出来时，你就会发现，你已经拥有了飞翔的力量。如果你没有经受挫折，也许你就会像那些受到“帮助”的蝴蝶一样，萎缩了双翼，平庸一生。

拿破仑曾说过这样一句话：“最困难之时，就是离成功不远之日。”面对挫折，自强者终会知道这是人生路上必须搬开的绊脚石，更能从中体验到战胜困难，超越自我的快乐。奥斯特洛夫斯基说：“人的生命似洪水在奔腾，不遇着岛屿和暗礁，难以激起美丽的浪花。”挫折就像一块石头，对弱者来说是绊脚石，使你停步不前，对强者来说却是垫脚石，它会让你站得更高。

目 录

第一辑 脊梁因锤炼而挺拔	1
梦想为我们指引前进方向	1
只有困难才能使人显出本色	3
选择安逸不如选择苦难	4
面对挫折时不妨微笑	5
苦痛能让生命重生	6
失败是通向成功的大路	7
平时多流汗,战场少流血	8
别因害怕而不敢	9
人生其实没有弯路	11
生命在痛苦中得到升华	12
坦然面对生活中的不幸	13
挫折之后的昂然抬头	14
顺境是最大的危险	15
面对苦难要迎难而上	16
生命是一次次的蜕变过程	17
不经历风雨,难以结硕果	19
在哪里跌倒在哪里爬起	20



不含有艰辛的成功是没有的·····	21
第二辑 成为一个斗志昂扬的人·····	23
阻挡我们的正是我们自己·····	23
以坚韧赢得他人尊重·····	25
逆境中的勇气是光辉的·····	27
以自信跨越内心的障碍·····	28
把逆境当成动力·····	29
成功往往需要冒大险·····	30
敢于死中求活,才能绝处逢生·····	31
失败是成功的必修课·····	32
你有足够能力解决任何问题·····	33
你的命运操纵在自己手里·····	34
绝不向命运屈服低头·····	35
在抉择时要勇敢跨越·····	37
真正的强者没有失败·····	38
一切困难都是纸老虎·····	39
胜者靠的是勇气而不是力量·····	40
无畏的人面前才有路·····	42
成功唯靠坚毅与不屈的精神·····	44
第三辑 在人生追求中坚持自我·····	46
绝望会把生命毁掉·····	46
唯失败者会灰心丧气·····	48
不要甘愿做逆境的奴隶·····	49
方向明确才能取得成功·····	50
失败是从不自信开始的·····	52

思想有多远,你就能走多远	53
伟大的目标成就伟大的人物	54
没有方向就求不得顺向风	55
看目标,别看脚下	57
有梦想才有成功的可能	58
没有目标就会失去智慧	59
要有一颗百折不挠的心	61
你要下定决心想要成功	62
逆境不是我们自暴自弃的理由	63
 第四辑 学会在困境中寻找方法	 65
凡事都有卓越的捷径	65
用谋略力挽狂澜	66
在失败中多开动脑筋	67
困难再大也有限	68
在痛苦中丰富和提高自己	69
用心观察,迎接机遇	70
让你的智慧闪光	71
在挫折中发现自己的思想特质	72
废墟中也能开出灿烂的花朵	73
从千变万化中寻找规律	74
成功有时因条件变换而转换	75
狭路相逢智者胜	75
在痛苦中锻炼自己的智慧	76
不找借口只找方法	77



第五辑 逆境浇灌灿烂的生命之花	80
挫折是你成长的养分.....	80
苦难是人生的炼丹炉.....	81
成功需接受苦难的雕琢.....	83
安逸显不出时代伟人.....	84
害怕改变是更大痛苦的序言.....	85
苦难让你深刻认知自我.....	87
完美人格需要挫折打磨.....	88
苦难背后是丰厚的回报.....	90
遭遇不利时百折不挠.....	91
不因缺陷而自我否定一生.....	92
早年的逆境通常是一种幸运.....	93
多一份痛苦就多一份思想.....	95
 第六辑 千磨万击还坚韧	97
自强不息者都会成功.....	97
挫折为你的成功提供种子.....	98
你的前途由你的意志决定的	100
眼前的磨难算不了什么	101
与其抱怨不如奋发	102
苦难中走出的作家	103
在逆境中能够自强不息	104
没有毅力,寸步难行.....	106
缺陷也会有意外之喜	108
设法将每一次不幸化为机会	109

第七辑 始终保持奋勇前行的信念	112
没有真正的绝境	112
磨难有时是纸老虎	113
希望能给人信心	115
没有信念是最大的绝望	116
人因信念而成功	117
信念是理智的连续	119
任何事情都会有转机	120
心存希望	121
别失去信心	123
金蒙特的人生	124
保存心中那片绿叶	125
罗丹的坚守	127
 第八辑 爱战胜一切困难	 130
友爱的光芒暖人心	130
母爱的力量	131
爱的循环	133
弥足珍贵的友谊	135
因为我们是朋友	137
奇迹的价格等于爱	139
只因我的名字叫父亲	141
上帝的妻子	142
那顶叫作友爱的帽子	143
爱的胜利	144
废墟上的奇迹	146
爱是地球的光亮	147

父爱如山	149
第九辑 生活没有想象的糟	151
将挫折写在沙滩上	151
用微笑代替流泪	153
再苦也要微笑	154
生命的奇迹	156
抬头看那片蓝蓝的天	157
波浪中的歌声	158
光脚踢球的男孩	160
成功并非想象的那么难	161
感谢伤口	162
不要开错生活的窗	164
生活并没有你想象的那么糟	165
成功的关键	166
永远面朝向阳的一面	167
第十辑 绚烂的彩虹总在狂风骤雨后出现	170
在忍耐中积蓄力量	170
杜绝退缩的可能性	172
坚持就是意志	173
3000 个“请”字的坚持	174
来自灵魂的坚持	175
坚韧而不服输	176
赢得人生的胜利	177
绝不罢休的意志	179
再试一次就成功	180

没有坚持就没有《魔女嘉莉》	181
永不言弃的试验	183
永不言败的精神	185
坚持是胜利的必经之路	187
智者总会吸收失败的养分	190
把失败转化成成功的铺路石	192
倾心演绎改变人生角色	193



第一辑 脊梁因锤炼而挺拔

顺境也好，逆境也好，人生就是一场对种种困难无止无休的斗争，一场以寡敌众的战斗。但无论如何，生命的天空总是需要风雨的洗礼。因为沾满泥土和尘埃的生命大道，唯有风雨才能将其冲刷，也只有经过这场命运的洗礼，生命的脊梁才显得更挺拔、坚韧。

梦想为我们指引前进方向

人生是荒凉的海洋中的一个岛，它的磐石是希望，它的树木是梦想，它的花朵是孤独，它的溪流是渴求。

——纪伯伦

15世纪中叶的一个夏天，航海家哥伦布从海地岛海域向西班牙胜利返航。

经历了惊涛骇浪的船员都在甲板上默默祈祷：上帝呀，请让这 and 煦的阳光一直陪伴我们返回到西班牙吧。

但船队刚离开海地岛不久，天气就骤然变得十分恶劣了。天空布满乌云，远方电闪雷鸣，巨大的风暴从远方的海上向船队扑来。这是哥伦布在航海中遭遇的最大的一次风暴，有几艘船已经被排浪打翻了，它们只一闪，便沉入了大海的深处。船长悲壮地告诉哥伦布说：“我们将永远不能踏上陆地了。”

哥伦布知道，或许就要船毁人亡了，他对船长说：“我们可以消失，但资料一定要留下来。”哥伦布钻进船舱，在疯狂颠簸的船舱里，迅速地把最为珍贵的资料缩写在几面纸上，卷好，塞进一个玻璃瓶里并加以密封后，将玻璃瓶抛进了波涛汹涌的茫茫大海。

“有一天，这些资料一定会漂到西班牙的海滩上！”哥伦布自信而肯定地说。

“绝不可能！”船长说，“它可能会葬身鱼腹，也可能被海浪击碎，或许会深埋海底。”

哥伦布自信地说：“或许一年两年，也许几个世纪，但它一定会漂到西班牙去，这是我的信念。上帝可以辜负生命，却绝不会辜负生命坚持的信念。”

幸运的是，哥伦布和他的大部分船只在这次空前的海上风暴里死里逃生。回到西班牙后，哥伦布和船长不停地派人在海滩上寻找那个漂流瓶，但直到哥伦布离开这个世界，漂流瓶也没有被找到。

1856年，大海终于把那个漂流瓶冲到了西班牙的比斯开湾，而此时，距哥伦布遭遇的那场海上风暴，已经整整过去了三个多世纪。

不要对我们的信念产生怀疑，虽然有时候梦想显得遥不可及，但是它至少给了我们前行的方向。正因为有了这信念的指引，我们才能在一次又一次的磨难中依然坚守住脚下的一方土地，正如哥伦布所说的：“上帝可以辜负生命，却绝不会辜负生命坚持的信念。”

只有困难才能使人显出本色

只有困难才能使人显出自己的本色。

——爱比克泰德

一位音乐系的学生走进练习室。在钢琴上，摆着一份全新的乐谱。“超高难度……”他翻动着乐谱，喃喃自语，感觉自己对弹奏钢琴的信心似乎跌到了谷底，消磨殆尽。

已经三个月了！自从跟了这位新的指导教授之后，他不知道，为什么教授要以这种方式整人。

勉强打起精神，他开始用十指奋战、奋战、奋战……琴音盖住了练习室外教授走来的脚步声。

指导教授是个极有名的钢琴大师。授课第一天，他给自己的新学生一份乐谱。“试试看吧！”他说。乐谱难度颇高，学生弹得生涩僵滞、错误百出。“还不熟，回去好好练习！”教授在下课时，如此叮嘱学生。

学生练了一个星期，第二周上课时正准备让教授验收，没想到教授又给他一份难度更高的乐谱，“试试看吧！”上星期的课，教授提也没提。学生再次挣扎于高难度的技巧挑战。

第三周，更难的乐谱又出现了。同样的情形持续着，学生每次在课堂上都被一份新的乐谱所困扰，然后把它带回去练习，接着再回到课堂上，重新面临两倍难度的乐谱，却怎么样都赶不上进度。学生感到越来越不安、沮丧和气馁。

教授没开口，他抽出了最早的那份乐谱，交给学生。“弹奏吧！”他以坚定的目光望着学生。

不可思议的事情发生了，连学生自己都惊讶万分，他居然可以将这首曲子弹得如此美妙、如此精湛！教授又让学生试了第二堂课的乐谱，学生依然呈现超高水准的表现……演奏结束，学生怔怔地看着老师，说不出话来。

“如果，我任由你表现最擅长的部分，可能你还在练习最早的那份乐谱，就不会有现在这样的成就……”钢琴大师缓缓地说。

那些我们熟悉的领域与专业，我们做起来固然会得心应手，但若长久停留在同一个水平线上，那么再多的重复也无济于事。生命需要不断地自我挑战，只有朝着一个更高的难度奋进，我们的水平才能得到提高。

选择安逸不如选择苦难

勇气减轻了命运的打击。

——德谟克利特

一座山上并排立着两块石头，一天，第一块石头对第二块石头说：“与其在这里养尊处优、默默无闻，还不如去经历一番外界的艰险和坎坷，做一些实事，经历一些磕磕碰碰。这样可以见识一下旅途的风光，也不枉白活一世了。”

“你这是何苦呢，”第二块石头嗤之以鼻，“安坐高处可以一览无余，身边花团锦簇，为什么要愚蠢地在享乐和磨难之间选择后者，再说那路途的艰险磨难会让你我粉身碎骨的！”

第一块石头不以为然，于是，它随山溪滚涌而下，虽然受尽了风风雨雨和世间的种种磨难，但它依然义无反顾，执著地在自己选择的

路途上奔波。第二块石头见它如此辛劳和困苦，讥讽地笑了，它在山顶坐享着安逸和幸福，享受着周围花草簇拥的畅意，享受着大自然的美好景致。许多年以后，饱经风霜、历尽沧桑、千锤百炼的第一块石头，被有心人发现了，并收藏在博物馆中，成为了世间的珍品、石中的奇葩，被千万人赞美称颂，享尽了成功的喜悦。第二块石头知道后，有些后悔当初的决定，它想也投入到世间风尘的洗礼中，然后得到像第一块石头拥有的成功和高贵，可是一想到要经历那么多的坎坷和磨难，甚至疮痍满目、伤痕累累，还有粉身碎骨的危险，便又放弃了。

一天，人们为了更好地珍藏第一块石头，准备特意为它重新修建一座更加精美别致、气势雄伟的博物馆。为了找石头作为建筑材料，他们来到高山上，把第二块石头砸成碎块，为第一块石头盖起了房子。人生中经常要面临这样的选择：安逸和苦难。

选择了安逸，也许一生就注定要碌碌无为，像第二块石头；而选择了苦难，则会像第一块石头那样，成为美石，被人珍藏。历经苦难的磨砺，人生就会熠熠生辉。台湾著名作家李敖说过：“怕苦，苦一辈子；不怕苦，苦半辈子。”青春才扬帆起航，生命的花朵需要风雨的洗礼才能结出硕果来。

面对挫折时不妨微笑

不断地奋斗，就是走上成功之路。

——孙中山

一个人年轻时就独自上路，历尽艰险去寻找天堂，有一天他终于找到了。