

青少年 成长必读的 人生哲理

王振山 李 倩 主编



分享人生的快乐与痛苦。
既有对现实生活的冷观和深思，
又有对虚拟生活的夸张和幽默。

全国百佳出版社

江西美术出版社

青少年 成长必读的 人生哲理

王振山 李倩 主编

青少年成长
必读丛书
BIDI CONGRSH



全国百佳出版社

中国少年儿童出版社

图书在版编目 (CIP) 数据

青少年成长必读的人生哲理/王振山, 李倩主编.

——南昌: 江西美术出版社, 2013. 1

(青少年成长必读)

ISBN 978-7-5480-2003-5

I. ①青… II. ①王… ②李… III. ①人生哲学—青年读物 ②人生哲学—少年读物 IV. ①B821-49

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2013) 第 018316 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

青少年成长必读的人生哲理

主 编: 王振山 李 倩

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: 北京一鑫印务有限责任公司

开 本: 889mm×1194mm 1/16

印 张: 13

版 次: 2013 年 1 月第 1 版

印 次: 2013 年 1 月第 1 次印刷

书 号: ISBN 978-7-5480-2003-5

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—060



前言

人生是一部丰富绮丽的皇皇巨著，社会是一幅斑驳陆离的优美图画，在美丽的青春岁月里，青少年如何适应社会，在复杂的成长环境里生存发展，让生命既充满阳光和雨露，又承受相应的社会责任和义务，是每一个成长中的青少年必须面对的现实问题。

《青少年成长必读丛书》是我们在新时期为当代青少年量身定做、专业打造的一套融知识性、趣味性为一体的提升青少年素质水平的图书；每一则平凡的故事中包含着心灵的跳动，每一段简淡的文字里开启着智慧的天窗，每一个普通的人物浓缩着生命的真谛。我们希望本书能够引领青少年探求无穷的智慧魅力，让青少年在知识的渴求中不断成就更加完美的自我。

一本好书能够引导我们健康成长、给我们感悟，甚至可以影响和改变一个人的一生。青少年时期对创造力的培养，形成人生观和价值观的重要时期。在阅读的天空里，在心与心的对话、情与情的交融、理与理的辨证中认识社会，感悟生活，超越自我，是促使生命更加精彩的重要条件！

凝聚成长岁月，呵护青春心灵。本书旨在培养青少年良好的生活态度和美好的人生理念，从而使青少年成为一个信念坚定、生活丰富、爱心满怀、行动积极、人格健全的人。细细品读本书，能使你提升心灵素养，让人生高扬智慧的风帆！

走近《青少年成长必读丛书》，读佳句箴言、阅生活哲思、知文明礼仪、晓为人处世，如与名人雅士畅谈，在文辞传递中慢慢领会怎样做人，细细斟酌如何走向成功。漫步书中，它似成长的驿站，滋润纯真的心灵；如良师益友，启迪智慧的头脑！

我们诚挚地期望本书能够陪同青少年朋友快乐成长，帮助青少年朋友洗



涤心灵，提升人生品位，从而打造成功、健康、理想的人生！

本书在编辑过程中引用了个别专家作者的观点和资料，在此对他们表示衷心的感谢！由于出版时间的紧迫性等多种原因，部分稿件在付梓出版前依然无法取得与作者的通联，在此谨致深深的歉意。敬请作者见到本丛书后，及时与我们联系，以便我们按国家有关规定支付稿酬并赠送样书。联系方式：tengfeiwenhua@sina.com

囿于编者水平，加之时间仓促，难免有挂一漏万之憾，敬请读者朋友们指正，在此我们深表谢意！

编 者



目 录

第一章 人生如画,快乐如歌

生命列车	2	忘了流泪的爱	16
生命时钟	3	生命的绝唱	18
戏如人生	5	生命力的奇迹	21
良好心态,造就成功人生	6	享受生命的春光	23
人生需要风雨同舟	8	人生在于选择	24
快乐其实很简单	10	坚持不懈改变人生	25
让你的脚步暂停一下	12	将自己人生的起跑线加长	26
拨正人生的指南针	14	心是幸福和快乐的根	27
自己的人生,自己设计	15	快乐源自善良	29

第二章 人生是杯淡香的茶

生命的柠檬茶	32	浮生若茶	33
--------------	----	------------	----



如歌的人生	35	坦然面对	49
生命不能太负重	38	跨出人生的圆圈	49
珍惜生命	39	坚韧的小草	50
衣袖上的疤	40	真正的高度	51
做真正的自我	41	多注意生活中的美好	54
生与死的选择	42	忍不住要歌唱	55
做自己生活的主宰	43	锁在心上的锁	55
破碎的美丽	44	生存的意义	56
做自己的上帝	46	将冷漠抛到一边	57
淡泊人生	47	你的烦恼不比别人多	59

第三章 给心灵洗个澡

活着就是幸福	62	不高明又何妨	80
沉默是金	65	再苦也要笑一笑	82
不死的谎言	68	不碎的是意志	83
换一种心态思考	71	用耐心去面对失败	84
阳光总在风雨后	72	面对厄运,不要低头	85
面对挫折	72	挫折之后更努力	87
为自己,也为别人	73	将信念的火花点燃	88
你是不是付出了爱	74	苦难也芬芳	90
为别人喝彩	76	最美的声音	91
吻我一下好吗	77	因爱而生长	92
多一句赞美	78	涤清灵魂	93



第四章 每天给自己一个微笑

用笑声解除忧愁	96	不浪费一个苹果	112
今天整日都在笑	97	同情的眼神	113
快乐的处方	98	生命的美丽	115
认清自己	99	用微笑把痛苦埋葬	116
坦然心态看容颜	100	平和心态最快乐	117
根本没人在乎你	102	一笑置之	119
被上帝咬过的苹果	103	两根指头的声音	121
你不是全能的	105	不要被风雪吓倒	122
只有你能欣赏我	106	风景不在对岸	123
永不会变的地址	107	让心灵先到达那个地方	124
有一种情叫相依为命	108	独品人生百态	125

第五章 扬起人生的风帆

飞向目标	128	心存感恩是一种美	142
永不言弃	130	不要忘了自己的身份	143
天使的翅膀	132	不要怕,不要悔	145
平分生命	135	爱,创造出力量	147
发掘人格的亮点	136	爱的真谛	149
凡事替他人想想	137	回收你的希望	150
用行动去影响别人	138	生命中的钻石	152
冷静才能摆脱困境	139	幸福的套袖	154
不要放弃最后一次希望	141	仁慈待人	155



欣赏带来和谐	157	学会宽恕他人	160
生活需要理解	158	朋友间的感同身受	162
担心不如宽心	159	一碗面的意义	163

第六章 让春光洒满人生之路

穿着袜子上路	166	生命的段落	183
藏在手机里的爱	167	与青春有关的记忆	184
阳光下的录音带	168	生存与死亡	185
青春感言	169	想成功的人请举手	187
一把小提琴	170	跳出心中的圈子	189
呼唤友谊	172	将心底的石头磨平	190
歌唱的奇迹	174	人生有得就有失	190
永远不要放弃梦想	176	用信念去坚持	192
对于追求要执著	178	成功源于内心的力量	194
有梦想就去行动	179	勇敢者的游戏	196
跑出人生的雨季	180	幸福的感觉	197
希望就是力量	181	无畏青春	198

第一章 人生如画， 快乐如歌

生命的姿态应是一种美丽。只有抱着积极的心态，才能使你有勇气迎战突如其来的挫折，不被挫折击垮。



生命列车

人生是曲折和坎坷的，需要靠自己的力量和勇敢去挑战，只有这样才能使旅途变得更加美好。同时，也要好好珍惜身边的每一个人，享受旅途中的快乐时光。

生活犹如乘火车旅行，旅途中人们上上下下。在旅途中，不时有意外出现——有时会使人们感到意外的惊喜，有时则给人们带来深深的悲哀。

来到人间，我们登上生命列车，与一些人结伴而行。

原以为父母会永远陪伴着我们。遗憾的是，事实并非如此。他们在中途的某个车站下车，使我们成为失去无法替代的爱抚与陪伴的孤儿。

然而，还会有一些在我们一生中占据非常特殊地位的人上来。我们的兄弟姐妹、亲朋好友和亲密爱人会登上列车。乘坐列车的人中，有些仅仅在车上作短暂的停留，有些在旅途中遭遇的只是悲伤，还有些人则永远准备为需要的人提供帮助。

很多人在下车时会给我们留下永久的怀念，有的则悄然离去，以至于我们都没觉察到他是何时离开座位的。

当发现非常亲密的人竟然坐在另外的车厢时，我们会感到极其惊讶。我们被迫与他们分开。当然，这并不能阻碍我们在旅途中艰难地穿过我们的车厢与他们会合……但遗憾的是，我们不能坐在他们的旁边，因为其他人已占据了座位。

尽管旅途中充满挑战、梦想、幻觉、等待和别离，但我们决不回头。

让我们尽可能使旅行变得美好，设法同所有旅客建立良好关系，努力发现每个人的优点。

我们经常会回忆起旅途中的某个时刻，和我们结伴而行的人可能会徘徊不定，而我们很可能必须要理解他们，因为我们常会犹豫不决和需要别人的



理解。

最后，巨大的秘密是，我们永远不知道自己该在哪一站下车，更不清楚我们的伙伴——即使他们是此刻坐在我们身边的人——在哪儿离去。

我陷入沉思，当我下车离开时是否会抱有怀恋之情。

我想会的，与旅途中结识的一些朋友别离将是很痛苦的。但是回想一下旅途的经历，我们会感到欣慰，想到在某个时刻列车到达主要车站，伙伴们陆续上车，当时的我们是多么激动；想到我们曾经帮助过他们并使旅途变得更加愉快，我们会由衷地感到幸福。

我们应使这次很有意义的旅行变得平静安稳。这样做是为了，一旦到了该我们下车的时候，我们的位子就空了出来，便能给继续乘车旅行的人留下美好的回忆。在人生的旅途中，有的人给我们留下了永久的怀念，就是因为他用自己微薄的力量帮助了别人，用自己的爱心温暖过别人。



生命时钟

朋友的父亲病危，朋友从国外给我打来电话，让我帮他。

我知道他的意思，即使以最快的速度，他也只能在4小时后赶回来，而他的父亲，已经不可能再挺过4小时。

赶到医院时，见到朋友的父亲浑身插满管子正急促地呼吸，床前，围满悲伤的亲人。

朋友的父亲狂躁不安、双眼紧闭、双手胡乱地抓着，我听到他用自己的喉咙含糊不清地叫着儿子的名字。

每个人都在看我，目光中充满着无奈的期待，我走过去，轻轻抓起他的手，我说：“是我，我回来了。”

朋友的父亲立刻安静下来，面部表情也变得安详起来，但仅仅过了一会儿，他又一次变得狂躁，他松开我的手，继续胡乱地抓着。



我知道，我骗不了他，没有人比他更了解自己的儿子。

于是我告诉他，他的儿子现在还在国外，但4个小时后，肯定可以赶回来。

朋友的父亲却又一次安静下来，然后他的头努力向一个方向歪着，一只手急切地举起，我注意到，他手指的那个方向的墙上，挂了一个时钟。

我对朋友的父亲说：“现在是1点10分，5点10分时，你的儿子就会赶到。”

朋友的父亲放下他的手，我看到他长舒了一口气，尽管他双眼紧闭，但我仿佛可以感觉到他期待的目光。

每隔10分钟，我就会抓着他的手，跟他报一下时间，4个小时被每一个10分钟整齐地分割，有时候我感到他即将离去，但却总被一个个的10分钟唤回。

朋友终于赶到了医院，他抓着自己父亲的手，他说：“是我，我回来了。”

我看到朋友的父亲从紧闭的双眼里流出两滴满足的眼泪，然后，便静静地离去。

朋友的父亲为了等待他的儿子，为了听听儿子的声音，挺过了他生命中最后的最漫长的4个小时，每一名医生都说，不可思议。

后来，我想，假如他的儿子在5小时后才能赶到，那么，他能否继续挺过一个小时？我想，会的，生命的最后一刻，亲情也不忍让他离去。

悠悠亲情，每一个世人的生命时钟。

生命的最后一刻，亲情也不忍让他离去。亲情说起来是相当温暖，但是世间许多困难也是从这割舍不掉的情感而来，也许就是因为它的特点便是不能谈及条件，也不能要求它的公平。



戏如人生

20世纪50年代放映电影《白毛女》，有位战士咬牙切齿地向银幕上的恶霸地主黄世仁开枪，被班长拉住了。这个在银幕上差点挨枪的“黄世仁”，便是陈强。陈强先生有两个儿子，大的叫陈布达，小的便是喜剧明星陈佩斯了。

陈佩斯从小就显示出了他的聪明伶俐，但他不爱读书。他的作业本上，布满了红叉，成绩单上也常挂红灯，陈强对此十分生气，见儿子的成绩单上又挂了红灯，每每要给儿子几巴掌。不是打手心，便是打屁股，但从不打脸蛋。这又引起小佩斯提问了：“爸，您生儿子的气，为什么不打嘴巴？”

“那不行，打伤了怎么吃饭、讲话？”

小佩斯这才懂得老爸是疼爱他的。有次陈强又准备使用“巴掌功”训子，小佩斯递过一把尺子，说：“爸，您用这打吧，免得儿子疼、您的巴掌也疼。”

陈强接过尺子，叹了口气说：“爸哪愿打你呀，爸是恨铁不成钢啊！”

有次陈强对小佩斯说：“孩子，你为啥不肯学习？”

“爸，我只是书没念好，我学习挺用功呢！”

“你学个啥？！”

小佩斯不慌不忙，将看戏中自己喜爱的台词连同表演动作一齐搬了出来，他学《龙须沟》中的“程疯子”指责打过他的二流子时的一段动作和台词：“把你的手伸出来……哦，原来你的手也是人手啊？！”他学尤利斯·伏契克在剧终时的诵白：“人们，我是爱你们的，你们要警惕呀……”都学得惟妙惟肖。佩斯问父亲：“爸，您说这是不是学习？”

陈强感到是他的遗传因子加上家里平时的潜移默化在佩斯身上起作用了，看来二小子是非学演戏不可了。这边读书亮红灯，那边学艺开绿灯，那



就引导他在学艺的道上前行吧。于是陈强对儿子说：“爸不反对你学戏，但文化基础必须打好，看来你这孩子太笨，所以读不好书了。”

“我笨？谁说的？”

“我说的，你要是不笨，能让成绩单上红灯挡道吗？”父亲这番反击的话，反倒促使陈佩斯加强起了文化学习。

1973年，陈佩斯进了八一电影制片厂演员剧团。陈强语重心长地对儿子说：“你小时候学戏，模仿这，模仿那，只是好玩，不算什么。现在不同了，是工作。以前你的观众只有爸妈哥三个人，今后上银幕，观众是几千万。你必须以狮子搏兔的灵巧劲，全力以赴，才能对得起观众。”

陈佩斯疑惑了：“爸，狮子是百兽之王，老虎都怕它三分，小小的兔子，一口一只，小菜一碟罢了！”

陈强说：“你错了！一来兔子非常灵活，二来由小见大。你今后即使演龙套，也要有狮子搏兔全力以赴的劲头，不掉以轻心，才能把戏演活演好……导演说戏，只是引导一下，关键靠的是自己，要把自己化进去。”

陈佩斯对父亲的指点，心领神会，果然把戏演得出神入化。比如他在《少爷的磨难》中，准确地把握了“少爷”的角色特点，从而“化”出了陈佩斯自己的风格与特色。再如他在电视上表演的小品“吃面条”，之所以能引人捧腹，就在于他把自己掌握的生活中的细节，恰到好处地加以艺术夸张，因而产生了很强的喜剧效果。对待自己的事业要兢兢业业，丝毫来不得马虎，不要糊弄观众；而且，演戏如做人，做人要求本分，不能偷工减料，演戏也是如此；同时，家庭中，对自己严格要求，有一个美满和睦的幸福家庭是事业成功的基础。



良好心态，造就成功人生

动物王国即将面临一场战争。狮王颁布法令：凡年轻力壮者，一律准备



开赴前线。猴子天天和猩猩乐乐也在应征之列。

这天，猴子天天对猩猩乐乐说：“唉，我害怕战争。我怕到了前线会负伤，甚至会丢了性命。”

“天天，我与你的想法刚好相反。虽然我也讨厌战争，但是，万一真的到了部队，我想也没什么好担心的。”猩猩乐乐说。

“你竟然认为没什么好担心的？”猴子天天对猩猩乐乐的话既吃惊又反感。

“是的。如果到了部队，我被分配到内勤单位，也就没什么好担心的了。”乐乐说。

“那如果被分配到外勤单位呢？”天天问。

“那还有两个机会，一个是留在本山头，另一个是分配到外地。如果是留在本山头，我也不用担心呀。”乐乐说。

“那如果分到外地呢？”

“分到外地也有两个机会，一个是后方，一个是前线。如果在后方，也是很安全的。”

“那如果是分到前线呢？”

“分到前线同样有两个机会，一个是给狮王当卫兵，另一个是遇上意外事故。如果是给狮王当卫兵，我想我还是能平安退伍的。”

“那如果是遇上意外事故呢？”

“即使是遇上意外事故，也还有两个机会，一个是受轻伤，另一个是受重伤。如果是受了轻伤，可能把我送回医院治疗，那样就没有危险了，我同样不用担心。”

“那……那如果是受了重伤不治而亡呢？”猴子天天颤声地问。

“哈……哈……”猩猩乐乐放声大笑着说，“如果遇上那种情况，我人都死了，怎么还会担心呢？”



人生需要风雨同舟

多年以前，李广智曾经历了一件令他终生难忘的事情。

那年，李广智从秦岭深处归来，肩上扛着一袋老玉米，在渭水边搭上了一艘破旧的木船进城。船上还有两个木匠，他们带了数量不少的山货。在他们解开缆绳准备渡河时，一个青年人扛着一只笨重的四方木箱，大步流星地赶到了，叫声：“慢！”肩一耸，木箱就稳稳地压在了船头上。

船一开，暴雨就落下来了，木船在水里飞快地打了一个旋儿，就似一匹脱缰的野马朝下游斜射出去，一波接一波的浊浪击打在他们的身上，水花四溅。木船在颠簸之中，翘起栽下，左倾右陷。青年人叉开双腿站在木箱上，大声指挥着两个匠人，完全是不容反驳的命令口气：“你！往后；你，往前，拿桨！抱桨！一反一正，使劲！再使劲！注意……”正说着，“哗”的一声，一座如山的浪头砸下来，大地为之一暗。但是，木船还是从急流中钻了出来。对于年仅十五六岁的李广智，青年人则客气多了，他指着船中的横木对李广智说：“你坐上去，放松，像骑马一样，顺势起伏，别拧着水的性子。”

经过一阵折腾，船明显地稳了下来。李广智听到了两个木匠在嘀咕：“哪儿来的小子，竟指使咱们。”“真把人气死了，揍他个狗日的。”

“注意！”青年又叫起来，“稳住船身，当心翻船！”李广智突然感觉到，船像被两只巨大的手抓住在使劲地拧麻花，船板在吱呀地呻吟。突然，“咔嚓”一声，一块板子翘了起来，一股碗口粗的浊水从船底涌上来，发出可怕的怪叫。

“不要惊慌！”青年人抓过双桨往木箱上一搭，一反一正地划起来。“把东西扔出去！”没有人动。青年人急了，抽出桨一捅，那袋老玉米消失在激流之中。“还有你们的！”青年人说着，又将两个木匠的好几个山货袋子也捅