

文化基因

涵养阅读

作文素材

阅读悦成长

德育丛书

阅读悦成长编写组 编

· 自强 ·

你的坚持，
终将遇见美好

这世间的成功，除了努力，
没有任何捷径可走。

16—18
岁



CTB 湖南教育出版社

德育丛书 · 自强 ·

阅读悦成长

你的坚持，终将遇见美好

阅读悦成长编写组 编

主 编：黄步高 谭海芳

编 委：鲍现凤 陈建祥 陈 林 董汝倩 高丽丹 李明珠
谭桂华 肖晓梅 熊 彬 杨敏华 宇文之怡

（按姓氏首字母排列）

图书在版编目(CIP)数据

阅读悦成长. 自强. 你的坚持, 终将遇见美好: 16—18岁 / 阅读悦成长编写组编. — 长沙: 湖南教育出版社, 2019.3

ISBN 978-7-5539-6590-1

I. ①阅… II. ①阅… III. ①德育—中小学—课外读物 IV. ①G631

中国版本图书馆CIP数据核字(2019)第009719号

阅读悦成长·自强·你的坚持, 终将遇见美好(16—18岁)

YUEDU YUE CHENGZHANG ZIQIANG NI DE JIANCHI ZHONG JIANG YUJIAN MEIHAO

阅读悦成长编写组 编

责任编辑: 舒佩霞 李欣 姚晶晶

出版发行: 湖南教育出版社(长沙市韶山北路443号)

网 址: <http://www.hakclass.com>

微 信 号: 贝壳网教育平台

电子邮箱: hnjycbs@sina.com

客服电话: 0731-85486979

经 销: 湖南省新华书店

印 刷: 湖南天闻新华印务有限公司

开 本: 710×1000 16开

印 张: 6

字 数: 100000

版 次: 2019年3月第1版

印 次: 2019年3月第1次印刷

书 号: ISBN 978-7-5539-6590-1

定 价: 18.00元

本书若有印刷、装订错误, 可向承印厂调换。

前言

良知，是一种柔软的力量！

我们正处在一个激荡变革的时代，每个人都在苦寻自由的翅膀和心灵的灯塔，处在成长过程中的青少年尤其如此。若想拥有一双自由的翅膀，若想拥有一座心灵的灯塔，就必须拥有知识和良知。

知识，让我们具有广度和深度，让我们拥有服务社会的能力；而良知，让我们具有厚度和高度，会给我们一种柔软的力量，如水如风，迎战人生的千难万险，进而更好地服务社会。

知识可以从老师、书本或网络获得，而良知却需要从文明传统中萃取。

在浩瀚的中华文明基因中，老子告诉了我们“上善若水”的通达；孔子告诉了我们“己所不欲，勿施于人”的谦厚；清代大学士张英用“一纸书来只为墙，让他三尺又何妨”，展示着他的气度与胸怀；爱国将领岳飞以“待从头收拾旧山河”的铁血丹心，书写着精忠报国的篇章……

时至今日，当我们为驻守边关的战士们感动时，向烈日下工作的劳动者致敬时，向操劳一生的父母报恩时，为日益强大的祖国而热泪盈眶时……点点善行，汇集成江河，这都是良知赋予人以触及灵魂的力量！

由此，我们可知文明的血脉没有变，千百年来它风采依旧、风骨犹存。

丰厚的中华文明是滋养华夏儿女的精神宝库。我们所遴选的12个主题，可

以说是中华文明 12 个优秀的基因，同时也是触及每个人心灵的 12 个问题，更是社会主义核心价值观的另一种表达。愿它们能成为青少年照亮人生、叩问真理、追求自由的心灵灯塔。

为满足青少年多元化、品质化的课外阅读需求，“阅读悦成长”系列丛书采用“分级阅读”的模式宏观布局，面向 6~18 岁的青少年读者群，按年龄特点逐级开发，从不同角度关照青少年的心灵成长。同时，为保证本套丛书质量，我们还约请浙江大学教授、长江学者李建华，湖南师范大学伦理学教授张怀承，长沙市政治名师工作室首席名师方俊和湖南省委宣传部副部长肖君华等对书稿进行审定，以确保书稿的科学、质优、好读。

青少年在身体成长的过程中，心智也在成长，我们希望这套丛书在青少年心智成长的过程中能起到“启蒙”的作用，把处于懵懂状态下的孩子唤醒，逐渐地以知识和良知让他们获得自由的翅膀、心灵的灯塔，以便在未来的日子里能继续追慕真理、畅享自由！

目录

MULU

从不服输开始

困难面前不服输 /2

致北大毕业生(节选) /7

我的思想是自由的 /13

“不知天高地厚” /17

轮椅上的“健将” /22

没有苦,何来甜 /26

时间磨出的美好

从打工仔到“影帝” /32

奋斗不息的人生 /36

草根皇帝的大器晚成 /40

苦吟方得之 /45



“书圣”并非“天成” /50

默默无闻的幕后英雄

默默无闻的英雄 /56

禾下乘凉的袁隆平 /61

你愿意隐姓埋名一辈子吗？ /66

平凡人的不平凡

绝处逢生的冠军 /74

勤奋的奖励 /78

岁丰仍勤俭，知有后来人 /82

永不放弃 /86



从不服输 开始



困难面前不服输



海伦·凯勒

在大学读书的时候，我常常会想：“我要努力学习知识，希望以后能够为人类做点贡献。这个世界上总会有一两件事适合我做，而且只有我才能做，可是，是什么事呢？”我常常思考，却一直没有找到答案。

奇怪的是，朋友们都替我想好了，有的说：“你不必再上大学了。如果你把精力用在与你有相同遭遇的儿童教育上，你对社会的贡献肯定很大，这正是上帝希望你去做的事。经费的问题你不必担心，我去筹募。你觉得怎么样？”我当时回答道：“我明白你的好意，可在完成大学的学业以前，我不考虑这些事。”虽然这么说，可朋友依旧不断努力试图说服我，不时对我和莎莉文老师



进行疲劳轰炸。最后，我们实在懒得理他，就不与他争辩了。而他竟误认为我们默许了。第二天一大早，这位朋友就前往纽约宣称我计划献身盲人教育工作，而且有意立刻着手进行。

类似的事情在我大学毕业之前不止发生过一次，有些人竟然叫我出任主角四处去旅行表演，也有人计划由我出资把所有盲人都集中在一个城市里，然后加以训练。我对这些人说：“你们的计划并不能让盲人真正独立，所以我不感兴趣。”听了我的答复，对方竟然生气地指责我是个利己主义者。

幸好，贝尔博士、洛奇先生以及其他几位热心帮助我的先生都很开明、慷慨，给我最大的自由让我去做我喜欢做的事，从不干预。他们让我感动，也给了我启示，我暗暗下决心：只要是真正有益于社会人类的事情，而且又是我能做的，我都将全力以赴！

可以真正替盲人贡献心力的机会来了，那时我读大三。有一天，一位自称是查尔斯·康培尔的青年来看我，告诉我他的父亲毕业于柏金斯盲校，致力于英国的盲人教育。他这次来的目的就是劝我加入“波士顿妇女工商联盟”，这个联盟的宗旨是促进盲人福利。我很快加入了，并一起到议会去请愿，要求为保护盲人而成立特别委员会。

这个请愿顺利通过，因此特别委员会也很快成立了。而我的工作也以特别委员会为起点而顺利展开。

一九〇六年，由州长推荐，我出任马萨诸塞州盲人教育委员会委员。每次开会时，莎莉文小姐总是坐在我身边，用手语向我转述会议内容。每位委员都喜欢做冗长无味的演讲，那些官样文章更叫人疲惫不堪，因此在担任此职四五个月之后，我便辞职了。

但是，为盲人谋福利又非得通过团体的力量不可，因为只有这样才能唤起舆论的注意与支援。因此，我必须出现在各种公开场合，参加各种会议。为此，我必须多加练习演讲的技巧，以期更有说服力。我曾先后向多位老师学习表达技巧，可惜效果都不怎么理想。此时，我遇到了波士顿的怀特先生，他精通音乐，对人类的发声器官很有研究，我抱着碰运气的心理去请他帮忙。“我也不知道能做到什么程度，但这也是一项研究工作，我们不妨试试！”怀特先生很爽快地答应了我的请求。

从一九一〇年起，怀特先生每周的星期六都到连杉来，星期日才回去。他停留的这段时间，也就是我上课的时间。

我10岁时，莎莉文老师曾带我去找郝拉先生，那是我首次学习发声法。郝拉先生抓起我的手放在他脸上，然后慢慢发出“AKM”的声音，并尽量让我模仿。由于我太紧张，只能勉强发出杂乱的声音。“把你的喉咙放柔和些，舌头也不要太用力。”他耐心地指正我。

发声器官应从孩提时代练起，这样我的声音可练得更美



妙，同时也可记住更多的单词。因此，我希望聋哑教育能及早练习发声。

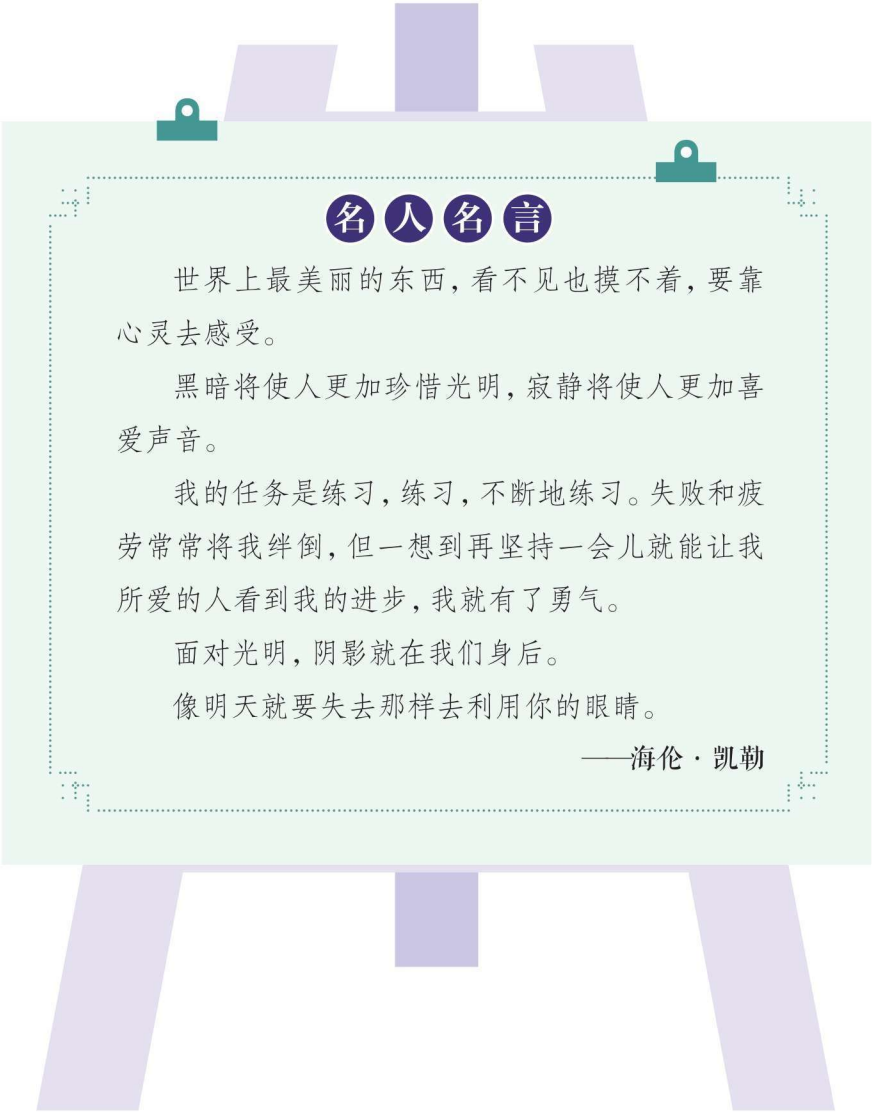
怀特老师原本抱着试一试的心理，可越教越感兴趣，竟连续教了我3年之久，而且其中两年的夏季几乎住在连杉。

怀特老师的训练方式是从训练发声器官开始，然后练习发音，最后才教节奏、重音及声音的音质、音调。3年之后，我勉强可以在大众面前开口说话了。莎莉文老师与我首先在新泽西州的蒙他克雷做实验性的演讲，现在想起来还觉得心有余悸。我站在讲台上一直发抖，早就拟好的讲稿已经在喉头上打转，偏偏发不出声音。最后，终于积攒了足够的勇气，用足够的力气喊出声来，此时我觉得自己犹如射出一发大炮。可后来别人告诉我，当时我的声音小得像蚊子一样。

我不是一个容易服输的人，虽然十分吃力，但把预计演讲完成了。从讲台上走下来，我不禁笑出声来：“说话对我而言实在太难了，我有点自不量力，做不到的事总归没有办法。”

事实上，我并没有丧失信心，相反，我又重新鼓起勇气开始练习。现在，虽然我的声音不够优美，但总算可以在众人面前说话了，能够开口，对我来说太重要了。至此，我的梦想总算实现了一部分。

（节选自《假如给我三天光明》，作者〔美〕海伦·凯勒）



名人名言

世界上最美丽的东西，看不见也摸不着，要靠心灵去感受。

黑暗将使人更加珍惜光明，寂静将使人更加喜爱声音。

我的任务是练习，练习，不断地练习。失败和疲劳常常将我绊倒，但一想到再坚持一会儿就能让我所爱的人看到我的进步，我就有了勇气。

面对光明，阴影就在我们身后。

像明天就要失去那样去利用你的眼睛。

——海伦·凯勒



致北大毕业生（节选）

这一两个星期里，各地的大学都有毕业的班次，都有很多的毕业生离开学校去开始他们的成人事业。学生的生活是一种享有特殊优待的生活，不妨幼稚一点，不妨吵吵闹闹，社会都能纵容他们，不肯严格地要他们负行为的责任。现在他们要撑起自己的肩膀来挑他们自己的担子了。在这个困难



胡适

最紧急的年头，他们的担子真不轻！我们祝他们的成功，同时也不忍不依据我们自己的经验，赠予他们几句送行的赠言，——虽未必是救命毫毛，也许作个防身的锦囊罢！

你们毕业之后，可走的路不出这几条：绝少数的人还可以在

国内或国外的研究院继续做学术研究；少数的人可以寻着相当的职业；此外还有做官，办党，革命三条路；此外就是在家享福或者失业闲居了。第一条继续求学之路，我们可以不讨论。走其余几条路的人，都不能没有堕落的危险。

人生的道路上满是陷阱，堕落的方式很多，总括起来，约有这两大类：第一是容易抛弃学生时代的求知识的欲望。你们到了实际社会里，往往所用非所学，往往所学全无用处，往往可以完全用不着学问，而一样可以胡乱混饭吃，混官做。在这种环境里，即使向来抱有求知识学问的决心的人，也不免心灰意懒，把求知的欲望渐渐冷淡下去。况且学问是要有相当的设备的；书籍，实验室，师友的切磋指导，闲暇的工夫，都不是一个平常要糊口养家的人所能容易办到的。没有做学问的环境，又谁能怪我们抛弃学问呢？

第二是容易抛弃学生时代的理想的人生的追求。少年人初次与冷酷的社会接触，容易感觉理想与事实相去太远，容易发生悲观和失望。多年怀抱的人生理想，改造的热诚，奋斗的勇气，到此时候，好像全不是那么一回事。渺小的个人在那强烈的社会炉火里，往往经不起长时期的烤炼就熔化了，一点高尚的理想不久就幻灭了。抱着改造社会的梦想而来，往往是弃甲曳兵而走，或者做了恶势力的俘虏。你在那俘虏牢狱里，回想那少年气壮时



代的种种理想主义，好像都成了自误误人的迷梦！从此以后，你就甘心放弃理想人生的追求，甘心做现成社会的顺民了。此段讲理想容易幻灭，人便甘心为现实奴役。要防御这两方面的堕落，一面要保持我们求知识的欲望，一面要保持我们对于理想人生的追求。有什么好法子呢？依我个人的观察和经验，有三种防身的药方是值得试一试的。

第一个方子只有一句话：“总得时时寻一两个值得研究的问题！”

问题是知识学问的老祖宗；古往今来一切知识的产生与积聚，都是因为要解答问题，——要解答实用上的困难或理论上的疑难。所以梁漱溟先生自认是“问题中人”而非“学术中人”。所谓“为知识而求知识”，其实也只是一种好奇心追求某种问题的解答，不过因为那种问题的性质不必是直接应用的，人们就觉得这是“无所为”的求知识了。我们出学校之后，离开了做学问的环境，如果没有一个两个值得解答的疑难问题在脑子里盘旋，就很难继续保持追求学问的热心。

.....

第二个方子也只有一句话：“总得多发展一点非职业的兴趣。”

所从事的职业往往并不能满足个人的志向。离开学校之后，大家总得寻个吃饭的职业。可是你寻得的职业未必就是你所学

的，或者未必是你所心喜的，或者是你所学而实在和你的性情不相近的。在这种状况之下，工作就往往成了苦工，就不感觉兴趣了。为糊口而做那种“非性之所近而力之所能勉”的工作，就很难保持求知的兴趣和生活的思想主义。最好的救济方法只有多多发展职业以外的正当兴趣与活动。一个人应该有他的职业，又应该有他的非职业的玩意儿，可以叫作业余活动。凡一个人用他的闲暇来做的事业，都是他的业余活动。往往他的业余活动比他的职业还更重要，因为一个人的前程往往全靠他怎样用他的闲暇时间。他用他的闲暇来打麻将，他就成个赌徒；你用你的闲暇来做社会服务，你也许成个社会改革者；或者你用你的闲暇去研究历史，你也许成个史学家。你的闲暇往往定你的终身。

.....

第三个方子也只有一句话：“你总得有一点信心。”

我们生当这个不幸的时代，眼中所见，耳中所闻，无非是叫我们悲观失望的。特别是在这个年头毕业的你们，眼见自己的国家民族沉沦到这步田地，眼看世界只是强权的世界，望极天边好像看不见一线的光明，——在这个年头不发狂自杀，已算是万幸了，怎么还能够希望保持一点内心的镇定和理想的信任呢？我要对你们说：这时候正是我们要培养我们的信心的时候！只要我们有信心，我们还有救。古人说：“信心 (Faith) 可以移山。”又说：“只