



“读·品·悟”
中学生成长励志系列

- 总主编 滕刚
- 本册主编 于德龙



让中学生学会生活的

128个故事

学会生活，做生活的主人

生活是什么，在我们懵懂的心里依旧是一个谜，它五光十色，充满了诱惑；它坎坷满途，令人生畏。精彩生活人人向往，生活中的挫折也要面对，这一切都需要我们去学会生活，进而创造生活。

明确的目标，是我们生活的动力；学会自立，才能做生活的主人；坦诚交流，让生活畅通无阻；抓住了时间，就抓住了财富；拥有了朋友和快乐，就如同拥有了阳光和氧气；把挫折视为生活馈赠的礼物，让自然成为我们汲取成长养分的天堂……



九州出版社
JIUZHOU PRESS



“读·品·悟”中学生成长励志系列

让中学生学会生活的 128个故事

总主编：滕刚

本册主编：于德龙



九州出版社
JIUZHOU PRESS

图书在版编目(CIP)数据

让中学生学会生活的 128 个故事/于德龙主编. -北京:

九州出版社, 2008.3

(“读·品·悟”中学生成长励志系列/滕刚主编)

ISBN 978-7-80195-862-4

I. 让... II. 于... III. 故事—作品集—世界 IV. I14

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2008) 第 034778 号

让中学生学会生活的 128 个故事

作 者 于德龙 主编

出版发行 九州出版社

出 版 人 徐尚定

地 址 北京市西城区阜外大街甲 35 号(100037)

发行电话 (010)68992190/2/3/5/6

网 址 www.jiuzhoupress.com

电子信箱 jiuzhou@jiuzhoupress.com

印 刷 北京市德美印刷厂

开 本 720 × 980 毫米 1/16 开

印 张 16.75

字 数 268 千字

版 次 2008 年 5 月第 1 版

印 次 2008 年 5 月第 1 版 第 1 次印刷

书 号 ISBN 978-7-80195-862-4/I·437

定 价 23.80 元

★ 版权所有 侵权必究 ★



020 与百甜参

020 志一言旗会只帝王

第一辑 你就是你的神

有一位年轻的黑人女孩,想成为一位有影响力的女性。女孩是虔诚的基督教徒,她很相信神的帮助,她妈妈告诉她,只要爬上门前的小山的山顶,神就会满足她的愿望。几个小时后,女孩很失望地回来了,她说的第一句话是:“妈妈,一路我处处留意,直至山顶。我发现,除我之外,根本没有什么神。”她妈妈说:“你说得很对,除你自己之外,根本没有什么神。”

二十年后,这位黑人女孩成为美国第二个女性国务卿,她的名字叫赖斯。在一次记者招待会上,针对她的传奇一生,她说了这么一句话:在您发现自己的那一天,就是您遇到神的时候。

最重要的是什么	002
不要只为面包而祈祷	004
靠自己	006
学习长颈鹿重新站起来	008
“金砖”的秘密	010
学会自立	012
自己的菩萨	014
吃苦与吃肉	016
人生没有乞丐	018
掉进坑里之后	019
找到自己的路	021
总有一把钥匙属于你自己	023
调整心态,走出困境	026
走自己的路,让别人去说吧	028

珍惜自己 030

上帝只会施舍一次 032

第二辑 播种习惯,收获人生

几年前,一位记者问一位获诺贝尔奖的科学家:“请问您在哪所大学学到您认为最重要的东西?”这位科学家平静地说:“在幼儿园。”“在幼儿园学到了什么?”“学会把自己的东西分一半给伙伴;学会每天做好一件事;学会选择,然后不后悔……”这位科学家出人意料的回答,直接说明了良好习惯对人一生具有决定性的意义。

莎士比亚曾说:“习惯若不是最好的仆人,它便是最坏的主人。”播种美好心灵的习惯,播种思考生活的习惯,播种成功的习惯……当你把优秀当成一种习惯,你将收获一份美丽人生。

沉没的海岛 036

生活的意思 038

每天做好一件事 040

首先要准备做一系列的选择 041

一只蜗牛的苦旅 043

勇敢的美丽 045

比尔·盖茨为什么成为世界首富 047

徐本禹的选择 048

用MBA管理女儿 051

球杆见证夺冠路 053





第三辑 感恩,让生活富有

在以色列,每当庄稼成熟的时候,靠近路边的庄稼地四个角都要留出一部分不予收割。当地人解释说,是上帝给了犹太民族今天幸福的生活,他们为了感恩就以留出四角的庄稼这种方式报答今天的拥有,这样既报答了上帝,又使那些路过此地的人,不会因为贫穷和长途的跋涉而吃不上饭。

我终于明白人们为什么说犹太人是富有的民族——真正的富有不是金钱的富有,而是心的富有,生活在幸福中的人应该懂得感恩上天,懂得回报别人,这才是真正有质量的幸福。

学会感恩生活	058
感恩	059
根雕眼镜	061
感恩经营	063
感谢那只手	065
莫忘致谢	066
幸福的时刻	069
谁是应感谢的人	070
滴水之恩	072
感恩是一件幸福的事	077
做最美的梦	080
这个世界的贫穷与富有	082



第四辑 沟通也有温度

法国巴黎拉维耶酒店是个很有名气的小酒店,它没有菜谱,如果你心情郁闷,这个小酒店的女主人会一眼从你微蹙的眉头看出来。她会像母亲一样轻言细语,问寒问暖,不厌其烦地倾听你的不如意。诚意一片氤氲。小店出名并不是因为没有菜谱,最重要的是有自己最具特色的一道菜——善解人意的沟通。

天没暖,大地先暖,所以有许多花能钻出冰雪绽放。当你埋怨灯不够亮时,请你先把灯管擦干净;当你埋怨世态炎凉、人情不暖时,请你先用自己滚烫的心去温暖别人。真诚沟通,从心起航。



善解人意的魅力	088
以貌取人只会显得思想狭隘	090
学会倾听	091
女佣的智慧	093
与陌生人同桌	094
四句终身受益的话	096
谢谢你的沉默	097
喜儿糕	099
真正的帮助者	101
教授的尊重	103
把别人当做一个真正的人	104
动物学家的发现	106
素质	107



第五辑 朋友,生活的阳光

朋友是幸福的种子,也是心灵漂流的岸,是情感的寄存间,是为你遮去愁风苦雨的伞儿。

节日收到美丽的贺年卡,那是多年没有见面的朋友们寄来的,里面写满了阳光。端详着这些卡,你想起了和他们在一起的时光,觉得很充足。有了朋友就有了惦念,被人惦念是一种幸福,而朋友多了,惦念就会多,幸福便像春日里的花,盛开在每一个角落。朋友的圈子其实就是你人生的世界。他只是你生活中的一部分内容,却能照亮你整个的生活。

生命的礼让	110
多结交比自己优秀的人	112
给老朋友的信	114
友情就像谷仓的顶一样	116
鹿与豺的故事	118
一个半朋友	120
孤零零的狐狸	122
在英雄的连队服役	123
荀巨伯重义轻生	125
大象和蜜蜂交朋友	127

第六辑 我的快乐,由我掌握

每个人心中都有把快乐的钥匙,但我们却常在不知不觉中把它交给别人掌管。一位妈妈说:我的孩子不听话,叫我很生气!于是她把快乐的钥匙交在孩子手中;一位男士说:上司不赏识我,所以我情绪低落。于是他

快乐的钥匙塞在上司手里；一位老师说，学生成绩不好，我很难受！于是老师把快乐的钥匙给了学生。

快乐的人很少抱怨生活，他们从不问“生活为什么对我不公平”，而是问“我为什么而生活”。快乐的人并不比其他人拥有更多的快乐，只是他们懂得快乐是一种权利，每一份快乐都要自己追求和掌握。

制造快乐	130
不生气的人是聪明人	133
99一族	135
快乐是生命开出的一朵花	137
沙鼠的焦虑	140
挂在悬崖上的人	141
生活不需要假如	143
内外皆柔软	144
有苹果也好	146
快乐是单纯的	147
愉快的棒球	149

第七辑 成功只要3年

有一个记者采访齐白石，想了解他从艺40年的艰苦历程。齐白石听完莞尔一笑说：“其实成功远不如你想的那么艰辛和遥远，从木艺雕刻匠到绘画大师，仅仅只需要3年的时间。”“只需要3年？”那个记者一听就愣了。齐白石拿来笔张纸给他计算说，我从20岁开始，每天抽出两小时练习绘画，一年365天就是730小时，40年就是29200小时，除以24，我学画画不过1200多天，不到3年。

其实成功离我们每个人并不远，用上你发呆或喝咖啡的时间已经足够了。





小时间中成就的大事业	154
零散时间中的奥秘	155
别等以后再做	157
从现在开始行动	159
迟到是一种病	160
隐士的回答	162
最好的年龄	164
从小体验生活	166
董建华打工	168
超越只需百分之一秒	171

第八辑 受了挫折的阳光

有一年,上天好像发了慈悲——没有狂风暴雨,没有电闪雷鸣,没有任何对庄稼有危险的自然灾害发生。我们家的小麦长势特别喜人,但我爷爷的脸色反常地布满阴云。等收割的时候,我发现麦穗里什么都没有。我好奇地问爷爷为什么会这样,爷爷说:“太风调雨顺,庄稼的根扎得不深,自然就没有营养。风雨雷电都是必需的,正是这些锻炼了小麦。”

彩虹是受了挫折的阳光。因为在雨后,空中留存的雨雾把阳光折射了,从而产生了七彩的光芒,这阳光的折射,就像人生的挫折,折射使阳光美丽起来,挫折也会使人生美丽起来。

挫折的礼物	174
倒飞的鸟	175
挫折的神奇魅力	177
英雄不哭	178



再试一次	180
跨栏定律	183
水一样流淌	184
磨难之后是成功	186
爬起来比跌倒多一次	188
最伟大的倒霉蛋	189
永抱“必胜”之心	191
从“心”出发	193
你的问题到底在哪里	195
戴高乐：在夹缝里长大的总统	197
化伤害为动力	199
用光挫折感	201
伟大就是具有无比决心的普通人	202
人生贵在磨炼	205
屈辱是一种力量	207
向儿子学习	209
跳山羊	212

第九辑 聆听花开的声音

为什么说青藏高原是最接近天堂的地方？因为那里的雪山、草地、湖泊、沙漠……种种博大、酷烈、悲壮之美，是人心很难承载的。所以世代生活在这块土地的藏族同胞，以自己独特的方式思考着自己的生命和自然的奥妙。在他们的心目中，一座山、一个湖、一种动物、一株植物甚至于一块石头都是圣灵。

聆听花开的声音，观察风的影子，捕捉阳光的尾巴，感受月光的轻抚。



让自己单纯些,烂漫些,让我们内心的灵性和自然的韵律一致,这时候你的
心会与月光一般的纯洁,与花一般的美丽,与夜一般的安静。

一只小野鸭的超能量	216
浪费资源就等于浪费生命	218
窗上,那 102 点血迹	220
从来没有真正的绝境	221
以动物为师	223
一次艰难的缺水体验	225
向动物学习	227
森林里的水	229

第十辑 把生活还给艺术

研究表明,文科大学生的幸福指数远远高于了理科生。虽然他们未必比理科生懂赚钱,但艺术却使他们更懂得生活的真谛。几乎每一个儿童都天生喜欢艺术;他们生来就喜欢涂抹颜色、喜欢音乐舞蹈,天生喜欢模仿——艺术带给我们本能的快乐。

文学和艺术可能未必使我们考试得高分、生活富足,但却使我们有热爱生活的理由。

我一直在努力	234
一张废纸片成就的文学大师	236
三位钢琴家演奏《波兰舞曲》	239
一尺深	241
《战争与和平》的创作经过	242

福尔摩斯的原型	244
两个作家的“笑话”	246
不放过擦身而过的每一次机会	248
毕加索——世界上最年轻的画家	250
贝多芬之吻	252





第

辑

你就是你的神

有一位年轻的黑人女孩，想成为一位有影响力的女性。女孩是虔诚的基督教徒，她很相信神的帮助，她妈妈告诉她，只要爬上门前的小山的山顶，神就会满足她的愿望。几个小时后，女孩很失望地回来了，她说的第一句话是：“妈妈，一路我处处留意，直至山顶。我发现，除我之外，根本没有什么神。”她妈妈说：“你说得很对，除你自己之外，根本没有什么神。”

二十年后，这位黑人女孩成为美国第二个女性国务卿，她的名字叫赖斯。在一次记者招待会上，针对她的传奇一生，她说了这么一句话：在您发现自己的那一天，就是您遇到神的时候。

最重要的是什么



请相信我,最重要的是一个人的劳动和毅力。我所获得的一切,全都是靠双手辛勤劳动的结果啊!

诗人和歌唱家争论不休,争的是幸福取决于什么。诗人认为金钱会带来幸福,歌唱家认为命运将决定一切。争来争去没有结果,两个人就一同出外闲逛。

两人来到城郊,看见一座破茅屋,有一个青年坐在门口弹六弦琴。

诗人说:

“朋友,你生活得真是无忧无虑啊!”

青年叹口气道:

“明天我就要饿肚皮了,哪儿谈得上什么无忧无虑哩。”

歌唱家问道:

“那你怎么还在弹六弦琴呢?”

青年回答道:

“我叫阿尔其岱,这琴是我父亲唯一的遗产啊!”

为了证明谁说得对,诗人和歌唱家各自拿出 50 枚小金币给青年,说道:

“这钱到底会不会对你有帮助呢?我们明年再来看你吧。”

阿尔其岱把钱币塞在软帽的衬垫里,到小食品店去买香肠。不料才走几步远,一只乌鸦飞扑下来,攫住他的软帽,飞走了。



第二年,诗人和歌唱家来了,一问,知道有这种怪事,惊讶不已。诗人又拿出 100 枚小金币给他,说明年再来看他。

阿尔其岱学乖了,他拿了一枚小金币去买香肠,把 99 个小金币放在屋角的一只破鞋子里面。不料有一只小老鼠被猫追急了,躲进这只破鞋子里,猫一拨弄,小金币顿时滚落一地,猫又拨又推玩着,把那些小金币都弄进老鼠洞里去了。

阿尔其岱回到家,一看破鞋子翻着,小金币没有了,十分惊讶,也没有办法可想。

第三年,诗人和歌唱家来了,一问,知道有这种怪事,惊讶不已。歌唱家拿出一粒小铅球给他,说好明年再来看他。

阿尔其岱想,这有什么用呢?卖吧,不值钱;丢掉,又可惜……想来想去,忽然叫道:“这可以做钓鱼钩子上的沉子呀!”

阿尔其岱做了一个针钩,扣着沉子,扎在长竿上去钓鱼,钓了半天,也没鱼;但他耐心地等着,一直等到傍晚时,竟然钓上了不少鱼。他快活地煮了整整一锅的鱼汤,喝了。

第二天,他把剩下的鱼卖了,又去钓鱼。

每天钓上的鱼都很多,他就卖掉其中的一部分;积聚些钱他就买网、买船。后来他成为一个真正的渔夫了。

5 年以后,诗人和歌唱家重新相遇,他们又来到阿尔其岱家。可是,一切都变了,这儿已经换成一幢新房子了,有一位年轻的女人站在门口,两个小孩在门外嬉戏。他们走向前问道:“请问,这儿有一个弹六弦琴的阿尔其岱吗?”

那女人笑道:“他是我的丈夫呀。”

这时,阿尔其岱走了出来。他快活地把两位客人请进屋里,捧出 200 枚小金币,说道:“我靠勤劳地钓鱼成为真正的渔夫,娶了柔凡娜,生了两个孩子。在我造这新房子时,动手拆茅屋,发现烟囱上有一个乌鸦窠,窠里放着我放 100 枚小金币的软帽。我拆地板,在屋角的老鼠洞里找到了 99 枚小金币。我曾拿一枚买了香肠,今天已补上了,谢谢你们,请拿回去吧!”

柔凡娜捧出一样又一样的佳肴,款待了两位尊客,而客人们正争得面

红耳赤——阿尔其岱所以得到今天的幸福,靠什么呢?

歌唱家说:“命运!”

诗人叫道:“金钱!”

阿尔其岱听了以后,说道:“金钱是重要的,命运也是重要的。不过,请相信我,最重要的是一个人的劳动和毅力。诗人先生,你从没停止过写诗,才使你成为诗人;歌唱家先生,你一直没有停止过练嗓,才使你成为歌唱家。金钱、命运都比不上这个重要。我所获得的一切,全都是靠双手辛勤劳动的结果啊!”

生活悟语

幸福生活的到来靠的是什么呢?不是靠别人金钱的帮助,更不是靠命运的赐予,它依赖于我们自己勤劳的双手,依赖于我们的毅力和决心。

004

让中学生学会生活的128个故事

不要只为面包而祈祷



只有自己通过努力和辛勤的汗水换来的收获才是最真实的。

小克莱门斯的老师玛丽是一位虔诚的基督徒,每次上课之前,她都要