

心

心理素质教育名言故事精选

走向成功

WAY TO SUCCESS

主编 黄亮中



- 一句拨动心灵的警语，
- 一个发人深省的故事，
- 将伴你走向成功。

华南理工大学出版社

追求真善美 塑造瑰丽人生

(代序)

中共中央、国务院颁发的《中国教育改革和发展纲要》明确提出：“教育改革和发展的根本目的是提高民族素质，多出人才，出好人才。”原国家教委副主任柳斌同志多次指出：“面向 21 世纪，基础教育改革的紧迫任务是走向素质教育。”而心理素质教育是素质教育的重要组成部分，是一项全新而重要的课题，我校在此方面进行多年研究，积累了不少经验。喜逢我校建校 12 周年，广大师生参与收集整理并编辑的《走向成功——心理素质教育名言故事精选》一书即将出版，这既是向建校 12 周年献上的一份小小礼物，也是引导师生进一步探索心理素质教育的成功途径和方法，使素质教育工作跨上一个新台阶的具体尝试。

本书分为两篇。上篇是格言警句录，分别从认知心理、情绪情感心理、意志心理、个性心理、人际关系心理、环境适应心理等六个方面精选了近 600 条言简意赅、发人深省的格言警句。下篇是心理素质教育故事，是教师撰写及高年级学生在心理教师和语文教师指导下编写的近 60 位成功人士的经历和个别心理不健康者的教训。

探索既符合中学生的心理特点，又符合中学生心理

发展规律的系统化心理素质教育，是该校心理素质教育工作的主线，多年来，我们正是围绕着这条主线开展实践和探索。

名言激励，故事启迪，是心理健康教育的重要内容，也是开发智力、陶冶情操的有效途径。翻开人类光辉的历史，我们可以诵读到许多用理想、志气谱写的“正气格言警句”与“催人奋进的故事”。它是人类思想文化的宝库，是我们生活中的良师益友，它可以激发同学们的聪明才智，唤起青少年奋发向上的热望，使人在德、才、识、美的追求中努力完善自我，体现生命的活力，放射出瑰丽的光彩。

愿这本凝聚着师生们心血的小册子能伴随同学们在人生的征途上走向成功。

冯阔胜

2000年10月

目 录

上篇 格言警句录

一、认知心理	(3)
二、情绪、情感心理	(12)
三、意志心理	(23)
四、个性心理	(32)
五、人际关系心理	(41)
六、环境适应心理	(48)

下篇 心理素质教育故事

一、认知心理	(57)
成功之路	
——卡耐基的故事	韩颖怡 (58)
路是人走出来的	
——美籍华裔青年张士柏的故事	简 韵 (61)
勤学好问	
——孔子成才的故事	李水菊 (64)
女孩王渊	霍美兰 (66)
学习，要有恒心	
——记李白的一件小事	杜东仪 (68)
冯·诺伊曼	
——“计算机之父”	刘 健 (70)
全神贯注 一丝不苟	

——记雕塑大师罗丹·····	冯智慧 (72)
成功的秘诀	
——王献之的故事·····	陈凤珊 (74)
开价五百万美元的一句话·····	李长庚 (76)
特尔斐的神谕·····	李敏儿 (77)
二、情绪、情感心理 ·····	(79)
独自横渡大西洋的林德曼和用牛痘接种的琴纳 ···	李长庚 (80)
枪击的背后	
——留美博士生卢刚和山林华的故事·····	岳俊丽 (82)
人类永恒的骄傲	
——记海伦·凯勒 ·····	元烨成 (85)
自信与坚定	
——音乐指挥家小泽征尔的故事·····	梁晖英 (87)
李嘉诚的成功之道·····	莫少英 (89)
自信，成功的第一要素·····	杨碧青 (91)
增强心理承受能力·····	邹 超 (93)
生活的有心人——道尔顿·····	谢艺诗 (95)
误入歧途与迷途知返	
——记文学巨人卢梭·····	钟银娇 (97)
一种理想就是一种动力	
——记“葡萄酒零售大王”郑义明·····	陈斯敏 (99)
从马夫到春秋霸主	
——越王勾践的故事 ·····	黄炜添 (101)
用精神打造冠军	
——记乒乓球名将邓亚萍 ·····	吴 晖 (103)
三、意志心理·····	(106)
我以我血荐轩辕	
——鲁迅先生的故事 ·····	黄亮中 (107)

乐观向上，健康无量	冯映雯 (110)
认定目标 不屈不挠	
——记人口学家马寅初	岳俊丽 (112)
美的雄浑与悲壮	李长庚 (115)
横跨南极大陆的中国人	袁咏春 (117)
有志者事竟成	王铭焯 (119)
读《磨穿铁砚》有感	胡文君 (121)
说“挫折”	
——莫里哀的成功之路	梁小燕 (123)
“米老鼠”和华德·迪斯尼	植杏华 (125)
门捷列夫和元素周期表	陈涛生 (127)
有志者事竟成	
——经受挫折的丁肇中	黎肖仪 (129)
别让挫折阻碍你成功	
——记音乐家贝多芬	冯苑怡 (131)
中国第一位女外交官袁晓园	何慧明 (133)
从难民到总督	甘斯韵 (135)
自信的影视大亨邵逸夫	张树凯 (137)
站在巨人肩上的牛顿	杨绮琪 (139)
韩愈人生篇	冯炎华 (141)
“一蓑烟雨任平生”	邹超 (142)
“走过去，前面就是清华”	
——记高考强中手邱莉	严纯 (145)
人生高立意	李敬儿 (147)
“人的一生应当这样度过……”	
——在困境中的奥斯特洛夫斯基	文武 (149)
成功，属于坚持到最后一刻的人	林燕南 (151)
四、个性心理	(153)

清廉自守不畏强权的陶行知先生	简志华 (154)
无私的战士——彭德怀	赵倩 (156)
中国“药神”——李时珍	彭瑞莲 (158)
英雄不怕出身低	
——记中国船王董浩云	罗可丽 (160)
在屈辱中成长成才	
——记爱因斯坦	王佩芝 (162)
《中国大百科全书》的创始人姜椿芳	陈素瑜 (166)
首获诺贝尔文学奖的拉格洛夫	陈家丽 (168)
汽车大王亨利·福特	吴子瀚 (170)
“铺路石子”彭加木	陈秀萍 陈景灿 (172)
发展兴趣，激发潜能	
——画家列宾的故事	张楚君 (174)
忍小忿，就大谋	
——张良拾履	黄亮中 (176)
“富尔敦的蠢物”能成功吗？	杨莲芳 (178)
一个田径“超人”的诞生	
——记美国田径运动员卡尔·刘易斯	邬婷茵 (180)
跳出缺陷的旋涡的诺贝尔	褚丽诗 (183)
大丈夫能屈能伸	
——韩信的故事	陈章红 (185)
五、人际关系心理	(186)
洪堡德和他的巨著《宇宙》	陈岚 (187)
小松下大度含真知	黄伟娟 (189)
以柳易播的故事	陈炳桢 (191)
从官渡之战到赤壁之战	黄亮中 (193)
子罕为邻居着想	严纯 (196)
让墙三尺 和睦邻里	严纯 (198)

六、环境适应心理	(200)
逆境中奋斗的曹雪芹	冯永瑜 (201)
被取消学位以后	刘翠莲 (203)
逆境中的司马迁	谢艺诗 (206)
坦然面对逆境挑战的吴士宏	郭敏婷 (208)
从护士到打工女皇	
——吴士宏的故事	林静芸 (210)
不为浮云遮双眼	
——卡通大师迪斯尼的成长之路	吴 帆 (213)

上
篇

格
言
警
句
录



一、认知心理

知人者智，自知者明。

——老子

生而知之者，上也；学而知之者，次也；困而学之，又其次也；困而不学，民斯为下矣。

——孔丘

未来的文盲，不再是目不识丁的人，而是没有学会怎样学习的人。

——埃德加富尔

最有价值的知识是关于方法的知识。

——（英）达尔文

人最难是认识自己，有了自知之明，就有了一个进步的基础。

——周恩来

知识能改变命运。

——（美）爱默生

知识就是力量。

——（英）弗·培根

重要的不是知识的数量，而是知识的质量，有些人知道很多很多，但却不知道最有用的东西。

——（俄）列·托尔斯泰

吾生也有涯，而知也无涯。

——庄子

学如逆水行舟，不进则退。

——《增广贤文》

学起于思，思起于疑。

——中国格言

读书贵能疑，疑方可启信。

——金樱《格言联璧》

贫血，可以使人脸色苍白，四肢无力；无知，则可以使目光短浅，胸无大志。

——《江西时报》

书山有路勤为径，学海无涯苦作舟。

——韩愈

读书破万卷，下笔如有神。

——杜甫

知己知彼，百战不殆。

——孙子

良药苦口利于病，忠言逆耳利于行。

——司马迁

少不勤苦，老必艰辛。

——（宋）林浦

与其临渊羡鱼，不如退而结网。

——《汉书》

吾尝终日而思矣，不如须臾之所学也；吾尝跂而望矣，不如登高之博见也。

——荀况

读书切戒在慌忙，涵泳工夫兴味长；未晓不妨权放过，切身须要急思量。

——陆九渊

以铜为鉴，可以正衣冠；以史为鉴，可以知兴替；以人为鉴，可以明得失。

——唐太宗

食饱，暖衣，逸居而无教，则近于禽兽。

——孟轲

君子曰：学不可以已。

——荀子《劝学》

读书百遍，其义自见。

——朱熹

君子不患位之不尊，而患德之不崇；不耻禄之不夥，而耻知之不博。

——张衡

涉浅水者见虾，其颇深者察鱼蟹，尤其者见蛟龙。

——王充

蚓无爪牙之利，筋骨之强，上食埃土，下饮黄泉，用心一也。

——荀子《劝学》

蟹六跪而二螯，非蛇蟠之穴无可寄托者，用心躁也。

——荀子《劝学》

书犹药也，善读者可以医愚。

——刘向

不积跬步，无以至千里；不积小流，无以成江海。

——荀子《劝学》

勤能补拙是良训，一分辛苦一分才。

——华罗庚

学而不思则罔，思而不学则殆。

——孔子

读书之法无他，惟是笃志虚心，反复详玩，为有功耳。

——朱熹

注意是一座门，凡是外界进入心灵的东西都要通过它。

——（俄）乌申斯基

读书有三到：心到、眼到、口到。心不在此，则眼看不仔细，心眼既不专一，却只浪漫诵读，决不能记，记也不能久也。

三到之中，心到最急。心既到点，眼口岂有不到者乎？

——朱熹

业精于勤，荒于嬉；行成于思，毁于随。

——韩愈

莫等闲，白了少年头，空悲切。

——岳飞

读史使人明智，读诗使人灵秀，演算使人精密，哲理使人深刻，凡有所学，皆成性格。

——（英）培根

好奇心是学者的第一美德。

——（波兰）居里夫人

人之所以犯错误，不是因为他们不懂，而是因为他们自以为什么都懂。

——（法）卢梭

书籍是人类进步的阶梯。

——（前苏）高尔基

读一本好书，就是和许多高尚的人谈话。

——（德）歌德

学习这件事不在乎有没有人教你，最主要的是在于你自己有没有觉悟和恒心。

——（法）法布尔

平庸的人关心怎样耗费时间，有才能的人竭力利用时间。

——（德）叔本华

一个人不能骑两匹马，骑上这匹，就要丢掉那匹。聪明人会把凡是分散精力的要求置之度外。

——（德）歌德

如果没有理智，人的命运就黯然无光。

——卢斯达维里

认识真理的主要障碍不是谬误，而是似是而非的真理。

——（俄）列·托尔斯泰

只要再多走一步，仿佛是向同一方向迈的一小步，真理就会变成错误。

——（前苏）列宁

精神的浩瀚，想象的活跃，心灵的勤奋：就是天才。

——（法）狄德罗

一个人年轻的时候不学会思考，他将一无所获。

——（美）爱迪生

“反省”是一面镜子，它能将你的错误清清楚楚地照出来，使你有改正的机会。

——（德）海涅

凡是意志坚强和思想健康的人，决不会没有幻想。

——（前苏）加里宁

学习知识要善于思考、思考、再思考，我就是靠这个学习方法成为科学家的。

——（美）爱因斯坦

聪明的人不是具有广博知识的人，而是掌握有用知识的人。

——（古希腊）埃斯库罗斯

一个人的真正伟大之处就在于他能够认识到自己的渺小。

——（俄）约翰·保罗

人不光是靠他生来就拥有的一切，而是靠他从学习所得的一切来造就自己。

——（德）歌德

君子之学必好问，问与学相辅而行者也。非学无以致疑，非问无以广识。

——刘开

明莫大于自见，聪莫大于自闻。

——徐幹

知而好问，然后能才。

——荀况

非学无以广才，非志无以成学。

——诸葛亮

学能变化气质。

——陆九渊

大志非才不就，大才非学不成。

——郑心材

读书是学习，使用也是学习，而且是更重要的学习。

——毛泽东

学习从来无捷径，循序渐进登高峰。

——商承祚

学问之功，贵在循序渐进，经久不辍。

——梁启超

知之之为知之，不知为不知，是知也。

——孔丘

人应该了解自己，而了解自己也是世界上最难的课题。

——（西班牙）塞万提斯

学生只有不把全部时间用于学习，而留出许多自由活动时间，才能学习得好。

——（前苏）苏霍姆林斯基

只有想象的火焰才能燃起心中的情绪。

——（法）卢梭

想象是创造的开始。

——（英）萧伯纳

随机应变才是智的试金石。

——（法）莫里哀

聪明的人喜欢学习，可是傻瓜却喜欢教导别人。

——（俄）契诃夫

多诈的人藐视学问，愚鲁的人羡慕学问，聪明的人运用学问。

——（英）弗·培根

多观察，多经历，多研究，是学习中的三大栋梁。

——（美）迪斯累里

漫无目标、无书不读的人，他们的知识是很难非常精湛的。

——（英）柯南道尔

经验丰富的人读书用两只眼睛，一只眼睛看到纸面上的话，另一只眼睛看到纸的背面。

——（德）歌德

玉不琢，不成器；人不学，不知义。

——《三字经》

不登高山，不知天之高也；不临深谷，不知地之厚也；不闻先王之遗言，不知学问之大也。

——荀况

能读无字之书，方可得惊人妙句；能会难通之解，方可参最上禅机。

——张潮

偏见比无知离真理更远。

——列宁

在科学的入口处，正像在地狱的入口处一样，必须提出这样的要求：这里必须根绝一切犹豫，这里任何怯懦都无济于事。

——马克思

天才是百分之一的灵感，百分之九十九的血汗。

——（美）爱迪生

在知识的高峰上登得越高，眼前展现的景色就越壮阔。

——（俄）拉季谢夫