

青少年健康成长大课堂:11

培养青少年思考 人生的故事

马兆锋 主编



辽海出版社

图书在版编目（CIP）数据

培养青少年思考人生的故事/马兆锋主编. —沈阳:

辽海出版社, 2011.1

（青少年健康成长大课堂；11）

ISBN 978-7-5451-1088-3

I. ①培… II. ①马… III. ①故事—作品集—世界 IV. ①I14

中国版本图书馆 CIP 数据核字（2010）第 261461 号

责任编辑：段扬华柳海松

责任校对：顾季

封面设计：唐文广

出版者：辽海出版社

地址：沈阳市和平区十一纬路 25 号

邮政编码：110003

电话：024—23284469

E-mail: dyh550912@163.com

印刷者：北京一鑫印务有限责任公司印刷

发行者：辽海出版社

幅面尺寸：140mm×210mm

印张：108

字数：1600 千字

出版时间：2010 年 12 月第 1 版

印刷时间：2010 年 12 月第 1 次印刷

定价：715.20 元（全 24 册）

版权所有翻印必究

前言

一滴水可以折射阳光的光辉，一本好书可以滋润美好的心灵。健康的身心、丰富的情感、较强的实践能力、优良的品质、过硬的特殊技能、良好的习惯、深厚的文化底蕴及必要的合作素质等，是青少年朋友在成长道路上顺利前进所需要的最基础、最必要的条件，为青少年朋友们从自身着眼、开创成功指明了方向。社会是一幅斑驳陆离的图画，人生是一条蜿蜒扭动的曲线。知识是智慧和能力的基础。知识能够守护生命，是保护自己的盔甲。成长是一种历程，我们从无知到有知，从天真到深沉，我们用生命书写着成长的哲学，正是这些哲学的智慧丰富了我们的人生；成长是一种升华，成长的过程就是将软弱升华为刚强，将平淡升华为壮丽；成长又是一种幸福，它是人生中的一分财富、一种感悟，让我们在成长中激励自己，乘风破浪，勇往直前！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，也承受义务和责任，是每一个未成年人必须面对的课题。《青少年健康成长大课堂》愿陪同青少年朋友快乐成长，打造成功的健康、理想、阳光的人生。

目 录

幸福是什么	1
比尔的故事	3
放低自己	5
谁是傻瓜	7
生命的厚度	9
命运	11
渔夫	12
安排	14
人是自己的佛	15
老朋友	17
有下就一定有上	20
量力而行	21
拔钉子	23
朋友的选择	24
给予是相互的	25
教诲	26
鸿门宴	28
马和驴子	29
吹牛的狐狸	30
可悲的老虎	31
用理性和智慧指引行为	32
人生不能顾此失彼	33
骆驼的封地	34
究竟要的是谁	35
勇敢地面对生活中的困难	36

每个年龄都是最好的	37
亲密朋友	38
一荷深水	40
轻囊远行	42
照亮别人就是照亮自己	44
生命的印痕	46
平和的心是金子	48
纯净的心灵不会被玷污	50
人生没被改写	52
暖融融的心	54
美德的田园	56
人生的短板	58
左肩换右肩	60
一块金币的两面	62
优势	64
人生的真谛	66
巨额财富	68
苦行僧的故事	70
天上不掉馅饼	72
多份宽容	74
为生命注入善良	76
普通的壁画	79
人要有尊严	81
自己是自己的镜子	83
激励自己的心灵	85
懂得驾驭机会	87
不要受信念所制约	89
不要蔑视细小的事物	91

假如你是头车	93
5 美分的奇迹	95
不给自己留下退路	96
我比鹰飞得更高	98
坚持唱完一首歌	101
机会不愿放弃我	103
大声说出你的名字	105
绝对不是摘不到	109
用自信的“钟表”说话	111
和你的心对话	113
不倒的路标	115
疼痛的感觉是幸运	117
给我们自己修根	119
本真是种力量	120
每天都看到彩虹	122
刹车	124
心灵之镜	126
朋友的忠告	128
珍惜人生的时光	130
信念的灯	132
金豆子是哪来的	134
亮起自己的尾灯	136
沙漠玫瑰	138
失败不是最可怕的	140
珍惜自己的拥有	142
打开他人的心灵	144
趁早去做，不要后悔	146
生命，应不疾不徐去面对	148

过于完美是一种缺陷	150
花和野草的不同价值	152

幸福是什么

净水难觅。每个人都有自己的苦难和苦衷，只要我们不把自己的不幸和挫折放大，就没有什么能够挡住我们人生的阳光和幸福。

在日本的一个村庄里，有个贫困的老妇人和她唯一的儿子相依为命，老妇人为自己的儿子呕心沥血，她期盼着有一天自己的儿子长大了，给她筑起一座有花园的房子，给她买下上百亩肥沃的田地，给她带来无比的欢乐和幸福。

但厄运却不知不觉降临到了这个老妇人的头上。有一天傍晚，老妇人的儿子突然生病了，剧烈疼痛不说，还浑身抽搐。老妇人忙挑着灯笼去邻近的村庄请医生。但当老妇人和医生深一脚浅一脚半夜回到家里时，老妇人的儿子静静躺在床上，他已经死了。唯一的儿子没有了，老妇人十分悲伤，她在自己儿子冰冷的身边整整坐了三天三夜，然后默默地锁上房门走了。她伤心欲绝地来到京都的一座气势恢弘的禅寺里，找到名扬天下德高望重的老禅师白鹤大师，苦苦向大师哭求说：“大师，您有什么办法让我的儿子复活吗？”

大师望着这个风尘仆仆的可怜老妇人说：“施主请放心，我有办法让你的儿子复活，但是你需要做一件事情。”只要能让自己的儿子复活，别说是一件事情，就是一百件、一千件事情，老妇人也是要铁下心去做的。老妇人说：“大师，您就说需要我做什么事情吧，就是刀山火海也一定难不住我的！”大师笑笑说：“没有那么难，不过是一件小事情，是这样，让你的儿子死而复生只需要一杯水，你要找到一个没有任何痛苦和灾难的幸福家庭，让他们施舍你一杯净水，你把这杯水交给我，就可以救活你的儿子了。”

老妇人一听心里顿时释然了，只需要一杯净水就能救活自己的儿子，多么简单的一件事情啊，于是老妇人就满怀期望地上路了。

老妇人走了一户又一户人家。当她对人们说出自己的要求后，那一户又一户的人家都摇头说：“我们哪算得上是幸福人家呀，我们都有自己的烦恼和不幸。”于是，每个人家都向老妇人娓娓倾诉自己家庭的苦难和不幸，听得老妇人叹息不已，忙用舒心的故事和话语安慰那些痛苦和不幸的人们。老妇人就这样走遍了每一个村庄。十多年过去了，自己忙忙碌碌地奔波，但始终没能从村庄里找到那一杯拯救自己儿子生命的净水。老妇人想，可能是乡间太贫寒，所以才没有一个可以称之为美满幸福的家庭吧，于是她开始走进城市去寻找。

在高楼林立的城市里，老妇人敲开了一家又一户住家的门，梦想找到哪怕一家幸福而美满的家庭。但每家都同情地告诉老妇人说，他们并不幸福和美满，他们各自有各自的苦衷，所以很抱歉，不能给老妇人盛上一杯她期望的净水。老妇人找到过那些家财万贯的银行家，找到过那些纸醉金迷的大富翁，还找到过那些气派不凡的高级官员，甚至还找到了赫赫有名的天皇宫殿，但是，她没有找到一家敢于称自己是幸福而美满家庭的人家。

老妇人决定不再寻找那一杯净水了，她明白这世界上没有一个人一个家庭是没有痛苦和不幸的。丧子的忧伤在老妇人的心里渐渐淡忘了。

比尔的故事

从很小时候，比尔就经常跟着妈妈光顾海德先生的糖果店。那是一间摆满许多 1 分钱就买得到手的糖果的可爱铺子。

每次跟妈妈走进这家糖果店，看着一大堆富于吸引力的美味排列在自己的面前，要从其中选择一种，比尔觉得实在伤脑筋。每一种糖，要先想像它是什么味道，决定要不要买，然后才能考虑第二种。海德先生把挑好的糖装入小白纸袋时，比尔心里总有短短一阵的悔痛。也许另一种糖更好吃吧？或者更耐吃？

“看看有什么好吃的东西可以买。”妈妈几乎每次都这样一面说，一面领着比尔走到那长长的玻璃柜前面，那个老人也同时从帘子遮着的门后面走出来。母亲站着和他谈了几分钟，比尔则对着眼前所陈列的糖果狂喜地凝视。

那时候比尔还不知道钱是什么东西。他只是望着母亲给人一些什么，那人就给她一个纸包或一个纸袋。慢慢地，比尔的心里也有了交易的观念。

这一天，6 岁的小比尔想起一个主意。他背着妈妈独自走进小店，走向陈列糖果的玻璃柜。

这一边是发出新鲜薄荷芬芳的薄荷糖。那一边是软胶糖。颗颗大而松软，嚼起来容易，外面撒上亮晶晶的砂糖。另一个盘子里装的是做成小人形的软巧克力糖。后面的盒子里装的是大块的硬糖……

比尔选了很多种想起来一定很好吃的糖。海德先生俯过身来问他：“你有钱买这么多吗？”

“哦，有的，”比尔答道，“我有很多钱。”他把拳头伸出去，把五六只用发亮的锡箔包得很好的樱桃核放在海德先生的手里。

海德先生站着向他的手心凝视了一会，然后又把比尔打量了很久。

“还不够吗？”比尔担心地问。

“我想你给我给得太多了。”海德先生回答说，“还有钱找给你呢。”他走近那老式的收款计数机，把抽屉拉开，然后回到柜台边俯过身来，放两分钱在比尔伸出的手掌上。

20 年之后的今天，比尔还会想起那些诱人的糖果，想起当时海德先生的言行。

现在，海德先生已经是拥有 8 家连锁店的大老板了，因为他童叟无欺，想人之所想，因此，生意越做越好。

放低自己

只有把自己放低，才能留下学习和成长的空间。

一个满怀失望的年轻人千里迢迢来到法门寺，对住持释圆说：“我一心一意要学丹青，但至今没有找到一个能令我满意的老师。”

释圆笑笑问：“你走南闯北了十几年，真的没有找到一个让自己满意的老师吗？”

年轻人深深叹了口气说：“许多人都是徒有虚名啊，我见过他们的画帧，有的画技甚至不如我呢。”

释圆听了，淡淡一笑说：“老僧虽然不懂丹青，但也颇爱收集一些名家精品，既然施主的画技不比那些名家逊色，就烦请施主为老僧留下一幅墨宝吧。”说着，便吩咐一个小和尚取来了笔墨纸砚。

释圆说：“老僧的最大嗜好，就是爱品茗饮茶，尤其喜爱那些造型流畅的古朴茶具，施主可否为我画一个茶杯和一个茶壶？”

年轻人听了，说：“这还不容易？”于是调一砚浓墨，铺开宣纸，寥寥数笔，就画出了一个倾斜的水壶和一个造型典雅的茶杯，那水壶的壶嘴正徐徐吐出一脉茶水来，注入到了那茶杯中去。

年轻人问释圆：“这幅您满意吗？”

释圆微微一笑，摇了摇头。

释圆说：“你画得确实不错，只是把茶壶和茶杯放错位置了，应该是茶杯在上，茶壶在下呀。”

年轻人听了，笑道：“大师何以如此糊涂，哪有茶壶往茶杯里注水，而茶杯在上茶壶在下的？”

释圆听了，又微微一笑说：“原来施主并不糊涂啊！你渴望自己的杯子里能注入那些丹青高手的香茗，但你总把自己的杯子放得比那些茶壶还要高，香茗怎么能注入你的杯子里呢？涧谷把自己放低，才

能得到一脉溪水，把自己放得最低的陆地，才能成为世界上最深的海洋，人，只有把自己放低，才能吸纳别人的智慧和经验啊。”

年轻人思忖良久，终于恍然大悟。

谁是傻瓜

给自己种下希望，就等于给自己种下了快乐和幸福。

上帝对三个人说：“我这里只有三件东西，两块面包，一个饱满的桃核，你们各自选取一样吧。”

于是第一个人毫不犹豫地取走了一块香喷喷的面包，而第二个人想了想却取走了桃核。两个取走了面包的人边大口吃着面包边讥笑那个自愿取了桃核的人：“你真是个傻瓜，面包可以吃，而桃核呢？不过是一个小木块罢了。”

取桃核的人却微微一笑说：“给自己留下希望的人怎么能是傻瓜呢？”他选择了一片肥沃之土，小心地将桃核种了进去。不久，在和风细雨下，桃核长出一株绿绿的细苗，选取桃核的人不停地给它浇水，为它施肥，看着一天一天长高的桃苗，他很幸福地憧憬着：“或许明年，自己的这棵树就会挂果结实了，它会结出一树又大又甜的桃子，自己不仅可以吃到又鲜又美的桃子，而且可以将桃核再种进地里，这样，不出几年自己便可拥有一大片像伊甸园一样美丽而富足的桃园了。”

憧憬，让这个人活得充实而幸福。

而那两个选择面包的人，他们取到了面包后，一会儿便将面包吃完了，两个人无聊地边讥笑那个选择桃核的人是傻瓜，一边一起在上游游荡着，一个人嘲笑着问另一个人：“你知道那个傻瓜说他选择了桃核是选择了希望吗？那么希望是什么呢？”另一个人说：“希望就是明天的幸运，我们吃到了面包，我们今天不饿了，可那个傻瓜呢，他正在饿着肚皮种植那个没用的核桃，哈哈，难道他不是傻瓜吗？”

过了十多年，这两个人觉得活着真是太痛苦了，每天都要四处流浪，为吃喝睡发愁，于是两人决定一起去找上帝，恳求上帝把他们收

容回天堂里去。在去找上帝的路上，他们决定去找到那个不要面包却选择了桃核的傻瓜。他们想，说不定这个傻瓜早就饿得奄奄一息去找上帝了，如果他真的饿得走不动了，咱们就把他抬上。唉，要桃核不要面包，怎么会有这种傻瓜呢？

但他们走到那个人种桃核的地方就愣了，怎么竟有这么多的桃树啊！无边无际的、清香四溢的桃树上结满了又大又红的桃子，那桃树一棵比一棵结得稠结得多，他俩顺着桃林找到了那个人，那个人住在漂亮无比的宫殿里，锦衣玉食，生活得幸福而快乐。那个人见了相抚相挽日暮途穷的他们，高兴地说：“上帝给了我一个希望，第二年我就把它变成了十个，第三年呢，我就把它变成了一百个，……于是，我就有了这片桃园，因为有希望，我才从没有觉得生命枯燥过，我一直赛跑一样在追赶着我的一个又一个希望，于是我得到了快乐、富足和幸福。”

是的，希望是什么？希望就是寒夜里的那一根火柴，它微弱的火光可以给你带来熊熊火焰的温暖；希望就是夜行者心里的那一缕曙光，它可以着一颗浸润在暗夜里的心灵感受到朝阳的暖意，它可以让我们在艰辛的追寻中领会到生命的愉快，它可以让我们感受到预知的幸福。

生命的厚度

从一个问题开始：给你一张足够大的纸，你所要做的是重复这样的动作：对折，不停地对折。我的问题就是，当你把这张纸对折了51次的时候，所达到的厚度有多少？

可能有一个冰箱那么厚或者两层楼那么厚，这大概是你所能想到的最大值了吧？通过计算机的模拟，这个厚度接近于地球到太阳之间的距离。

没错，就是这样简简单单的动作，是不是让你感觉好似一个奇迹？为什么看似毫无分别的重复，会有这样惊人的结果呢？

看似单薄到微不足道的一张纸，做了若干次折叠之后，其厚度的增加是那么惊人，可能此结果的出现出乎你的预料，但它又是切切实实存在的。换句话说，这种貌似“突然”的成功，根基就建立在那“简简单单”的重复之上的。

也许很多人都想不到薄薄的一张纸竟然最后会有如此惊人的厚度。其实很多时候，事情的发生都会出乎我们的想象。生命的厚度也一样。所以永远不要绝望，世界上没有绝对不可能的事情。满怀信心，也许成功就在下一次折叠。有一个小男孩跟他的父亲走在山中。

小男孩不小心跌倒了，忍不住痛得大叫了一声“哇……喔”。

但是令他吃惊的是，他听到了一个声音从山中的某处传出来重复他的声音“哇……喔”。

他很好奇地大声问：“你是谁？”

结果他得到的答案也是“你是谁”。

小男孩生气了，大声地吼着“胆小鬼”。

这一次得到的答案也是“胆小鬼”。

他很好奇地问他父亲：“到底怎么回事啊？”

父亲笑着跟儿子说：“儿子，注意听哦”。

父亲大吼了一声：“我钦佩你”。

结果另一个声音传回来的也是“我钦佩你”。

同样地，父亲再一次大声地说：“你是冠军。”

这个声音也回答：“你是冠军。”

小男孩感到非常诧异，但又不解。

此时父亲向小男孩解释说，一般人们称这是回音，但实际上这是“生命的反射”。

生命中没有意外。我们怎样对待生活，生活就会以同样的方式回报我们，生命会响应给我们每一件曾经做过的事情。如果我们要这个世界对自己友好，我们就应该在自己的心中先创造更多的爱。