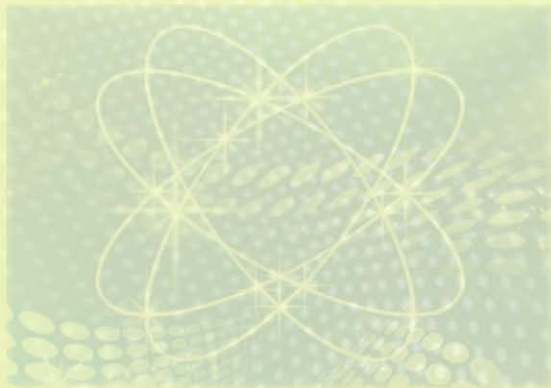


■ 保持学生良好心态的故事全集

痛苦是一颗珍珠

主编 冯志远



时代文艺出版社

▷ 名家推荐学生必读丛书 ◁

■ 保持学生良好心态的故事全集

痛苦是一颗珍珠

主编/冯志远



时代文艺出版社

图书在版编目 (CIP) 数据

保持学生良好心态的故事全集/冯志远主编. —长春:
时代文艺出版社, 2008. 12 (2010. 1 重印)

ISBN 978 - 7 - 5387 - 2499 - 8

I. 保… II. 冯… III. 故事 - 作品集 - 世界 IV. I14

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2008) 第 173698 号

保持学生良好心态的故事全集

痛苦是一颗珍珠

主 编	冯志远
出 品 人	张四季
责任编辑	赵 岩 曾艳纯
出 版	时代文艺出版社
地 址	长春市泰来街 1825 号 邮编: 130011
电 话	总编办: 0431 - 86012927 发行科: 0431 - 86012952
网 址	www. shidaichina. com
印 刷	北京海德伟业印务有限公司
发 行	时代文艺出版社
开 本	850 × 1168 毫米 1/32
字 数	990 千字
印 张	55
版 次	2010 年 1 月第 2 版
印 次	2010 年 1 月第 1 次印刷
书 号	ISBN 978 - 7 - 5387 - 2499 - 8
定 价	298.00 元 (全 10 册)

版权所有 翻版必究

前言



走进如歌的生命，走过诗意的青春。曾几何时，我们叹息时光的飞逝，叹惋落日的凄美，却任凭美好从身边转瞬即逝。不是青春短暂、岁月苍白，而是我们不曾将它涂上丰富的色彩。何不于喧闹中体会宁静，于繁杂中感受简约，以平静的心情看待得失，以良好的心态面对功利，“不以物喜，不以己悲”才是人生之大境界。

首先，要学会自信。

自信是成功的前提，也是快乐的秘诀。唯有自信，才能在困难与挫折面前保持乐观，从而想办法战胜困难与挫折。

要想办法让自己自信，自信就能快乐，快乐就能发掘潜能，就能高效。所谓快乐，越快越乐，越乐越快。形成一个良性循环，就不难拥有良好的心态。

其次，要学会调节。

生活是千变万化的，悲欢离合，生老病死，天灾人祸，喜怒哀乐，都在所难免。一次考试的失利，一场伙伴的误会，一句过激的话语，都会影响我们的心情。生活中的不顺心事总是很多，这就需要我们每个人要学会调节自己的心态。

最后，要学会宽容，培养自己宽广的胸怀。

一个人心胸狭窄，只关注自己，就容易生气，闷闷不乐，斤斤计较。而当你胸怀宽广时，你就会容纳别人，欣赏别人，宽容别人，自己的心境也就能保持乐观，所谓

“退一步海阔天空”。

决定人心态的是人的理想、人生观、世界观。一个人具有远大的目标，正确的人生观，胸怀宽广，执着进取，挑战自我，不屈命运，坚信自己，积极思想，那么，他一定能保持良好的心态，拥有美好的人生。

《保持学生良好心态的故事全集》共分 10 册：

- | | |
|--------------|--------------|
| 1. 为生命画一片树叶 | 2. 用信心奔跑的人 |
| 3. 没有不带伤的船 | 4. 痛苦是一颗珍珠 |
| 5. 做个对自己负责的人 | 6. 我的青春我做主 |
| 7. 阳光灿烂的日子 | 8. 为了理想去奋斗 |
| 9. 奏响快乐的音符 | 10. 总有一刻不同寻常 |

翻阅书卷，答案在字里行间若隐若现。你会从别人的故事中找到自己曾经的影子，唤醒沉睡的记忆；从别人的奋斗中找回曾经的梦想，点燃希望的火种；从别人的感悟中找到成功的诀窍，扬起理想的风帆；从别人的性情中找到真实的自我，播洒爱的阳光，从而在愉悦与感动中，鼓足勇气，坚定信念，阔步向前方迈进。

本套丛书所选的文章篇篇都是精心选编，值得品读。在每篇文章后设有“心灵悟语”，拉近了作者与读者心灵的距离，因而使得本套丛书更富有人文气息和启发性。

本书编纂出版，得到许多领导同志和前辈的关怀支持。在此，谨向所有关心和支持本书出版的朋友们一并表示谢意。

本书在筛选编写等方面，由于时间短、经验不足，可能有不足和错误，衷心希望各界人士及读者批评指正。

本书编委会

目 录

一、十年磨一剑

- 好学不倦 /2
- 纪昌学射 /4
- 苏秦刺股 /6
- 张良拾鞋 /8
- 屈原放逐 /11
- 书外功夫 /15
- 忍辱著史 /20
- 蒲草编书 /24
- 勤奋成圣 /26
- 隔篱偷学 /34
- 戒酒游学 /38
- 创制历法 /42
- 笃学不娶 /46
- 狱中学书 /50
- 放羊读书 /52
- 凿壁偷光 /54
- 三年见师 /56
- 书店览书 /58
- 读书百遍 /60
- 智勇双全 /62
- 囊萤为灯 /64
- 苦练书法 /66
- 十年一赋 /68
- 遮窗夜读 /70
- 铁杵磨针 /72
- 写穿木盘 /73
- 舌疮肘胝 /79
- 贾岛做诗 /77

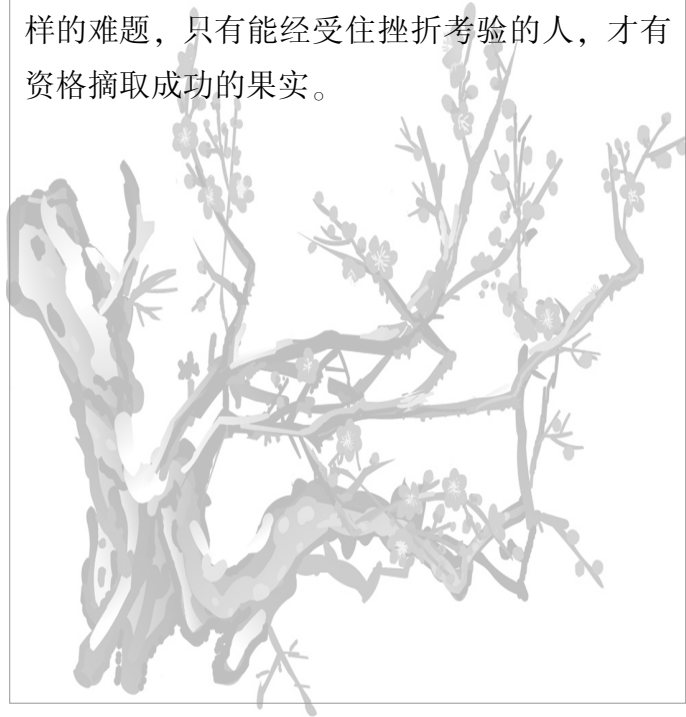
二、香自苦寒来

- 韩建苦学 /80
- 做工学画 /82
- 边干边学 /84
- 三多三上 /86
- 断齑划粥 /88
- 警枕求学 /90
- 发愤抄书 /92
- 读书废寝 /94
- 苦学创作 /96

书巢苦读	/98
千里学医	/100
放牛听书	/102
牛棚上学	/104
檐下听书	/106
映月夜读	/107
揭幕改画	/111
出语惊人	/113
诗仙诗魔	/117
深山虎气	/119
春风又绿	/122
逆境成才	/126
胸有成竹	/138
一生勤读	/142
学有不怕	/144
多思善问	/146
抱病求学	/148
自学成才	/152
后 记	/155

一、十年磨一剑

每个人都希望成功，但很多时候，人们的眼里只有成功，而忽略了从梦想到实现之间的距离。每一个成功的产生，中间都隔着各种各样的难题，只有能经受住挫折考验的人，才有资格摘取成功的果实。





好学不倦

春秋时期有个人叫孔丘，人们称他为孔子，是当时的鱼国陬邑（今山东省曲阜）人。孔子小的时候，家里生活比较困难，没有法子读书求学，而且那时又没有什么学校。书籍呢，也只有很少数的贵族家里才有。孔子的丰富渊博的知识，完全是靠刻苦自学得来的。

孔子学习十分勤奋，他是一个好学不倦的人。两千多年来，人们一直流传着他那“韦编三绝”的故事。

那是在孔子 50 多岁的时候，为了研究深奥难懂的《易经》（儒家重要经典之一，我国古代具有哲学思想的占卜书），孔子把《易经》这本书读了一遍又一遍，进行了认真的研究和仔细的推敲。结果，由于看的时间长了，次数多了，连穿在书上的牛皮绳都给磨断了。断一次，孔子就换一次，一共换了三次，故称“韦编三绝”。孔子勤奋读书从此可见一斑。

孔子是一个知识广博的学者，他还很喜欢音乐。有一次，孔子向师襄子学习弹琴。师襄子先教了孔子一支曲子，孔子学得很认真。十来天过去了，他还在反复练习这支曲子。

“可以学一支新曲子了。”师襄子说。





孔子却回答：“我只是学会了曲谱，还没有掌握演奏的技巧。”

过了几天，师襄子又对孔子说：“你已经掌握了技巧，可以学新曲子了！”

“我还没有领会这支曲子所表达的思想感情。”孔子回答。

又过了几天，师襄子说：“这一回总可以学新曲子啦，你已经理解曲子的思想感情了。”

孔子仍不同意：“我还不能通过这支曲子所表达的思想感情了解作曲者的为人。”

经过反复琢磨，孔子终于领会了曲子的思想感情和了解了作曲者的为人。他向师襄子讲述了自己的看法。师襄子听了大吃一惊，感到他对乐曲的理解是非常深刻的。孔子这样刻苦学习，使师襄子非常佩服。

心灵悟语

虽然身体很辛劳、很劳累，但只要是发源于内心，也要去做；即使有些事情没有什么利益可图，但只要有重要的意义，也要力争把它做好。





纪昌学射

读书，要刻苦勤奋。学习各种技术，同样也要有不怕苦、不怕难的坚韧不拔的顽强精神。纪昌学射的故事，就是告诉我们这个道理。

纪昌，是我国古代的射箭好手，他的老师叫飞卫。纪昌开始跟飞卫学习的时候，飞卫对他说：“你先要练习看东西的时候，能有不眨眼的本领，然后才能谈得上学射箭。”

纪昌回到家里以后，按照飞卫的要求练习。他发现妻子织布时，织布机的两只脚踏板一上一下地活动，眼睛看着它容易疲倦，认为这是个练习眼力的好地方。于是，他每天都仰面躺在织布机下，眼睛死死地盯住那两块不停的脚踏板。开始时眼睛眨个不停，又酸又疼，纪昌咬着牙坚持练下去。不久，尽管脚踏板飞快活动，他的眼睛却一眨也不眨。两年以后，就是有人用锥尖刺到眼前，他也能够注目而视，不眨一下。

纪昌觉得眼力练好了，就去告诉飞卫。飞卫告诉他说：“这不行啊！你还要练眼力，要练到能把细小的东西看得很大，把模糊的东西看得很明显清楚。”

纪昌回到家里，用牛尾巴毛拴着虱子，挂在南面光线





明亮的窗户上。每天，纪昌都一动不动地坐在那里，目不转睛地盯着虱子。他不厌其烦地这样练习了十天后，觉得虱子渐渐大了。三年以后，小小的虱子在纪昌看来，已像车轮那样大，再看看别的東西，竟都像小山丘一样大。纪昌高兴极了。他拿起小巧玲珑的弓箭向虱子射去，箭头正好射穿虱子的心，而那根牛尾巴却没有断。

纪昌又去见飞卫，把自己练习眼力的情况告诉了他。飞卫一听，惊得拍着纪昌的胸脯跳起来说：“哎呀！你已经学会射箭了。”

心灵悟语

最大的悲哀莫过于内心的绝望和空虚，而生命死亡却是次要的。



苏秦刺股

两千二百多年前，我们中国分成了许多小国家，国家不统一，阻碍了生产的发展，人民生活也不安定。当时许多政治家都在想办法建立一个统一的中国。苏秦，就是其中的一个。

苏秦出身于一个农民家庭。他从小就一边帮助哥哥种田，一边读书。后来，他到外地跟一个名叫鬼谷子的先生学习。

在学习期间，苏秦的生活是很艰苦的。为了解决吃饭问题，他除了和同学张仪轮流把头发剪了去卖外，还利用课余时间去帮助人家抄书。在抄书时，他常常发现一些有名的著作。他想把他们抄下来带回去仔细研究，可是，身边又没有带当作纸用的竹片。他就把那些文章用墨写在手掌和手臂上，晚上回到宿舍，再找来竹子，做成竹简，把他们誊写下来，他用这种办法抄了许多书。

学习结束以后，苏秦曾到秦国去活动，希望由秦国来统一中国。但是，秦国没有采纳他的主张。这时，他已处于极度贫困之中，皮袄已经穿破了，钱也花完了，只好挑着行李，穿着草鞋，步行回家。从秦国到洛阳，有好几百里路，他忍着饥饿，跋山涉水。即使路途再艰辛，身体再



虚弱，他也始终舍不得把书丢弃。

苏秦回到家时，面容憔悴，家里人差一点认不出他来。苏秦外出读书，家里人本来就不乐意，现在看他狼狈归来，更瞧不起他。妻子不理睬他，嫂嫂不给他烧饭吃，连父母也不愿搭理他。

在家人的非难面前，苏秦虽然感到很难过，但他并不气馁。他横下一条心，不管家里人怎样反对和阻拦，也要继续读书。白天，他坚持参加劳动；晚上，他刻苦读书。有时太疲倦了，昏沉沉地想睡觉，他就用锥子刺自己的大腿，剧烈的疼痛使他清醒过来，也督促自己又继续学习。

后来，苏秦终于有所作为。他把学到的知识结合实际，研究出了一套治国的办法。

心灵悟语

有德行的人追求的是远大目标，而小人追求的是眼前的一己私利。



张良拾鞋

二千多年前，在推翻残暴的秦朝统治的起义中，有一支由刘邦领导的汉军，他们由小到大，由弱变强，终于统一了天下。在刘邦身边有一个重要将领叫张良，知识丰富，很有计谋。这和他平时认真好学是很有关系的。

有一次，张良正在下邳县（今江苏省邳县东）的一座桥上慢悠悠地散步。这时，迎面走来一位身穿粗布衣服的老爷爷。当老爷爷走到张良面前时，忽然脚上一只鞋子掉到桥下了。老爷爷对张良说：“孩子，到桥下把鞋子给我拾回来！”

老爷爷像是在给张良下命令，这使张良很生气。张良本是贵族家的子弟，从没有谁敢对他这样不客气。他气得真想打老人一顿，可是，转念一想：“他是位老人，应当尊敬呀！”于是，他忍住火气，走到桥下把鞋捡了回来。

“给我把鞋穿上！”老爷爷抬起脚来。

张良想，已经把鞋给拾回来了，做事就做到底，干脆给他穿上。他跪下去，为老爷爷穿上了鞋。

老爷爷站起身来，什么也没说，只微微地笑了笑便走了。这一不平常的举动使张良大吃一惊。他目不转睛地注





视着老人家的背影。

老爷爷大约走了里把路又转了回来。他对张良说：“你这个孩子还不错，可以教育呀！五天后天一亮，你到这里来见我！”听了老爷爷的话，张良想：“这真是个神奇的老人！”他马上跪下，恭恭敬敬地答应：“是！”

第五天天刚亮，张良就到了桥边。可是，老爷爷已经先在那里等候。老爷爷生气地说：“你和老人约好了时间相会，为什么迟到了呢？再过五天，早点来吧！”说罢，老爷爷独自走了。

又过了五天，鸡刚叫头遍，张良就到了桥头，谁知老爷爷又先到了那里。老爷爷生气地说：“为什么又来迟了？再原谅你一次，过五天再来，要早来呀！”

张良并没有因为老人家的严厉斥责而灰心，他知道想学习一点东西，就必须严格要求自己。第四天晚上，张良一夜未敢合眼，半夜就来到桥头等候。过了一会儿，老爷爷也来了。老爷爷很喜欢张良这种认真顽强的劲头，他从怀里拿出一册书：“把这本书读熟，你就会成为很有本事的人！”

张良回到住处，天方大亮。他打开书一看，原来是《太公兵法》，不由喜出望外，爱不释手。以后，张良便废寝忘食地攻读。

由于张良能刻苦学习，肯动脑筋，后来终于成为刘邦的得力助手。刘邦曾称赞他：“运筹帷幄之中，决胜千里之外。”





心灵悟语

崇尚道义而不看重私人利益，信仰真理而不相信邪说。

