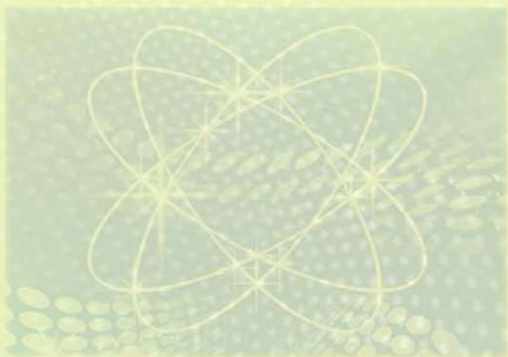


促进青少年的千万个成长故事

促进青少年的 100 个 习惯培养故事

竭宝峰 主编



辽海出版社

✧促进青少年的千万个成长故事✧

促进青少年的 100 个 习惯培养故事

竭宝峰 主编

辽海出版社

责任编辑：于文海 陈晓玉 孙德军

图书在版编目（CIP）数据

促进青少年的千万个成长故事/竭宝峰主编. —沈阳：

辽海出版社，2009. 6

（新课标课外读物）

ISBN 978—7—5451—0441—7

I. 促… II. 竭… III. 故事—作品集—世界

IV. I14

中国版本图书馆 CIP 数据核字（2009）第 082828 号

促进青少年的千万个成长故事

主编：竭宝峰 副主编：杨亚庚 陈昕

促进青少年的 100 个习惯培养故事

出 版：辽海出版社

印 刷：北京市后沙峪印刷厂

开 本：850×1168 毫米 1/32

版 次：2009 年 6 月第 1 版

书 号：ISBN 978—7—5451—0441—7

地 址：沈阳市和平区十一纬路 25 号

装 帧：翟俊峰

经 销：全国各地新华书店

印 张：63 字数：1180 千字

印 次：2009 年 6 月第 1 次印刷

定 价：298.00 元（全 10 册）

如发现印装质量问题，影响阅读，请与印刷厂联系调换。



前言

中国民间有句俗语，叫：“三岁看大，七岁看老”。这从侧面反映出了小时候的性格养成会影响到一个人的一生。

如果说人生是一次壮丽的海上航程，那么青少年时代则是这段船程的起锚阶段，面对着不可捉摸而又神秘的未来，他们充满了既兴奋又紧张的心情。

我们每个人都要经历这人生的起锚阶段，无论前面是布满暗礁的危险之地，还是风平浪静的辽阔海面，人生的第一步是我们踏上未来航程的最重要阶段，只有平安地度过这一时期，才能进入浩瀚的大洋去远航。

生命的起锚阶段需要父母的精心呵护，需要老师的循循善诱，更需要有经验的“老船长”给我们讲故事，故事中有欢笑，也有泪水；有春暖花开的玫瑰园，也有暴雨将至的黑





森林；有慈祥的祖母，也有不怀好意的大灰狼。在故事的熏陶中，我们在渐渐成长，渐渐懂事，渐渐地迈入理性人生，在进入茫茫大海后，自己将会掌握船舵，闯入一个未知的、充满艰难险阻而又美丽多彩的世界。

也许我们已经听腻了阿里巴巴和四十大盗的故事，也许我们已经熟知了阿凡提智斗贪心财主的事迹。其实在阿里巴巴和阿凡提之外，还有更多的故事同样充满乐趣、智慧和哲理。

《促进青少年的千万个成长故事》一书，在故事的海洋中，为你精心挑选了若干个精彩故事，它们或睿智、或感人、或生动，它们将会在你人生的航程上，点燃你的心灵之灯，开启你的智慧之门，使你成功地迈入意气风发的少年时代。

《促进青少年的千万个成长故事》共分十册：

- 1、促进青少年的 100 个健康成长故事；
- 2、促进青少年的 100 个珍惜生命故事；
- 3、促进青少年的 100 个成功哲理故事；
- 4、促进青少年的 100 个开拓思维故事；
- 5、促进青少年的 100 个阳光心态故事；
- 6、促进青少年的 100 个习惯培养故事；





- 7、促进青少年的100个人间真情故事；
- 8、促进青少年的100个奉献爱心故事；
- 9、促进青少年的100个人格教育故事；
- 10、促进青少年的100个情商培养故事。

愿本书对青少年朋友们的健康成长能起到一定的助益作用。

本书由竭宝峰任主编，杨亚庚、陈昕任副主编，参加编写的有吕丽、刘小艳、李凤梅等同志。

本书编纂出版，得到许多领导同志和前辈的关怀支持。同时，我们在编写过程中还程度不同地参阅吸收了有关方面提供的研究资料、历史资料。在此，谨向所有关心和支持本书出版的领导、同志一并表示谢意。

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，衷心希望各界及读者批评指正。





目 录

节俭一生的宰相	1
千里赴约不失信	4
真正的男子汉	6
信用	7
盗马	9
勇敢的弟弟	11
自大的小狮子	15
老虎学艺	17
蜜蜂和蚯蚓	20
一顶兔皮帽	21
换尾巴	22
说谎的小猴子	23
小熊买瓜	25





鲤鱼跳龙门	27
爱美的小山羊	29
瓜瓜脸红了	30
十二生肖的故事	32
天上掉松子	33
美丽的名字	34
百合姑娘	36
半瓶醋的故事	37
你是别人的一棵树	39
懂得付出	41
在困难面前多一份勇气	43
脚印	45
甘甜的不只是井水	46
富足的体验	49
生活对爱的最高奖赏	51
哭巴精丫丫	54
谁是最懒的人	55
不要成为卑贱的人	56
自律者律人	58
小狗看瓜田	60
狼和猎人	61
懒马的下场	63





老鼠嫁女	64
猴子和狐狸	65
老子、儿子和驴子	66
百灵鸟唱歌	68
骄傲的大力士	70
小老鼠和大象	72
白鹅赶路	73
爱护树叶	75
狗熊种地	76
萤火虫之光	77
分西瓜	78
造福百姓的神农氏	79
愚公移山的故事	81
向上帝借一双手	83
胡言乱语的国王	85
上帝的烛台	86
点金石	88
台上一分钟，台下十年功	90
穷人的习惯	91
美丽的心灵	93
“我只写了几个音符”	95
老人与黑人小孩	97





我的未来不是梦	98
瘸腿小男孩的梦想	100
诚实的孩子	102
珍惜每一分钟	104
浪费了谁的时间	106
沙漏	109
零散时间中的奥秘	111
每一天都是特别的日子	113
迟到是一种病	115
谢谢你的时间	118
一粒灰尘改变了人类	121
一滴油的智慧	124
多看一眼	126
坠毁之谜	129
成功只差 0.5 毫米	131
细节人生	134
斯坦福课桌上的细缝	137
不该忽略的细节	140
藏在角落里的钥匙	143
细节是一种功力	146
成功只因专注	149
专注更容易成功	152





只要认真干 5 年	154
专心助你成功	157
专注是金	160
罗丹的启示	162
瞄准一个点	165
认真的力量	167
德国人的认真	171
高手	175
每天学习一点点	177
在学习中解决疑问	181



节俭一生的宰相

范仲淹是北宋有名气的政治家和文学家。他一向生活俭朴，为人正直。

范仲淹有四个儿子，受父亲影响，各个喜文善画，富有才气。一些豪门大户非常羡慕，都想把女儿嫁到岳家。庆历三年，范仲淹做了参知政事（副宰相）之后，上门提亲的人更是源源不断。

一天，有个人到他家为他的大儿子提亲，想把女儿嫁到范家。那人原以为宰相家里一定十分豪华，吃的、穿的也一定比一般人家好上几倍。可是进门一看，家里陈设十分简陋，既没有富丽堂皇的家具，也没有华丽漂亮的衣服，吃的是粗茶淡饭，穿的是土布衣衫。但那人心想：范家吃穿这样俭朴，一定有不少积蓄，来日方长，和这样的人家成亲定有后福。再说范家孩子个个身体健壮，为人正派，以后肯定都是大有出息的。想到这里，那提亲的人当即答应将女儿许给范家。





范家的大儿子纯佑准备成亲了。女方心想：范家兄弟们多，家底厚实，结婚时应要点像样的衣物家具。如果结婚时不要，等过了门就不好张口了。而范仲淹呢，他再三向儿子交代：现在国家困难，老百姓也很穷，你结婚时不能添置昂贵的家具和华丽的衣服，一定要和普通人家一样，勤俭办婚事。

不久，范仲淹听说儿媳妇不要什么昂贵和家具和华美的衣服了，但是还要一顶绫罗做的蚊帐。范仲淹听了气愤地说：“我家素来节俭，钱财都用来帮助老百姓了，做什么绫罗帐子！”

后来女方提出，既然范家不肯做这样的帐子，我们家自己做一顶好了。

范仲淹还是没有同意。他说：“勤俭节约是我的家风，也是做人的美德，我家是不兴讲排场的。就是她家里带来了绫罗帐子，我也不许她挂，不能乱了我的家法。”

儿媳妇听说身为副宰相的范仲淹处事这样吝啬，担心过门后过窝囊日子，心里不免有些担心和犹豫。不久，却有一件事深深地感动了她。

一次，范仲淹派遣他的大儿子纯佑去苏州买麦子。纯佑将买的麦子装到船上，往家里运，走到丹阳，遇到范仲淹的好友石曼卿。石曼卿非常贫困，连饭也吃不饱。范纯佑随即就把全部麦子救助了石曼卿，空着手回到家里。然后，他把





事情的经过告诉了父亲范仲淹，父亲对儿子慷慨解囊济贫感到十分满意，连声赞扬：“做得对！做得对！”

儿媳妇听了这个故事，深深地敬佩这父子二人。不久，她一切从简，愉快地嫁到了范家。





千里赴约不失信

我国后汉时有个叫范式的人，他是山阳人，和汝南人张劭是好朋友。两人一同在太学读书，他们的感情很深厚。学成毕业分别时，张劭叹息说：“今日一别，不知何日才能相见啊！”范式对张劭说：“两年后，我会去看望你的。”于是他们共同约好了两年后相见的日子就分别了。

到了两年后的那天，张劭对母亲说：“母亲快准备准备吧！一会儿范式就要来了。”张劭的母亲说：“别傻了，孩子，都是两年前的约定了，再说汝南离山阳这么远，都有千里了，他怎么会来呢？”张劭说：“范式是一个守信的人，他一定不会失约的。”没想到，过了一会儿，范式果然风尘仆仆地来了。他到堂上来拜见张劭的母亲，张劭的母亲在心里感慨：天下真有这么讲信用的朋友。

不久，张劭病倒在床上，同郡人郅君章和殷子微，每天





早晚侍候他，张劭叹道：“我觉得遗憾的是不能在死之前见我的死友一面！”子徵说：“我和君章尽心侍候你，这样都不算是死友吗？还想求谁做你的死友呢？”张劭说：“像你们两位这样的交情，只不过是我的生友罢了！山阳人范式才是我的死友。”不久，张劭就病死了。





真正的男子汉

一个父亲把自己的儿子送到拳击学校学习拳击，因为他想让儿子成为世界上最强的男子汉。

过了一段时间，父亲很想念自己的儿子，就到拳击学校来看儿子。然而当他走进学校的拳击场时，被看到的一幕吓坏了。他看见拳击师一次又一次地把自己的儿子打倒在地，而儿子必须一次又一次地再站起来。他看着鼻青脸肿的儿子，心里难过极了。

他对拳击师说：“我送儿子来这里是想让他变成世界上最强大的人，但是没有想到，在这里，他还一次又一次被人打倒。我对他非常失望，与其这样，还不如让他跟我回家种地呢！”

拳击师听完父亲的话，对他说：“您错了，您根本没有看到您儿子倒下去又站起来的勇气和毅力，打倒别人不难，难的是被别人打倒之后还能坚强地站起来，那才是真正的男子汉！”