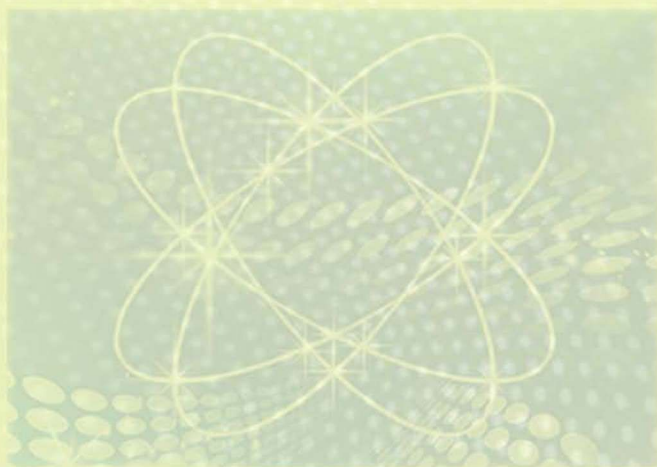


青少年健康成长大课堂:23

启迪青少年卓越人生 的智慧故事

马兆锋 主编



辽海出版社

图书在版编目（CIP）数据

启迪青少年卓越人生的智慧故事/马兆锋主编. —沈阳:

辽海出版社, 2011.1

（青少年健康成长大课堂；23）

ISBN 978-7-5451-1088-3

I. ①启… 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 261456 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

把敌人变成朋友.....	1
确立自己的位置.....	3
像蝴蝶那样飞舞.....	4
发现灵感的秘密.....	6
致敬，向生命的过程.....	7
态度和辩证法	9
请，自言自语	11
一定要战胜怯懦.....	13
看你的心是否在.....	15
忘掉过去	16
人生的桶永远装不满	17
充满智慧的野狗.....	18
无声胜有声	19
很简单的办法	21
快乐的办法	22
机会.....	23
问题到底是什么.....	25
一张车票	26
半壶水.....	27
最珍贵的是什么.....	29
最危险的地方最安全	32
聪明的犹太人	34
亮出你自己	35
不要太吝啬	36
一定要学会放弃.....	37
聪明反被聪明误.....	38

小改变带来大利润.....	39
爱有时也是一种伤害.....	40
享受骗人带来的快乐.....	41
他总有啤酒喝.....	42
馆长巧破案.....	43
一切都因参照和标准而改变.....	44
聪明人卖土豆.....	45
心里有眼睛.....	46
学会适应.....	47
智慧非凡的老王.....	48
中国人真聪明.....	49
克服不良心理.....	51
迂回是最安全的办法.....	52
驯服的方法.....	53
跌落后再起飞.....	54
复杂不是问题的根源.....	56
争的实质是什么.....	57
播下种子.....	59
机会在眼睛与心灵之间.....	61
真正的智慧.....	62
一定要先战胜自己.....	64
带着智慧和快乐上路.....	65
要想获取，就先给予.....	66
你总有一样比别人强.....	67
学会把目光看向诱惑之外.....	69
受益终身的第一课.....	70
以最快的速度抵达目标.....	72
投篮的执著.....	74

梦想是最好的飞翔翅膀	76
一定要善始善终.....	78
人生关键的是不要丢失什么.....	80
先机并不决定一切.....	82
生意场上的不二法门	84
精明的傻瓜	86
别小看了细节	89
投入你的真诚	91
点水成金的费尔斯.....	93
点球成金的克里斯曼	94
点卡成金的哈钦斯.....	96
点影成金的贝内纳蒂	98
诚实是需要技巧的.....	99
中国第一卖菜工.....	102
用怪招赚钱	104
保险推销员的秘密	107
学会用减法思考.....	110
富豪曾被辞退	113
没有什么是不可可能的	116
世界只是个茧	118
挫折是生命的清茶.....	122
一把椅子	124
柔韧的东西更适合生存	126
蟾蜍之梦	131
灵魂之松	134
商机在哪里	136
五厘米的商机	138
如此“多此一举”	140

在野草中发现金子	142
“石头”也会成功	144
你做出努力了吗	146
倒飞的鸟带来的启示	148
解冻心灵	150
重复你自己说的话	152

把敌人变成朋友

1988 年，日本和美国两个商业代表团先后来中国访问，在参观时，中国政府给他们安排了两个在中国商界最具代表性的地方，一个是郑州的亚细亚商城，另一个是浙江义乌的小商品市场。

郑州的亚细亚采取军事化策略，在不到 3 年的时间，通过你死我活的竞争，攻城略地，在中国名声大噪。

浙江的义乌与之相反，他们在中国第一个采取敞门纳客的策略，在小城内建了 8000 多个摊位。希望经营同类产品的外地商家来义乌同台竞争，也在不到 3 年的时间内，发展成为华东地区最大的小商品市场。

两个地方，两种方式，都取得了成功，可以说，都有经验可谈。然而当通知两个代表团的时候，他们都以时间仓促为由谢绝了其中的一个，日本人谢绝了浙江的义乌；美国人谢绝了郑州的亚细亚。

当时，人们以为日本人崇尚武术，想顺便去嵩山少林寺；美国人崇尚浪漫，想顺便去杭州的西湖。

两年后，人们才从国外零星的资料中得知，日本人之所以去郑州的亚细亚，是因为他们把《三国演义》的谋略用于商业后，发现结果并没有理论上预计的那么好，他们想从亚细亚找点依据。美国人之所以去了解义乌是因为他们根本不相信亚细亚的那一套，他们认为，战争是你死我活的竞争，而商业经营是让对方也有钱赚，军事理论与商业理论根本上就是对立的。

在商业领域，消灭敌人最好的办法就是把它变成朋友。就像义乌小商品市场那样引来自己的竞争对手，组成大市场，吸引更多的消费者，让对方在有钱赚的情况下自己赚更多的钱。实践证明，那种在零

售行业实行军事化管理的人，没有一个是成功的。这就是为什么亚细亚销声匿迹，义乌小商品市场日趋红火的原因，当然也是目前在世界十大零售商中，美国占了六位，而日本一位都没有的原因。

确立自己的位置

扮演“超人”的克克斯多弗·里夫，在一九九五年的一次坠马中，伤势严重，导致颈部以下全部瘫痪。三年来，他凭着坚强的意志，与死神作着不懈的抗争。

经过一年的知觉训练，他脊椎末端的神经又恢复了知觉。他说：“现在碰它一下，就有疼痛的感觉，但这疼痛感觉很舒服。”

大多时候，疼痛是一种痛苦，但“超人”这回的痛，是生命的一道光亮。人有一种可贵的智慧，便是给每一种现象赋以意义。西班牙和美国心理学家在一九九二年巴塞罗那奥运会田径比赛场上，用摄像机拍摄了二十名银牌获得者和十五名铜牌获得者的情绪反应。心理学家们发现，在冲刺之后和在颁奖台上，“第三名”看上去比“第二名”更高兴。

研究人员分析认为：因为铜牌获得者通常不是期望值很高的人，获得铜牌已经很高兴了；而银牌得主往往是冲着金牌而来的，因此就会为没有夺得金牌而感到难过。确实，在领奖后采访获奖运动员时，许多亚军都伤心地说：差一点就成了冠军。而季军获得者也许会说：差一点就名落孙山。

你是否会成为情绪的主人，关键在于你站在什么位置上看问题。只要你能确立好自己的位置，就没有一件坏事能靠近你。

像蝴蝶那样飞舞

自己把自己拔出来——我喜欢“自拔”这个词。不是跳出来或是爬出来，而是“拔”。小时候玩过拔萝卜的游戏，那是要一群小朋友化装成动物，齐心协力才能完成的事业。现代人常常陷在压力的泥沼中，难以享受生活的美好。把自己从压力中拔出来，也是一个系统工程。

压力本是一个物理词汇，比如气压、水压、风压……推广开来，医学上有“血压、脑压、颅内压”等等，多属于专业领域，不料如今风云突变，压力成了高频词。生活有压力，经济有压力，学业有压力，晋升有压力，人际关系有压力，情感世界有压力，婚姻也有压力……人们的交谈中，无不涉及林林总总的压力。压力像打翻了的汽油桶，弥散到现代人生活的各个领域，散发着浓烈的气味。我们躲不胜躲，防不胜防，不定在哪个瞬间，就燃起火焰。

其实适当的压力，是保持活性的重要条件。如果空气没有了压力，我们的呼吸就会衰竭。如果血液没有了压力，我们的四肢就会瘫痪。如果水管子没有了压力，那结果之伤感是任何一个住在高层楼房的人士都噤若寒蝉的，你将失去可饮可用的清洁之水。上个世纪的石油英雄王铁人也说过“井无压力不出油，人无压力不进步”的豪言壮语。

只是这压力须适度。比如冬日里柔柔的阳光照在身上，这是一种轻松的压力，让我们温暖和振奋。设想这压力增加 10 倍，那基本上就成了吐鲁番酷热的夏季，大伙只有躲到地窖里才能过活。假如这压力继续增加，到了 100 倍 1000 倍的强度，结果就是焦炭一堆了。

现代人常常陷于压力构建的如焚困境之中。也许是某一方面的压力过强，也许许多方面的压力综合在一起。如是后者，单独究其某一方面的压力，强度尚可容忍，但积少成多日积月累，细微的压力堆

积起来，就成了如山的重负。金属都有疲劳的时候，遑论血肉之躯？如不减压，真怕有一天成了齑粉。

如果你因压力忙到无力自拔，忙到昏天黑地，忘记了自己的生日和家人的团聚，忘掉了自己如此辛辛苦苦究竟是为了什么，如果你想改变，就试着了解压力吧。寻找压力的种种成因，为扑朔迷离捉摸不定的压力画像，澄清了我们对压力的模糊和迷惘之处，让折磨我们的压力毒蛇从林莽之中现形，让我们对压力的全貌和运转的轨迹，有较为详尽的了解。中国的兵法上有句古话，叫做“知己知彼，百战不殆”，当你认识到了你所承受的压力的强度和种类，在某种程度上我们已经钉住了压力的七寸。

明白了压力的起承转合，找到了适合自己的减压方式之后，你的呼吸就会轻松一点，胸中的块垒也会松动出些微的空隙。坚持下去，持之以恒，你就会一寸寸地脱离沉重压力的吸附，把自己成功地拔了出来。也许在某一个清晨醒来的时候，你突围而出，像蝴蝶一样飞舞。

发现灵感的秘密

一位画家对其作品始终不能满意。有一天，他对妻子说：“我要出门远行，这样才能找到创作的灵感，画出伟大的作品。”

画家游历了许多国家，看到了许多美好的事物，但他觉得还是没有找到想要的东西。

有一天，他遇到一名马上就要结婚的美丽女孩，画家问她：“请告诉我，对你来说，世界上什么最美？”女孩不假思索地回答：“爱情最美！”

画家十分沮丧：爱情怎么能画得出来呢？他继续旅行，不久遇到了一位刚刚从战场归来的士兵。画家问士兵：“请告诉我，对你来说，世界上什么最美？”士兵不假思索地回答：“和平最美！”

画家更加气馁了：和平怎么能画得出来呢？他继续寻觅，遇到了一位正向医院走去的医生。画家问医生：“请告诉我，对你来说，世界上什么最美？”医生不假思索地回答：“生命最美！”

画家几乎绝望了：生命怎么能在画中表现出来呢？

绝望中，画家身心疲惫地回到了自己的家。热情而温柔地迎接他的妻子，让画家觉得自己找到了那个女孩所说的爱情；充满了宁静与温馨的家庭，让画家觉得自己找到了士兵所说的和平；围在身边亲吻他脸庞的孩子，让画家觉得自己找到了医生所说的生命。

画家这才明白，他出门远行四处寻觅的灵感，原来就在家中。

致敬，向生命的过程

一个小男孩儿正跪在沙滩上用塑料铲子一铲一铲地把沙子铲入一个颜色鲜亮的蓝桶里，然后再用铲子拍打整理着桶里的沙子。满满一桶后，他把桶倒扣在地上，然后慢慢举起桶，一个城堡就这么造好了。这位小小建筑师乐了。

整个下午他都在工作。挖城壕，筑城墙，用瓶子盖当岗哨，用冰棒棍当桥梁。沙城堡建成了。

大城市，繁忙的街道，轰轰的汽车声。

一位男士在他的办公室里。他坐在办公桌前，匆忙地把各种纸张放在不同的文件堆上，分配工作任务。他把电话放在肩膀上，用手指敲击着键盘，反复权衡掂量数字。合同终于签了，让这位男士非常高兴的是，一笔利润到手了。

整个一生他都在工作。制定计划，预测未来。养老金是岗哨，资本收益是桥梁，一个帝国建成了。

两座城堡，两个建造者。他们有很多相似之处。他们在集沙城堡。他们看不见任何东西，但在建造着什么。他们勤勉而坚定，对于两者来说，潮水都会上涨，结局都会到来。

但他们的相似之处就此而止。男孩能看见结局，而男人却忽视了它。

当潮水涌上时，那聪明的男孩跳起来，兴奋地拍着巴掌。没有悲伤，没有害怕，没有惋惜。他知道会是这样的，他并不惊奇。当大浪冲进他的城堡时，他的杰作被吞进大海，他笑了。他笑着，捡起他的工具，拉上他父亲的手，回家了。

可那位成年男士并不是这么聪明。当岁月的浪潮瓦解了他的城堡时，他惊慌了。他守候在沙子纪念碑处要保护它。他要把海浪挡在他建造的城墙之外。他被海水浸湿了，全身打颤，对上涨的浪潮咆哮着。

“这是我的城堡。”他抗拒着。

大海无需回应。他们彼此不知道沙子将会何去何从。

对于沙堡我知道得不多，但孩子们知道。观察他们，学学他们。去建造，但要怀着一颗童心。当太阳落下、潮水涌上时——鼓掌吧。向生命的过程致敬，然后回家去。

态度和辩证法

一年前的一次教训对我是刻骨铭心的。那时我正筹备着婚礼，住在公司的公寓楼一楼。由于刚工作不久就为公司做成了两个项目，老总对我很器重，我也因此自视清高，平时说话做事难免有些盛气凌人。很多同事对我敬而远之，包括住在同一座公寓楼里的那些人，低头不见抬头见，却顶多打一声招呼而已，彼此之间从没有多余的话。当然，对这一切我是一点儿也不在乎的，我不靠他们生活，更没指望去求他们什么。我的想法是，只要兢兢业业地把本职工作做好，能够得到上层人物的赏识，就有前途，因此和我一样挤公寓楼的那些人对我的态度和看法于我根本无关痛痒。

结婚的家具家电都基本置办齐了，我和女朋友商量五一节举行婚礼。那天是4月12日，我到杭州去跑一个项目，那将是我结婚前的最后一次出差。一大早我带上随身物品锁好门就出发了。可是第二天下午3点多钟，我忽然接到女朋友的电话，说我的屋子被盗了，还没有开箱的彩电、抽屉里的3500元钱以及一些值钱的零碎东西都被洗劫一空。这飞来横祸使我目瞪口呆，女朋友也在电话那头哭哭啼啼。我哪还有什么心情跑项目，连忙给老总打电话让他另派人来。等到接替我的人一到，我就匆匆忙忙往回赶。

回家后，我立刻就到派出所去打听情况。派出所的人劈头就问我：“你是不是出门的时候把钥匙落在门上了？”我大惊失色，连忙摸口袋，可是没找着钥匙。

我结结巴巴地说：“难道……”

警察告诉我，窃贼是用钥匙开门进入我房间的，不仅因为门和窗户没有任何被撬的痕迹，公寓里的很多人也都证实，我出差的那天早上看到我的门上插着一串钥匙。警察说：“我不明白，你们单元除去

你住着 14 户人家，每户平均两口人，你又住在 1 楼，他们那天即使每人只上下楼一次，也共有 28 人次经过你的房门，可是他们看到你的钥匙落在门上，却没有一个人替你拔下来，这岂不是咄咄怪事？看来这只能有一种解释——你的人缘是不是不太好？”我满脸通红地坐在那里，哑口无言。

那次被盗不仅仅使我损失了很多钱财，我的婚礼也不得不推迟，更重要的是对我心灵上的创伤是巨大的。我甚至不敢想像假如有一天我病倒在公寓的楼梯口，会不会有人把我送到医院里去？那次教训彻底改变了我的处世哲学，我充分认识到，人活在这个世界上，就是与人共存的，你对待别人的态度就是将来别人对待你的态度，你觉得别人无足轻重，别人也会对你的事情漠不关心。