

青少年成长时刻



# 策励一生的 坚毅故事

黄靖懿/编著

CELI YISHENG DE  
JIANYI  
GUSHI

河北出版传媒集团  
河北科学技术出版社

# 策励一生的坚毅故事

黄靖懿 编著

河北出版传媒集团  
河北科学技术出版社

## 图书在版编目 ( CIP ) 数据

策励一生的坚毅故事 / 黄靖懿编著 . -- 石家庄 :  
河北科学技术出版社 , 2015.6  
( 青少年成长时刻 )  
ISBN 978-7-5375-7525-6

I . ①策… II . ①黄… III . ①故事 - 作品集 - 世界  
IV . ①I14

中国版本图书馆 CIP 数据核字 ( 2015 ) 第 092972 号

## 策励一生的坚毅故事

黄靖懿 编著

---

出版发行：河北出版传媒集团 河北科学技术出版社  
地 址：石家庄市友谊北大街 330 号（邮编：050061）  
印 刷：北京盛兰兄弟印刷装订有限公司  
开 本：700mm × 1000mm 1/16  
印 张：8  
字 数：80 千字  
版 次：2015 年 6 月第 1 版  
2015 年 6 月第 1 次  
定 价：29.70 元

---

如发现印、装质量问题，影响阅读，请与印刷厂联系调换。

厂址：北京市大兴区黄村镇黄鹅路西 电话：（010）81883182 邮编：102618



## 目 录

|                             |           |
|-----------------------------|-----------|
| <b>第一章 感谢生活让我们体悟成长的酸甜苦辣</b> | <b>1</b>  |
| 甜美的葡萄                       | 2         |
| 过好每一天                       | 4         |
| 假如生活欺骗了你                    | 7         |
| 把心放宽                        | 10        |
| 不要抱怨顾客                      | 12        |
| 感激生命的馈赠                     | 16        |
| 残缺之外的美丽                     | 18        |
| 童话世界里没有抱怨                   | 21        |
| 把握好今天                       | 24        |
| 感谢生活的赐予                     | 26        |
| <b>第二章 感谢挫折给我们上了人生的必修课</b>  | <b>29</b> |
| 感恩生活中的荆棘                    | 30        |
| 磨难让我自强不息                    | 32        |
| 失败是成功前的磨砺                   | 34        |
| 不轻言放弃                       | 36        |
| 糟糠养贤才                       | 38        |
| 乐观面对人生的黑暗                   | 41        |





|           |    |
|-----------|----|
| 无法消磨的意志   | 44 |
| 战胜自己      | 46 |
| “文坛国王”的一生 | 49 |
| 永不放弃的人生   | 51 |

### 第三章 感谢逆境把我们磨砺得更加坚强 54

|           |    |
|-----------|----|
| 从逆境中崛起    | 55 |
| 活出精彩人生    | 56 |
| 破茧成蝶      | 59 |
| 面对残酷的现实   | 61 |
| 用坚强战胜命运   | 64 |
| 用生命演奏灵魂   | 66 |
| 微笑着承受     | 68 |
| 别被残酷的命运打倒 | 71 |
| 向命运发起挑战   | 74 |
| 在逆境中等待时机  | 76 |

### 第四章 感谢压力激发了我们的斗志和激情 80

|           |    |
|-----------|----|
| 从黑暗走向光明   | 81 |
| 学会承受让你更勇敢 | 83 |
| 用毅力面对人生   | 87 |
| 在绝境中激发潜能  | 89 |
| 再坚持一下     | 92 |



|         |    |
|---------|----|
| 摆脱压力看未来 | 95 |
| 风雨过后是彩虹 | 98 |

## 第五章 感谢失去让我们更加珍惜所拥有的一切 102

|          |     |
|----------|-----|
| 失去之后再得到  | 103 |
| 失去腿而保全了命 | 105 |
| 失去阳光还有星空 | 108 |
| 用有价换无价   | 110 |
| “滑”向成功   | 112 |

## 参考文献 116



## 第一章 感谢生活让我们体悟成长的酸甜苦辣

一个不知道感恩的人，往往容易抱怨，因为他只会索取却不懂得回报，而当他的索要得不到满足时，常常就会怨声连天。但是，如果你是一个懂得感恩的人，那么，美好的事物就触手可及，快乐就会常伴你身边。抱怨对事情毫无帮助，只会让你越陷越深，与其终日不停地抱怨，不如把力气用来付诸行动，去改变现状。那么，迎接你的将会是新的景象。

当我们苦闷不堪的时候，尝试放松心情，笑一笑没什么大不了的，丢掉抱怨的包袱，人生处处有希望。请你记住：懂得感恩生活，不抱怨的人是最快乐的人，没有抱怨的世界是最美好的世界。





## 甜美的葡萄

一天，修道院的大门被叫开了，门卫芭芭拉女士惊喜地看到，旁边果园的一个果农给她送来一大串晶莹剔透的葡萄。果农对她说：“芭芭拉女士，我送给你这串葡萄以感谢你在我每次来修道院送水果时对我的关照。”芭芭拉对如此情意浓厚的礼物表示感谢，并对果农说修道院的人会很高兴地享用这串葡萄。

果农满意地离开修道院之后，芭芭拉把葡萄洗净，高兴地望着它。忽然，她想起修道院里的一位女病人最近什么也不想吃，便决定把这串葡萄送给她，让她开开胃，“她多么需要营养啊！”

于是，芭芭拉女士把葡萄送到虚弱的病人床前。病人睁开双眼惊喜地看着这串葡萄。芭芭拉对病人说：“马蒂亚斯，有人送给我这串葡萄，但是我知道你什么都不想吃。也许它能带给你食欲。”马蒂亚斯从心里感激她，哽咽着对芭芭拉说：“我将永远记住你，就是有一天死了，也会在天堂里感谢你！”

芭芭拉拿来一个大盘子，把葡萄放在上面，让病人慢慢享用。然后，她又回去继续值班了。





这位病人拿起葡萄，又想起应把它送给对自己倾注了大量心血、整日整夜地为她操劳的护士，以慰藉自己的灵魂。于是，这位病人呼喊护士，护士以为病人出了什么问题，就迅速赶到了她的床前。

病人对护士说：“埃斯特万，芭芭拉女士惦记着我的病，送给我这串葡萄，让我品尝。由于我什么都没有吃，现在我吃了它可能伤胃，我想还是让你吃，你对我一直照顾得很不错。我很感谢你！”护士坚持让病人吃，但是越坚持，病人越是拒绝。护士感谢病人送给她如此诱人的礼物，不得已便决定把这串葡萄带走。

护士边走边想，这串葡萄应该送给兢兢业业为大家服务的女厨师。于是，她来到厨房，找到了女厨师娜拉，并对她说：“你的心像这串美丽的葡萄一样高尚，这串葡萄送给你吧。”娜拉谢绝了护士的好意，她认为最好把葡萄送给为大家操劳的修道院院长。

.....

就这样，这串葡萄在整个修道院传来传去，重新又回到了芭芭拉手中。她惊奇得不知所措，决定不再让这串葡萄兜圈子了。于是她不再迟疑，招呼大家一起品尝。她们觉得从来没有吃过如此甜美的葡萄。



## 知识加油站.....>>

修道院是基督教组织机构名称，为天主教培训神父的学院，又译神学院。始于2～3世纪，分男与女修院，按天主教法典的规定，须由教皇和主教批准，至少有修士12人方可成立。



## 小故事大道理.....>>

面对美味的葡萄，每个人都没有自己独自吃掉，而是首先考虑到别人，最后大家一起分享，葡萄的滋味也就更加甜美。这个故事告诉我们：你处处关爱别人，别人也会把爱心回馈给你。我们播种爱才能收获爱，善于播种爱的人才会得到更多的快乐。



## 过好每一天

一个即将毕业的女孩打电话给心理医生发牢骚，诉说自己的烦恼：临近毕业好像很少有开心的事情了，大家都在为自己的事情忙忙碌碌，心浮气躁。小城镇来的想留在大城市，大城市来的想出国。自觉出路不太好的想考研，接踵而来的每一件事都令人心烦。每办一件事，总是始于心急火燎，





终于筋疲力尽。

平时神采飞扬的室友们如今一个个行色匆匆，在寝室里常常是各怀心事地沉默或者发呆，互相之间也好久没有往日开怀的聊天了。有时还抱怨自己怎么没有一个好爸爸，可以帮助搞定一切。自己的男友也为找工作的事如热锅上的蚂蚁，别说是收不到玫瑰，连人都好多天没见到了。

听完女孩的絮絮叨叨，心理医生没发表任何看法，而是给她讲了自己同班同学的故事。

“毕业前的那几个月，就好像梅雨季节的天气一样，又闷又湿，让人透不过气来。每个人都在等待，以为熬过了这段日子就是快乐天堂。一天，在校园里碰到一个高一届的师兄，他无精打采的样子让我惊讶。记得一年前他击败众多竞争对手如愿进了一家外企，很是得意了一阵。

可一年的工夫，好心情已无影无踪。他说，像他这样从小城镇奋斗出来的人，现在能够在大城市里扎根，在家乡的亲戚朋友看来已经很风光了。可是，在那么大的公司里，自己就像是一枚两分钱的硬币被扔进黄浦江，连个水花都溅不起来。

硕士生、博士生一把一把的，本科生不知何时才能熬出头。曾经想当然地以为自己可以大干一场，其实不过是一颗小小的螺丝钉。公司的刻板制度，不算很高的工资，没有



女朋友的无奈，令他灰心丧气。他说，一直都想出人头地，可这已经离他越来越远。

相反，他念中学时的一个同班女生，家庭优越，从来都无忧无虑的。高中毕业时父母托了关系，轻轻松松就把她保送进了重点大学。大学毕业时找工作又托父母的福，不费吹灰之力便进了一家大银行。工作了几年，觉得没劲了，家里便资助她 50 万元，让她出国读 MBA。”

接着，心理医生又说：“由于先天注定的一些客观因素的存在，使得人和人之间有太多的差别。我们应该做的不是去管别人的运气有多好，而是要认真地过好自己的每一天。想一想，与那些没有考上大学的同龄人相比，我们的运气是不是比他们好。所以，要感恩生活给予你的，切忌连连抱怨，因为抱怨会让你的心情变得更糟。”



### 知识加油站.....>>

MBA，是英语“工商管理硕士”的缩写，而其中文简称为“工管硕士”。工管硕士培养的是高质量的职业工商管理人才，使他们掌握生产、财务、金融、营销、经济法规、国际商务等多学科知识和管理技能。



## 小故事大道理.....>>

这个世界上总会有一些事，让你感到愤愤不平，如果只顾着抱怨的话，你将一事无成。学会用感恩的心乐观地看待问题，认真过好每天的每一天吧。因为抱怨除了让自己心情烦躁之外，毫无他用。



## 假如生活欺骗了你

普希金说：“假如生活欺骗了你，不要忧郁，也不要愤慨。我们的心憧憬着未来，现实总是令人悲哀。一切都是暂时的，转瞬即逝，而那逝去的将变为可爱。”

鲁滨逊太太曾有过这样的经历，她描述道：

美国庆祝陆军在北非获胜的那一天，我接到国防部送来的一封电报，我的侄儿——我最爱的一个人，在战场上失踪了。没过多久，又来了一封电报，说他已经死了。

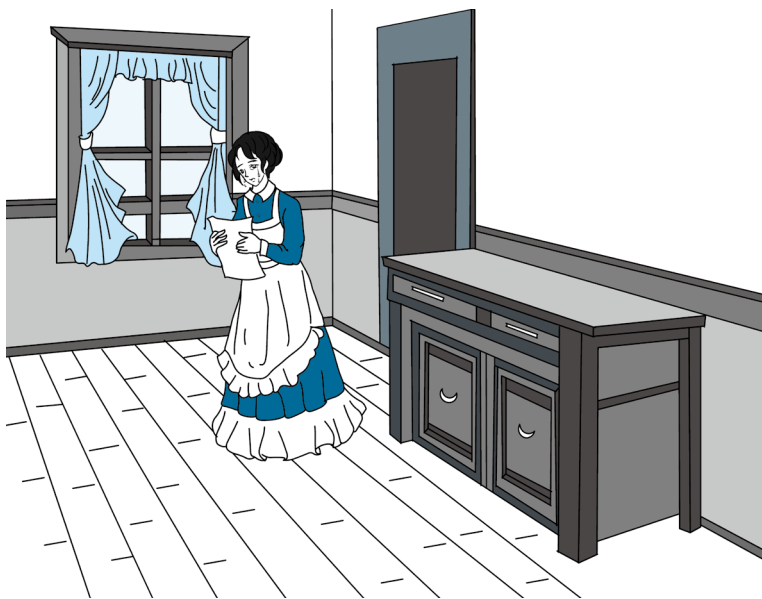
我悲伤得无以复加。在那件事发生以前，我一直觉得生命是多么美好，我有一份自己喜欢的工作，并努力带大了这个侄儿。在我看来，他代表了年轻人一切的美好。我觉得我以前的努力，现在都有很好的收获……然而却收到了这两





封电报，那一刻，我的整个世界都粉碎了，我觉得再也没有什么理由能够让我活下去。我开始忽视自己的工作，忽视朋友，我抛开了一切，既冷淡又怨恨。

为什么我最疼爱的侄儿会离我而去？为什么一个这么好的孩子却死在战场上？我没有办法接受这个事实。我悲痛欲绝，决定放弃工作，离开我的家乡，把自己藏在眼泪和悔恨之中。



就在我清理桌子、准备辞职的时候，突然看到一封我已经忘了的信——我已经死了的侄儿以前寄来的信。几年前，我母亲去世的时候，他给我写来一封信。“当然我们都会想念她的，”那封信上说，“尤其是你。不过我知道你会撑过去



的，以你个人对人生的看法，就能让你撑过去。我永远也不会忘记那些你教我的美丽的真理：不论活在哪里，不论我们分离得多么远，我永远都会记得你教我要微笑，要像一个男子汉一样承受所发生的一切。”

我把那封信读了一遍又一遍，觉得他似乎就在我的身边，正在对我说话。他好像在对我说：“你为什么 not 照你教给我的办法去做呢？撑下去，不论发生什么事情，把你个人的悲伤藏在微笑底下，继续生活下去。”

于是，我重新回去开始工作。我不再对人冷淡无礼，而是一再对自己说：“事情到了这个地步，我没有能力去改变它，不过我能够像他所希望的那样继续活下去。”我把所有的思想和精力都用在工作上，我写信给前方的士兵——别人的儿子们。晚上，我参加成人教育班，因为我要找出新的兴趣，结交新的朋友。朋友们都不敢相信我身上发生的种种变化。我不再为已经永远过去的那些事悲伤，我现在每天的生活都充满了快乐，就像我侄儿要我做到的那样。

讲完这些话，鲁滨逊太太嘴角泛起一丝笑意。



#### 知识加油站.....>>

亚历山大·谢尔盖耶维奇·普希金（1799—1837）是俄国伟大的民族诗人，19世纪俄国浪漫主义文学的主要代



表，俄国现实主义文学的奠基人，俄国文学语言的创造者，被誉为“俄国文学之父”。



### 小故事大道理.....>>

当我们把心中的悲伤都掩藏在微笑下面时，那么我们会沐浴在阳光下，而且看不到阴霾。在曲折的人生旅途中，如果我们的内心充满了阳光，用感恩的心看待生活中的不幸，那么即使是再大的挫折和磨难，我们也可以用平静的心去化解抱怨，让我们的生活处处充满欢乐和希望。



## 把心放宽

梅琳是美国的一位单身母亲，辛辛苦苦地把儿子抚养大。儿子大学毕业后，又被送到英国留学。完成学业后，儿子进入美国加州一家公司上班，赚钱、买房子，又在那里娶妻生子，建立了美满的家庭，成就了辉煌的事业。

梅琳为此欣慰不已，盘算着退休后，带着退休金前往加州与儿子媳妇一家人团圆。每天早晨可以到公园散步，也可以在家享受晚年的天伦之乐。

于是，她在距离退休不到3个月的时候，赶紧给儿子



写了一封信，告诉儿子她就要飞往加州和他们一家团聚了。信寄出后，她一边等待儿子的回音，一边把产业、事务逐一处理。

不久，她接到儿子从加州寄来的回信。信一打开，一张支票掉落下来。她捡起来一看，是一张3万美元的现金支票。她觉得很奇怪，儿子从来不寄钱给她，而且自己就要到加州去了，怎么还寄支票来？莫非是要给她买机票用的？梅琳心中涌上一丝喜悦，赶紧读信。

只见信上写道：“妈妈！我们经过讨论，不欢迎你来加州同住。如果你认为你对我有养育之恩，以市价计算，约为2万多美元，现在我添了一些，寄上一张3万美元的支票给你，希望你以后不要再写信来打扰我们。”

梅琳的一颗心由欣喜的巅峰坠入了痛苦的谷底。自己辛辛苦苦抚养儿子，最终却换来了这样的结果。梅琳想到自己老年凄凉如风中残烛，实在难以接受这个事实，眼泪瞬间如水一般流淌出来。

梅琳心情沉重，一下子苍老了很多。透过客厅的窗户，梅琳注目夕阳，忽然有所觉悟：“自己一生劳碌，从来没享受过一天轻松的生活，退休后无事一身轻，何不出去透透气？”很快，她就振作起来，为自己规划了一次环游世界之旅。

在旅行中，她见到大地之美，看到各州居民不同的生

