

农村中小学图书馆藏书工程



Book Project for Primary School and Secondary School Library in the Countryside



北京未来新世纪教育科学发展中心 编

青少年教育自助

金点子

意志决定成败——磨炼意志



QINGSHAONIAN
JIAOYU ZIZHU
JINDIANZI

启迪心智 成就梦想

新疆青少年出版社



青少年教育自助金点子

意志决定成败——磨炼意志

北京未来新世纪教育科学发展中心 编

新疆青少年出版社



图书在版编目(CIP)数据

意志决定成败: 磨炼意志 / 北京未来新世纪教育科学发
展中心编. — 乌鲁木齐: 新疆青少年出版社, 2008. 5

(青少年教育自助金点子)

ISBN 978-7-5371-5803-9

I. 意… II. 北… III. 意志 - 培养 - 青少年读物

IV. B848.4 - 49

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2008)第 058181 号

新疆青少年出版社

(乌鲁木齐市胜利路二巷 1 号 邮编: 830049)

廊坊市华北石油华星印务有限公司印刷

710 毫米 × 960 毫米 16 开 257.5 印张 2678 千字

2008 年 5 月第 1 版 2008 年 5 月第 1 次印刷

印数: 1 - 3000 册

ISBN 978-7-5371-5803-9 总定价: 570.00 元(共 20 册)

如有印装质量问题请直接同承印厂调换





目录 | Contents

愚公移山	1
断箭	4
晋文公复位	6
卧薪尝胆的意志力	9
一曝十寒和专心致志	12
不屈的屈原	15
忍辱的蔺相如	17
史学两司马	19
百折不挠	22
柳公权决意练字	25
磨穿铁砚	29
郑樵写《通志》	31
李时珍学医	34
李自成学艺	36
唐汝询写诗	39





穷困潦倒的曹雪芹	42
谈迁写《国榷》	45
天道酬勤	47
一生勤勉的齐白石	49
意志是钢的	52
将军口塞冒进锯右臂	55
面壁十年图破壁	58
没有手脚的朱彦夫	60
张海迪身残志坚	65
陈章良不识 ABC	68
逆境中磨练意志	70
命若琴弦的含义	73
盲女成为飞机设计师	75
抗洪英雄李向群	77
文川的信箱	81
如此就可以了	84
自己救自己的驴子	87
南瓜的力量	89
坚强是一种智慧	91
学会坚强	94
洪战辉意志坚强	97
意志在,价值就在	101
最后一片叶子	103
飞翔的蜘蛛	105





纸龙里的虫子	107
应该牢记的一课	109
砥砺的命运	112
海星卖珍珠	114
 黑带的真正含义	116
我是陈阿土	118
给自己一个机会	120
下棋锻炼意志	122
坚强的意志创造奇迹	124
让每只蝴蝶都能飞	127
和死神较量	129
蹲马步	132
斯巴达的勇士	135
小哥伦布的梦想	137
不屈的布鲁诺	140
歌德失恋不失意志	142
成为斗士的秘密	146
贝多芬靠什么创作	148
国际歌的诞生	151
贫穷是意志的磨砺石	153
坚韧不拔的爱迪生	156
大西洋阻挡不住进步	159
海伦·凯勒的精神	162
居里夫人的发现	165





大海里的船	168
现代航天之父	170
海伦·凯勒的故事	172
芬尼·赫斯特的奋斗史	175
福特的坚持	177
在缺陷面前不退缩不消沉	179
死于滴答声的俘虏	181
成功真简单	183
用脚趾写作的布朗	185
下一个球最好	187
假肢“攀登王”	189
高仓健的“忍”	191
不失去希望就有作为	194
霍金——轮椅上的天才	196
糠菜忆苦饭强意志	199





愚公移山



下定决心，不怕牺牲，排除万难，去争取胜利。

——毛泽东

从前有位老者，人称“愚公”，年近 90 岁了。

太行、王屋两座大山拔地而起，直入云霄，两山就坐落在愚公家的门前，阻挡住愚公一家进出的道路，往来极为不便，若想买东西都得绕上几千里去山的另一侧，或翻山越岭，很是麻烦。

愚公便召集全家老小，开了个家庭会议，商议把这两座山给搬走。

愚公的儿孙们都赞成他移山的想法，唯有他的老伴认为这是很难办到的，愚公都是年近九十高龄的老人了，怎么能搬走这么两座奇伟的高山呢？

而且，哪怕是能搬走，还有一个搬到哪里的问题，这么多的泥土、石块哪能装得下呢？

愚公和他的子孙们认为问题并不难解决，将泥土、石块运到渤海就可



以了。

于是全家老小就开始动工挖山开道，在他们的带动下，邻居中有很多人也都前来帮忙，很快方圆很广的人都加入了愚公移山的行列。

大家热火朝天地挖土、采石、装运，忙得不亦乐乎。

一个叫河曲的地方有位老者，人称智叟，为人爱算计，耍小聪明。他见了愚公移山的情景后，便冷嘲热讽，给愚公他们泼冷水。

他说无论怎样也移不走这两座高山，渤海那么远，成千上万里，而山又成千上万丈，将山移到海里简直是异想天开，愚公都一大把年纪了，不如在家享享清福，安度晚年。

可愚公并未被动摇移山的决心，他说：

“山虽高，路虽远，可我也要一直干到底。我不能只顾自己享清福，要为子孙后代造福。我这代人不能完成，还有我的儿子，儿子之后还有孙子，世世代代永不停歇，而山不再加高，路不再变长，只要我们有决心和毅力，我们的事业就一定能成功！”

智叟被这番话说得哑口无言，愚公也不再理会他，仍坚持不懈地挖着、运着……

愚公移山的精神深深地感动了天帝，于是天帝就派夸娥氏的两个大力神儿子将两座大山背走了。

这两个大力神，一个背起王屋山，一个背起太行山，一座山被放到了朔东，一座山被放到了雍南。从此，愚公家的行路问题便解决了。

至此被愚公他们填了些泥土、石块的渤海都已经变小了，没有东海大了。



点拨台

“愚公移山”的典故出自《列子·汤问》中。人类社会初期,原始人对自然界的认识还很肤浅,大自然的山川湖泊、风云变幻等在他们眼里都很神奇,人们渴望了解自然,征服自然,并祈求自然与自己和睦相处,于是便创造了一系列解释山川、大地、湖泊、风雨等自然现象和自然物的神话。

“愚公移山”就是人们在高山峻岭阻碍交通和视野的情况下,立志克服艰险,征服自然而创作的故事。反映了古代劳动人民不畏艰险,勇挑重任,锲而不舍的顽强精神和战胜自然的美好愿望,而愚公那种不畏艰难险阻、坚忍不拔的移山之志,也一直为世人所称颂。





断箭



不相信自己的意志,永远也做不成将军。

——佚名

春秋战国时代,一位父亲和他的儿子出征打仗。父亲已做了将军,儿子还只是马前卒。又一阵号角吹响,战鼓雷鸣了,父亲庄严地托起一个箭囊,其中插着一只箭。父亲郑重对儿子说:“这是家袭宝箭,配带身边,力量无穷,但千万不可抽出来。”

那是一个极其精美的箭囊,厚牛皮打制,镶着幽幽泛光的铜边儿,再看露出的箭尾。一眼便能认定用上等的孔雀羽毛制作。儿子喜上眉梢,贪婪地推想箭杆、箭头的模样,耳旁仿佛嗖嗖地箭声掠过,敌方的主帅应声折马而毙。

果然,配带宝箭的儿子英勇非凡,所向披靡。当鸣金收兵的号角吹响时,儿子再也禁不住得胜的豪气,完全背弃了父亲的叮嘱,强烈的欲望驱赶着他呼一声就拔出宝箭,试图看个究竟。骤然间他惊呆了。一只断箭,



箭囊里装着一只折断的箭。

我一直挎着只断箭打仗呢！儿子吓出了一身冷汗，仿佛顷刻间失去支柱的房子，轰然意志坍塌了。结果不言自明，儿子惨死于乱军之中。拂开蒙蒙的硝烟，父亲拣起那柄断箭，沉重地啐一口道：“不相信自己的意志，永远也做不成将军。”

把胜败寄托在一只宝箭上，多么愚蠢，而当一个人把生命的核心与把柄交给别人，又多么危险！比如把希望寄托在儿女身上；把幸福寄托在丈夫身上；把生活保障寄托在单位身上……



点拨台

自己的意志才是真正无坚不摧、无往不胜的利箭。依靠外力，依赖他人永远也走不出自己的路。生活是自己的，然而时间的漫长与永恒使一切都显得渺小而短暂，独立于我们生命之外的一切都会离我们远去，依赖任何东西都会有失去依赖的那一天。人在一生当中唯一能够以依赖的或许就只有自己的意志吧！





晋文公复位



生于忧患，死于安乐。

——孟子

春秋时代，晋国的公子重耳，由于继母骊姬陷害，受到父亲晋献公怪罪，于是逃亡到翟国去避难。因为他为人贤德而有才干，声望很高，所以晋国的一些知名人士赵衰、狐偃、狐毛、胥臣、魏、狐射姑、先轸、颠颉、介子推等几十人，都跟去翟国追随他。

重耳在翟国一住十二年。这期间晋国发生大乱，献公死后，以里克为首的大臣们，发动政变，杀死了骊姬的独生子奚齐和公子卓子，清除了骊姬和她的党羽。大臣们公议，派人迎接重耳回国做国君。重耳考虑到，自己这样回去，就等于承认在幕后操纵，乘父亲丧葬策划叛乱和主使人杀死两个异母弟弟，名声不好，因而坚决拒绝。大臣们没法子，后来只好接了他的异母弟公子夷吾回去做国君，就是晋惠公。晋惠公猜忌他会回来抢夺君位，派出刺客到翟国去行刺他。他事先得到消息，被迫匆匆离开翟



国，再次过流亡生活。

重耳和他的随员去到卫国，卫文公不理睬他们。他们在路上没有吃的，曾经向耕田的农民乞食，受到农民的嘲弄。

后来他们去到齐国。齐桓公很尊敬重耳，把自己的宗女齐姜嫁给他，各方面都给予优厚的待遇。从此重耳就在齐国舒舒服服地住下来，再也不想走了。他的随从赵衰、狐偃等人却不同意重耳这样没有志气。

一天，赵衰、狐偃等人偷偷在桑园商议，准备设法叫重耳出走。不料姜氏的一个管养蚕的女仆，正在桑园里采桑叶，把他们的谈话全部听到。她马上把这个秘密报告了重耳的夫人姜氏。姜氏怕她把事情张扬出去，就叫人把她杀死，然后对重耳说：“子有四方之志，其闻之者，吾杀之矣。（我知道您有远大的志向，您为了实现自己的抱负，不惜走遍天涯海角，你放心去吧，听到你们秘密的那个女仆，我已把她杀掉灭口了。）”重耳惊讶地说：“没有这回事，我并没有打算离开你。”姜氏劝他说：“你走吧，一味迷恋妻子，贪图安逸的生活，会妨害您的前途。”

重耳还是坚持不愿走。姜氏就和狐偃想出了一个计策，用酒把重耳灌醉，趁他昏迷熟睡的时候，把他抬上车，立即离开齐国而去。等他醒来，早已赶过好多路程了。重耳虽然对狐偃等人的作为非常不满，但也无可奈何。

后来，重耳又到过曹国、宋国、郑国、楚国和秦国，最后终于回到晋国当上了国君，他就是历史上著名的春秋五霸之一的晋文公。



点拨台

后世根据重耳的故事引申出“怀安丧志”这个成语。故事告诫人们：迷恋、安于享受，就会变成碌碌无为的庸人。顺境和逆境没有绝对的界限，在一定条件下它们是可以互相转化的。面临挫折，适当地变换思维的角度和方式，多从其他方面重新评价和审视所遭遇的挫折，意志坚定，以待时机，终有一天能得尝所愿，脱离困境。





卧薪尝胆的意志力



富贵不能淫，贫贱不能移，威武不能屈。

——孟子

春秋时代，在现在的我国的东南部有两个相邻的国家：越国和吴国。

公元前 493 年，越国和吴国在夫椒（现在的江苏省太湖地带）打仗，越国被吴国打败，降为吴国的附庸。

越王勾践带着妻子到吴国去，给吴王夫差当奴仆。夫差叫他们夫妻俩住在石屋子里喂马。夫差出去的时候，就叫越王勾践拿着鞭子走在车子的前面。勾践在吴国受尽了欺凌和侮辱。

过了 3 年，越国百姓用无数珍宝，终于把勾践换回来了。勾践回国后，立志要发愤图强，报仇雪耻。他知道要达到这个目的，必须艰苦奋斗，励精图治。

他怕安逸的生活会消磨了他发愤图强的意志，怕惰性泯灭了自己所受到的耻辱，就用艰苦的生活来磨炼自己。



他从宫殿搬到普通民房里去住，夜以继日地进行艰苦的劳动，冬天很冷，还常常抱冰；夏天很热，还要烤火；睡觉不用被褥，就睡在柴垛上，吃饭不吃肉，穿衣不穿有纹彩的衣服，自己又在坐卧的地方，吊着一个苦胆，每天起床、睡觉、吃饭、喝水的时候，都要先尝尝苦胆的味道，用来激励自己，并且经常问自己：

“勾践，你难道忘记了国耻了吗？”

他还常常对人说：

“不怕国弱，人少，就怕志气短。”

在政治上，勾践也进行了一系列的改革，规定7年不收税，鼓励农民耕种田地。他还亲自扶犁，耕种田地，帮助农民干活。

在军事上，勾践请了最有本事的人教士兵射箭和剑术，并日夜加紧训练。这样，经过“十年生聚”（发展生产，增加人口，积蓄力量），“十年训练”（教育人民和训练武装），越国富强起来了，终于打败了吴国，一雪国耻。

著名戏剧家曹禺根据这段历史故事创作的历史剧《胆剑篇》，为越王勾践设计了声情并茂的内心诵白——“咏苦胆”，这里仅引其中一段：

“胆哪，你颜色黑而绿，你不美，你不香，你性寒，你苦而涩，一看见你，就知道你的气味是多么难以入口。你像苦成，苦成又多么像你啊。你苦啊，胆！可你是清心明目的，你叫我们眼亮耳明，看得见希望，听得进一切忠言善语。……胆啊，你不巧言令色，你外面那样的不动人，你心中却藏了这么多治国治人的道理！苦成，这一个胆就顶替了你的千言万语。这一个胆就说出了多少死了的壮士百姓深深的心意。我要天天尝它，夜夜尝它，千言万语。”