

■关心下一代书系

让青少年受益一生的——

励志经典

●本书编委会 编



阳光出版社

让青少年受益一生的


励志经典

●本书编委会 编

丛书主编：唐之享

本册主编：杨雪生

编辑撰稿：易小兵 曾武清 陈莉英

 黄河出版传媒集团
阳光出版社

《关心下一代书系》编委会

丛书主编：唐之亨

本册主编：杨雪生

副主编：李子玲 陈运仁 贺维强

本册编委：吴国政 邓跃武 罗 斌 许进东

陈志强 余向阳 周新发 刘新建

刘文娟 郑文甫 彭楚乔 聂宗儒

谢小兰 杨学军 吴永平 杨昌新

王五岳 陈意生 李冬初 胡吉祥

编辑撰稿：易小兵 曾武清 陈莉英

总序

◎ 唐之亨

教育事业关乎社稷根本,关乎民族振兴,关乎青少年的健康成长,关乎千家万户的利益。我从1993年在湖南省人民政府任副省长以来,主要分管教育等工作;2003年到省人大常委会也主要是联系教育等方面的工作。经过十几年心怀虔诚与热情、执著地调查研究和工作实践,逐渐认识、理解了教育的真正含义,深切感受到教育的地位与作用重大,也十分荣幸地见证了教育事业所取得的巨大成就:全面“普九”、振兴职业教育、推行素质教育、调整和改革高等教育及民办教育事业的蓬勃发展。同时,我也深切意识到教育的改革与发展还面临着诸多问题与困难,尚需我们不懈努力。党的四代领导人对教育青少年、培养接班人都作过重要讲话和批示。胡锦涛同志说:“坚持以人为本,促进未成年人的全面发展,努力培育面向现代化、面向世界、面向未来,有理想、有道德、有文化、有纪律,德、智、体、美全面发展的中国特色社会主义事业建设者和接班人。”我国现在的青少年一代是在深化改革,发展社会主义市场经济的新时期成长起来的。一路的顺境给他们的人生观、价值观带来了一些负面影响。主要有:(1)改革开放不断深化,我国正处在工业化、信息化、城镇化、国际化深入发展的历史阶段,这种形势为青少年了解世界、开阔视野、增长知

总
序



识,提供了良好的发展空间,但西方敌对势力对我实施西化、分化的战略更加花样翻新,受拜金主义、享乐主义等西方腐朽思想的影响,青少年中出现了盲目追求、接受一些消极思想的趋势。(2)发展社会主义市场经济使青少年思想意识日益活跃,思想活动的独立性、选择性、多变性、差异性明显增强,同时,由于社会利益格局发展不平衡、不协调的问题以及城乡发展差距和收入分配差距增大等发展中所产生的矛盾凸现,在青少年中出现了理想滑坡、道德缺失、诚信不足等新问题。(3)互联网、手机等新型媒介快速发展,使一些有害信息腐蚀青少年心灵。由于青少年辨别是非、美丑、善恶的能力不强,违法违纪等现象时有发生。(4)青少年在校学习环境越来越好,升学率逐年提高,但目前的应试教育模式使学校、家庭重智轻德、重教育轻实践,使身心尚未成熟的青少年承受着学校、社会和家庭的多重压力,影响他们健康成长。

“要想红旗飘万代,必须关心下一代”。关心教育下一代,促使青少年健康成长,是一项长期艰巨的系统工程,是全党全社会的责任。以老干部、老同志为主体的各级关心下一代工作委员会多年来做了大量的关心、关爱、教育青少年的工作:如多种形式的青少年思想道德教育、法制教育、革命传统教育及帮教工作,扶贫助学、助残、助困,“老少共建”多种校园精神文明活动,学校、家庭、社会三结合教育等。这些工作发挥了“五老”的特殊优势,具有鲜明的时代特征和不可替代的重要作用。

2010年6月,永州关工委的同志给我送来一份《关于编辑出版“关心下一代工作丛书”的工作方案》和一份有六本

书的内容目录。他们打算联合省、市、县关工委的有关同志,合作编辑一套符合基层实际情况、讲究实效的关心下一代工作系列图书,并邀请我担任编委会主任。这种想法和精神感动了我,于是,我接受了他们的邀请。我要求编辑部的同志要以老领导、老教师、老专家为主,以市、县关工委的同志为主;要求编辑工作要广泛搜集资料、精心编辑,力出精品。现在出版的这套图书有三本:

第一本,《让青少年受益一生的励志经典》。讲述了古今中外名人、科学家、工程师、教师、大学生等人生的志趣、抱负、雄心壮志、高尚品德等励志故事 100 多个,包括当代特别是近几年感动中国的故事。

第二本,《让青少年学会做人做事的感恩故事》。通过“感恩父母”“感恩教师”“感恩社会”“感恩苦难”的 100 多个小故事,明确做人做事的大道理,震撼青少年的心灵,使他们从小拥有一颗感恩的心。

第三本,《把孩子培养成财富的家教艺术》。把家教专家教授、优秀家长和学校的研究成果、实践经验以及新观点、新方法介绍出来,促进家庭教育的科学发展与成功,帮助家长掌握科学培养孩子的方法和艺术。

另外还有二本,即《促进青少年思想道德教育的德行天下》《“五老”关心下一代的工作手册》,待后出版。

我在春节前后,看了部分书稿,提出了修改意见。今年三四月间再次看了部分书稿,编委会也两次组织征求了部分县关工委、重点中学的修改意见。这套书从策划到出版经过了一年半勤奋工作,认真编撰,反复修改,数易其稿,终于正式出版了,将分别发放和赠送到学生、老师、家长和



“五老”手中。

这套图书的编辑出版,是关工委系统,特别是县区关工委的同志自己组织、自己编撰的一套工作图书,参考了近年来出版的有关图书,消化、综合推介了十几名教育专家、学者和部分重点中学的研究成果,包括新观点、新例子、新故事、新方法、新措施,适合广大学生、老师、家长和“五老”人员阅读学习。在这里我们也感谢编者、作者的不辞辛苦,编出了这样一套好书。

通过这套关心下一代丛书,我们要进一步贯彻落实党中央、国务院《关于进一步加强和改进未成年人思想道德建设的若干意见》等文件精神,贯彻中国关工委成立20周年暨全国关心下一代工作表彰大会的精神,大力弘扬“五老”精神,以科学发展观统领关心下一代工作,以社会主义核心价值体系引领青少年。通过建设学习型、创新型关工委,加强县以下基层工作,不断提高工作的辐射力和影响力。希望这套图书能帮助“五老”人员、教师进一步掌握教育方法,能帮助家长掌握家庭教育的方法和艺术;能帮助中小学生明确树立励志、感恩意识,改变心态,养成好习惯、培养优良品质,学会学习、学会生活、学会做人做事,健康成长,顺利成才,走向成功。

是为序。

2011年6月

(作者系湖南省政府原副省长,省人大常委会原副主任。现任省政府顾问,省关工委副主任。)

序

人生立志必须从青少年开始,从小心怀雄心壮志,树立人生奋斗目标。理想要远大宏伟,行动要脚踏实地。

首先,要充满信心。一个有志气的人,自信是成功的第一秘诀。只有那些对自己充满信心的人,才敢于面对各种人生险境的挑战。一个人最大的敌人往往是自己,而不是别人或外在环境。只有先战胜了自己,才能逐渐迈向成功。

其次,要善于学习。因为,人的一生全靠学习,唯有学习才能成才;人的一生全靠奋斗,唯有奋斗才能成功。青少年要多读书、多学习、多求经验,不断地吸取能够提高自己能力的一切智慧,充满自信地去努力、去奋斗、去拼搏,才能赢得辉煌灿烂的前途。青少年正处于世界观、人生观、价值观形成和发展的重要时期,一定要加强修养,提高道德水平,学会做人做事,追求高尚人格,不断完善自身,不断励志,才能成才、走向成功。

再次,要认真努力。人生没有捷径,靠投机取巧是行不通的,必须要脚踏实地,勇敢地面对前进道路上的风风雨雨。在别人放弃和逃跑的时候,你能坚持下来,成功往往是属于你的。

著名魅力女主播陈鲁豫说:“世界上,大家的智商都差不多,谁都不比谁聪明多少,谁都不比谁笨多少,而最终决定命运的还是认真和努力。”

青少年要想实现自己远大的理想、崇高的目标,就要牢牢把握住自己的爱好、精力、条件和机遇,紧紧咬定理想目



标不放；还要培养百折不挠的顽强性格，历练不怕挫折的坚强意志，才能勇敢地接受生活中的挑战，鼓励自己战胜逆境，满怀热情、信心、决心，全力以赴地去努力，最终实现理想目标。

这本《让青少年受益一生的励志经典》旨在为帮助青少年励志成才提供学习的榜样和成功的经验。全书内容分为上下两篇，上篇为“名人励志故事”，从科学技术、政治、经济、文艺、军事诸领域成功人士的经历中精选出典范的励志故事。他们有的少年成才，有的艰难求索，有的勤奋攻读，有的好事多磨，有的大器晚成，分别是不同历史时期和不同领域的代表人物。他们的故事对广大青少年有启迪思想、指引前进方向的巨大作用。下篇为“励志成就事业”，从某一侧面讲述了许多贴近生活、贴近青少年实际的励志经典小故事，从而使青少年明白：相信自己、肯定自己，改变心态、改变命运的大道理。

在这本书里，一个个精彩纷呈的励志故事，比硬邦邦的一大堆说教更能打动青少年的心灵；一段真实的成才历程，有可能促使青少年确立自己的人生理想。怀素种蕉学书的故事，让那些生活贫困的人从心中激发奋斗的意志；一代伟人毛泽东青年励志的豪言，让几多学子意气风发；音乐大师贝多芬的人生故事，为无数失聪的人点亮了心中希望的明灯；从小笨头笨脑的爱因斯坦最终成为伟大科学家的故事，为多少“丑小鸭”成长为“白天鹅”树立了成功的榜样。我们相信这本书所遴选的一百多个励志故事总能够打动你、振奋你、改变你的地方，这也就是我们编撰《励志经典》的初衷、目的与作用。

本书编委会
2011年7月

目 录

关心下一代书系总序	(1)
《励志经典》序	(5)

第一篇 名人励志故事

一、古代励志经典

炎帝的故事	(2)
治水英雄大禹	(5)
雄才大略的汉高祖刘邦	(8)
不惧西天万里遥的玄奘	(10)
种蕉学书成就名家的怀素	(12)
谦虚执著终成才的白居易	(14)
年少志高的岳飞	(16)
苦学成才的范仲淹	(18)
自学成才的欧阳修	(20)
少年大志的于谦	(22)
立志学医的李时珍	(24)
胸怀大志的徐光启	(26)
志存高远的顾炎武	(28)
从小立志学画的任伯年	(30)
立志报国的林则徐	(32)

二、现代励志故事

民主主义革命先行者孙中山	(34)
勤奋好学的李大钊	(36)
以解救天下百姓为己任的毛泽东	(38)
为中华之崛起而读书的周恩来	(41)
朱德的读书生涯	(44)
少年读书励志的邓小平	(46)
文章如鹤鸣长空的李达	(48)



从瑶山走上革命生涯的江华	(51)
心底无私天地宽的陶铸	(54)
少年留学生李四光	(57)
徐悲鸿早年艰苦学画	(59)
“志在鸿鹄”的茅盾	(61)
少年立志造大桥的茅以升	(63)
勤奋苦读的童第周	(65)
从小立志救国的钱伟长	(68)
世界“杂交水稻之父”袁隆平	(71)

三、当代励志典范

英雄少年赖宁	(72)
身残志坚的张海迪	(74)
三次入废墟救同学的张春玲	(76)
中国男孩洪战辉	(78)
阳光女孩文花枝	(81)
水管当杠铃练就奥运金牌的龙清泉	(84)
走出家门、校门、国门的刘晓镜	(87)
奥运冠军张怡宁的成长故事	(89)
谢坤山：心有多宽，世界就有多大	(91)
聋人舞蹈家邰丽华的励志人生	(93)
演绎当代女工励志的马书青	(96)
快乐男孩何炅	(98)
靠自学摘取“亚洲新人歌手”的吴军	(101)
80后青春励志明星王宝强	(104)
靠打工跨进清华的石富	(107)
中国草根创业的典范蒋锡培	(109)
山坳里放飞青春的李海	(112)

四、外国励志精粹

少年就有将军梦的拿破仑	(115)
历经磨难的音乐天才贝多芬	(117)
生物进化论的开创者达尔文	(119)
用信念支撑理想的马克思	(122)
从徒工到发明家的瓦特	(124)

“笨头笨脑”的科学巨人爱因斯坦	(127)
不向命运低头的海伦·凯勒	(129)
轮椅上创造奇迹的霍金	(131)
在贫穷中崛起的松下幸之助	(134)
“铁娘子”撒切尔夫人	(136)
从小立志终有成的费雯·丽	(138)
“软件巨子”比尔·盖茨	(140)

第二篇 励志成就事业

一、自我定位决定未来

乔·吉拉德的成功	(144)
给自己做梦的机会	(146)
你有多大出息,取决于你怎样看待自己	(147)
吾日三省吾身的智慧	(148)
成功与失败的视角差异	(150)
永远不满足已有的高度	(152)
及早向目的地开动车轮	(154)
高预期有时指向平凡结局	(156)
壮志决定你凌云的高度	(157)
设计人生的时刻表	(159)
执著寻找你的座位	(161)
人生的自助餐	(162)
身价是你自己创造的	(163)
没人能阻止你追逐梦想	(166)
在脚下多垫些石头	(169)
车到山前未必有路	(170)

二、自我肯定走向成功

发现自己与众不同的特质	(173)
认识自我带来成功的机会	(176)
向后看,风景更美丽	(177)
自信心的惊人力量	(178)
耐心等待生活的美好	(181)



希望的力量	(182)
成功起点在于你的进取心	(183)
不要把成功想象得那么难	(185)
为实现理想做充分准备	(186)
微笑也是一种力量	(188)

三、健全人格奠定基石

诗人与钟表匠	(189)
致命的魔力钱袋	(191)
你本身就有 100 万	(192)
悲观会挡住你的阳光	(193)
岩缝里的小草	(195)
轮椅上站起来的长跑运动员	(196)
决不能将错就错	(198)
放鱼归湖因为没到开禁时间	(199)
这不属于我的	(201)
敞开心扉爱他人	(202)
一场被取消的盛宴	(204)
小小创意家	(205)
荒芜的花园	(207)
真诚地欣赏他人	(209)

四、改变心态改变命运

心态影响你的成功之路	(210)
拥有一颗知足的心	(211)
一碗白饭	(213)
我是重要的	(216)
弯弯腰, 拾起你的尊严	(218)
我们需要你	(219)
鞋子里的沙子	(221)
诚实是生活之本	(223)
学会尊重每个人	(225)

第一篇

名人励志故事





炎帝的故事

炎帝，又称赤帝、烈山氏，传说上古时期姜姓部落的首领，中华民族的始祖之一，继女娲后为天下共主。传说他是农耕和医药的发明者，又创造五弦琴，开始蜡祭和市场，自他以后中国进入农耕社会。

据《史记》等记载，炎帝神农氏，父曰少典，母为女登，少典正妃。一天，其母游华山之阳，梦见太阳落在自己的怀里，有神农首感，于尚羊（即烈山，今湖北随县）一石室生下炎帝，取名石年。相传炎帝神农，人身牛首，三天能讲话，五天能走路，七天生齐了牙，三岁知稼穡。炎帝成长于姜水流域（今陕西姜水）。长成后，身高八尺七寸，龙颜大唇。由于他功绩显赫，亦尊为人皇，因以火得王，故为炎帝，世号神农。炎帝在位 120 年，传七代世袭神农之号，计 380 年。

炎帝对农业的发展有伟大贡献。上古的时候，没有农业，人们靠打猎、捕鱼、采摘野果为生，挨饿、受冻、遇险，过着原始游牧生活。炎帝看到人民这种苦境，心里极为不安，日思夜想，要大家过上丰衣足食的安稳日子。他想，要是有一种草结出的果子又多又能吃，那就好了。于是，他不辞辛苦，冒着生命危险，走遍了名山大河，尝尽了无数千奇百怪的果子，有一次还误吃了毒果差点送了命。炎帝不灰心，终于在南方一个山清水秀的地方，找到了他心目中能结出很多果子又能吃的草，这就是禾苗。经过试种，第一年就收了满满一担黄澄澄、又甜又香的果实，第二年，收获了几十担。从这以后，一传十，十传百，天南地北，种谷的人越来越多。

为了减轻人们耕作的劳苦，炎帝又“斫木为耜”，“揉木为耒”，发明了生产工具，取代刀耕火种，从而开创了中国的农耕文明史。炎帝发明农业后，结束了游牧生活，在中原开始了半定居半迁徙的农业生活。炎帝迁徙的路线，是顺渭水东下至黄河中下游以南的江汉平原。这里气候温和，最适宜原始农业的发展。炎帝以农耕为主，最早形成定居的部落集团。初都陈，即今河南淮阳；再迁鲁，都曲阜。相传，炎帝管辖的足迹南到交趾（今岭南一带），北到幽都（今河北北部），东到旻谷（今山东西部），西到三危（今甘肃敦煌一带）。传八九代后，势

渐衰,受到九黎族压迫,为蚩尤所败。后联合黄帝部落打败蚩尤。黄帝部落又打败炎帝部落。此后,炎、黄两族部落开始联合和融合而为华夏民族,占据了中原地区,在黄河中下游两岸的广阔土地上逐渐创造发展起来伟大的华夏文明。

炎帝将先进的农耕技术广泛传播,开创了黄河、长江流域的农耕文明,为中华民族的生存繁衍和发展作出了重要贡献:

一、制耒耜,种五谷,奠定了农工基础。耒耜的使用和种五谷,解决了民以食为天的大事,促进了农业生产的发展,为人类由原始游牧生活向农耕文明转化创造了条件。

二、尝百草,开医药先河。据《帝王世纪》载,神农“尝味草木,宣药疗疾,救夭伤人命”。为尝百草,一日之间而遇七十毒。炎帝神农氏在与大自然,与疾病作斗争中,为后世医药事业的发展奠定了基础。

三、立市廛,首辟市场。据《周易·系辞下》载:神农“日中为市,致天下之民,聚天下之货,交易而退,各得其所”。神农发明的以日中为市,以物易物的市场是我国货币、商业发展的起源和基石。

四、治麻为布,民着衣裳。原始人本无衣裳,仅以树叶、兽皮遮身,神农教民麻桑为布帛后,人们才有了衣裳,这是人类由蒙昧社会向文明社会迈出的重大一步。

五、作五弦琴,以乐百姓。据《世本·下篇》载:神农发明了乐器,他削桐为琴,结丝为弦,这种琴后来叫神农琴。神农琴“长三尺六寸六分,上有五弦曰:宫、商、角、徵、羽”。这种琴发出的声音,能通天地之德,能表神人之和,能使人们娱乐。





六、削木为弓，以威天下。神农始创了弓箭，有效地防止了野兽的袭击，有力地打击了外来部落的侵犯，保卫了人们的生命安全和劳动成果。

七、制作陶器，改善生活。在陶器发明前，人们加工处理食物，只能用火烧烤，有了陶器，人们对食物可以进行蒸煮加工，还可以贮存物品，酿酒，消毒。陶器的使用，改善了人类的生活条件，对人类的饮食卫生和医药发展产生了深远的影响。


为了促使人们有规律地生活，按季节栽培农作物，炎帝还立历日，立星辰，分昼夜，定日月，月为三十日，十一月为冬至。

炎帝治理天下很有方法。他不望其报，不贪天下之财，而天下共富之。智贵于人，天下共尊之。他以德以义，不赏而民勤，不罚而邪正，不忿争而财足，无制令而民从，威力而不杀，法省而不烦，人民无不敬戴。

炎帝还是我国教育的始祖。他教民使用工具，教民播种五谷，教民医药，教民制陶、绘画，教民弓箭、猎兽、健身，教民制琴，教民音乐、舞蹈，还教民智德。可见，炎帝时期，德、智、体、美得到了全面重视和发展。

晚年，炎帝不顾年老体衰，来南方巡视，了解民情，一路南下到湖南境内。南下途中，仍忙于各种草药中，为亲尝药性疗效，误尝了剧毒的勾吻（俗称“断肠草”）不幸毒亡。后被安葬在湖南省株洲市炎陵县鹿原陂，即今炎帝陵。

为了纪念炎帝种谷给人类带来了光明和希望，人们把炎帝敬为神农。明崇祯十二年，把炎帝寻禾种禾的地方取名为“嘉禾”，即今湖南省郴州市嘉禾县。

 [励志课堂] 正是这把拙朴的耒耜，在莽莽荒原上掘开了农耕文化的汨汨泉流。于是，炎帝部落成为炎帝时代先进生产力的代表；而“始作耒耜”的神农炎帝，则是开创我国农耕文化的始祖。