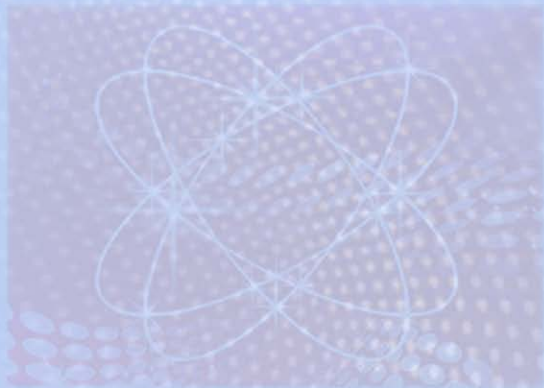


18岁以前要做的 50 件事



远方出版社

前言

人的一生有如白驹过隙又如黑暗中的火花一现，人的一生是如此的短暂我们应该如何度过它？有人说读史可以明智，历史就像一面镜子通过历史可以正衣冠。历史是古人给我们留下的宝贵财富，我们通过历史名人的成功经验可以看出自身的不足之处。谁没有年少时的迷茫与彷徨，本书犹如黑暗中的一盏明灯为你指引方向。18岁前是人生中最宝贵的时光，如何使你回忆自己少年时候的岁月不会因为碌碌无为而羞耻，不会因为虚度年华而悔恨，当你站在岁月这面镜子前面的时候不会唏嘘。如何在这段时光中使自己生活的更加有意义更加的充实。希望可以通过阅读本书使你有一些感悟。

本书是为18岁以前的青少年量身定做的智慧之书，通过一个个历史名人成功的经历举出鲜活的例子。介绍了适合青年成长的人生奋斗方向。概括了鲜活的人生成功要义。创新地总结了卓越人生的成功方法。可以说是一部极具启迪意义和极富可读性的成功励志

读物。有关青少年成长的书有数百种。然而,本书确有它的独到之处:将精彩的故事与精辟的人生哲理融会一体;通过故事阐述青少年成长的人生哲理,引导青少年全面提高综合素质。如果说青少年的成长过程是一条无尽的长河,那么本书就是在这条长河中掀起的一朵美丽的浪花。愿这朵美丽的浪花,为青少年的成长带来一些启迪。18岁以前的你,不论从头到尾仔细研读,还是随意地翻阅,做片刻的消遣,都能够从本书中得到非常有益的启示。平静面对学习中的烦恼和生活上的困难,当你拥有健康的心灵,保持积极乐观的心态,勤于思考,勇于创新的时候,才能创造幸福美好的人生,本书是为了帮助青少年打造自身过硬的本领。以促使他们在未来的社会竞争中立于不败之地。

目 录

珍惜生命	1
喜欢自己的一切	8
健康是革命的本钱	13
自己动手做小菜	22
培养高雅的审美情趣	28
做个诚实的孩子	39
快乐的生活	46
学会感谢与感恩	56
勇敢地面对困难和挫折	65
学会坚强	71
相信自己	76
培养自制力	82
保持积极的心态	88
种一棵自己的许愿树	94
向梦想前进	99
信守诺言	104
要有道德理念	109

学会观察	114
热爱祖国	120
乐于助人	125
虚心接受批评	130
懂得自我反省	134
自己选择一次	138
学好一门外语	143
在竞赛中努力夺第一	149
每天坚持阅读	154
坚持写日记	160
珍惜时间	165
争取让大家关注你	170
学一种乐器	175
学会拒绝	179
开发自己的潜能	185
发挥自己的强项	190
找个对手,激励自己	196
用微笑传递善意和爱	201
结交外面的朋友	206
与老师沟通	211
拜访你的恩师	216

给妈妈一个吻	222
和父母探讨爱情	227
坦然地了解一些性知识	233
学会保护环境	240
尝试打工	244



珍惜生命

人最宝贵的东西是生命，
生命对于我们只有一次。

人,最宝贵的是什么? 生命。

然而,一个人太年轻的时候,很有可能感觉不到生命有多么可贵,因为在这个时候看来,生命似乎还很漫长,漫长得甚至让人失去了继续走下去的耐心和热情。于是,很多年轻的“糊涂人”将它打发、消磨,并且尽量回避它,甚至无视它的存在,仿佛活着本身就是一件苦事。

还有一种人,可能是因为年轻的生活太精彩太丰富了,他们沉浸其中,根本没有意识到他们拥有的生命和青春是多么的宝贵,根本没有时间和精力去思索生和死之间的的问题,因此也就不会强烈地感受到活着是一件多么美好的事情。可是,往往等我们开始醒悟,开始思索生和死这一永恒的命题时,一大段生命已经过去了,成为无法弥补的损失。一位知道自己不久将要离开人世的老人在日记本上写下了这段文字:如果我可以从头再活一次,我会大胆地尝试更多的错误,至少我不会事事追求完美;我会多一点时间休息,随遇而安,处世糊涂一点,而不把大把的时间花在算计将要发生的事情上,更不会处心积虑地赢得更多的东西。其实人世间有什么事情值得特别斤斤计较的呢?

如果可以的话,我会花更多的时间去旅行,跋山涉水,领略大自然中的意趣。如果一切可以重新开始,我

会什么都不准备就上街，甚至连纸巾也不带一块。我会享受每一分、每一秒。如果可以重来，我会赤着脚走在外面的草地上，用这个身体好好感受世界的美丽与和谐。还有，我会去游乐园多玩几圈木马，多看几次日出和日落，和公园里的小朋友玩耍……只要人生可以从头开始，但是我知道，这些是不可能的了。

人一生的经验总结最深刻的莫不如此——人生最宝贵的是生命，但是人生容不得你画张草图，它就正儿八经地开始了。这是一场没有彩排的戏，是一场没有预演的交响乐。年轻人又该如何对待你的生命？你的一生应该怎样度过？

热爱你的生命吧！热爱你自己的生命，那就要珍惜你自己的生命，永远都不要放弃你生存的权利。

不管是因为学习成绩不好，受到什么委屈，感情受到挫折，还是因为和家人感情出现裂痕，永远都不要做什么“自杀”、“殉情”、“自我了断”、“自我虐待”的傻事情。生命固然是你自己的，但是，同时它也属于那些爱着你的人们。

你若是出于逃避生活而放弃了生命，虽然你自己解脱了，但是你却把更多的痛苦给了你身边的亲朋好友。那实在是愚蠢、自私而不负责任的做法。为了你自己，

为了爱你的人，不管在什么情况下，都要好好地活着。

如果有时间，如果有机会，请你每年都到医院去走一走。看看那些重病之中的人，那些形容枯槁却仍然在和病魔、死神作斗争的人；看看陪护在他们身边的亲人，听一听他们为每一点的病情好转的欢呼，看一看他们脸上因为康复而露出的喜悦的笑容。那样，你会为自己尚且健康而鲜活的生命而庆幸，也会更加珍惜和热爱自己的生命。

如果有机会，请你去参加一次葬礼，在那悲切的气氛中，真切地感受一次死亡的内涵，和人们对死亡的态度，还有你对生命和死亡的感悟。再看看那一张张悲戚的面容，感悟一下“亲戚或余悲，他人亦已歌”的意味。那个昨天还和你说过话的人，今天就走过了殿堂的一扇门，那扇门就在背后“砰”的一声关上，永远不再打开。那是一件悲哀的事？还是一件可怕的事？生命如此短暂，匆匆的一生，你将得到什么，失去什么，假如生命即将结束，你会不会有一些遗憾？那么这剩下的一段人生路，你又该如何走过？还是用那句老掉牙的话与君共勉吧：

人生最宝贵的是生命，生命属于我们只有一次。人的一生应当这样度过——当他回首往事的时候，不因虚

度年华而悔恨，也不因碌碌无为而羞耻……

将此段话默默地用心念上几遍，你会有新的发现。

杰克·伦敦的《热爱生命》讲述的是这样一个故事：一个美国西部的淘金者在返回的途中被朋友抛弃了，他独自跋涉在广袤的荒原上。冬天逼近了，寒风夹着雪花向他袭来，他已经没有一点食物了，而且他的腿受了伤，鞋子破了，脚在流血。他只能歪歪斜斜地蹒跚在布满沼泽、丘陵、小溪的荒原上，非常艰难地前行着。就在他的身体非常虚弱的时候，他遇到了一只病狼。他发现这只病狼跟在他的身后，舔着他的血迹尾随着他。就这样，两个濒临死亡的生灵拖着垂死的躯壳在荒原上互相猎取对方。为了活着回去、为了战胜这只令他作呕的病狼，最终在人与狼的战斗中人获得了胜利，他咬死了狼，喝了狼的血。最后他获救了，使生命放射出耀眼的光芒。

《热爱生命》是19世纪末20世纪初美国小说家杰克·伦敦最著名的短篇小说，这部小说以雄健、粗犷的笔触，记述了一个悲壮的故事，生动地展示了人性的伟大和坚强。小说把人物置于近乎残忍的恶劣环境之中，让主人公与寒冷、饥饿、伤病和野兽的抗争中，在生与死的抉择中，充分展现出人性深处的某些闪光的东西，生

动逼真地描写出了生命的坚韧与顽强,奏响了一曲生命的赞歌,有着震撼人心的力量!

杰克·伦敦很擅长描写周遭环境,通过描写环境和人物动作、心理活动来塑造意境,烘托出了主人公的苦难和进入绝境的感觉,然后又用意境来衬托出主人公的精神品质。这一招次次都管用,因为它的因果关系无可挑剔,只要作者把握好细节就可以利用这种方式很好地凸显主人公的品质。而这里的一段心理活动很真实,虽然我们没有经历过那种场面,但一样能够感受到那种境况下的压力。他只能“极其小心地让自己镇静下去”“刚强地打起精神”,因为他极度虚弱、疲倦和孤独,这些物质上的实实在在存在的困境那样强大,他却还能“凭着一种奇怪的心灵作用,另外找到一丝毅力,更坚强地划着”。他,虽然一次次挣扎,意识渐渐模糊,但心中的毅力没有不见,那种奇怪的心灵作用应该就是一定要活下去的念头吧!

杰克·伦敦是著名的美国小说家,他一生共创作了约有五十卷作品,其中最为著名的有《野性的呼唤》、《海狼》、《白牙》、《马丁·伊登》和一系列优秀短篇小说《老头子同盟》、《北方的奥德赛》、《马普希的房子》等。在很小的时候杰克·伦敦就当了一名童工,漂泊在海上,跋

涉在雪原,而后半工半读才取得成就的作家。他那带有传奇浪漫色彩的短篇小说,往往描写太平洋岛屿和阿拉斯加冰天雪地的土著人和白人生活,大部分都可说是他短暂一生的历险记。他作品中的现实主义风格和多样化的题材,以及强烈显示出来的作家的独特个性,多少年来一直深深吸引着不同时代、不同经历的读者。《热爱生命》就曾受到列宁的赞赏,直到逝世的前几天,列宁的手里还捧着它。



喜欢自己的一切

改变你能改变的；接受你所不能改变的；发现你所拥有的；挖掘你身上潜在的；创造你能创造的；爱上自己的一切！

一个人要爱自己，首先就要真正接受喜欢自己的身体，而且是身体的每一部分。如果连你自己都不爱自己，那又怎么指望别人接受你，爱你和尊重你呢？有这样一个故事：

几个白人小孩在公园里放氢气球，他们每人买了一个色彩艳丽的氢气球，兴高采烈地放飞着，仰头望着天空中越飞越高的氢气球。在他们不远处蹲着一个黑人孩子，他一直羡慕地看着他们。白人孩子冲他嚷嚷道：“嗨！黑鬼！离我们远一点，你也想放氢气球吗？简直是笑话……黑鬼放的气球都上不了天！”

那个黑孩子听到他们的嬉笑和羞辱，立即低头悻悻地走开了，他边走边擦着眼泪。他不敢和他们一起玩，就是因为自己是黑人，而他们都是高贵的白人。这个时候，一位饱经沧桑的黑人老爷爷走到他的身边，微笑着对他说：“你也想放气球是吗？这个气球送给你！”

小男孩怯生生地接过气球，那是一个黑色的气球，他疑惑而茫然地看着老人。老人笑着鼓励他说：“我相信你肯定能把这个黑色的气球放上去。”

受到鼓励的黑人孩子拿过气球，小手一松，黑气球在微风中冉冉升起，越飞越高，那几个白人孩子惊呼着：“看啊！还有黑色的气球！他竟然飞得比我们的气球

都高!”

老人用手轻轻地拍了拍黑人孩子的肩膀,说:“孩子,气球能不能升起,不是由它的颜色决定的,而是气球里面充满了氢气,黑色的气球照样能飞得很高。同样,一个人能不能成功,不是因为他的种族、肤色、出身和外貌而决定的,关键在于他自信还是自卑!”

在这个世界上,有一件事情是绝对公平的,那就是每个人都有各种各样的缺陷和不足,也许是外在的,也许是性格上的,也许是心理上的。每一个人都是被上帝咬过一口的苹果,都是有缺陷的。有的人缺陷比较大,那是因为上帝特别喜爱他的芬芳。而自卑的人往往只看到了被咬的缺陷,却意识不到自己的芬芳。

自信能够让一个身有缺陷的人焕发出超过正常人的魅力,创造出超过正常人的成功;而自卑是一把利剑,它刺向心田,让萌生的希望伤痕累累;它刺向脚踝,让前进的步伐跌跌撞撞。自卑让一个健全的人陷入沮丧和无助,一生无所成就,没有建树。前苏联作家马克西姆·高尔基对这一点就曾做出过这样的论断:“只有满怀自信的人,才能在任何地方都怀有自信,沉浸在生活当中,并实现自己的意志。而一个人如果自卑,就会失去自信,被颓废和绝望所困扰,甚至会因此而毁掉自己的

一生。”

你可能为自己的两只招风耳而烦恼；你可能不喜欢自己脸颊上的那颗大黑痣；你可能厌倦自己肥胖而臃肿的身体；你可能为自己脖子上的斑点而伤心；你可能讨厌自己走路时的外八字；你或许因为自己口齿不清而拒绝说话；你可能因为自己稀少的头发而苦恼……一个人有缺陷并不可怕，可怕的是迷失自己和自暴自弃！每一个人都不是天生就有成功的良机和优越的条件。面对那些让你自卑的不足和缺陷，你要做的就是——

改变你能改变的；接受你所不能改变的；

发现你所拥有的；挖掘你身上潜在的；

创造你能创造的；爱上让你自卑的那部分身体！

为了我们的人生更精彩，我们选择了大学；为了我们的个人修养得到提高，我们选择了博览群书；为了我们的身体健康，我们不惜一切代价换取健康的身体。可以说，我们对自己的很多方面倾注了太多的感情，但却偏偏忽视了给予我们的心理多一点的关注、多一些的呵护。

我们渴望爱，更渴望被爱，而我们常常缺乏爱的行为。

爱别人从爱自己做起，我们做每一件事都尽力而