

当代青少年素质教育优秀读本

它将改变你的处世思想和
人生理念，并会使你受益终生。

青少年不可不知的 72个做人道理

李 晟◎编著



青少年时代是人生成长的关键时期，应尽早懂得人生道理，
为日后取得成功铺平道路。

读书学习是人一生最伟大的事业，好的思想品德可使人受益一生。

72个做人道理，给青少年最深刻的人生启示。



CIPG

海豚出版社
DOLPHIN BOOKS
中国国际出版集团

当代青少年素质教育优秀读本

青少年不可不知的 72做人道理



李 晟◎编著

72个做人道理，给青少年最深刻的人生启示。



海豚出版社
DOLPHIN BOOKS
中国国际出版集团

图书在版编目(CIP)数据

青少年不可不知的 72 个做人道理 / 李晟编著. —北京:
海豚出版社, 2010. 1
ISBN 978-7-5110-0130-6

I. 青… II. 李… III. 人生哲学—青少年读物 IV.
B821-49

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2009) 第 202209 号

书 名 青少年不可不知的 72 个做人道理
作 者 李 晟 编著

责任编辑 张菱儿
封面设计 创品牌

出 版: 海豚出版社
网 址: <http://www.dolphin-books.com.cn>
地 址: 北京市百万庄大街 24 号 邮 编: 100037
电 话: 010-68997480 (销售) 010-68326332 (投稿)
传 真: 010-68993503
印 刷: 北京中印联印务有限公司
经 销: 新华书店
开 本: 16 开 (710 毫米×1000 毫米)
印 张: 18
字 数: 300 千字
版 次: 2010 年 1 月第 1 版 2010 年 1 月第 1 次印刷
标准书号: ISBN 978-7-5110-0130-6
定 价: 32.00 元

版权所有 侵权必究

前言

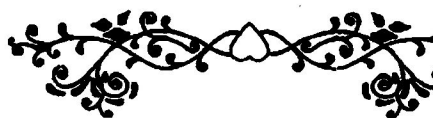
青少年是祖国未来的希望，是祖国发展进步的栋梁，他们影响着国家未来社会和国家的建设。当前青少年教育问题已引起了社会各界的普遍重视，社会提倡素质教育，但是素质教育不仅要锻炼青少年的学习能力，更要培养青少年高尚的思想品德和良好的生活以及未来的工作习惯。

《青少年不可不知的 72 个做人道理》包括：有志者事竟成，好心态成就人生，幸运降临自信和自制之人，学习是一生的事业，合理的时间规划让生命更充实，诚实守信是做人的原则，善待自己善待他人，在逆境中仍要保持微笑等章节。

“有志者事竟成”是中华古训，是成功的第一要素；好心态能让人愉悦地面对人生；而自信和自制让人总是充满希望又不轻率；读书学习是人一生最伟大的事业，知识就是“巨人的肩膀”，它让人类发展更快，社会更加文明；合理地时间安排，提高学习工作效率，促进身心健康；诚实守信是做人的根本，没有诚实守信就没有朋友和合作；善待自己，善待他人，让社会呈现其乐融融景象；逆境中保持微笑，前途就总是光明的。做到了这八点，我们就能成功，就能与周围的人和谐相处，就能生活得充实、愉快。

作为《青少年不可不知的 72 个做人道理》一书的作者，本人不想以长者自居，我总是想和青少年面对面平等交谈，甚至有一些争论，所以，书中我没有长篇大论地讲道理，而是讲了很多故事，希望青少年朋友能从中受益。

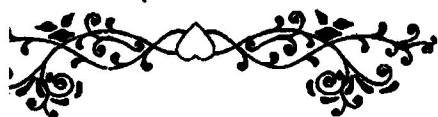
——编者



目录

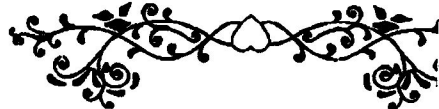
做人道理 1	有志者事竟成	1
做人道理 2	有信念，人生才有目标	8
做人道理 3	做事要一步一步来	13
做人道理 4	做个能屈能伸的人	21
做人道理 5	永远不找借口	23
做人道理 6	不要放弃万分之一的机会	26
做人道理 7	成功的路有千万条	29
做人道理 8	不要在心灵上被打败	35
做人道理 9	松懈能瓦解人的意志	37
做人道理 10	勤奋是成功的基石	40
做人道理 11	努力进取，做生活的攀登者	43
做人道理 12	好心态成就好人生	46
做人道理 13	向困难说声“我能行”	53
做人道理 14	做自己的主人	56
做人道理 15	拥有快乐就拥有了希望	60
做人道理 16	时时为自己喝彩加油	64
做人道理 17	从一数到九，克制自己的情绪	71
做人道理 18	从容才能尽快到达彼岸	73
做人道理 19	活出健康人生	76
做人道理 20	正确地看待相貌	80
做人道理 21	战胜孤独	82
做人道理 22	操纵好情绪的“转换器”	87
做人道理 23	幸运总会降临到自信的人身上	89
做人道理 24	相信自己是最棒的	95
做人道理 25	求人不如求己	99





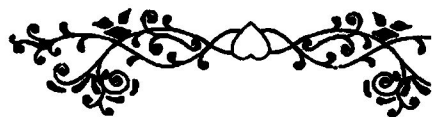
做人道理 26	相信自己是独一无二的	102
做人道理 27	只要不放弃就会有转机	106
做人道理 28	人生对谁都是过程	109
做人道理 29	自制力是一种优良的品质	113
做人道理 30	自律打造卓越	120
做人道理 31	约束不等于捆住	122
做人道理 32	读书带领你走向成功之路	124
做人道理 33	社会是一所大学校	129
做人道理 34	学习是一生的事业	132
做人道理 35	智慧创造价值	136
做人道理 36	勤学习还需巧用力	138
做人道理 37	修身和自我管理是更重要的学习	141
做人道理 38	合理的时间规划让生命更充实	145
做人道理 39	合理的时间规划让生命延长	156
做人道理 40	要与时间赛跑	163
做人道理 41	一日之计在于晨	170
做人道理 42	诚信是立身之本	175
做人道理 43	诚信从点点滴滴开始	181
做人道理 44	好信誉是成功的通行证	185
做人道理 45	去除猜疑的坏习惯	192
做人道理 46	做个平常人	194
做人道理 47	不要为小事难过	199
做人道理 48	不要和别人攀比	202
做人道理 49	帮助别人就是帮自己	204
做人道理 50	放弃是一种人生智慧	205
做人道理 51	“尽善尽美”不是十全十美	207
做人道理 52	善待他人即善待自己	210
做人道理 53	朋友多是克服孤独的好办法	213
做人道理 54	生活中需要客气话	215
做人道理 55	能容人方能容天下	216
做人道理 56	赞美是世界上最动听的语言	221
做人道理 57	尊重是相互的	224
做人道理 58	鱼和熊掌不可兼得	228
做人道理 59	怨恨会让你失去快乐	230





做人道理 60	算算自己的得意事	232
做人道理 61	失败是成功之母	236
做人道理 62	在逆境中微笑	244
做人道理 63	宠辱不惊是一道精神防线	250
做人道理 64	幽默是心理平衡的杠杆	252
做人道理 65	宁静方能致远	254
做人道理 66	不能改变环境就改变自己	256
做人道理 67	勇敢地面对困难	258
做人道理 68	坦然面对不幸	262
做人道理 69	幸福不以一时论断	265
做人道理 70	无欲则刚，无求品自高	269
做人道理 71	绝境里也有生机	272
做人道理 72	人有时需要冒点险	275





做人道理 / 有志者事竟成

一、人生因梦想而伟大



1952 年的《生活》周刊曾登载了约翰·高德的故事。

高德 15 岁时，偶然地听到年迈的祖母非常感慨地说：“如果我年轻时能多尝试一些事情就好了。”

高德受到很大震动，他决心自己绝不能到老了还像老祖母一样有无法挽回的遗憾。于是，他立刻坐下来，详细地列出了自己这一生要做的事情，并称之为“约翰·高德的梦想清单”。

他总共写下了 127 项详细明确的目标。里面包括 10 条想要探险的河、17 座要征服的高山。他想要走遍世界上每一个国家，还想要学开飞机、学骑马。

他甚至想读完《圣经》后，再读完柏拉图、亚里士多德、狄更斯、莎士比亚等十多位大学问家的经典著作。

他的梦想中还有乘坐潜艇、弹钢琴、读完大英百科全书等项目。当然，还有重要的一项，他要结婚生子。

高德每天都要看几次这份“梦想清单”，他把整张单子上列出的要做事项牢牢记在心里，并且倒背如流。

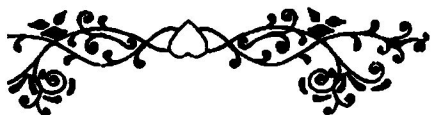
高德的这些目标，即使从半个多世纪的今天来看，仍然是壮丽且不可企及的。后来他完成得怎么样呢？

在高德去世的时候，他已环游世界四次，实现了 127 个目标中的 103 项。他以一生设想并且完成的目标，述说他人生的精彩和成就，并且照亮了这个世界。

世界上有许多人在读了高德的故事后，不由自主地想到一句话：人生因梦想而伟大。

卡耐基曾经说过：“不能抱持正确目标而奋斗的人，就有如玩耍得意而意志消沉的儿童一样，他们不知道自己所要的是什么，总





是茫然地撅着嘴。”

卡耐基有一只名叫“花生”的混血小狗，它活泼、聪明、可爱，是他儿子的开心果。一次，儿子提出一起为“花生”盖一间狗屋。于是，卡耐基和他的儿子立刻动手，很快就把狗屋盖好了。但是，由于他们的手艺太差，又没有经过专业人员设计，狗屋盖得很糟糕。

狗屋盖好不久，有一位朋友来访，朋友忍不住问卡耐基：“院子里那个怪物是什么？难道是狗屋吗？”

卡耐基说：“那正是一间狗屋。”

朋友随即指出了狗屋的一些毛病，又说：“你为什么事先计划一下呢？如今盖狗屋都要照着图纸来做的。”

不知你能从“这个狗屋的故事”中学到些什么？

没有目标的活动无异于梦游，没有目标的生活不过是一种幻象。许多人把一些没有计划的活动错当成人生的方向，他们即使花费了九牛二虎之力，由于没有明确的目标，最后还是哪里都到不了。

要想攀登到人生山峰的更高点，必须要有实际行动，但是首要的是要找到自己的方向和目的地。如果没有明确的目标，高处只是空中楼阁，望不见更不可及。如果我们想要使生活有所突破，到达很新且很有价值的目的地，首先一定要确定目的地在哪儿。只有设定了目的地，人生之旅才会有方向、有进步、有终点。

在现实生活中，有不少人缺乏明确的目标。他们就像地球仪上的蚂蚁，看起来很努力，总是不断地在爬，然而却永远找不到终点，找不到目的地。同样，在生活中没有目标，活动没有焦点，会使你白费力气，得不到任何成就与满足。

一位大学生经常在报纸上发表作品，他从事新闻工作的天分很高，有从事新闻事业的潜力，但这位大学生在毕业时却没有选择从事新闻行业，他觉得新闻工作就是报道一些琐琐碎碎的事情，他不愿去做。可是5年后，他却不无懊悔地说：“老实说，我现在的待遇不算低，公司也有前途，工作又有保障，但是我压根儿心不在焉，我很后悔没有一毕业就参加新闻工作。”从这位学生的身上，你可以看出，他对于现在的工作心存不满，三五年就对自己的工作产生了厌恶情绪，他将来根本不会有什么前途。

如果这位学生当初在新闻行业上制定准确的目标的话，或许他





早就在这方面小有成就了。

这位学生失败的根本原因就在于：没有早日定下事业的目标。因为人有了目标才会成功，目标是人所期望的成就与事业的真正动力。

威廉姆斯·玛斯特恩，一位非常杰出的心理学家，曾经向 3000 人问过同样的问题：“你为什么而活着？”结果表明有百分之九十四的人回答“不知道”。即他们没有明确的生活目标。百分之九十四啊！正像有句谚语所说的：“每个人都会死，但并非每个人都真正地活过。”玛斯特恩的调查也不幸证实了这一点。许多人过着如梭罗所说的“宁静的绝望生活”。他们忍耐、等待，彷徨于生活之中，期望着他们的人生目标在某个神灵的激发下瞬间降临。同时，他们只是在生存着，重复着生活的机械动作，他们从未感受过生命的闪光。他们看着生命之光迅速地飞逝，变得越来越恐惧，害怕他们还没有体会到任何真正的喜悦和生命的内涵，就走到了人生的尽头。

设定明确目标，是所有成就的出发点。那些百分之九十四的人之所以失败，就在于他们没有设定明确的目标，也就是从来没有踏出真正生活的第一步。

当你研究那些已获得永久成功的人物时，你会发现，他们每一个人都在年轻时设立了自己明确的目标，并且花费终生最大的心思和付出最大的努力来实现他们的目标。

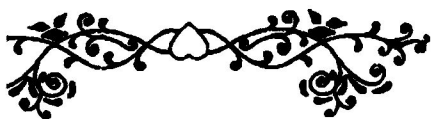
美国著名的诗人弗洛斯特在第一次接触到雪莱的诗时，深受触动：“啊！这个东西正是我所要的。”他觉得自己与雪莱的作品一见钟情，以至心心相印。他不但找出了老师指定的读物，还找到了图书馆中收藏的所有英国诗集。读了雪莱、济慈等人的诗集之后，他越发觉得：诗，才是他选择的目标。从此，他迈向了诗坛，有了诗作发表后，便一发不可收拾。

在国外，优秀的企业或组织都有 10 年至 15 年的长期目标。毫无疑问，一个人也应该从这样的企业规划与发展战略中得到某种成功的启示，那就是：你也应该计划 10 年以后的事情。如果你希望 10 年以后变成怎样，那么现在你就必须开始做计划。

一个心中有目标的人，会成为创造历史的人；一个心中没有目标的人，只能是个平庸的人。

“目标绝对重要，它不但调动我们的积极性，而且维持我们的人生。”人应该从年少时就开始制定目标，为自己的未来而规划航





向。思想家罗伯特·F·梅杰说：“如果你没有明确的目的地，很可能就走到了不想去的地方了。”因此，人应该尽一切努力去实现自己的目标，而不要走到不想去的地方。

对于一个人来说，过去或现在是什么样并不重要，将来想要获得什么成就才是最重要的。一个人必须对自己的未来怀有远大的理想，否则就不会做成什么大事，说不定还会一事无成。

一些总认为孩子小，动不动就以“等一等”做借口的孩子父母，快快觉醒吧，其实孩子在父母眼中永远是孩子，但孩子自己并不认为自己小，他们会横向比较，他们会少年有志，也会有向目标前进的潜能。因此，父母要有从小培养孩子做计划的意识，还要督促孩子不要常立志，要立长志。

受益一生的人生哲理

渴望通过自己的奋斗走向成功的人，不要回避目标定位的课题。人，确实需要一个高度，一个超越自我的高度，一个追寻真理的高度。人，应该为自己的一生确立一个目标，一个矢志以求，不达目的誓不罢休的目标。让我们为自己寻找一个梦想，树立一个目标吧，因为——人生因梦想而伟大！

二、目标是人生路上的灯塔



我曾经遇到过一个这样的孩子：他与别的孩子一样，背着书包，早上八点上课，下午五点放学，每天上同样的课，学同样的内容，午饭吃同样的食物，但别的孩子看起来总是精神抖擞，充满朝气，很有目标和追求，他却总是懒懒散散，一副对什么都提不起兴致的样子，做什么都没精打采，没有一点儿小孩子应该有的朝气和活力。

我蹲下身问他：“你上学是为了什么呢？”

他有些惊讶地看看我，然后摇摇头，回答不上来。

我想，要让孩子朝气蓬勃，首先要让他有自己的目标和追求。如果孩子确立了目标，他就会知道自己今天应该做什么，明天应该





怎么做，做了会得到什么样的结果，达到什么目的。这样一步一步地走下去，就能取得成功。

人生宛若一艘轮船，如果在大海中失去了方向盘而在海上打转，那么它很快就会把燃料用完，仍然到达不了彼岸。

一个人若是没有明确的目标，以及达到这项目标的明确计划，不管他如何努力工作，都像是一艘失去方向盘的轮船。尽管他辛勤的工作和有一颗善良的心，但这些尚不足以使之获得成功，因为，如果在他心中并未确定他所希望的明确目标，那么，他做起事来，就不会目的明确，也不会对自己有更高要求，只能将标准降于较低水平。

船在汹涌的波浪中行驶，固然是危险的事，但只要把舵者善于应付，就可化险为夷，渡过大洋，安登彼岸。一个人的理念也是如此，尽管四周被困难所包围，只要镇静应付，打破层层阻碍，老天就不会辜负人的上进志向。一个人奋斗的方向，就是其人生订立的目标，人应该使自己的一生过得有价值 and 有意义。

如果一个人没有明确的目标，没有对目标的努力实践，犹如竹篮打水，终将一无所有。

有一个笑话，很能说明明确目标的重要性。

有个人要到纽约去，他起了个大早，匆忙赶路，希望能在天黑之前到纽约。

没过多久，他看见一个开汽车的年轻人，他连忙拦住问：“请问从这儿到纽约，还有多远的路程？”

年轻人回答说：“大概 30 分钟吧！”

这个人又说：“能让我搭个便车吗？”

年轻人头也没抬就让他上车了。这个人心里非常高兴，哎哟，终于可以歇歇酸疼的脚了！

过了大约 30 分钟，这个人感到有点不对劲，他四处张望，仍然没有一点大都市的影子。他疑惑不解地问年轻人：“还有多远才能到纽约呀？怎么一点也不见大城市的踪影呀？”

年轻人这时才说：“我的车是刚从纽约出来的。”

搭车人气急败坏地说：“什么？你不是去纽约的？”

年轻人平静地说：“你又没问我到哪儿去？这能怪我吗？”

笑话归笑话，在开怀畅笑之时，你是否应该明白这其中的道理：一个人为自己所设定的目标——就像引航的灯塔——会引领你





人生的航船驶向终点站。如果没有人生的目标，正如船只没有灯塔领航，你就不可能掌握正确的航向。无法知道自己向目标前进了多少，就会失去信心，甚至半途放弃努力。

再看看下面这个真实的故事吧！

费洛伦斯·查德威克，是第一个横渡英吉利海峡的女性。1952年7月4日，在浓雾当中，她走下加利福尼亚以西20海里的卡塔标纳岛，向加州游去，她要成为第一个横渡这个海峡的女人。

雾很大，甚至瞧不见领航的船只。海水冻得她浑身都麻木了，海中还有鲨鱼，时时在威胁着她。

15个小时过去了，她感到自己不能再游了，她要放弃了。

她的母亲和教练在一条船上。他们都告诉她离海岸很近了，叫她不要放弃。但她朝前方望去，却发现除了浓雾外什么也看不到。

过了一会儿，在她的坚持下，人们把她拉上了船。

到了船上，她渐渐觉得暖和多了。这时，她才发现，人们拉她上船的地点，离加州海岸只有半英里。

一时间，她感到了失败的打击。

后来，她不无懊悔地对记者说：“说实在的，我不是为自己找借口，如果当时我能看见陆地，也许我就会坚持下来。”

其实，令她半途而废的不是疲劳，也不是寒冷，而是因为她在浓雾中看不到目标。查德威克小姐一生中就只有这一次没有坚持到底。

两个月后，她终于成功地游过了同一个海峡。

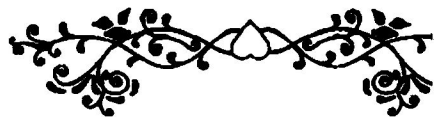
目标是构成成功的基石，是成功路上的里程碑。目标能给人一个看得见的靶子，使人一步一个脚印靠近它，在行进中人会不断有成就感，会更加信心百倍，向前挺进。

不甘做平庸之辈的人，要有一个明确的追求目标，这样才能调动起自己的智慧和精力。

目标是一种持久的热望，是一种深藏于心底的潜意识。它能长时间调动人的创造激情，调动人的心力。人一旦想到这种强烈的愿望，就会产生一种原子能般的动力，就会有一种钢铸的精神支柱，就会为之奋力拼搏，就会尽力完善自我。在艰难险阻面前，决然不会轻易说“不”字。我们青少年要培养为了目标的实现，勇敢地超越自我，跨越障碍，踏出一条坦途的自信心。

心中有目标的人，永远有奋进的勇气，不会迷失自己的方向。





成功的人达到一个目标后，会接着设定下一个新目标，再度接受挑战，完成新的目标。

心中有目标，人便会对生活、学习和获得成功感受到喜悦，便会始终保持旺盛的斗志，会精力充沛，会日新月异地昂首向前。

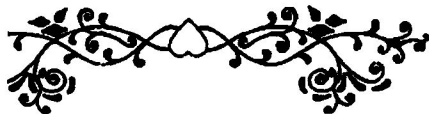
有些人不敢去想能否完成一生中的所有目标，尽管他们心中有很多梦想，也不断订立新的目标，他们似乎对一切都保持高度的兴趣，然而他们却迟于行动。其实有了目标，还要为之奋斗，才能实现目标。

真正的兴趣、永无止境的快乐和幸福感是在朝向目标努力拼搏时才能品尝到的，而不是在达到目标之后或之前。目标可大可小，对青少年来说，学会试着帮父母做事，也是个目标：提高学习成绩，也是目标。一句话，以坚强的斗志和进取心，面对目标挑战，人才会有真正的快乐。

受益一生的人生哲理

生活中没有目标的人，就像没有灯塔引航的船，最容易朝没有阻力、潮流所向之处盲目前进。因此树立自己的人生目标，就等于给自己树立了一座引航的灯塔！





做人道理 2 有信念，人生才有目标

一、信念是一面旗帜



信念是一切奇迹的萌发点，所有成功的人士，奋斗的最初都是从信念开始的。

罗杰·罗尔斯是美国纽约州历史上第一位黑人州长，他出生在纽约声名狼藉的大沙头贫民窟。那里环境肮脏，充满暴力，是偷渡者和流浪汉的聚集地。在那儿出生的孩子，耳濡目染，从小逃学、打架、偷窃甚至吸毒，长大后很少有人从事体面的职业。然而，罗杰·罗尔斯是个例外，他不仅考入了大学，而且成为了州长。

在就职记者招待会上，一位记者对他提问：是什么把你推向州长宝座的？面对三百多名记者，罗尔斯对自己的奋斗史只字未提，只谈到了他上小学时的校长——皮尔·保罗。

1961年，皮尔·保罗被聘为大沙头诺必塔小学的董事兼校长。当时正值美国嬉皮士流行的时代，他走进诺必塔小学的时候，发现这儿的穷孩子比“迷惘的一代”还要无所事事。他们不与老师合作，旷课、斗殴，甚至砸烂教室的黑板。皮尔·保罗想了很多办法来引导他们，可是没有一个是奏效的。后来他发现这些孩子都很迷信，于是在他上课的时候就多了一项内容——给学生看手相。他用这个办法来鼓励学生。

当罗尔斯从窗台上跳下，伸着小手走向讲台时，皮尔·保罗说：“我一看你修长的小拇指就知道，将来你是纽约州的州长。”当时，罗尔斯大吃一惊，因为长这么大，只有他奶奶让他振奋过一次，说他可以成为五吨重的小船的船长。这一次，皮尔·保罗先生竟说他可以成为纽约州的州长，着实出乎他的预料。他记下了这句话，并且相信了它。

从那天起，“纽约州州长”就像一面旗帜，罗尔斯的衣服不再





沾满泥土，说话时也不再夹杂污言秽语，他开始挺直腰杆走路，在以后的 40 多年间，他没有一天不按州长的标准要求自己。51 岁那年，他终于成为了州长。

受益一生的人生哲理

信念是任何人都可以免费获得的，相信自己，相信信念，信念能让人产生奇迹。

二、培养崇高的信念



我们每个人都是有思想的，因此应当树立崇高的标准，提高自信心，并且执著地相信自己能够成功。高标准会激励你不停地朝高处攀登。

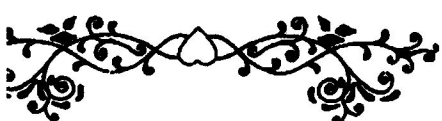
在美国，有一位母亲失去了她唯一的孩子——一个美丽而活泼的 14 岁的女孩，这孩子曾给每一位认识她的人都带来了笑容和鼓舞。这位母亲为了消除失去她所造成的悲伤，就培养了一种崇高的信念，并投身于伟大的事业之中。这位母亲怀着思女的悲伤心情，写出了下面一段文字：

失去爱女的令人麻木的痛苦绝不会远离我的心田。她是在挚爱中受孕的，以挚爱培育起来的，她是我们的整个未来和一切希望。全能之神从我们手中夺去了这唯一的孩子，我们的损失无法估量。未来光明的前景变得暗淡了，因为我们的生命之灯已经熄灭。我们的生活变得空泛无味，所有甜蜜的东西都变得苦涩了。

我丈夫和我的反应同每一个失去亲人者的反应完全一样，笼罩在我们心头的是那个永远得不到回答的问题——为什么?! 我的丈夫退休了，为了排遣心中的痛苦，我们卖掉了房子，到处旅行。但是当我们面对严峻的现实，当我们不能逃离悲伤和痛苦的记忆时，我们才回转来。慢慢地，极其慢地，我们认识到损失并不是我们独有的。我们寻找过安慰，但毫无所获，因为我们的动机是以自我为中心的。花费了几个月的时间，我们开始接受这个事实，我们的欢

做人道理 2
有信念，人生才有目标





乐、健康和安全都是全能之神带来的祝福，这些无限仁爱中的每一种，就其真正的意义和失不可得的可贵价值说来，都应当受到珍爱。

由于上天把我丈夫的爱给了我，由于我能生活在我们伟大的国家里，由于我的朋友和我的未受损伤的五官感觉，由于我周围一切良好的东西，我要向全能之神表示感激和谢忱。现在我要努力使我自己沿着正确的方向前进。

全能之神虽然夺去了我最亲爱的孩子，但作为补偿，他给了我一种仁爱之情，我要在社会工作中寻求适当的位置，我相信社会工作终将给我一个机会，使我为人类留下一小笔遗产，以代替我可爱的女儿。

现在，我最热烈的愿望就是：所有受到丧失亲人之苦的人们，能在帮助他人之中找到慰藉和宁静。

今天，这位极善良的母亲在崇高的信念中找到了慰藉和宁静。

她拿出自己的一部分东西去帮助他人，和千千万万的美国妇女一起，为社会工作，为丧失亲人之苦的人们排忧解难。实际上全世界都能感受到她的崇高信念的影响。

美国人奥里生·斯威特·马登也是这样的人。靠他的帮助，一些人的消极态度变成了积极态度。

马登在7岁时就成了孤儿，他不得不自己去寻找住房和饮食。他曾读过苏格兰作家斯迈尔斯的《自助》一书。斯迈尔斯像马登一样，在孩提时代就成了孤儿，但是，他找到了成功的秘诀。《自助》一书中的思想种子在马登的心中形成了炽烈的愿望，发展成崇高的信念，使他的世界变成了一个更美好的世界。

在1893年经济大恐慌来临之前的经济繁荣时期，马登开办了四个旅馆。他把这四个旅馆都委托给别人经营，而他自己则花许多时间用于写书。实际上，他要写一本能激励美国青年的书，正如同《自助》过去激励了他一样。然而当他勤奋地写作时，令人啼笑皆非的命运捉弄了他，也考验了他的勇气。

马登给他的书取名《向前线挺进》。因为他采用的座右铭是：“要把每一时刻都当作重大的时刻，因为谁也说不准何时命运会检验你的品德，把你置于一个更重要的地方去！”

就在这个时候，命运开始检验他的品德，要把他安排到一个更

