



爱·的·教·育  
给·孩·子·以·力·量

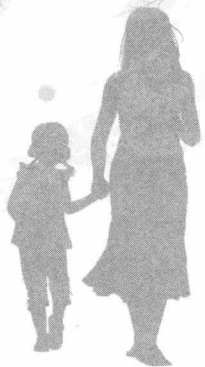
AI DE JIAO YU  
GEI HAI ZI YI LI LIANG  
金波◎编著

# 人格的力量

renge de lilian

人格是孩子的非智力品质，是孩子健康、全面成长的关键因素。人品好的人受人尊重，正直的人人格高尚，善良的人赢得称赞，诚实的人值得信赖，讲信用的人人缘好，懂得宽容的人赢得朋友，自强的人能成就大业，自律的人行为端正，有气节的人道德完美，心态好的人心情愉快，活出尊严才能活得精彩……

光明日报出版社



爱·的·教·育  
给·孩·子·以·力·量

AIDE JIAOYU  
GEI HAIZI YI LILIAN  
金波◎编著

# 人格的力量

renge de lilian

光明日报出版社

**图书在版编目(CIP)数据**

人格的力量/金波编著. —北京:光明日报出版社,2010.1

(爱的教育·给孩子以力量)

ISBN 978-7-5112-0520-9

I. 人… II. 金… III. 人格心理学—青少年读物 IV. B848-49

中国版本图书馆CIP数据核字(2009)第219704号

---

**人格的力量**

---

◎编 著:金 波

◎出版人:朱 庆

总策划:东 方

◎责任编辑:朱 宁

封面设计:叁棵树设计工作组

◎责任校对:徐为正

责任印制:胡 骑 宋云鹏

---

◎出版发行:光明日报出版社

◎地 址:北京市崇文区珠市口东大街5号,100062

◎电 话:010-67078243(咨询),67078945(发行),67078235(邮购)

◎传 真:010-67078227,67078233,67078255

◎网 址: <http://book.gmw.cn>

◎E-mail: [gmcbbs@gmw.cn](mailto:gmcbbs@gmw.cn)

◎法律顾问:北京市华沛德律师事务所张永福律师

---

◎印 制:三河市延风印装厂

◎装 订:三河市延风印装厂

本书如有破损、缺页、装订错误,请与本社发行部联系调换

---

◎开 本:720×1000 1/16

◎字 数:211千字

印 张:15.5

◎版 次:2010年1月第1版

印 次:2010年1月第1次印刷

◎书 号:ISBN 978-7-5112-0520-9

---

◎定 价:29.80元

版权所有 翻印必究

# 目 录

## 1. 你的人品是你的魅力名片

一个人的品行，决定着一个人的人格魅力。一个人品高尚的人，有修养，有爱心，心胸宽广，心态积极，懂得助人为乐，善于为人处世。这样的人才是一个优秀的人，才能赢得人们的尊重和爱戴。我们从小就要培养好的品质，修炼好的品行，克服不良习惯，做一个受人称道的孩子。

- |                |                |             |
|----------------|----------------|-------------|
| 自由是每一个人的权利 (3) | 百鸟朝凤 (5)       | 心灵的杂草 (6)   |
| 不变的价值 (8)      | 什么样的身体不怕传染 (9) | 丑陋的哀骆它 (10) |
| 习惯性问候 (12)     | 一枚硬币 (14)      | 笼里的小鸟 (15)  |
| 一生的座右铭 (17)    | 为他人着想 (19)     | 不再捉弄人 (21)  |
| 看好自己的面饼 (23)   |                | 等待说谢谢 (25)  |

## 2. 正直的人才有高尚的人格

正直，是人的重要品质。正直的人，胸怀坦荡，无私无畏，坚持真理，不向邪恶低头。正直的人为人正派，做事公正，眼里揉不进沙子。正直的人不会讨所有人喜爱，但他的一言一行足以征服所有的人。在正直的人面前，一切善良和公正的人都会流下钦佩的泪水。正直的品质，永远闪耀着人格的光彩。



坚守信念 (29) 祁黄羊举贤 (30) 陈寿写历史 (32) 诚言直谏 (34)  
正直的冯京 (36) 宋鱼水的故事 (37) 如果远离了亲切 (39)  
被驱逐的蝙蝠 (41)

## 3. 善意的力量就是人格的魅力

善良是一种美好的品性，是人格魅力的重要体现。心地善良的人，心里装着别人，处处为别人着想，必定是一个道德高尚的人。而缺乏善良品质的人，事事从自身利益出发，对他人漠不关心，容易滑向自私的深渊，也必定是个道德上有缺陷的人。善意的力量是无穷的，它带人进入崇高的境界。从善意出发，你的表现将会更加精彩，生命将会更加有意义。做一个人格健全的人，就离不开善良品质的培养。

铺满药渣的山道 (45) 送一辆新车 (46) 意想不到的相遇 (48)  
爱的轮回 (49) 谁是应感谢的人 (51) 善良的价值 (53)  
生命的养料 (55) 向孩子道歉 (57) 毫不利己，专门利人 (59)  
马背上的医生 (61)

## 4. 生活决不亏待诚实的人

诚实是为人处世的重要标准之一，也是获得他人信任的前提条件。德国诗人海涅说过：“生命不可能从谎言中开出灿烂的鲜花。”人们都希望与诚实的人打交道，而不愿与说谎话的人合作。因为与诚实相反的行为是欺骗，欺骗是一种很危险的行为，导致信用的破产、人格的丧失。所以，发扬诚实的品质，克服说谎话的恶习，是我们健康成长的重要保证，是培育健全人格的重要因素。

买啤酒的少年 (67)      金斧头 (68)      钞票的考验 (69)  
只赚一文钱 (71)    手捧空花盆的孩子 (73)    谁是值得信任的人 (74)  
诚实的岔路口 (76)      李勉葬银 (77)      程门立雪 (79)  
实在的孔子 (80)      没来历的梨, 不能吃 (82)      司马光卖马 (83)  
晏殊应试 (84)      我做到了诚实 (86)      决不姑息 (87)  
学堂里有只海怪 (89)      爱吹牛的猫 (91)      分苹果的方式 (92)  
小列宁认错 (94)

## 5. 信赖的力量源自信用

古人说：“人无信不立。”意思是说，一个没有信用的人，难以立足于世。因此，我们不能不重视信用、讲求信用，在信用的天平上搁上重重的砝码。如果我们随口答应别人一些事情，却很快又将之抛于脑后，甚至有时为了获取利益故意违背自己的承诺，结果必然是因信用的缺失而自毁长城，永远得不到他人的信赖。

落水者 (99)    两只红鞋 (100)    一片竹林 (101)    成龙践约 (103)  
范式守信 (104)      宋庆龄的故事 (105)      提前还贷 (107)  
我相信你是那样的人 (109)    宝剑山的由来 (111)    荷兰水手 (113)  
如此朋友 (114)

## 6. 好人缘的秘诀在于会宽容

宽容，反映了一个人的心胸和气度，它既是人的性格，也是人的品德。私欲过重者不会宽容，志向不足者不会宽容，愚妄者不会宽容，个性小气者不会宽容。只有懂得做人之道的人，才能理解宽容的价值；只有具备健全人格的人，才会用宽容的心态去看待一切人和事。宽容的人，是伟大的。



总督和他的儿子们 (119) “六尺巷”的传说 (120) 容纳 (122)  
 解脱 (123) 最大的宽容 (125) 送他一轮明月 (126)  
 楚王摘帽 (127) 孔子评理 (129) 闵子骞与继母 (130)  
 孺子可教 (131) 不上锁的门 (133) 审判 (135)  
 面对孩子的失误 (137) 睚眦必报 (139)

## 7. 活出尊严才能活得精彩

一位哲人说过：每一个人都不是卑微的。也就是说，每一个人都有自己的尊严，尊严是我们与生俱来的品质，它是一个人立足于世的人格砝码，越是自尊自重的人，他的人格力量越是强大。记住，当我们挺起胸膛，亮出自己的志气和个性时，我们的心是坚强的。所以，千万不要自我贬低，活得尊严才能活得出彩。

为黑人赢得尊严 (143) 嗟来之食 (145) 爱也有尊严 (146)  
 瞿晓红打官司 (148) 拳王扔金牌 (149) 响亮的回答 (151)  
 只有做得比别人好 (152) 寻找工作 (154) 唯一的要求 (155)  
 为了不被别人“保证” (157) 井底之蛙 (158) 自尊和狂妄 (159)

## 8. 气节闪耀着人格的光芒

做一个有人格的人，除了恪守一定的道德规范外，还要有做人的气节。气节是做人之本，是判断一个人是否合乎人格要求的重要标志。面对各种诱惑，面对利害攸关的各种考验，我们都要学会坚守人格的底线，不出卖人格，不损害他人，不危害国家，自觉接受各式各样的道德洗礼，把自己锻炼成一个正人君子。

不为五斗米折腰（163） 永不磨灭的节杖（164）  
可悲的“儿皇帝”（166） 宁为玉碎，不为瓦全（168）  
留取丹心照汗青（169） 蓄须明志（171） 别人能做到的，我也能（173）  
刀笔为画（174） 舍身悼亡友（176） 饿死不吃卖国饭（177）

## 9. 处世离不开阳光心态

我们身边有两类人：一类人与人相处融洽，整天快快乐乐，拥有高品质的生活，人缘也特别好；一类人刚好相反，他们整日默默无语，动不动愁眉苦脸、自怨自艾，抱怨命运的不公。同在蓝天下，为什么会出现两种不同的人群呢？是因为心态！阳光心态让人积极向上，阴暗的心态让人悲观失望。所谓人格缺陷，也多是心态缺陷。

两只酒桶（181） 麻雀和鹰（182） 假痴不癫（183） 青蛙的愿望（185）  
李斯与韩非（186） 永远的一课（187） 不满足的父子俩（189）  
暗箭伤人（190） 老鼠找女婿（192） 换一个方式（193）  
寻找怀表（195） 陶罐和铁罐（196） 爬山的羊（198） 心安草（199）

## 10. 赢得尊重，做生活的强者

一个人在遭遇挫折时，是会消沉的。可是，如果他站起来了，他就是一个坚强的人。生活的磨难是不可怕的，重要的是你对它采取什么样的态度。我们从小就应该学会坚强。只有这样，才可以直面生活，成就一生；只有这样，我们才能创造业绩，让生命更加精彩。

飞翔的鹰（203） 生命的清单（204） 软弱的泥像（205）






把命运握在手里 (208)      冬天的树 (209)      最大的敌人 (211)  
把失败写在背面 (212)

## 11. 让自制的种子，绽开在人格的土壤上

自制力，就是能够控制自己、支配自己并自觉调节自己行为的能力。它表现为既善于促使自己去完成应当完成的任务，又善于抑制自己的不良行为。对于年幼的我们来说，由于生理的原因，常常表现出自制能力欠缺。不要紧，现在就开始努力，学做一个举止有度的人，学做一个人格完美的人，让自制的种子，绽开在人格的土壤上。

红舞鞋的魔力 (217)      高士其交友 (218)      改变自己 (220)  
不听劝告的人 (222)      把“早”字刻在心中 (223)      吃烟头 (225)  
周恩来的故事 (226)      把信烧掉 (228)      我这是干什么 (229)  
失败的卫冕赛 (231)      禁闭 (232)      林子的家教 (234)

## 1. 你的人品是你的魅力名片



一个人的品行，决定着一个人的人格魅力。一个人品高尚的人，有修养，有爱心，心胸宽广，心态积极，懂得助人为乐，善于为人处世。这样的人才是优秀的人，才能赢得人们的尊重和爱戴。我们从小就要培养好的品质，修炼好的品行，克服不良习惯，做一个受人称道的孩子。



## 自由是每一个人的权利

林肯出生在美国肯塔基的农民家庭，从小就帮助母亲干活，5岁时，便已是一个很勤快的孩子，成了父母的好帮手。凡是提水、劈柴乃至下地锄草都逐渐驾轻就熟，带个口信跑个腿什么的更是不在话下。

林肯的母亲南希是一个性格内向、甚至有些羞涩的妇女，她在决定事情时由于胆小，通常是不采取主动的，但是林肯5岁时，她突然变得果断起来。

“孩子必须上学。”她说。

林肯的父亲托马斯开始时反对：“读书对于像我们这样的人家是无关紧要的。另外，你需要他们在家帮忙，他们很快就会成为好帮手。”

南希则说：“我们的孩子不能永远做一个大字不识的平民，他们应该掌握知识，只有知识才能提升他们的品质，增强他们的才干，他们才能做有大用的人。”

在善良的母亲的支持下，姐弟俩都进入两英里远的一所学校。

“你们今天学了什么？”尽管忙不完活儿的母亲很累，但她还是要常常关心孩子的学业，向他们提出一些问题，还检查他们的功课。两个孩子把他们从学校学到的词大声念出来，然后又朗读包含着这些词的句子。

一次，小林肯拉着母亲的袖子，天真地问：“妈，什么是解放？它是什么意思？”

南希屏住了气，用目光注视着儿子：“解放，意思就是自由。你知道



自由是什么吗？那就是一个人属于自己而不像奴隶一样属于别人。”停了停，南希又强调道：“这是每个人应当有的权利，不管是什么肤色。这一点一定不要忘了。”

当时，美国南部还属于奴隶制度，黑人像商品一样被白人自由买卖，没有人身自由，只能为奴隶主卖命。因此，幼年的林肯听了母亲的话，若有所思，并严肃地点点头。

南希心里轻松了。虽然她无法确认这番话对这个幼小孩子能产生什么影响，后来的历史却证明，她的这番话对于这个孩子心灵的震动是无法形容的，足以影响一个国家的进程。

正是南希对小林肯的品质教育，使他长大后成为美国历史上最伟大的总统之一。



### 我来告诉你

林肯是美国历史上最受人崇敬的总统，因为他废除了奴隶制度，并维护了国家的统一。但他的所作所为，并非出自什么外在压力，而是出自他的正直和富于同情心的品质。而这些品质则是从小养成的，是与母亲的教育分不开的。“自由，是每一个人的权利”，如果没有这样的观念熏陶，他可能不会有以后的作为。可见，一个人的人品决定着未来的奋斗目标。



## 百鸟朝凤

百鸟朝凤，是从古到今人们一直歌颂的美好传说——

很早以前，百鸟住在一座大森林里。每天，它们吃饱了肚子，有的唱歌，有的跳舞，有的追逐嬉闹，玩得非常痛快，大家过着无忧无虑的日子。

有一只穿戴朴实、很不起眼的小鸟，名叫凤凰。它不像有的鸟那样吃饱了就玩，而是从早到晚采集果实，总是闲不住。凤凰把别的鸟扔掉的果子，也一颗一颗捡起来，收藏在山洞里。

看到它的一举一动，尖嘴利舌的喜鹊讥笑它是“财迷精”，笨嘴拙舌的乌鸦也讽刺它是“大傻瓜”。

听了这些冷言冷语，凤凰既不生气，也不灰心，还是照常奔忙不息，干着群鸟瞧不起的工作。

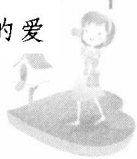
这一年，森林里发生了大旱灾，山上的草烤枯了，树上的叶子烤焦了。百鸟找不到吃的东西，有的饿得头昏眼花，有的饿得奄奄一息。森林里一片哭泣声、呻吟声。一天，凤凰从很远很远的地方采食归来，看见这光景，它急忙打开山洞，把自己多年积存的果干和草籽分给了百鸟，使大伙儿度过了难关。

百鸟为了感谢凤凰的救命之恩，每只鸟都从自己身上选一根最漂亮的羽毛，集在一起，做成了一件五光十色、绚丽耀眼的百鸟衣，献给了凤凰。从此，凤凰成了最美丽的鸟，大家一致推选它当了鸟王。每逢凤凰生日那天，百鸟都飞来向它祝贺。



### 我来告诉你

老虎被称为“百兽之王”，那是因为它的武力出众；狮子被称为“森林之王”，那是因为它的残暴凶狠；而凤凰成为“百鸟之王”，则是因为它的美德。美德是征服人心的最好武器。一个人，不管他多么有钱有势，多么有能力有志向，如果缺少美德和人品，照样得不到人们的爱戴，甚至成为反面人物。



## 心灵的杂草

从前，有一位教授带着一群学生去漫游世界，十年间，他们游历了所有的国家，拜访了所有有学问的人，现在他们回来了，每个人满腹经纶。

在进城之前，教授在郊外的一片草地上坐了下来。他说：“十年游历，你们都已是饱学之士了，现在学业就要结束了，我们上最后一课吧。”

学生们围着教授坐了下来。教授问：“现在我们坐在什么地方？”学生们答：“现在我们坐在旷野里。”教授又问：“旷野里长着什么？”学生们说：“旷野里长满杂草。”

教授说：“对，旷野里长满杂草。现在我想知道的是你们如何除掉这些杂草。”学生们非常惊愕，他们都没有想到，一直在探讨人生奥秘的教授，最后一课问的竟是这么简单的一个问题。

一个学生首先开口，说：“老师，只要有一把铲子就够了。”教授点点头。

另一个学生说：“用火烧也是很好的一种办法。”教授微笑了一下，示意下一位回答。

第三个学生说：“撒上石灰就会除掉所有的杂草。”

第四个学生说：“斩草除根，只要把草根挖出来就行了。”

等弟子们讲完了，教授站起来，说：“课就上到这里了，你们回去后，按照各自的方法去除一片杂草。一年后，再来相聚。”

一年后，他们都来了，不过原来相聚的地方不再是杂草丛生，它变成了一片长满谷子的庄稼地。学生们围着谷地坐下，等待教授的到来。可是，教授迟迟没有来。

若干年后，教授去世了。学生们在整理他的言论时，发现了一句话：“要想除掉旷野里的杂草，方法只有一种，那就是在上面种上庄稼；同样，要想让灵魂没有纷扰，唯一的方法就是用美德去占领它……”




#### 我来告诉你

一片郁郁葱葱的庄稼地，无疑会吸引来无数赞许的目光；一个人品高洁的人，无疑会让人充满敬意。而一片长满杂草的土地则是一块荒地，一个充满欲念的心灵则是肮脏的灵魂。杂草害怕庄稼，欲念让位于美德。解决人的私欲杂念，光靠压制、批判或打击，或许能起一时之效，却根本断不了根，在一定时间、一定条件下，还可以滋生。如果用美德来充实我们的心灵，那私欲杂念就会自动消退。所以，我们从小就要培养高尚的人品，让自己的心灵高尚一些，成为一个受人尊敬的人。







## 不变的价值

在一次演讲会上，一位演说家在开口之前，手里高举着一张 50 元钞票，面向台下众多的听众。他问：“谁要这 50 元？”一只只手举了起来。他接着说：“我打算把这 50 元送给你们中的一位，但在这之前，请准许我做一件事。”

他说着将钞票揉成一团，然后问：“谁还要？”仍有人举起手来。

他接着说：“那么，假如我这样做又会怎么样呢？”他把钞票扔到地上，又踏上一只脚，并且用脚碾它。尔后他拾起钞票，钞票已变得又脏又皱。

“现在谁还要？”他问。仍然有人举起了手。

“朋友们，你们已经上了一堂很有意义的课。无论我如何对待那张钞票，你们还是想要它，因为它并没有贬值。它依旧值 50 元。人生路上，我们会无数次被自己的决定或碰到的逆境击倒、欺凌甚至碾得粉身碎骨。我们觉得自己似乎一文不值。但无论发生什么，或将要发生什么，在命运面前，你们永远不会丧失价值。在上天看来，肮脏或洁净，衣着齐整或不齐整，你们依然是无价之宝。生命的价值不依赖我们的所作所为，也不仰仗我们结交的人物，而是取决于我们本身！你们是独特的这一个，牢记这一点很重要！”