



健康生活的艺术，
成才成功的钥匙！

青少年素质培养

青少年成功启示录

江 英
赵 科 编
王 龙

新疆青少年出版社

★★★
★青少年素质培养★

青少年成功启示录

江英 赵科 王龙 编

新疆青少年出版社

图书在版编目(CIP)数据

青少年成功启示录/江英,赵科,王龙主编.一修订本.一乌鲁木齐:新疆青少年出版社,2005

(青少年素质培养丛书)

ISBN 7-5371-3160-0

I. 青... II. ①江...②赵...③王... III. 成功心理学—青少年读物 IV. B848.4—49

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2005)第 115249 号

青少年素质培养 青少年成功启示录

新疆青少年出版社出版

(乌鲁木齐市胜利路 100 号 邮编:830001)

新华书店经销 北京市朝教印刷厂印刷

开本:850mm×1168mm 大 32 开

印张:240 字数:3500 千字

2005 年 10 月修订版 2005 年 10 月第 1 次印刷

印数:1—3000

ISBN 7-5371-3160-0 总定价:600.00 元(共 30 册)

如有印装质量问题请直接同承印厂调换

前 言

21 世纪是科学技术飞速发展、知识经济不断更新的世纪,是充满激烈竞争与挑战的世纪。国家的发展,社会的进步,地方经济的振兴,都需要适应时代发展要求的高素质的人才。作为培养人才的教育部门,就应更好地贯彻落实第三次全国教育工作会议的精神,为推进全民族素质的提高做出贡献,这是新世纪教育工作者的责任。

为此,学校要有计划地组织学习和讨论,充分认识到实施素质教育的重要性,全面贯彻党的教育方针,以提高学生的综合素质为根本宗旨,以培养“有理想、有道德、有文化、有纪律”的,德、智、体、美、劳全面发展的,适应经济发展和社会进步要求的应用型、复合型人才为目标。

为实现这一目标,要求学生做到:学习科学文化知识与加强思想道德修养的统一;坚持理论与实践的统一;坚持个人愿望与社会需要的统一;树立远大理想与脚踏实地艰苦奋斗的统一;学习知识与培养能力的统一。

通过素质教育,能充分发挥学生自身潜在的、先天的优势,发挥学生的个性特长,使学生在身体素质上达到健全、健康、强壮、灵活;在思想政治、道德素质上有崇高的理想和高尚的情操,有坚定正确的政治方向;在科学文化素质上能及时获得现代科技的新信息、新知识,开阔学生的视野,使学生的能力、水平得以

提高。通过素质教育,还可使学生在自学、操作、实验、人际交往、综合分析、社会适应、心理承受能力等方面得到锻炼与提高,培养出来的学生能顺利从事各种社会实践活动。可见,要培养适应我国现代化建设需要的复合型人才,必须在基础教育中实施素质教育,这是教育形势发展的需要,势在必行。

本套丛书在编写过程中,经有关部门批准对部分作品进行了节选,以取其适用本套丛书之部分,望未取得联系的作者见书后与我们取得联系,以便支付稿酬。另因编辑水平有限,文中不免有瑕疵之处,望广大读者指正,我们不胜感激。

编者

目 录

第一章 少年当立大志	(1)
第一节 为什么要少年立志	(1)
第二节 成功与立志	(4)
第三节 为中华腾飞立志成才	(10)
第二章 勤奋磨砺,持之以恒	(14)
第一节 勤学是成才之路	(16)
第二节 勤奋是成才的基石	(24)
第三节 苦练是成大业的根本	(29)
第四节 坚持是成功的基石	(37)
第三章 明辨方向,奋发图强	(57)
第一节 为美好的信仰矢志不渝	(57)
第二节 上下求索,实现理想	(72)
第四章 百折不挠,攀登不止	(95)
第一节 不甘屈服成霸业	(98)
第二节 勇于攀登出成就	(103)
第五章 锲而不舍,金石可镂	(128)
第一节 敢于向困难挑战	(128)
第二节 自尊自强	(133)

第三节	可贵的探索精神	(145)
第六章	培养奋斗励志的品质	(162)
第一节	培养学生的勤奋刻苦	(162)
第二节	培养学生的意志品质	(165)
第三节	坚强意志品质的典范	(169)
第七章	成功人士的励志人生	(191)
第一节	成功不是偶然	(191)
第二节	成功人士必备的	(198)
第三节	哈佛成功金句	(204)
第八章	榜样的力量	(218)
第一节	中国历史上的励志名人	(218)
第二节	中国历史上的励志名篇	(227)
附 录	名人名言之勤奋好学篇	(229)



第一章 少年当立大志

勤奋,在一个人成就事业的道路上是必不可缺的,然而立志,应该说是同样必不可少的。青少年朋友所处的这个年龄阶段,正是人生的“黄金阶段”,正是处于世界观、人生观的形成阶段,所以志向就应该在这个阶段确立。

第一节 为什么要少年立志

青少年时期,随着年龄的增长,体魄的日益发达,学识陡涨,这使我们具有极强的成功欲。旺盛的精力、炽热的情感、美好的憧憬、忘我的投入……此时的我们已经告别了稚气的童年,开始步入成熟阶段;在我们长辈的眼中,我们不再是贪玩的孩子,我们已在岁月悄悄的流逝中,慢慢地要踏入社会的门槛了。我们将有权利去享受为社会创造财富的欢乐,也将有义务去当一名保卫祖国的战士,我们将会学到足够的文化知识以后运用我们的聪明才智为人类的进步



事业建功立业了。

那么我们该怎样去面对这个现实,社会中实现我们自身的价值呢?

首先,应少年立志,而且要立大志。

青少年朋友处在这个年龄阶段,有着极强的“成功欲”,这是我们最显著,也是最宝贵的特征,正是这种欲望促使我们产生理想(立志)并走向“成熟”的实践。这种实践一次又一次地尝试,不断地深化对世界的认识以及对人生的看法,于是便形成了世界观和人生观。平常我们“暗下决心”,或“默默地去干”,或在前面的心理检验水平上“自立实践”,便是我们具有成功欲的表现。成功欲以及青少年这个年龄阶段的生理素质,决定了青少年时期是奠定人的一生的理想(志向)的关键时刻。许许多多先人都是在这个时期做出了成就或打下了事业成功的基础。

我们熟知的大物理学家爱因斯坦小时候是被人称作“小傻子”的,尽管他求知欲很强,但一直没有显露才能。经过不懈的努力奋斗,15岁时他已能够做解析几何和微积分的习题,16岁时开始集中精力在光学问题上进行探索,提出“假如有人追上光速”的著名假想,并在数学和物理方面显露出特有的天赋。



蒸汽机的发明者瓦特完成蒸汽机制造时虽然是 27 岁,但是决心投身于科学器具的制造的年华却是十年前,在他十七八岁的时候。

世界著名的大画家毕加索,第一次参加画展的年龄是 15 岁,17 岁时,他的画获得马德里奖。

在革命年代,我国有数以百计的将军不仅在十六七岁投身革命,而且成为指挥员统率千军。任弼时、萧劲光在十六七岁已读完了《共产党宣言》,冒着生命危险徒步越过国境去当时的前苏联寻求革命真理。

被称为“初唐四杰”之一的王勃,6 岁能写很好的文章;9 岁读颜师古注的《汉书》,指出其中的谬误,写出《指瑕》篇;不到 20 岁,对策朝廷,被授为朝散郎,又被沛王召进府中,撰写《平公秘略》。

1978 年美国举行了第 37 届人才选拔赛。据说参赛者数千人,获奖者男 30 名,女 10 名,他们的年龄仅十六七岁。比赛的项目有数学,计算机技术,食物中的酶,植物组织的病毒等。

前联邦德国于 1966 年开始组织青少年发明竞赛。竞赛项目广泛,涉及数学、化学、物理学、生物学、地球科学、空间开发、改善环境等,不少优胜者是十七八岁的中学生。



……十六七岁的年龄是完全能成就一番事业的。当然，更多的事业成功者的年龄不在十六七岁，但是细究他们成就事业的背景，大都是发端于这个金色的年华。

第二节 成功与立志

“非有志不能至”，是宋朝散文家王安石在《游褒禅山记》一文中写的一句话。“志”就是一个人的志向和奋斗目标，没有志向的人是任何事情也做不成的。他的这句话，今天对我们来说，还是具有深刻的教育意义的。古今中外无论哪一个有成就的人，都有自己的志向，他们为了实现自己的奋斗目标，刻苦努力，坚持不懈，直到达到目的。一个人如果没有明确的志向，就什么事也做不成。

俗话说：“有志者事竟成”，只要我们有坚定不移的奋斗目标，终有一天，我们能够实现它。著名的波兰科学家哥白尼，为了证实太阳中心说，不怕封建教会的专制独裁，敢于提出正确的论断，在艰苦的环境下，坚持真理，尊重科学，茹苦含辛，努力研究，终于推翻了基督教会支持的地球中心说，在他临终前，完成了《天体论》这部巨著，为人类做出了伟大的贡献。

我们的祖国，在解放前深受帝国主义、封建主义、官僚资



本主义的重重压迫，人民灾难深重。为了摆脱苦难，毛主席、朱总司令、周总理等老一辈无产阶级革命家，领导中国工农红军抵抗国内外的统治者，立下了伟大的志向，提出一定要解放全中国的战斗口号。经过几十年的艰苦奋斗，经历了千辛万苦，浴血奋战，终于解放了全中国，实现了伟大的志向。现在，经过几十年的建设，使我国成为了一个初步繁荣昌盛的国家。在第四届人大会议上，毛主席、周总理等老一辈无产阶级革命家，又提出了实现社会主义现代化的宏伟目标，为全国人民指出了更为光明的奋斗方向。

创立“陈氏定理”的数学家陈景润，在中学时期就立下了志向，一定要证明出哥德巴赫猜想，为祖国争光，为祖国的科学事业做出贡献。为此，他始终刻苦学习，努力钻研，在林彪、“四人帮”横行时期，他顶着狂风恶浪，忍受着疾病的折磨，坚持斗争，始终不懈，终于部分地证明了哥德巴赫猜想，为数学科学打开了禁区，为祖国争得了荣誉。

然而，也有一些人，他们常常立志，而当遇到困难的时候，他们又退缩了，他们不愿付出艰苦的劳动，结果一事无成。这样的人没有自己的远大而坚定的志向，没有自己的始终不渝的奋斗目标，没有吃苦耐劳的作风，没有为科学献身的可贵精神，他们永远也不能对人类作出贡献，永远也享受不到经过艰



苦奋斗而得到的欢乐。

“非有志不能至”。我们是新中国的青年，肩负着祖国实现“四化”的重担，任重道远，我们更要有自己明确的志向，并坚信这个志向一定能够实现，无论遇到什么样的艰难险阻，都不动摇。须知“世之奇伟瑰怪、非常之观，常在于险远”。为了达到我们的宏伟目标，实现我们的远大志向，我们必须刻苦地学习文化科学知识，打好为四化献身的思想和文化科学基础。只有这样，我们才能使良好的愿望变成现实，为祖国的现代化建设做出应有的贡献。

事业的成功并不是一蹴而就的，它需要创设一定的条件，把握住青春年华的每一个机遇；它是一个过程，一个需要付出艰苦劳动，克服重重困难的过程；它需要战胜挫折和失败，以坚韧不拔的精神经受住时间的考验。也就是在这样的经验的积累之上，成功才悄然来到你身旁。伟大事业的成功需要这样的过程便越是长久，所以你必须在这个时期激发自己成功的欲望，在这个充满幻想和憧憬的岁月里，奠定你事业成功的基石——立志。

道理就这么的简单，想不起“淘金”的人，即使终日躺在沙金堆上也不会得到一克真金，“成功”的最基本的前提便是要有强烈的成功欲望，而要取得“成功”，就必须有成功的目标，



那便是立志。

爱因斯坦说：“提出一个问题往往比解决一个问题更重要。”这句话是很值得我们青少年朋友们深思借鉴的，在我们看来，这句话中的“提出问题”便是该确定一个什么样的志向。

青少年朋友正处在个人成才的高峰期。孔夫子云：“吾十五而志于学；三十而立。”说的就是“三十而立”的基础是15岁有志于学。千里之行始于足下，一切都需要从零开始。立志，就要做到零的突破。突破零不易，假如无远大的理想（志向），零是不可能突破的，因为没有志向的奋斗是不会有前进的动力。人们奋斗过程中巨大动力的形成就源于他所确定的目标，也就是说立志是奋斗的必要前提。那么我们究竟该确立什么样的志向呢？试想我们青少年朋友逐渐脱离了孩提时代的稚气，逐渐具备了社会“降大任”于我们的可能性。社会的方方面面都需要我们为之奋勇拼搏，例如，新技术，新材料的产生对社会生产力的巨大推动；对各种层次的新技术、新材料的发现，使用和推广；严重影响人类健康的癌症，艾滋病和那些以往人们多少年忍受的病痛，社会都希望得到解决；新医术、新药品、保健用品、健身用品等都是社会的急需。

现代国防意识的增强，从士兵到将帅都要求能适应现代防御和战争上一个台阶的需要，因此作为军事方面的人才希



望呼之欲出。

改革开放以经济建设为中心的国策，需要高级的决策者和管理者……

倘若我们好好想想，并且能放眼看世界，着眼于未来，大千世界适合于我们的职业有多少？我们的“目标”何愁不能确定呢？“夫志当存高远”，我们在确定志向的时候不应该忘记这句话。“成才”是每一位青少年热切向往的目标，其实，它也是人生追求的目标。这是因为岁月的流逝过程中社会赋予“才”的内涵不断丰富，个人对“才”的认识也不断发展变化的缘故。但作为人生的第一次选择的青少年时代的成才的目标，它奠定着人生追求的基础。所以青少年时代的理想和志向的确定至关重要。

志不立，天下无可成之事，人生也就会变得毫无意义；要立志，立大志，需要有一个宽阔的视野，要纵观今古，横览中外，作长远的打算。“井底之蛙所见，屋檐之雀所想”常常把我们引入封建等级的观念中去，以为立志便是选择“高等级的职业”，时下流行的成才——“上大学”，“跳龙门”，就是一例。实际上，“人若志趣不远，心不在焉，虽学无成”，上了大学也未必成才。这是因为“成才”是“成社会之才”，即于社会有用，于历史进步有益之“才”，这就是说成才的社会性是它的基本属性。



成才是看你本人是否充分实现自身的价值,这个价值是由得到社会认可的程度决定的。

大文豪高尔基曾讲:“一个人追求的目标越高,他的才力就发展得越快,对社会就越有益处,我确信这这也是一个真理。”就是这个意思。

马克思在他的中学毕业论文《青年在选择职业时的考虑》中说道:

“如果我们选择了最能为人类谋福利而劳动的职业,那么,重担就不能把我们压倒,因为这是为大家而献身;那时我们所感到的就不是可怜的,自私的,有限的乐趣,我们的幸福将属于千百万人,我们的事业将默默地,永恒地发挥作用存在下去,而面对我们的骨灰,高尚的人们将洒下热泪。”

正是由于人类历史上出现了一批又一批远大志向的人,才使今天的社会能够进步,同时也使他们自己获得了与史共存的光荣。

青年鲁迅东渡扶桑之时,曾写诗:

灵台无计逃神矢,

风雨如磐黯故园。

寄意寒星荃不察,

我以我血荐轩辕。



青年周恩来赴日抒怀写道：

大江歌罢掉头东，

邃密群科济世穷。

面壁十年突破壁，

难酬蹈海亦英雄。

青年毛泽东独立寒秋，指点江山，激扬文字，发出：

怅寥廓，

问苍茫大地，

谁主沉浮？

这是何等的豪言壮语！敢问一声：我们掌握未来的一代，有没有超越前人的气概？

夫志当存高远，而非急功近利之寸光。所以成才立志首先要放眼社会发展，看一看社会是怎样发展的？正在发生怎样的变化？只有了解社会，了解社会的需要，才有立大志成就大业的机会。

第三节 为中华腾飞立志成才

法国著名微生物学家巴斯德，18岁时写下这样一段名