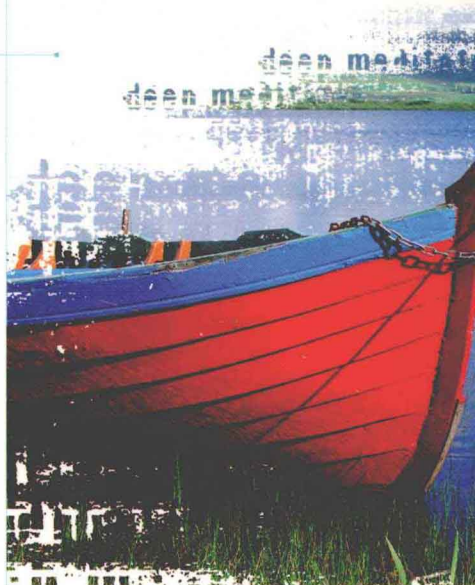


感恩生活 回味一生

Ganen Shenghuo
Huiwei Yisheng

燕
燕
◎ 编 著



学生健康成长必读书系

GANENXI

gan en xi

cheng zhang shu xi

感恩系

感恩就如同阳光一样，能够带给我们温暖与美丽，只要长存一颗感恩之心，我们会拥有一切美好的处世品格。阳光就会照耀我们，雨露就会滋润我们，我们的生活中也就有了一处处美丽动人的风景。

吉林大学出版社



从感恩中感悟人生，
从感恩中结出智慧之果！

人的一生，无论成败，都会得到太多人的帮助。父母的养育、老师的教诲、配偶的关爱、朋友的帮助、大自然的恩赐、时代的赋予。这一切的一切都是生活给予我们的，我们有什么理由不感恩生活呢？本书读的不仅仅是故事，而是读的无私的爱，读的浓浓的亲情，它让我们刻骨铭心，让我们学会感恩。

理想藏书，最佳读本

ISBN 978-7-5601-5276-9



9 787560 152769 >

定价：39.00元

学生健康成长必读书系

感恩生活，回味一生

GAN EN

SHENG HUO

HUI

WEI YI SHENG

燕燕 编著



吉林大学出版社

图书在版编目 (CIP) 数据

感恩老师，师恩难忘 / 王凡编著. — 长春：吉林
大学出版社，2010.1

(学生健康成长必读书系·感恩系列)

ISBN 978-7-5601-5273-8

I. ①感… II. ①王… III. ①品德教育—青少年读物
IV. ①D432.62

中国版本图书馆CIP数据核字 (2010)

敬启

本书的选编，参阅了一些报刊，著述和图片。由于联系上的困难，部分入选作品的作者（或译者）未能取得联系，谨致深深的歉意。敬请原作者（或译者）见到本书后，及时与出版社联系，以便我们按照国家有关规定支付稿酬并赠送样书。

感恩老师，师恩难忘

王 凡 编著

责任编辑：王世林

吉林大学出版社出版、发行

开本：787×1092毫米 1/16

印张：20 字数：280千字

ISBN 978-7-5601-5273-8

封面设计：安丰文化

河北大厂回族自治县正兴印务有限公司 印刷

2010年3月第1版

2010年3月第1次印刷

定价：39.00元

版权所有 翻印必究

社址：长春市明德路421号 邮编：130021

发行部电话：0431-88499826

网址：<http://www.jlup.com.cn>

E-mail：jlup@mail.jlu.edu.cn



**感恩是一种理念，感恩是一种精神。
感恩是一种嬗变，感恩是一种力量。
要学会用一颗感恩的心去体会真诚，
更懂得用一颗感恩的心去驱逐伤害。**



学生健康成长必读书系

总策划：李继增

主 编：王 凡 燕 燕 华 芬 潘风云 王龙君

编 委（排名不分先后）：

王东祁	王 智	李唐军	柏文斌	李志宏	刘 洋
唐艳风	王满春	徐海英	杨书亮	陈玉芳	桂毅然
张艳云	陈海波	陈建军	陈美英	陈绍冬	陈绍利
陈亚明	陈志高	戴 洛	邓家倚	桂朱文	桂 鑫
何梦瑶	何云祥	何志衡	贺盖华	梁嫦娥	刘东坡
刘红良	刘文建	刘文军	唐 敏	唐嫣梦	王铁锹
肖顺元	伍迎宾	谢建强	杨新谱	杨志芳	曾冰琳
张海燕	张永顺	周永昌	朱双明	周治平	



前 言

感恩是一种处世哲学，是生活中的大智慧。人生在世，不可能一帆风顺，种种失败、无奈都需要我们勇敢地面对、旷达地处理。这时，是一味地埋怨生活，从此变得消沉、萎靡不振？还是对生活满怀感恩，跌倒了再爬起来？英国作家萨克雷说：“生活就是一面镜子，你笑，它也笑；你哭，它也哭。”你感恩生活，生活将赐予你灿烂的阳光；你不感恩，只知一味地怨天尤人，最终可能一无所有！成功时，感恩的理由固然能找到许多；失败时，不感恩的借口却只需一个。殊不知，失败或不幸时更应该感恩生活。

感恩，使我们在失败时看到差距，在不幸时得到慰藉，获得温暖，激发我们挑战困难的勇气，进而获取前进的动力。换一种角度去看待人生的失意与不幸，对生活时时怀一份感恩的心情，则能使自己永远保持健康的心态、完美的人格和进取的信念。感恩不纯粹是一种心理安慰，也不是对现实的逃避，更不是阿Q的精神胜利法。感恩，是一种歌唱生活的方式，它来自对生活的爱与希望。

在英国，很多古老教堂的石墙上刻着：思考与感谢。让我们也随时提醒自己吧：思考我们所有的，并培养感恩的态度。

幸福的感觉不是由处境和外在的条件决定的，关键在于我们有没有感恩的心。想想我们得到过的爱，哪怕它并不多；想想亲人、朋友，甚至是不相干的人为我们做过的事，哪怕它只是举手之劳；想想早晨扑面而来的清新的空气，想想拂过我们额前发丝的调皮的风儿……我们，有什么理由不感谢生活？让我们拥有一颗感恩的心吧，有了它，你会平和面对动荡不安，积极应付挫折困难，于寒冬里感受到暖意，在风雨中体会到幸福。

对生活、对世界、对身边熟悉和陌生的人、对我们的朋友和对手，真的要感谢他们给了我们这样一份精彩的生活。

在水中放进一块小小的明矾，就能沉淀所有的渣滓；如果在我们的心中培植一种感恩的思想，则可以沉淀许多的浮躁、不安，消融许多的不满与不幸。感恩，使生活变得更加美好。

编者
2010年3月

目 录

CONTENTS

- 最重要的是劳动和毅力 作者：佚名 / 1
不要为卑微的东西祈祷 作者：松涛 / 3
靠自己 作者：蒋光宇 / 5
人生四宝 作者：佚名 / 7
学会独立，学会生活 作者：佚名 / 9
自己才是自己的菩萨 作者：李雪峰 / 11
吃 苦 作者：佚名 / 13
人生无乞丐 作者：佚名 / 15
脚下有最方便的路 作者：佚名 / 17
找到自己的路 作者：崔修建 / 19
每个人都有自己的一把钥匙 作者：古保祥 / 21
只有自己才能救自己 作者：佚名 / 23
做自己的事，让别人去说吧 作者：以民航 / 25

- 生存的使命 作者：游宇明 / 27
上帝只会施舍一次 作者：吴作望 / 29
沉没的海岛 作者：崔鹤同 / 31
生活的意思 作者：佚名 / 33
选择比努力更重要 作者：青衫浪子 / 35
勇敢的人就是美丽的 作者：孙洛丹 / 37
徐本禹的选择 作者：佚名 / 39
用MBA管理女儿 作者：林夕 / 41
感恩生活给予的一切 作者：佚名 / 43
掌声响亮 作者：彭明榜 / 45
根雕眼镜 作者：贺伟 / 47
感恩经营的心 作者：胥加山 / 49
感谢那只手 作者：郑凌 / 51
莫忘感谢 作者：佚名 / 53
幸福的含义 作者：青海马 / 56
应该感谢的人 作者：佚名 / 58



- 滴水之恩，何以言报 作者：毛汉珍 / 60
 感恩的心 作者：雪小禅 / 64
 做最美的梦 作者：曾艳方 / 67
 善解人意的魅力 作者：中原渔人 / 70
 学会倾听 作者：佚名 / 72
 谢谢你的沉默 作者：秦文君 / 74
 影响最深的人是谁 作者：莉娅·科廷 / 76
 教授的尊重 作者：彭永强 / 78
 如果我是你 作者：佚名 / 80
 德国客户 作者：喻云 / 82
 生命礼让的赞歌 作者：佚名 / 84
 与有益的人结交 作者：大同 / 86
 多给老朋友写信 作者：佚名 / 88
 友情需要经营 作者：佚名 / 90
 真正的朋友 作者：佚名 / 92
 最重要的情报 作者：佚名 / 94
 重义轻生 作者：佚名 / 96
 给别人制造快乐 作者：迈克尔·史密斯 / 98



- 不生气是一种精神力量 作者：佚名 / 101
 99一族 作者：尹玉生/编译 / 103
 快乐是最好的药 作者：黄小平 / 105
 平常心 作者：佚名 / 107
 快乐的全部奥秘 作者：蒋子龙 / 109
 玩棒球的态度 作者：佚名 / 111
 聚沙成塔出成绩 作者：佚名 / 114
 绝不拖延 作者：佚名 / 116
 别让迟到缠上你 作者：张丽钧 / 118
 世界上下班最重要的是什么 作者：佚名 / 120
 父母是孩子的第一位老师 作者：题记 / 122
 董建华打工 作者：佚名 / 124
 倒飞的鸟 作者：沈岳明 / 126
 挫折中也有机会 作者：题记 / 128
 机会就在再试一次 作者：王戈 / 130
 栅栏定律 作者：晓语 / 133
 像水一样流淌 作者：张建伟 / 135
 成功藏在磨难后面 作者：佚名 / 137
 失败让成功更辉煌 作者：奥里森·马登 / 139
 在艰难中保持勇气 作者：简单 / 141

从“心”出发	作者：崔鹤同 / 143
生命就是不便	作者：佚名 / 145
伤害有时也是一种原动力	作者：陈志宏 / 147
苦难不会持久	作者：佚名 / 149
磨炼让人成熟	作者：佚名 / 151
屈辱也是成功的一种动力	作者：小丑 / 153
从不放弃	作者：丹尼尔·肯尼迪 / 155
大胆去尝试	作者：王政芸 / 158
一只小野鸭的超能量	作者：刘燕敏 / 160
一张令人脸红的罚单	作者：佚名 / 162
燕子的爱与责任	作者：感动 / 164
从来没有真正的绝境	作者：感动 / 166
向动物学习	作者：陈鲁民 / 168
缺水体验	作者：佚名 / 170
向动物学习	作者：鲍尔吉·原野 / 172
水	作者：乔叶 / 174
我一直在努力	作者：马付才 / 176
兴趣造就文学大师	作者：鲁先圣 / 178

民族音乐	作者：佚名 / 180
一尺深的热爱	作者：陈志宏 / 182
抓住擦身而过的每一次机会	作者：雪小禅 / 184
毕加索的画	作者：佚名 / 186
赞扬的力量	作者：王启国 / 编译 / 188
爸，你一小时可以赚多少钱	作者：佚名 / 190
最后的善良	作者：王虹莲 / 192
背影	作者：朱自清 / 194
河对岸人家	作者：李国文 / 196
一颗心换一个	
拥抱	作者：杰克·坎菲尔、马克·汉森 / 200
苏格拉底谈失恋	作者：佚名 / 203
真诚的称赞	作者：佚名 / 206
把负变为正的力量	作者：佚名 / 208
记住名字是对别人的尊重	作者：佚名 / 210
沟通消除误会	作者：佚名 / 212
正视别人的批评	作者：卡耐基 / 214
穷人最缺少的是野心	作者：佚名 / 216
在“羞辱”中奋起	作者：佚名 / 218
一双白球鞋	作者：张在军 / 220



- 什么时候才算长大..... 作者：张洁 / 222
 要对说出的每句话负责..... 作者：李雪峰 / 224
 雪山脚下的都市女教师..... 作者：蔡宇 / 226
 天使般的微笑..... 作者：佚名 / 230
 天堂与地狱的区别..... 作者：洛克菲勒 / 232
 全力以赴与尽力而为..... 作者：史迪文 / 235
 生命犹如一口井..... 作者：陆星儿 / 237
 不要想当然地认为..... 作者：佚名 / 240
 每个人都是最优秀的..... 作者：佚名 / 242
 翻过那堵墙..... 作者：祝师基 / 244
 感激地生活着..... 作者：杨冬青 / 247
 乐于给生命配乐..... 作者：侯建臣 / 250
 活着并非只有一种方式..... 作者：王浩威 / 252
 有些差别是自认为的..... 作者：佚名 / 255
 选择好心情..... 作者：佚名 / 257
 感谢帮助你的人..... 作者：刘齐 / 259
 人生没唯一的标准..... 作者：林清玄 / 261
 永恒的梦想..... 作者：佚名 / 264



- 突围的精神..... 作者：佚名 / 266
 战胜厄运的孩子..... 作者：佚名 / 268
 利用善良..... 作者：佚名 / 270
 在最不经意的小处跌倒..... 作者：佚名 / 272
 小举动赢得大成就..... 作者：佚名 / 274
 关键在今天..... 作者：佚名 / 276
 老乞丐一句话感动国人..... 作者：李志题 / 278
 活在当下..... 作者：佚名 / 281
 信念的价值..... 作者：佚名 / 284
 失败只是暂时的..... 作者：佚名 / 286
 美国商人和墨西哥渔民..... 作者：佚名 / 288
 完善每一个细节..... 作者：佚名 / 290
 真诚和宽容的力量最强大..... 作者：上善若水 / 292
 良心的起源..... 作者：佚名 / 294
 特殊考试..... 作者：吕艳茹 / 296
 欺骗的惩罚..... 作者：格温德林·米切尔·迪亚兹 / 298
 相信自己..... 作者：哈维·麦凯 / 300
 打开你的自信罐..... 作者：刘殿学 / 302
 信念的力量..... 作者：佚名 / 305
 对手..... 作者：张爱玲 / 307

最重要的是劳动和毅力

作者：佚名

金钱是重要的，命运也是重要的。不过，请相信我，最重要的是一个人的劳动和毅力。我所获得的一切，全都是靠双手辛勤劳动的结果啊！

——题记

诗人和歌唱家争论不休，争的是幸福取决于什么。诗人认为金钱会带来幸福，歌唱家认为命运将决定一切。争来争去没有结果，两个人就一同出外闲逛。

两人来到城郊，看见一座破茅屋，有一个青年坐在门口弹六弦琴。

诗人说：

“朋友，你生活得真是无忧无虑啊！”

青年叹口气道：

“明天我就要饿肚皮了，哪儿谈得上什么无忧无虑哩。”

歌唱家问道：

“那你怎么还在弹六弦琴呢？”

青年回答道：

“我叫阿尔其岱，这琴是我父亲唯一的遗产啊！”

为了证明谁说得对，诗人和歌唱家各自拿出50枚小金币给青年，说道：

“这钱到底会不会对你有帮助呢？我们明年再来看你吧。”

阿尔其岱把钱币塞在软帽的衬垫里。到小食品店去买香肠。不料才走几步远，一只乌鸦飞扑下来，攫住他的软帽，飞走了。

第二年，诗人和歌唱家来了，一问，知道有这种怪事，惊讶不已。诗人又拿

出100枚小金币给他，说明年再来看他。

阿尔其岱学乖了，他拿了一枚小金币去买香肠，把99个小金币放在屋角的一只破鞋子里面。不料有一只小老鼠被猫追急了，躲进这只破鞋子里，猫一拨弄，小金币顿时滚落一地，猫又拨又推玩着，把那些小金币都弄进老鼠洞里去了。

阿尔其岱回到家，一看破鞋子翻着，小金币没有了，十分惊讶，也没有办法可想。

第三年，诗人和歌唱家来了，一问，知道有这种怪事，惊讶不已。歌唱家拿出一粒小铅球给他，说好明年再来看他。

阿尔其岱想，这有什么用呢？卖吧，不值钱；丢掉，又可惜……想来想去，忽然叫道：“这可以做钓鱼钩子上的沉子呀！”

阿尔其岱做了一个针钩，扣着沉子，扎在长竿上去钓鱼，钓了半天，也没鱼；但他耐心地等着，一直等到傍晚时，竟然钓上了不少鱼。他快活地煮了整整一锅的鱼汤，喝了。

第二天，他把剩下的鱼卖了，又去钓鱼。

每天钓上的鱼都很多。他就卖掉其中的一部分；积聚些钱他就买网、买船。后来他成为一个真正的渔夫了。

5年以后。诗人和歌唱家重新相遇，他们又来到阿尔其岱家。可是，一切都变了，这儿已经换成一幢新房子了，有一位年轻的女人站在门口，两个小孩在门外嬉戏。他们走向前问道：“请问，这儿有一个弹六弦琴的阿尔其岱吗？”

那女人笑道：“他是我的丈夫呀。”

这时，阿尔其岱走了出来。他快活地把两位客人请进屋里，捧出200枚小金币，说道：“我靠勤劳地钓鱼成为真正的渔夫，娶了柔凡娜，生了两个孩子。在我造这新房子时，动手拆茅屋，发现烟囱上有一个乌鸦窠，窠里放着我放100枚小金币的软帽。我拆地板，在屋角的老鼠洞里找到了99枚小金币。我曾拿一枚买了香肠，今天已补上了，谢谢你们，请拿回去吧！”

柔凡娜捧出一样又一样的佳肴，款待了两位尊客，而客人们正争得面红耳赤——阿尔其岱所以得到今天的幸福，靠什么呢？

歌唱家说：“命运！”

诗人叫道：“金钱！”

阿尔其岱听了以后，说道：“金钱是重要的，命运也是重要的。不过，请相信我，最重要的是一个人的劳动和毅力。诗人先生，你从没停止过写诗，才使你成为诗人；歌唱家先生，你一直没有停止过练嗓，才使你成为歌唱家。金钱、命运都比不上这个重要。我所获得的一切，全都是靠双手辛勤劳动的结果啊！”

不要为卑微的东西祈祷

作者：松涛

不要为卑微的东西祈祷！只有自己通过努力和辛勤的汗水换来的收获才是最真实的。

——题记

小克莱门斯的老师玛丽是一位虔诚的基督徒，每次上课之前，她都要领着孩子们进行祈祷。有一天，玛丽老师给孩子们讲解《圣经》，当讲到“祈祷，就会获得一切”的时候，小克莱门斯忍不住站了起来，他问道：“如果我祈祷上帝，他会给我想要的东西吗？”“是的，孩子，只要你愿意虔诚地祈祷，你就会得到你想要的东西。”

小克莱门斯当时的梦想是得到一块很大很大的面包，因为他从来没有吃过那样诱人的面包；而他的同桌，一个金头发的小姑娘每天都会带着一块这么诱人的面包来到学校。她常常问小克莱门斯要不要尝一口，小克莱门斯每次都坚定地摇头，但他的内心是痛苦的。

放学的时候，小克莱门斯对小姑娘说：“明天我也会有一块大面包。”回到



家后，小克莱门斯关起门，无比虔诚地进行祈祷，他相信上帝已经看见了自己的表情，上帝一定会被自己的诚心感动的！然而，第二天起床后，当他把手伸进书包的时候，除了一本破旧的课本什么也没有发现。他决定每天晚上坚持祈祷。一定要等到面包降临。

后来，金头发的小姑娘笑着问小克莱门斯：“你的面包呢？”

小克莱门斯已经无法继续自己的祈祷了。他告诉小姑娘，上帝也许根本就没有

看见自己在进行多么虔诚的祈祷，因为，每天肯定有无数的孩子都进行着这样的祈祷，而上帝只有一个，他怎么会忙得过来？小姑娘笑着说：“原来祈祷的人都是为了一块面包，但一块面包用几个硬币就可以买到，



人们为什么要花费这么多的时间去祈祷，而不是去赚钱买面包呢？”

小克莱门斯决定不再祈祷。他相信小姑娘所说的正是自己想知道的——只有通过实际的工作才能获得自己想要的东西。而祈祷，永远只能让你停留在等待中。小克莱门斯对自己说：“我不要再为了一件卑微的小东西祈祷了。”他带着对生活的坚定信心走向了新的道路。

多年以后，小克莱门斯长大成人，当他用笔名马克·吐温发表作品的时候，他已经是勤奋而且多产的作家了。他再没有祈祷上帝，因为在无数个艰难的日子中，他都记着：不要为卑微的东西祈祷！只有自己通过努力和辛勤的汗水换来的收获才是最真实的。

靠自己

作者：蒋光宇

滴自己的汗，吃自己的饭。自己的事，自己干。靠人、靠天、靠祖上，不算是好汉。

——陶行知

有一天，大仲马得知自己的儿子小仲马寄出的稿子接连碰壁，便对小仲马说：“如果你能在寄稿时，随稿给编辑先生们附上一封短信，或者只是一句话，说‘我是大仲马的儿子’，或许情况就会好多了。”

小仲马倔强地说：“不，我不想坐在你的肩头上摘苹果，那样摘来的苹果没味道。”年轻的小仲马不但拒绝以父亲的盛名做自己事业的敲门砖，而且不露声色地给自己取了十几个其他姓氏的笔名，以避免那些编辑先生们把他和大名鼎鼎的父亲联系起来。

面对那一张张冷酷无情的退稿笺，小仲马没有沮丧，仍在屡败屡战地坚持创作自己的作品。

他的长篇小说《茶花女》寄出后，终于以其绝妙的构思和精彩的文笔震撼了一位资深的编辑。这位编辑曾和大仲马有着多年的书信来往，他看到寄稿人的地址同大仲马的地址丝毫不差，怀疑是大仲马另取的笔名，但作品的风格却和大仲马的迥然不同。这位编辑带着兴奋和疑问，迫不及待地乘车造访大仲马。

令他大吃一惊的是，《茶花女》这部伟大的作品，作者竟是名不见经传的大仲马的儿子小仲马。

“您为何不在稿子上署上您的真实姓名呢？”这位编辑疑惑地问小仲马。