

拥抱青春，就是拥抱理想、
信念、希望和勇气，就是拥抱激情、
梦幻、浪漫和想象。

奠基石书系
DIANJI SHI SHUXI

拨动青春的琴弦

与青少年谈守则

孙广来
编著

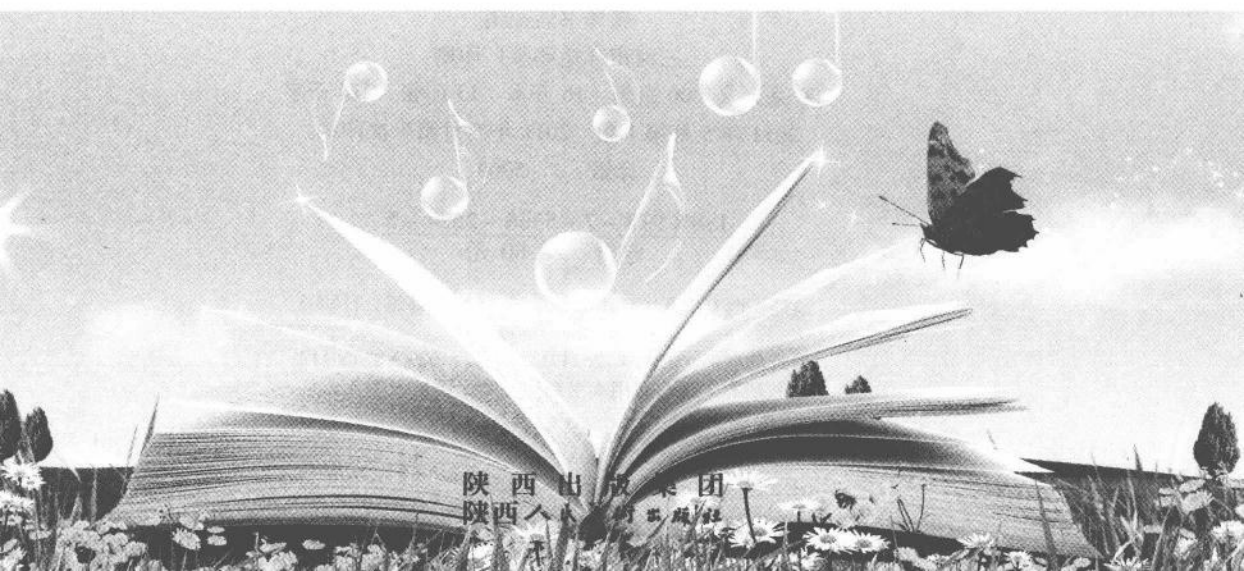
拥抱青春吧！充分发挥你的智慧潜能，让你的生命在青春期绽放奇异的花朵。让七色的梦幻装点你未来的道路，吹响一支短笛，折来一枝桂花，向着远方辉煌的地平线永往直前。

BODONG QINGCHUN
DE QINXIAN

陕西出版集团
陕西人民出版社

基石书系
DIANJI SHI SHU XI

拨动青春 的琴弦



陕西出版集团
陕西人民出版社

图书在版编目 (CIP) 数据

拨动青春的琴弦：与青少年谈守则/孙广来编著. —西安：陕西人民美术出版社，2011.4

(奠基石书系)

ISBN 978 - 7 - 5368 - 2534 - 5

I. ①拨… II. ①孙… III. ①品德教育 - 中国 - 青年读物②品德教育 - 中国 - 少年读物 IV. ①D432.62

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2011) 第 034584 号

拨动青春的琴弦：与青少年谈守则

孙广来 编著

陕西出版集团
陕西人民美术出版社 出版发行

出版人：李晓明

新华书店经销

三河市祥达印装厂印刷

700 毫米 × 1000 毫米 16 开本 13 印张 220 千字

2011 年 5 月第 1 版 2011 年 5 月第 1 次印刷

印数：1 - 5000

ISBN 978 - 7 - 5368 - 2534 - 5

定价：28.80 元

地址：西安市北大街 131 号 邮编：710003

<http://www.mscha.cn>

发行部电话：029 - 87262491 传真：029 - 87265112

版权所有·请勿擅用本书制作各类出版物·违者必究

前 言

青春是人生最美好的，犹如一日之晨、四季之春，犹如朝阳喷薄欲出，犹如花朵含苞待放，犹如骏马奔驰在草原，犹如雄鹰展翅在蓝天，犹如猛虎呼啸在山林。青春是充满希望和憧憬的年代，多少希望的种子都要在春天播种，多少美丽的梦想都要在青春实现。成长是个人发展的动力，对成长的渴望就是对生命的热爱。现实中，很多人都在追求着自身的成长，但并不是每个人都能够如愿以偿，而本书作者列出的六条成长的青春法则，给出了青少年朋友们最好的行动指南，它们就像是一面透视自我的镜子，让你明白自己距离成长的机会还有多远。

这本书运用大量的中外名人的范例，深入浅出地讲述了青少年谱写无悔青春的几大法则，告诉青少年朋友要拥有快乐的心态、培养优良的品德和素质、树立崇高的理想、塑造健康的心理、修炼高贵品质、深切感悟人生、成功源自努力等，教育青少年朋友要善待人生、完善自我、打开自己的思维、努力学习各种本领，才能出类拔萃，用理想和信念编织青春的绚烂花环。

拥抱青春，就是拥抱理想、信念、希望和勇气，就是拥抱激情、梦幻、浪漫和想象。成长并不容易，但是当你下定决心遵循这些青春法则的时候，你就会把有助于自我成长的行为和思考变成习惯，你的生活就充满了机遇。成长会带来源源不断的快乐和回报，这就是本书要告诉你的真谛。

基石书系

DIANJI SHI SHUXI

拥抱青春吧！充分发挥你的智慧潜能，让你的生命在青春期绽放奇异的花朵。让七色的梦幻装点你未来的道路，吹响一支短笛，折来一枝桂花，向着远方辉煌的地平线勇往直前。

编者

2011.4



BODONG QINGCHUN DE QINXIAN

拥抱青春吧！充分发挥你的智慧潜能，让你的生命在青春期绽放奇异的花朵。让七色的梦幻装点你未来的道路，吹响一支短笛，折来一枝桂花，向着远方辉煌的地平线永往直前。



DIANJI SHI
基石
书系

拥抱青春，就是拥抱理想，
信念、希望和勇气，
就是拥抱激情、梦幻、浪漫和想象。

选题策划：和兴天下

封面设计：博凯设计
13910295729

目 录

第一章 人生的快乐守则	(1)
一、读书与学习之乐	(1)
二、遵守求知的规则	(16)
三、沟通的艺术	(17)
四、社交的三原则	(19)
五、幽默之乐	(22)
六、学问的获得	(25)
七、智慧的求知之旅	(27)
八、打开心灵的窗户	(28)
 第二章 绽放素质之美	 (31)
一、相信自己	(31)
二、闯过“多恼河”	(34)
三、自律的生活	(36)
四、优柔与果敢	(37)
五、乐观的力量	(39)
六、热爱生命	(40)
七、培养豁达的心境	(43)
八、改变自己的生活	(45)
九、攀登成功的宝座	(47)

十、纠正不良心理	(52)
十一、从事有益的娱乐活动	(55)
十二、健康地生活	(57)
十三、健康是成功的本钱	(58)
十四、衣着之美	(60)
十五、独乐不如众乐	(61)
十六、摆正自己的位置	(63)

第三章 品质是成功的基石	(65)
一、励志“全性”	(65)
二、追求自我完善	(68)
三、塑造健康的心理	(71)
四、塑造一个真正的你	(73)
五、快乐的源泉	(74)
六、自重是一种品质	(78)
七、剪断愤怒的导火索	(80)
八、勤奋是成功的基石	(83)
九、孝敬父母的美德	(86)
十、忠诚是一种可贵的品质	(89)

第四章 奏响理想的节拍	(96)
一、点亮希望之光	(96)
二、创造力与破坏力	(98)
三、创造之美	(100)
四、享受现在	(103)
五、顺逆之舞	(106)
六、命运是弱者的托词	(108)
七、寻找人生的终极目标	(109)
八、飞扬生命之帆	(111)

九、人生的使命	(113)
十、培养高尚的人格	(118)
十一、快乐地实现理想	(120)
十二、职业和事业	(123)
第五章 解开青春密码	(125)
一、苦难造就成功	(125)
二、交友的三项原则	(129)
三、要用纪律约束自己	(132)
四、荣誉感与虚荣心	(135)
五、要有集体荣誉感	(139)
六、以仁爱之心待人	(141)
七、助人为善	(144)
八、行动是最好的礼物	(149)
九、胜不骄败不馁	(151)
十、注重公德意识	(155)
十一、做生活的勇者	(158)
十二、劳动创造价值	(162)
十三、不要自作聪明	(168)
十四、肯定自己和欣赏别人	(171)
十五、经营好你的人脉	(174)
十六、一分耕耘一分收获	(177)
第六章 冲向青春之巅	(182)
一、让成功成为必然	(182)
二、心动不如行动	(184)
三、成功是有条件的	(187)
四、要善于把握机会	(189)
五、获得成功的学问	(191)

六、风雨之后才见彩虹	(193)
七、成功要有方法	(194)
八、成功者的人生智慧	(195)
九、高峰体验	(196)
十、人生就是一场竞争	(198)

第一章 人生的快乐守则

一、读书与学习之乐

读书和学习，不能占据工作中的突出位置的说法，会激起人们的某些惊奇，我这样讲有几个原因，一是希望抵制把多读书作为培养性格手段的流行趋势，第二这种选择多依赖父母、教师，而非本人意愿，容易忽略意愿对精神提高的基础作用。

另外，年轻人在任何年龄对培养这样的身心习惯都不应绝望，因为他们认为这样对他是有利的。可能他痛恨看见书，但是，接下来呢？这种偏见在一定程度上就会改变。当然，不一定会立刻改变，但会逐渐改变。并不是通过强迫自己读书或学习改变自己的爱好，因为不情愿做的事情很少会成功，但是有比这更好、更有效的方法，其中一些方法我马上就会提到。

让年轻人多参加一些著名的演讲社团或辩论社，多数年轻人愿意偶尔参加演讲团，因为时代精神和工作热情创造了目前的状态，这些社团无处不在。现在，让他参加讨论，如果可以的话，先说几句话。一旦唤

起他对所有话题的兴趣时，他就会愿意参加。必要时，他会查找有关的资料，不仅从交谈中，而且会在本书中查找。这样选择得当的话，就轮到他在书海中漫游了，如果写的不是很干瘪的话，渐渐地他会喜欢查找历史，将其作为快乐的源泉。因而，他会一步一步地深化，直到他发现自己已十分喜欢阅读各种类型的书为止。

说到这儿，还有一点需注意，那就是不要马上阅读得太长或太多，对从前的一些书籍、甚至报纸开始厌倦了，就先搁置一段时间，在以后空闲时或心情愉快时再反过来阅读。

过程与我的描述无异，同时，信心和恒心跟上的话，十有八九会成功。事实上，我从没听说过有失败的，一个重要的条件就是认识到实践。年轻人只有全身心的投入，孜孜不倦地学习，才能期望获得相当的成功。

对于提高的必要性，年轻人极少怀疑。但是感觉到有一个困难，那就是要改变习惯，毅力小是不行的，因为它是一个长期的过程，并且正融入到文明社会的所有安排之中。我说过，最普通的描述就是，超过某一年龄段，思维提高就很难做到，并且这个限度常被固定在 18 ~ 20 岁。我的确听说过，人过 30 不学艺，但总的认为，多数人 20 岁以后学得内容不能太多，或者学习时至少需要花费更大的精力。

现在，我从不鼓励年轻人浪费和虚度青春，因为青年是一个黄金季节。未来就像农民在适宜播种的季节播下了良好的种子！

事实上，我们通常所说的课程教育，只是为年轻人自学做的准备。给了他学习知识的一把钥匙。只有能够静心坐下来，加上持之以恒的努力，才会拥有打开最有价值财富大门的钥匙。如果刚刚开始准备，就花这么长的篇幅谈论完成教育后的情况，的确令人不可思议。

如果一些年轻人在 20 岁、25 岁或 30 岁时，发现自己知识贫乏，千万不要让他认为目前年龄是影响提高的障碍。这种评论应该面对这类群体，在我劝他尽力时，他能够有信心完成，但不是靠一时的努力，而是

要花费更大的精力。既然罗马不是一日建成的，那么，那种认为在几周内或几个月内即可培养良好的自制和思维能力的想法是愚蠢可笑的。

我们很容易举出一些晚年才开始学习并且通过自学最后成功的事例，个别成功者 50 岁以后才开始学习。的确没有理由可以表明因为年长或身体原因，思想不能获得提高。但是所有经验越来越证明具有良好习惯的每位受尊敬者，直到 35 ~ 50 岁才获得的真实声誉，并不完美。

的确，说到知识，后半生掌握的东西容易忘记，如果这些知识不能马上应用，这是真的。但是属于实践方面的，却不容易忘记。富兰克林直到去世，一直坚持学习，并且所学的东西由于马上应用很少忘记。我说过重要的一点是信服知识的重要性。对于我们的知识缺乏，我需要增加一个更重要的观点，“认识到我们知识上的不足，便向成功走了一大步”。知道我们自己的不足是学习知识的第一步，推而广之，我们在知识方面的进步，与我们渴求意识是成比例的，懒惰者最容易做出的辩解是没有时间学习。对知识的贫乏相应的就会产生对知识的无知，不止一个年轻人有这样的意识。这种想法使他们对没有时间阅读、没有时间学习、没有时间思考感到快乐。停留在这些辩解上使他们感到满足，这会促使他不仅仅走向懒惰和无知，甚至是罪恶的深渊。

没有比先前我们已经决定要做而在思想上常常感觉无时间做或无事可做更大的错误。阿尔弗雷德（英格兰的国王）尽管比他的任何一个庶民履行的事物都多，但是仍然寻找时间学习。富兰克林，在劳动间隙，寻找时间研读哲学，开辟了科学的新途径。弗雷德里克大帝虽然即将登基，但在战争间隙，或在没有战事的晚上，仍然痴迷于哲学，并且以此为乐趣。波拿巴兄弟在征战中仍然腾出时间学习知识，与人进行交流。当恺撒抑制了罗马人的精神之后，来自邻国的人们聚集到这里，寻找现代文明的光辉。近期的拉什博士和更近代的德怀特博士，是在其他占有者的巨大压力下为精神文明做出突出贡献的代表。

关于这一点，提一下我自己的观察可能是有用的。我认为在我生命

里任何一个时期都没有这个夏季取得的进步更大，而且也是不间断的。事实上，我虽然读得少，但这些内容我已完全理解并充分吸收。这一年我从事的古代历史的研究，几乎都是采用这种方式。当然，在这种环境下，特殊的知识不能获得。但一般的印记和主要事实都吸收了，我相信这对我一生很有用途，而且我还熟知一些相似的例子。

确实，机械师和制造者及其他职业的人，比农民的休息时间少。后一阶层的人比其他人处于更有利的位置。但是，即使前者，不论何种职业，如果他们有决心的话，每天也会挤出一部分时间用于思维的提高。交往中很难发现我前面提到的，像我夏季那样，几乎没有空闲的人们。重要的一点是，为了改进要有所布置；第二点同等重要，手头上要有合适的指导方式，最后一点就是我现在要提到的。

为什么劳动者掌握知识如此迅速，其原因，不言而喻，是与他们拿出大量精力学习成比例的。求知欲望强烈并且学习起来饶有风趣。他阅读或理解不管多么少，但是已经考虑再三，或许在今后很长时间内仍能得到转化，成为真正合格的读者。把学习当成任务的人，对知识不会拥有正常的需求：他们常常感到烦，所学东西也不能消化，并且，他们持续努力的结果要么是表面的，要么是断章取义，根本没有彻底的真正理解。

对这种类型的学习，我不想提什么建议，第一，因为与多数人相比这无关紧要，并且我不可能对每件事情都有解决的方法。

对要求进步的人来说，有书无书，尽管是很重要的事情，但他们都会去做。即使一页旧报纸，或者一些散落的书页，或纪念碑上的铭文或纪念碑本身，及自然和艺术作品，都会成为他的书籍。第二，供选择的跨度很大。第三，这往往取决于读者的口味和慎重考虑，不久他就会发现从学习中他是否获得坚实或持久的收益，并相应地影响自身。能够给出明智的选择，并且就他真实的进步和想法提出参考的朋友在身边，如果不遵从朋友的意见，就会做出错误的事情，听从朋友的劝告你将受益

匪浅。现在我将为你提出几种有效的自学方法。

1. 地理

我认为每个人多少都要读些报纸，因此，我建议读者在读报纸的时候应当对所读到的世界上每一个地方都有一个大致的了解。所以，读者在读报纸的时候，手边应当放一本地理书和一本地名辞典。当报纸上说到某一地名的时候，读者就应当在地图上查到该地名的地理位置，然后再查一下地名辞典，读一读上面的介绍，最后再打开地理书籍，详细了解当地的情况。当然，如果读者先把文章浏览一遍，然后再按照上边所提的建议读第二遍，也是可行的。

在这里，我要强烈地说明这种阅读方法的重要性。这种阅读方法在开始的时候做起来显得效率很低，但是，你要相信我，你最终会有很大收获的。即使是在学术演讲的会堂，关于某一地点的主题，都需要演讲者、辩论者对所讲的东西解释清楚，这也是对每一次演讲所提出的最起码的要求。当你进行学术演讲时，你提供的知识越多，讲的越全面，你的演讲就越能说明问题，也不会因此而失去什么。但是，如果你提供的解释不周全，缺东少西，那样给人的印象一定不是令人感到满意的。这样的例子在现实生活中举不胜举。就目前来讲，在阅读的时候采取这种阅读方法所花费的代价是很小的，但它使你收获巨大。因此，对于任何希望采用科学方法研究课题的人来说，无论如何都不能放弃使用这种方法。

对于年轻人来说，再也没有像地理这样的学科更让人在开阔视野和思维的同时，又能够抓住人的注意力了。不过，我的意思是说，要想取得这样的效果就必须采用我建议的方法。这种方法的用途是显而易见的，这是任何一个人都能够觉察到的。当然，如前所述，一个人有兴趣和爱好的不同，但是，我坚信任何人或多或少都会对地理知识发生兴趣

的。从书本上了解地理知识，与实地旅游仅差了一步。然而又有谁能够对新的地方和新鲜事物不感兴趣呢？

2. 历史

在兴趣和重要性方面，仅次于地理的学科便是历史了。在掌握历史知识的同时，还要注意大事年表，这是非常重要的。要做到这一点，就如同上面所叙述的一样，在开始的时候，它的效率很低。在演讲或者报纸上面所讲或者提到的某一背景或者事件无论如何都会激发起你的好奇心，并引起你的仔细探究。不过，我的建议是，在一定的時候，由于你的精力有限，而且出于条理方面的因素考虑，你还是处理关于某一学科的问题好。这就是说，如果目前你考虑的是地理方面的问题，那么，你就要把关于历史，以及其他学科方面的东西放在一边，以便能牢牢掌握你所需要的地理信息。等到一个星期或者一个月之后，如果你考虑该研究历史问题了，你就可以让学生们找一些时间，或者专门研究历史方面的问题。

开始着手学习、研究历史这一门学科时，如果没有老师指导，最自然的顺序就是“顺藤摸瓜”。例如，当你拿起一本书，或者一张报纸的时候，发现上面讲到某一个人已经亡故了，而这个人又是弗吉尼亚州约克镇人。在美国独立战争期间，就是这个镇被包围的。在这里，从地理角度上讲，你已经知道了约克镇在什么地方，但你还应知道它的历史。也就是你要探讨关于围攻约克镇，以及独立革命这些方面的问题。如果你手边有历史方面的书籍或者其他资料，你就不要放弃阅读这些资料的机会，直到你了解了一定的背景知识。对于约克镇被围这个事件，你要知道这个事件发生在什么时候，由谁带领的军队，他带领了多少部队，又是谁被包围，有多少人被围。

那些按照这种方法阅读的人会发现，他的视野和兴趣已不仅仅局限