



让孩子用自己的力量成长

北京市绿色印刷工程
优秀青少年读物绿色印刷示范项目

成长我最棒



做有坏习惯 的自己

让我更出色的100个行为习惯故事

没有什么
比习惯的力量更强大。
好习惯，
让人受益一生。
坏习惯，
让人后悔一生。
彭凡 主编

全国百佳图书出版单位



化学工业出版社

成长我最棒



做有坏习惯 的自己

让我更出色的100个行为习惯故事

彭凡 主编



化学工业出版社

· 北京 ·

图书在版编目 (CIP) 数据

做有好习惯的自己：让我更出色的100个行为习惯故事/彭凡主编.—北京：化学工业出版社，2016.5

(成长我最棒)

ISBN 978-7-122-26474-9

I. ①做… II. ①彭… III. ①儿童故事—作品集—世界 IV. ①I18

中国版本图书馆CIP数据核字(2016)第046857号

责任编辑：史 懿 丁尚林

责任校对：陈 静

出版发行：化学工业出版社(北京市东城区青年湖南街13号 邮政编码100011)

印 装：北京画中画印刷有限公司

710mm×1000mm 1/16 印张13 字数200千字 2016年 6 月北京第 1 版第 1 次印刷

购书咨询：010-64518888 (传真：010-64519686) 售后服务：010-64518899

网 址：<http://www.cip.com.cn>

凡购买本书，如有缺损质量问题，本社销售中心负责调换。

定 价：29.80元

版权所有 违者必究

目 录

CONTENTS

♥ 一片冰心

- 8 我可以，你也可以
10 小羊过桥
12 知道你是大明星
14 两个朋友
16 乌鸦变孔雀
18 活着就要读书
20 钓鱼和射鸟
22 富翁装病
24 小和尚撞钟
26 指挥家“练兵”
28 七千张照片

- 30 正午牡丹
32 佛像刻得不像
34 从木工到画家
36 柳公权拜无手师傅
38 哭鼻子的大仲马
40 请蛇入网
42 方爷爷和圆奶奶

♥ 一路清风

- 44 七只铅笔
46 厉归真深山画虎
48 艾戈和特务





♥ 一树花开

- 84 一日不作，一日不食
- 86 天子赦醉汉
- 88 轮船发明者
- 90 什么最苦，什么最甜？
- 92 马克思的足迹
- 94 吃墨水的故事
- 96 王冕苦读
- 98 珍珠猫眼与黄金猫身
- 100 幸运源于礼貌
- 102 落聘之后
- 104 别在衣领上的花
- 106 守时就是最大的礼貌
- 108 再给自己一点信心
- 110 我是一棵青松

- 50 周处知错就改
- 52 后院里的十八缸水
- 54 我的东西卖贵了
- 56 卜克求学
- 58 镜子与狗
- 60 主动加班的勤杂工
- 62 攻到底线
- 64 一条腿也能游得很远
- 66 谁比孔雀更美
- 68 红宝石项链
- 70 孔子学琴
- 72 狼和狐狸
- 74 “每桶4美元”先生
- 76 每天甩手两百下
- 78 凿壁偷光
- 80 隔篱偷学
- 82 狐狸与荆棘



目录

CONTENTS

- 112 轮椅上的总统
- 114 蛇皮化作龙鳞归
- 116 讲信用的面包
- 118 忍耐暂时的痛苦
- 120 英雄不怕出身低
- 122 南门立木
- 124 淡泊名利的房玄龄
- 126 坚持真理的布鲁诺

一池春雨

- 128 请尽情反对我的理论
- 130 放弃和成功只有一步之遥
- 132 向天空捕捉雷电
- 134 苏东坡题字助贫
- 136 大音乐家莫扎特
- 138 巴赫偷曲
- 140 王永庆卖米
- 142 最好的药
- 144 鹰和狐狸
- 146 一对小姐妹



- 148 山谷回声
- 150 我想当一只狗
- 152 大公无私的小猴
- 154 神奇的水罐

- 156 费希玛的金鱼
- 158 决心的力量
- 160 11岁的图书管理员
- 162 国王的传令官
- 164 依玛的后悔药
- 166 留一点儿给喜鹊



一米阳光

- 168 在仙人掌上安家的老鹰
- 170 悬崖上的百合花
- 172 两只小青蛙
- 174 心平气和的刘铭传
- 176 谁更愉快
- 178 孝顺的大白象
- 180 谦逊的贝罗尼
- 182 橱窗里的布娃娃



- 184 孙武练兵
- 186 谁砍的樱桃树
- 188 洪水过后
- 190 耐心喝美酒
- 192 胡萝卜、鸡蛋和咖啡
- 194 获胜的秘诀
- 196 蝙蝠的故事
- 198 求画
- 200 放走的鲑鱼
- 202 不要被风雪吓倒
- 204 一双手套一双鞋
- 206 29分钱



成长我最棒



做有坏习惯 的自己

让我更出色的100个行为习惯故事

彭凡 主编



化学工业出版社

· 北京 ·



前



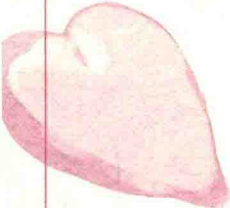
言

再细小的花朵，也有它与众不同的芳香；
再微弱的火光，也可以带来光明和希望；
再平凡的人儿，也是一座值得挖掘的宝藏；
再短小的故事，也可以开启你紧闭的心房！

我们是春天的水稻，等待着成长与芬芳；
我们是破浪的轻舟，向闪亮的海洋起航！



有雨露，有阳光，
水稻才拥有金灿灿的希望；
有水手，有航灯，
轻舟才拥抱蓝莹莹的水乡。



我们渴望雨露和阳光，
我们追寻水手与方向。
我们期盼一双双有力的大手，
拉我们跨过高山，越过海洋。



其实，
雨露就在足下，阳光就在顶上，
水手就在身旁，航灯就在前方。

这一套《成长我最棒》，
将是你人生路上的好朋友，
每一个小故事，就是一滴雨露，
一滴一滴，让成长的大地鲜花怒放。

这一套《成长我最棒》，
将是你话题作文的好助手，
每一个大智慧，就是一寸阳光，
一寸一寸，让智慧的河流解冻欢唱。

阅读它，就是阅读人生，让你收获成长智慧！
走进它，就是走进成功，让你做最棒的自己！

目录

CONTENTS

一片冰心

- 8 我可以，你也可以
- 10 小羊过桥
- 12 知道你是大明星
- 14 两个朋友
- 16 乌鸦变孔雀
- 18 活着就要读书
- 20 钓鱼和射鸟
- 22 富翁装病
- 24 小和尚撞钟
- 26 指挥家“练兵”
- 28 七千张照片

- 30 正午牡丹
- 32 佛像刻得不像
- 34 从木工到画家
- 36 柳公权拜无手师傅
- 38 哭鼻子的大仲马
- 40 请蛇入网
- 42 方爷爷和圆奶奶

一路清风

- 44 七只铅笔
- 46 厉归真深山画虎
- 48 艾戈和特务





♥ 一树花开

- 84 一日不作，一日不食
- 86 天子赦醉汉
- 88 轮船发明者
- 90 什么最苦，什么最甜？
- 92 马克思的足迹
- 94 吃墨水的故事
- 96 王冕苦读
- 98 珍珠猫眼与黄金猫身
- 100 幸运源于礼貌
- 102 落聘之后
- 104 别在衣领上的花
- 106 守时就是最大的礼貌
- 108 再给自己一点信心
- 110 我是一棵青松

- 50 周处知错就改
- 52 后院里的十八缸水
- 54 我的东西卖贵了
- 56 卜克求学
- 58 镜子与狗
- 60 主动加班的勤杂工
- 62 攻到底线
- 64 一条腿也能游得很远
- 66 谁比孔雀更美
- 68 红宝石项链
- 70 孔子学琴
- 72 狼和狐狸
- 74 “每桶4美元”先生
- 76 每天甩手两百下
- 78 凿壁偷光
- 80 隔篱偷学
- 82 狐狸与荆棘



目 录

CONTENTS

- 112 轮椅上的总统
- 114 蛇皮化作龙鳞归
- 116 讲信用的面包
- 118 忍耐暂时的痛苦
- 120 英雄不怕出身低
- 122 南门立木
- 124 淡泊名利的房玄龄
- 126 坚持真理的布鲁诺

♥ 一池春雨

- 128 请尽情反对我的理论
- 130 放弃和成功只有一步之遥
- 132 向天空捕捉雷电
- 134 苏东坡题字助贫
- 136 大音乐家莫扎特
- 138 巴赫偷曲
- 140 王永庆卖米
- 142 最好的药
- 144 鹰和狐狸
- 146 一对小姐妹



- 148 山谷回声
- 150 我想当一只狗
- 152 大公无私的小猴
- 154 神奇的水罐

- 156 费希玛的金鱼
- 158 决心的力量
- 160 11岁的图书管理员
- 162 国王的传令官
- 164 依玛的后悔药
- 166 留一点儿给喜鹊



一米阳光

- 168 在仙人掌上安家的老鹰
- 170 悬崖上的百合花
- 172 两只小青蛙
- 174 心平气和的刘铭传
- 176 谁更愉快
- 178 孝顺的大白象
- 180 谦逊的贝罗尼
- 182 橱窗里的布娃娃



- 184 孙武练兵
- 186 谁砍的樱桃树
- 188 洪水过后
- 190 耐心喝美酒
- 192 胡萝卜、鸡蛋和咖啡
- 194 获胜的秘诀
- 196 蝙蝠的故事
- 198 求画
- 200 放走的鲑鱼
- 202 不要被风雪吓倒
- 204 一双手套一双鞋
- 206 29分钱



A decorative header featuring a central red ribbon bow, flanked by stylized pink and yellow floral or leaf-like patterns. Above the bow, several small, colorful stars (yellow, orange, green) are scattered across the top of the page.

一片冰心

即使命运抛弃了你，你也不要放弃你自己。放弃自己才是真正的穷途末路。

我可以，你也可以

温鹏弘是中国台湾著名的绵纸撕画家，因为患有重度脑性麻痹，从小他只能在地上爬行，不能直立行走，直到14岁那年，才拥有第一辆轮椅。

虽然行动不便，人生坎坷，但温鹏弘从来不向命运屈服。

由于不能像平常的孩子那样上学读书，于是他努力自学，28岁那年，他克服了语言发音的障碍，通过口试正式获得了小学学历。随后，他一直顽强地自学，还通过了高中的教育水平测试。

30岁那年，他开始学习绵纸撕画，起初他以为撕画很容易，只要将色纸撕碎、搓揉成一定的形状，再贴到画纸上去就可以了。深入了解以后，他才感叹道：“撕画看起来容易，做起来难啊。”然而他凭着自己坚韧不拔的信念，创建了温馨工作室，专门研究撕画，最终成为了享誉台湾的绵纸撕

画家，并荣获“终身学习楷模”奖章。

后来，他又为自己制订了出书的目标，到各大高校去巡回演讲，告诉年轻的学子们：“不要放弃自己，不要放弃对生命的热爱，我辛苦爬行14年都没有放弃，你碰到一点儿挫折算什么？我可以，大家一定也可以。”



给自己加油

没有崎岖坎坷，不叫攀登；没有痛苦烦恼，不叫人生。生命的步履可以艰辛，却不可以空白；可以歪斜，却不可以后退。

不必为错过群星而懊悔，因为你还有太阳；不必为一时的挫折放弃自己，因为世界是如此美好。让我们以乐观的心境，去体味生命的乐趣；以执著的激情，去雕琢完美的生命。让生命的乐章，永远悦耳，永运动听吧！

忍一时风平浪静，退一步海阔天空。

小羊过桥

森林里有一条小河，小河上架了一座独木桥，狭窄得只能容一个人通过。

一只小黑羊想要到河对面去吃草。它饿昏了头，急匆匆地往独木桥上奔去。

“哎哟！”小黑羊痛得叫了起来。原来，它只顾低头跑，和另一只小白羊撞上了。四只小羊角一撞，疼得两只小羊直叫唤，好一会儿才回过神来。

小黑羊气不打一处来，大吼一声：“喂，你怎么搞的，没长眼睛呀？快给我让开，我现在马上要过去！”

小白羊望着小黑羊，笑了笑。它刚才是因为一路在思考问题，才和小黑羊撞上了，所以也根本没打算与小黑羊争辩。

