

大悦读

成长心灵鸡汤系列
CHENGZHANGXINLINGJITANG



谷心靖◎主编

Chengzhangxinlingjitang

成长心灵鸡汤

永不言败的 100 个励志故事

让学生受益一生的心灵智慧



吉林大学出版社

大悦读


成长心灵鸡汤系列
CHENGZHANGXINLINGJITANG



谷心靖◎主编

成长心灵鸡汤

永不言败的 100 个励志故事

 吉林大学出版社

图书在版编目(CIP)数据

永不言败的100个励志故事/谷心靖主编. —长春:
吉林大学出版社, 2010.12
(成长心灵鸡汤系列丛书)
ISBN 978-7-5601-6731-2

I. ①永… II. ①谷… III. ①故事-作品集-世界
IV. ①I14

中国版本图书馆CIP数据核字(2010)第239109号

书 名:永不言败的100个励志故事

作 者:谷心靖

责任编辑:李国宏

责任校对:马宁徽

封面设计:天之赋设计室

美术指导:蒋燕春

内文绘图:吉艺新媒体动漫工作室 JYC 吴锡军

出版发行:吉林大学出版社

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

印 刷:北京德富泰印务有限公司

开 本:670mm×960mm 1/16

印 张:14.5

字 数:230千字

版 次:2011年1月 第1版

印 次:2011年1月 第1次印刷

书 号:ISBN 978-7-5601-6731-2

定 价:15.90元

版权所有 翻印必究

前言



每一个孩子都是一棵蓬勃生长的幼苗，在这崭新而又陌生的世界茁壮成长。风雨的磨练，使他们有了挺拔的英姿；汗水的浇灌，使他们根深蒂固。每一次成功，每一次失败，或高兴，或悲伤，无不牵动着我们的心。天空很高很高，孩子的心会越长越高；土地很厚很厚，孩子的根会渐扎渐深……

书是开启智慧之门的钥匙，书是攀登知识之峰的阶梯。书是火把，能指引孩子前进之路；书是明灯，能照亮孩子未来道路。一本好书是孩子成长道路上最佳的精神伴侣。书不仅可以增长孩子的阅历、知识，更重要的是它能引导孩子树立正确的人生观，建立并完善自己的人格。

本书就是我们为孩子们准备的一份丰盛而有营养的“精神大餐”，为孩子的成长助一臂之力。

本书精选了富有激励和价值的心灵故事，从孩子的成长经历，做人做事的修养，良好的学习、生活习惯，以及积极的人生态度等几十个方面，全面诠释了孩子的成长要素。同时设置完善而合理的结构，别出心裁的栏目设计，在提升孩子素质的同时，可以积累到最好的写作素材。

那么如何让孩子注重积累写作素材呢？本书收集的众多生动而又典型的故事，为孩子们写作提供了大量素材。针对有些孩子阅读时囫圇吞枣、不会提炼的问题，我们设计了精致的小栏目——写作关键词、写作论点，让孩子对写作命题一目了然，从而正确引导



前言

Foreword

孩子阅读，提高孩子分析文章、归纳论点的能力。

其中，“写作关键词”起着提纲挈领的作用，让孩子对文章大意一目了然，提高孩子对作文选题的敏锐度。而“写作论点”则直指文章内核，在加深孩子总结归纳能力的基础上，充分锻炼其统筹作文、合理布文的技巧。

而每篇文章最后，我们又为孩子添加了精美的“饭后甜点”。这些小知识、小笑话，不仅丰富了孩子的知识量，还能为孩子紧张的学习带来一丝乐趣。而如能把这些小知识灵活运用在作文之中，不失为画龙点睛。其中“学习指南针”介绍的学习方法，更是能帮助孩子们养成良好的学习习惯，掌握有效的学习技巧。

我们建议孩子们在阅读的时候，可以试图自己独自对文章进行思考，归纳论点。然后与本书已提出的论点进行对照、补充，这样可更快提高自身的写作能力。

相信孩子在读过此书后，提高的不仅仅是写作水平，更重要的是养成积极的学习意识，这对孩子整体素质和成长都大有裨益的。这是一本既能提高孩子写作水平，又能帮助孩子正确、积极生活学习的书。可以让每位家长更全面地认识、教育自己的孩子，是家长的好帮手，更是孩子们的知心朋友。

编者



1. 打开心中的那扇门

- ♥ 自信让人美丽 > 2
- ♥ 自信，人生第一课 > 4
- ♥ 战胜内心的恐惧 > 6
- ♥ 肯定自己 > 8
- ♥ 改变自己的命运 > 10
- ♥ 自信的太阳 > 12
- ♥ 不如先改变自己 > 14
- ♥ 你比想象中还要优秀 > 17
- ♥ 自卑者注定与成功无缘 > 19
- ♥ 洛克菲勒的支票 > 21
- ♥ 设法从自卑走向自信 > 23
- ♥ 自信罐 > 25
- ♥ 自信的柱子 > 28
- ♥ 自信无价 > 30
- ♥ 下一个轮到你讲了 > 32
- ♥ 勇敢的美丽 > 34



目录

Contents



2. 要对自己的选择负责

- ♥ 不要寄希望于下一次 > 38
- ♥ 别怕遇到麻烦 > 39
- ♥ 放弃假设 > 41
- ♥ 借口是对懒惰的纵容 > 44
- ♥ 最好的办法就是积极想办法 > 45
- ♥ 要对自己的选择负责 > 47
- ♥ 要成功必须靠自己 > 49
- ♥ 500 美元的教训 > 53
- ♥ 敢于认错也是一种美丽 > 56
- ♥ 责任传递责任 > 59
- ♥ 坚守责任的力量 > 61
- ♥ 活着的一万零一条理由 > 63
- ♥ 错了就承认 > 66
- ♥ 人生是一个履行责任的过程 > 68
- ♥ 人生容不得半点不负责任 > 70
- ♥ 坦率地承认和检讨错误 > 72
- ♥ 学会对自己的行为负责 > 74



3. 找准自己的人生定位

- ♥ 以一种积极的方式行走 > 78
- ♥ 战胜自己的缺陷 > 81
- ♥ 这样的生活，你如何面对 > 84
- ♥ 人生贵在磨炼 > 86
- ♥ 断箭 > 88
- ♥ 恐惧是扼杀希望的恶魔 > 89
- ♥ 人生总有两个机会 > 91
- ♥ 靠自己站起来 > 93
- ♥ 找准自己的人生定位 > 95
- ♥ 为什么不竭尽全力 > 97
- ♥ 苏东坡改联立志 > 99
- ♥ 比尔·盖茨的 11 条准则 > 100
- ♥ 别让环境乱了方寸 > 102
- ♥ 战胜厄运的力量 > 103
- ♥ 奇迹总会发生 > 107
- ♥ 让我们微笑面对 > 109
- ♥ 生命之约 > 112





目录

Contents



4. 没有人可以说你不行

- ♥ 身价“自定” > 118
- ♥ 寻找适合自己的鞋子 > 119
- ♥ 挖掘自己的长处 > 121
- ♥ 每个人都是百万富翁 > 123
- ♥ 拿破仑的孙子 > 125
- ♥ 主角就是你自己 > 127
- ♥ 接受自己 > 128
- ♥ 没有台词也能成为主角 > 130
- ♥ 每个生命都有其独特的价值 > 133
- ♥ 认识到自己的好 > 135
- ♥ 要靠就靠自己 > 137
- ♥ 走出阴影 > 140
- ♥ 人生是一顿自助餐 > 142
- ♥ 黑气球也能飞起来 > 144
- ♥ 时刻敲响你的进军鼓 > 146
- ♥ 在做和学中认识自己 > 148



5. 成功就在下一次

- ♥ 永不放弃你的希望 > 152
- ♥ 拥抱希望到最后一刻 > 154
- ♥ 别犹豫，坚定地走下去 > 156
- ♥ 做正确的事，不怕别人笑 > 159
- ♥ 坚持的丰厚回报 > 160
- ♥ 人生中的如果 > 162
- ♥ 可怕的不是跌倒 > 163
- ♥ 成功就在下一次 > 165
- ♥ 人生需要再坚持一下的勇气 > 168
- ♥ 苹果的味道 > 170
- ♥ 牧羊人与断角羊 > 171
- ♥ 郑周永寻梦 > 173
- ♥ 认识自我，永不放弃 > 175
- ♥ 把握可以把握的 1% > 176
- ♥ 蚂蚁哲学 > 178
- ♥ 一定要有奋起的决心 > 180
- ♥ 永远不能停住脚步 > 182





目录

Contents

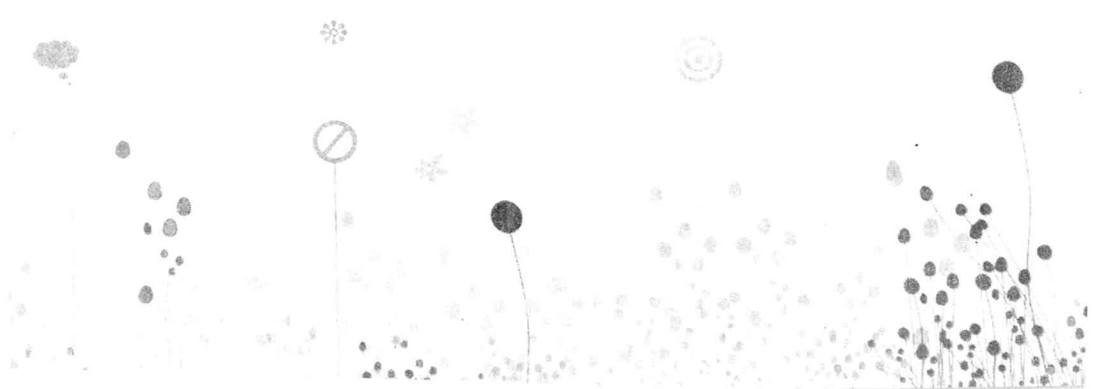


6. 爬起来比跌倒多一次

- ♥ 忘记过去，开创未来 > 186
- ♥ 总统是怎么炼成的 > 187
- ♥ 为自己开一扇窗 > 189
- ♥ 对困难说声“无所谓” > 192
- ♥ 人生仿佛红绿灯 > 194
- ♥ 失败也是新的起点 > 196
- ♥ 把困难当成机遇 > 198
- ♥ 感谢挫折 > 200
- ♥ 昂首走出失败的阴霾 > 202
- ♥ 破釜沉舟才有出路 > 204
- ♥ 生活不相信眼泪 > 206
- ♥ 永不言败 > 209
- ♥ 即使失败，也不放弃 > 211
- ♥ 爬起来比跌倒多一次 > 213
- ♥ 苦难也是一笔宝贵的财富 > 215
- ♥ 对失败最大的报复 > 217
- ♥ 我生命中的两次“重伤” > 219



1. 打开心中的那扇门





自信让人美丽

写作关键词 暴躁、喜悦、美丽

写作论点 1. 自信的人是最美丽的。

2. 要想别人看得起自己，首先自己就要看得起自己。

有一个女孩，她个子比较矮小，皮肤黝黑。她十分讨厌自己的外貌，每次看到那些打扮得漂亮的女孩，她都羡慕不已，内心不由自主地涌起一种深深的自卑感，总觉得自己不够漂亮。因此，她的脾气变得十分暴躁，没有人愿意跟她接近……

有一天，她放学后，闲来无事，就走进了一个卖发夹的商店。在那里，她看到了很多漂亮的发夹。她本想给自己买一个戴上，但是她一想到镜中的自己——黝黑的皮肤、矮小的个子以及那双浑浊的眼睛，内心的自卑感又涌上心头。她无奈地放下手中的发夹，准备走出店门。

就在这时，店主好像看出了她的心思，叫住了她：“小姑娘，你喜欢这发夹，就买一个吧！你戴上一定很漂亮。”

她回过头来，不太确定地问道：“真的吗？我戴上会像别的女孩戴上那样漂亮吗？”

店主点了点头，并将那个发夹给她戴上。女孩望着镜中的自己，顿时傻眼了，她怎么也不相信，镜中的那个女孩竟是她自己。

后来，她付了钱，戴上那个发夹走出了发夹店的店门。她一路上非常高兴，心里急切地希望大家能早点儿看到如此美丽的她。于是，她戴着发夹像风那样飘啊飘地跑回家去。

到家门口时，她高兴地向门卫张大爷打招呼，那种喜悦之情流露在她的脸上。门卫张大爷看到她红晕的脸庞，高兴地夸她长漂亮了。她高



兴极了，心想这都是发夹带来的，发夹让她变漂亮了。

又走了一会儿，她又碰到邻居李阿姨，李阿姨一见到她就夸她今天真漂亮。她心里像吃了蜜一样甜，但她还是忍不住问道：“李阿姨，你说的是我头上的发夹吧！”

李阿姨一脸疑惑地问道：“发夹？我没看到什么发夹啊！”

女孩用手摸了摸头上的发夹，发现发夹早已掉了。刹那间，她突然明白了什么。



★★★心灵感悟

小溪，从不自卑自己的浅薄，时刻坚信，只要前进，终会发现大海；小草，即使不能献给春天一缕芳香，也要把一片新绿献给大地。人人都想得到他人的认可，都希望别人看得起自己，但是假如一个人连自己都看不起自己，那么别人怎么看得起他呢？要想别人看得起自己，首先自己就要看得起自己。

♀生活小帮手

1913年，人们认识到牛肝之所以能明目，是因为动物肝脏中存在一种有效成分，它能溶解在油脂中，这个“功臣”就是人类发现的第一种维生素，因此被命名为维生素A。胡萝卜以及所有富含维生素A的食物都有明目的功效。维生素A能够滋养视网膜的神经细胞，有助于保持健康视力。维生素A摄入量不足的人最容易罹患眼疾。除胡萝卜以外，很多红色、黄色、橙色或绿叶蔬菜，包括甘薯、甘蓝、芒果和番木瓜果都富含维生素A。另外，鸡蛋和动物肝脏也是补足维生素A的好原料。

♂心灵格言：每一朵成功的花都是由许多雨、血、泥和强烈的暴风雨的环境培养成的。

——洗星海





自信，人生第一课

写作关键词 自信、我能行、教育方式、鼓励

写作论点 1. 树立自信是迈向成功的第一步。
2. 要从小培养自己的信心。

我们的教育就是要让孩子从小就树立“我能行”的人生观，对自己的人生充满自信。

在美国一家普通的幼儿园里，刚刚入园的儿童被老师带进幼儿园的图书馆，很随便地坐在地毯上，接受他们的人生第一课。

一位幼儿园图书馆的老师微笑着走上来，她身后是整架整架的图书。

“孩子们，我来给你们讲个故事好不好？”

“好！”孩子们答道。

于是老师从书架上抽下一本书，讲了一个很浅显的童话。

“孩子们，”老师讲完故事后说，“这个故事就写在这本书中，这本书是一个作家写的。你们长大了，也一样能写这样的书。”

老师停顿了一下，接着问：“哪一位小朋友也来给大家讲一个故事？”

一位小朋友立即站起来，“我有一个爸爸，还有一个妈妈，还有一个我。”幼稚的童声在厅中回荡。

然而，老师却用一张非常好的纸，很认真、很工整地把这个语无伦次的故事记录下来。

“下面，”老师说，“哪位小朋友来给这个故事配个插图呢？”

又一位小朋友站了起来，画一个“爸爸”，画一个“妈妈”，再画



一个“我”。当然画得很不像样子，但老师同样认真地把它接过来，附在那一页故事的后面，然后取出一张精美的封皮纸，把它们装订在一起。封面上，写上作者的姓名、插图者的姓名，“出版”的年、月、日。

老师把这本“书”高高地举起来：“孩子，瞧，这是你写的第一本书。孩子们，写书并不难。你们还小，所以只能写这种小书。但是，等你们长大了，就能写大书，就能成为伟大的人物。”



★★★心灵感悟

孩子的心灵是一块未开垦的处女地，一句赞美，一声肯定，就是把一颗名叫“自信”的种子种在了孩子柔嫩的心田上。这颗种子装载着孩子的梦想，它会生根，会发芽，直至长成参天大树。让我们赞美孩子吧，因为我们是在栽种梦想，收获成功。

♀历史百科书

焚书坑儒发生在中国古代的秦朝。公元前213年，博士齐人淳于越反对当时实行的“郡县制”，要求根据古制，分封子弟。丞相李斯加以驳斥，并主张禁止百姓以古非今，以私学诽谤朝政。秦始皇采纳了李斯的建议，下令焚烧《秦记》以外的列国史记，对不属于博士馆的私藏《诗》、《书》等也限期交出烧毁；有敢谈论《诗》、《书》的处死，以古非今的灭族；禁止私学，想学法令的人要以官吏为师。此即为“焚书”。第二年，术士侯生和卢生暗地里诽谤秦始皇，并亡命而去。秦始皇得知此事，大怒，派御史调查，审理下来，得犯禁者四百六十余人，全部坑杀。此即为“坑儒”。两件事合称“焚书坑儒”。

♂心灵格言：信心是命运的主宰。

——海伦·凯勒





战胜内心的恐惧

写作关键词 把握、恐惧、进退两难

写作论点 1. 人在关键时刻一定要相信自己。

2. 不要给心灵制造羁绊。

从前，有一个猎手非常喜欢在冬天打猎。这天，天气异常寒冷，猎手取出他的猎枪，穿戴得严严实实，准备到几十里外的乡下去打猎。如果足够幸运，能够猎捕到一只鹿的话，那么这个冬天他就不用再为食物发愁了。在到达乡间野地不久，他就惊喜地发现了鹿留下的痕迹。猎手压抑不住内心强烈的追捕欲望，未做片刻停留，立即跟踪着痕迹，向鹿逃离的方向追去。

不久，在鹿痕的引导下，猎手来到了一条结冰的河流跟前。这是一条相当宽阔的河流，河面完全被冻冰所覆盖。猎手无法判定冻冰能否承受得住他的体重，虽然冰面上明显地留下了鹿走过的痕迹，但猎手不知道这只鹿是大鹿还是小鹿。尽管冰面能够承受得住一只鹿，但能否承受得了一个人，猎手并没有一点儿把握。

最终，捕鹿的强烈愿望使猎手决定，冒险跨过河流。

猎手伏下他的双手和膝盖，开始小心翼翼地在冰面上爬行起来。当他爬行到将近一半的时候，他的想象力开始空前活跃起来。他似乎听到了冰面裂开的声音，他觉得随时都有可能跌落下去。在这个寒风凛冽的冰封日子，在这人迹罕至的荒郊野外，一旦跌入冰下，除了死亡，不会有第二种可能。巨大的恐惧向猎手袭来，此时，鹿已经勾不起他的兴趣了，他只想返回去，回到安全的岸边。但他已经爬行得太远了，无论是爬到对岸还是返回去，都危险重重。他的心在惊恐紧张中怦怦地跳个不