

“读·品·悟”
小学生成长必读系列

怎样让自己每天都有个好心情、好状态？如何
让自己每天的学习、生活都快快乐乐、丰富多彩？

● 总主编：滕刚
● 本册主编：陈晓芸

让小学生 保持阳光心态的 100个故事

保持阳光心态，
让学习、生活快乐起来

赶快打开自己的心房吧，让阳光透入我们的心里，融
入我们的生活，让我们的性格也染上阳光的色彩！没错，
我们的每一天都需要阳光心态。



九州出版社
JIUZHOU PRESS



“读·品·悟”小学生成长必读系列

让小学生保持阳光心态的 100个故事

总主编：滕刚

本册主编：陈晓芸



九州出版社
JIUZHOU PRESS

图书在版编目(CIP)数据

让小学生保持阳光心态的 100 个故事/滕刚主编.—北京:
九州出版社, 2007.12
ISBN 978-7-80195-750-4

I. 让… II. 滕… III. 儿童文学—故事—作品集—世界
IV. I18

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2007) 第 177260 号

让小学生保持阳光心态的 100 个故事

作 者	滕 刚(总主编) 陈晓芸(本册主编)
责任编辑	姬登杰 刘宏武
责任校对	周娅琼
出版发行	九州出版社
地 址	北京市西城区阜外大街甲 35 号(100037)
发行电话	(010)68992190/2/3/5/6
网 址	www.jiuzhoupress.com
电子信箱	jiuzhou@jiuzhoupress.com
印 刷	北京市德美印刷厂
开 本	720mm × 980mm 1/16
印 张	13.75
字 数	220 千字
版 次	2008 年 1 月第 1 版
印 次	2008 年 1 月第 1 次印刷
书 号	ISBN 978-7-80195-750-4/I·389
定 价	19.80 元

★ 版权所有 侵权必究 ★



目 录

第一辑 最优秀的人就是你自己

每个人的一生中都有一个最大的渴望，那就是成功。但事实上往往有更多的人，只看到别人身上的优点，而看不到自己身上的优点，从而对自己失去信心甘愿沉沦下去，于是岁月就在这样周而往复的轮回中消耗掉了。其实成功不仅仅是一个结果，更重要的是表现在一个过程上。每个人只有正视自己，渴望成功，才有无穷无尽的追求动力。

绝不轻言放弃	002
最优秀的人就是你自己	004
明确你的目标	005
母狮与猎人	006
在黑暗中更容易找到出路	007
一切皆有可能	009
一切从自信开始	010
一粒种子的信念	011
找到自己的路	013
不要把手缩进袋里	015

第二辑 告诉自己：我能行

不是用嘴为自己的梦想去张扬，也不是用嘴为自己的懒惰作辩解；应该用脚走出路去证明，用双手拨开荆棘去证明，用头脑解开困惑去证明。你越是畏惧不前，就越容易摔倒；我们要背起生活的行装，勇敢地去接受命运的挑战。



目 录

让小学生保持阳光心态的100个故事·目录

把嘲笑当动力	020
告诉自己:我能行	022
借口多的人离梦想最远	024
下等舱的旅客	026
应该不断地给自己鼓舞	027
不必看轻自己	028
过好每一天	030
把自己亮在暗处	031
让心灵更自由	032
用更大的心去对待一切	034

第三辑 专心于路,别专心于困难

认真地走好自己脚下的路,比总想着困难要好得多。专心于路,路就不会多难走;专心于事,事就不会太难做。有些时候形势所逼,能助自己渡过难关的,并非能力与体力,而是毅力。

成功寓言五则	038
享受成功的过程	041
向自己挑战:你能做得更好	043
冲破“自我设限”的藩篱	046
你一生有没有使自己惊奇过	048
把身后的门关上	050
理想分解法	052
把“不能”埋葬起来	054
专心于路,别专心于困难	056
无知者无畏	058
庄稼的启示	059

第四辑 人生四堂必修课

“予人方便,予己方便。”懂得设身处地替他人着

想,奉献爱心,得到的是内心的充实、人格的锤炼和思想境界的提高,同样也会得到爱心的照耀和真情的温暖。人要学会替他人着想,这样才能活得更舒坦,更有质量,我们的心才会充满阳光的味道。



目 录

一步到位的开店方式	062
跳河的兔子	064
做一个完全的自己	065
秋意绵绵的晚上	067
优秀是一种习惯	070
快乐真谛	072
人生四堂必修课	075
路曲心直	077
位置	079
快乐的来源	081

第五辑 给自己树一面旗帜

我们不是独立地生活在这个世界上,我们每个人都是社会的一员。一个人如果将自己孤立起来,即使就在身边的快乐他也不会感觉到。同样,总与人形同陌路,唾手可得的快乐也可能失之交臂。所以,只有互相帮助,相互给予,我们才会在生活中收获更多的快乐。

照耀在别人身上的光芒	088
季节先从一缕风开始	090
那夜的烛光	092
给自己树一面旗帜	093
不生气的秘诀	095
每天给自己一个希望	096
感谢那只手	098
感恩经营	099
感恩	101
只需一瓢水	103



目 录

点亮心烛	104
心灵先到达那里	106

第六辑 呵护那一点点光

爱能改变一个人的生活,爱能改变一个人的命运,爱能改变一个人的形象。沐浴在爱中的人脸上洋溢着幸福,目光也闪烁着光彩,就算是面对自然景观,眼睛里也会放射出夺目的光芒。那就是生命内在之光,它的光源是爱。

沙漠花园的秘密	110
一张经典照	112
学会鼓掌	114
一样重要	115
命运之上的风景	117
为乐趣而工作	119
三万个和一个	120
带上三句话上路	122
发现他人的优点	124
生命租金	126
自己才能给的东西	129

第七辑 吃肥肉,还是瘦肉

发现生活的另一面,我们以怎样的心态对待生活,生活就以什么样的方式回馈于你。去用乐观的心态发现生活的绿,打开尘封的心房,让阳光透入你的心里,融入你的生活,让你的性格也沾染上阳光的彩色。你会发现生活不像我们想象的那么坏,生活到处是美好。

世界上没有笨蛋	132
有志者事竟成	134
机会只有3秒	136
吃肥肉,还是瘦肉	137

孩子,请系好鞋带	139
阳光的指纹	141
播下那枚叫总统的种子	142
尽力而为还不够	144
每一朵乌云都镶有银边	146
财富	148



目 录

第八辑 打开你的观念抽屉

逆境并不可怕,可怕的是在逆境中不能奋发向上。把遇到的逆境当成一个成长的过程,当成是前进道路上的最好老师,当成是磨砺意志的砥石,是通往成功的道路。如果你在哭泣,请擦干眼泪;如果你在徘徊,请收住脚步。只要心中有明确的目标,就会克服一切困难,走向光辉的顶点。

最先死掉的鱼	152
心中的球洞	154
林肯“学习失败”	156
窗外的天空很蓝	158
再好的草原也有瘦马	160
倒过来试试	161
地上的绳索	163
怎样把水烧开	164
三株葡萄树	166

第九辑 独木桥的走法

有些人总喜欢说,他们现在的境况是别人造成的,环境决定了他们的人生位置,这些人常说他们的想法无法改变。但是,我们的境况不是周围环境造成的。说到底,如何看待人生,由我们自己决定,你是对的,则世界就是对的;你认为你行,你就行。



目 录

让小学生保持阳光心态的100个故事·目录

变则通	170
永远都要坐前排	172
请多看一眼	174
把握住现在	176
让心灵站立	177
人生岂能无压力	179
最佳路径	181
两点之间曲线最短	183
让生活危险起来	185
成功的最佳位置	187
当别人把你绊倒	189

第十辑 偏离靶心不等于失败

大多数人的失败，并不是因为他们缺乏智慧、能力、机会或才智，而往往在于没有全力以赴。就算是失败，也不需要沮丧，那只不过是不断茁壮发展过程中的一幕，只要拥有积极的心态和足够的热忱，生活的热土上将又是一片无限的生机。

没有一种冰不被自信的阳光融化	192
珊瑚是怎样色彩斑斓的	194
如何使用勺子	196
当成功之箭偏离靶心	198
多结交比自己优秀的人	199
不必恐惧失败	202
伤痕苹果	204
苦难本是一条狗	205
尽力就是最好	207
上帝没这个意思	209





最优秀的人就是你自己

让小学生保持阳光心态的 100 个故事

每个人的一生中都有一个最大的渴望,那就是成功。但事实上往往有更多的人,只看到别人身上的优点,而看不到自己身上的优点,从而对自己失去信心甘愿沉沦下去,于是岁月就在这样周而往复的轮回中消耗掉了。其实成功不仅仅是一个结果,更重要的是表现在一个过程上。每个人只有正视自己,渴望成功,才有无穷无尽的追求动力。



绝不轻言放弃



命运全在搏击，奋斗就是希望。失败只有一种，那就是放弃努力。

美国《黑人文摘》杂志创始人，约翰森出版公司总裁，拥有三家无线电台的约翰·H. 约翰森闻名世界，他的成功为美国公民，尤其是为美国黑人树立了很好的榜样。

1927年，美国的阿肯色州密西西比河大堤被洪水冲垮，9岁的约翰森的家全部葬入水底，幸好在洪水即将吞噬他的一刹那，母亲用力把他拉上了堤坡。

1932年，约翰森八年级毕业了，阿肯色城的中学不招收黑人，要接着读书只能到芝加哥城去，但是他出身贫寒，家里远远没有那么多钱。这时，母亲做出了惊人的决定，让约翰森复读一年，母亲则为整整50名工人洗衣、熨衣和做饭，为他攒钱上学。

1933年夏，家里终于凑足了那笔血汗钱，母亲带着他踏上火车，奔向了陌生的芝加哥。在芝加哥，母亲靠当用人谋生，艰难地维持他们母子的生活。约翰森学习非常刻苦，以优异的成绩中学毕业，后来又顺利地读完大学。1942年，他开始创办一份杂志，但是最后一道障碍是缺少500美元邮费，他无法向可能的客户发函。一家借贷公司愿意借款，但有一个条件，得要一笔财产做抵押。母亲曾经分期付款好长时间买了一批新家具，无疑，这是她一生最喜爱的东西了。但是她最后还是同意

将家具做了抵押。

1943年,那份杂志获得巨大成功。约翰森终于可以做自己梦想多年的事情了:将母亲列入他的员工工资花名册,并告诉她算是退休工人,再不用工作了。那天,母亲哭了,约翰森也哭了。这么多年的风风雨雨,母子两人相依为命,是该取得回报的时候了。

但是后来一段时间,他经营的一切仿佛陷入谷底,当时面临着巨大的困难和障碍,仿佛已无力回天。他心情忧郁,想着自己多年的心血就要付诸东流,更重要的是,无法让母亲安稳幸福地生活,备感愧疚。他告诉母亲:“妈妈,看来这次我真的要失败了。”

“儿子,”母亲听了他的话,神情坚毅地说,“你努力试过了吗?”

“试过。”

“非常努力了吗?”“是的。”“很好,”母亲以断然的语气结束谈话,“无论何时,只要你努力尝试,绝不轻言放弃,就不会失败。”

果然,约翰森渡过了难关,攀上了事业的新巅峰。

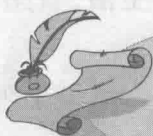
不管做什么事情,只要放弃了,就没有成功的机会;不放弃,就会一直拥有成功的希望。如果你有99%想要成功的欲望,却有1%想要放弃的念头,这样只能与成功无缘。放弃,代表你对困难恐惧,对成功恐惧。我们完全有理由相信,彪炳的功业,无一不受过无情的打击,只是这些成功者能坚持到底,终于获得辉煌成果。命运全在搏击,奋斗就是希望。失败只有一种,那就是放弃努力。



“天将降大任于斯人也,必先苦其心智,劳其筋骨,饿其体肤,空乏其身……”困难是生活对每个人的考验,只有经得起人生风雨的打击,你才有机会见到彩虹的妩媚。生命的美丽常常因坚持而摇曳多姿。



最优秀的人就是你自己



每个向往成功、不甘沉沦者，都应该牢记柏拉图的这句至理名言：最优秀的人就是你自己！



风烛残年之际，柏拉图知道自己时日不多了，就想考验和点化一下他的那位平时看来很不错的助手。他把助手叫到床前说：“我需要一位最优秀的承传者，他不但要有相当的智慧，还必须有充分的信心和非凡的勇气……这样的人选直到目前我还未见到，你帮我寻找和发掘一位好吗？”

“好的，好的。”助手很温顺很诚恳地说，“我一定竭尽全力地去寻找，以不辜负你的栽培和信任。”

那位忠诚而勤奋的助手，不辞辛劳地通过各种渠道开始四处寻找了。可他领来一位又一位，总被柏拉图一一婉言谢绝了。有一次，病人膏肓的柏拉图硬撑着坐起来，抚着那位助手的肩膀说：“真是辛苦你了，不过，你找来的那些人，其实还不如你……”

半年之后，柏拉图眼看就要告别人世，最优秀的人选还是没有眉目。助手非常惭愧，泪流满面地坐在病床边，语气沉重地说：“我真对不起您，令您失望了！”

“失望的是我，对不起的却是你自己。”柏拉图说到这里，很失意地闭上眼睛，停顿了许久，又不无哀怨地说，“本来，最优秀的人就是你自己，只是你不敢相信自己，才把自己给忽略、给耽误、给丢失了……其

实,每个人都是最优秀的,差别就在于如何认识自己、如何发掘和重用自己……”话没说完,一代哲人就永远离开了这个世界。

那位助手非常后悔,甚至整个后半生都在自责。

你可以敬佩别人,但绝不可忽略了自己;你也可以相信别人,但绝不可以不相信自己。每个向往成功、不甘沉沦者,都应该牢记柏拉图的这句至理名言:最优秀的人就是你自己!



阳光语语

一个人的成就不会超过他的信念。阻止我们成功的往往不是环境,而是我们自己。一个不相信自己的人,如何能让别人相信?一个没有信心超越自己的人,如何能超越别人?



明确你的目标



有了目标,也就有了方向。朝着这个方向努力,成功就可以期待。

有一位父亲带着三个孩子,到海边去捕鱼。

他们到达了目的地。

父亲问老大:“你看到了什么?”老大回答:“我看到了渔网、鱼,还有一望无际的大海。”父亲摇摇头说:“不对。”

父亲以相同的问题问老二。老二回答:“我看到了爸爸、大哥、弟

弟、渔网、鱼,还有大海。”父亲又摇摇头说:“还是不对。”

父亲又以同样的问题问老三。老三回答:“我只看到了鱼。”父亲高兴地说:“答对了。”

一发子弹只能打一个靶,我们也只能朝一个方向前进。要获得一定的成就,就一定要发现或搞清楚你的人生目标是什么。你的人生主要目标,应该是一个你终生追求的方向,你的生活中的事情都围绕着它而存在。有了目标,也就有了方向。朝着这个方向努力,成功就可以期待。



英国有一句谚语:“对一艘盲目航行的船来说,任何方向的风都是逆风。”可见如果没有方向,只会永远都在原地徘徊。骏马的疾驰是因为它的心中只有道路;飞鹰的凌厉是因为它的心中只有猎物。一个成功的人,常常能排除其他事物的干扰,一心一意地追逐自己确定的目标。

母狮与猎人



只有具备一颗勇敢的心,才能发挥出超过平时双倍的力量,不顾一切地冲向前方,甚至一鼓作气地到达终点。

母狮子正在森林中给小狮子喂奶,没有发现握着长矛的猎人已悄悄靠近它们。当它嗅到危险的气息时,猎人已在他旁边举起了长矛。

母狮转身想逃,可又舍不得自己的孩子。为了救小狮子,母狮豁出

去了,它放弃了逃跑,怒吼着冲向猎人。

发狂的母狮气势极其凶猛,猎人们没料到平日里见了长矛就跑的狮子会突然冲来,全都吓傻了,再也顾不上打猎,掉头就跑。

就这样,母狮凭着自己的勇气,救了小狮子。

里根说:“为了保住这最后的、最伟大的自由堡垒,我们必须尽我们所能。”

现实世界的很多斗争都是勇气的较量,常常是勇者得胜。只有具备一颗勇敢的心,才能发挥出超过平时双倍的力量,不顾一切地冲向前方,甚至一鼓作气地到达终点。这就是人们在危急时刻才能爆发出巨大潜力的原因。勇者得胜。



英国首相丘吉尔曾经说过:“勇气是人类最重要的一种特质,倘若有了勇气,人类其他的特质自然也就具备了。”不畏一切的勇气爆发出来的力量会令任何对手退避三尺。



在黑暗中更容易找到出路



许多身处黑暗的人,虽然磕磕绊绊,历经各种磨难,但最终走向了成功。

一个商人在翻越一座山时,遭遇了一个拦路抢劫的土匪。商人立刻逃跑,但土匪穷追不舍。走投无路时,商人钻进了一个山洞,土匪也

追进了山洞里。

在洞的深处,商人未能逃过土匪的追逐。黑暗中,他被山匪逮住了,遭到了一顿毒打,身上的所有钱财,包括一把夜间照明用的火把,都被土匪掳去了。

幸好土匪并没有要他的命,之后,两个人各自寻找着洞的出口。

这山洞极深极黑,且洞中有洞,纵横交错。两个人置身洞里,像置身于一个地下迷宫。

土匪庆幸自己从商人那里抢来了火把,于是他将火把点燃,借着火把的亮光在洞中行走。火把给他的行走带来了方便,他能看清脚下的石块,能看清周围的石壁,因而他不会碰壁,不会被石块绊倒。但是,他走来走去,就是走不出这个洞。最终,他力竭而死。

商人失去了火把,没有了照明,他在黑暗中摸索行走得十分艰辛。他不时碰壁,不时被石块绊倒,跌得鼻青脸肿。但是,正因为他置身于一片黑暗中,所以他的眼睛能够灵敏地感受到洞口透进来的微光。他迎着这缕微光摸索爬行,最终逃离了山洞。

没有火把照明的商人最终走出了黑暗,而有火把照明的土匪却永远葬身在黑暗之中。

世事大多如此。许多身处黑暗的人,虽然磕磕绊绊,历经各种磨难,但最终走向了成功;而另一些人往往被眼前的光明迷失了前进的方向,所以终身与成功无缘。



黑暗中的人容易感受光线的指引,困境中的人更容易听到成功的呼唤。困境磨砺了人的坚强意志,练就了人的谨慎细心,也磨炼了人对成功的无限渴望。在有些情况下,困境是一笔财富,困境中的人比一帆风顺的人更容易迈向成功。

