



the best me

最/好/的/我

一堂关于**逆境成长**的人生必修课

资深教育专家 儿童阅读推广专家 **强力推荐**

给心灵减负

给素质加分

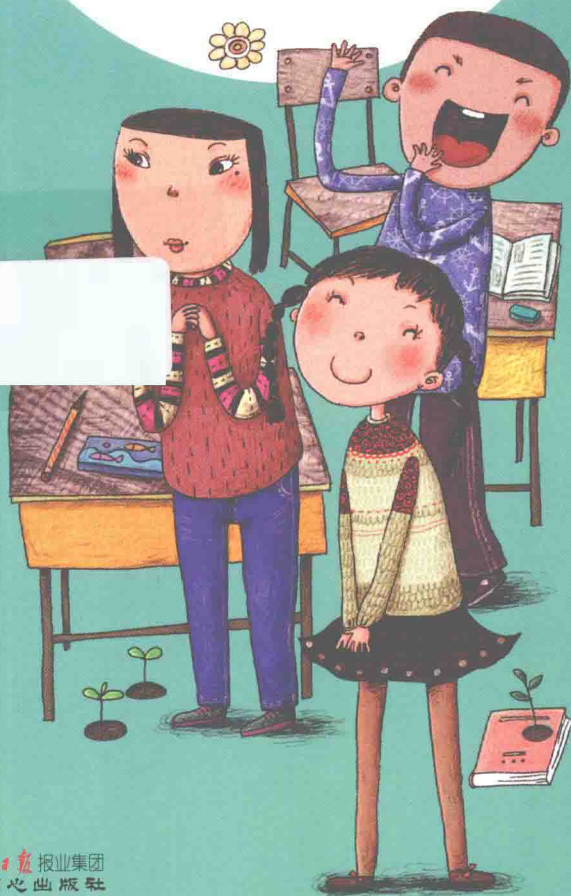
让逆境变成训练场

不怕压力 迎风成长

不怕压力 我更强

——让我轻松闯难关的故事

刘祥和 / 编写





最/好/的/我

不怕压力 我更强

——让我轻松闯难关的故事

刘祥和 / 编写

图书在版编目(CIP)数据

不怕压力我更强：让我轻松闯难关的故事 / 刘祥和编写，

—北京：同心出版社，2014.10

(最好的我)

ISBN 978-7-5477-1319-8

I. ①不… II. ①刘… III. ①成功心理—少儿读物

IV. ①B848.4-49

中国版本图书馆CIP数据核字(2014)第208361号

最/好/的/我

不怕压力我更强

——让我轻松闯难关的故事

策划 / 安洪民

编写 / 刘祥和

绘画 / 苑芳

责任编辑 / 宛振文

助理编辑 / 王寅生

项目编辑 / 李想

美术编辑 / 刘璐

装帧设计 / 大娟

内文设计 / 刘杨 张喆

出版 / 同心出版社

地址 / 北京市东城区东单三条8-16号 东方广场东配楼四层

邮编 / 100005

发行电话 / (010) 88356856 88356858

印刷 / 北京缤索印刷有限公司

经销 / 各地新华书店

版次 / 2014年10月第1版 第1次印刷

开本 / 170毫米×240毫米 16开

印张 / 12

字数 / 120千字

定价 / 22.80元

同心版图书 版权所有 侵权必究 未经许可 不得转载

*退换声明：若有印装质量问题，请及时和印务部门(010-88356856)联系退换。



健康成长 快乐学习

青少年的成长与学习是家长和老师以及社会关注的两大问题，几乎与青少年相关的所有问题都可以归入这两大领域。那么如何才能让孩子自主学习，自觉养成良好的习惯和品格呢？本丛书对此进行了探索，从人际交往、习惯养成、心态培养、美德塑造等方面对孩子们进行指导和帮助。希望孩子们能够从小养成良好的习惯，形成美好性格，为将来进入社会做好准备。

“兴趣是最好的老师”。孩子天生爱玩、好动，充满好奇心，只有激发他们的学习兴趣、调动其学习主动性，才能够更好地提高他们的学习效率。而趣味性正是该丛书的重要特点之一。丛书的每个阅读单元都从精彩的故事或者趣闻入手，让学生从循循善诱、蕴含哲理的故事中，从心灵的对话与共鸣中，真正认识到良好品格和习惯养成的重要性，从乐学到愿学，从要我学到我要学。

学习方法与能力是贯穿丛书的重要线索。丛书从不同角度和方面帮助孩子理解、掌握知识中蕴含的思维方式，引导孩子自觉地认识并掌握知识中隐含的学习方法的要点与关键所在，逐步养成良好的学习习惯，提高孩子的自主学习能力。如果说知识和智慧是孩子在成长过程中拾到的金子，那么方法和习惯就是孩子成长的点金术。

情感、态度和价值观的培养是丛书关注的核心之一。学习固然重要，但每

一个孩子的心理成长也是不可忽视的。丛书用孩子能够接受的方式，说故事，讲道理，在故事的认识和感悟中完善孩子丰富的内心世界和主体人格，力图体现以育人为本的现代教育价值取向，培养孩子对生活的积极态度和参与社会的能力，使他们成为有爱心、有责任心、有良好的行为习惯和个性品质的人。

现代教育主张充分尊重孩子的情感、心理等个性特点，强调知识与技能、过程与方法、情感态度与价值观的三维教育。要在发掘每个人可持续发展的潜力的同时，为孩子的一生奠定良好的基础，并要充分认识到孩子首先是一个生命个体。因此，现代教育的重点应该是，激发孩子的好奇心和求知欲，让他们满怀激情地参加对智慧和品德的追求，体验学习和成长的乐趣，使生命的活力自由焕发。

本套图书在以上方面进行了有益的探索，这也是它最值得阅读的理由。因为“教育不是注满一桶水，而是点燃一把火”。

顾瑾玉 北京教育科学研究院高级教师

目录

CONTENTS



倔强的小狗	2
冲破“迷雾”的飞艇	6
谁能帮助“流浪汉”	10
穷孩子买书	14
钱包丢失的快乐	18
光明的秘方	22
沙漠里的月亮和星星	26
吉列刀片诞生记	30
努力试过，便已足够	34
浴火重生写《国榷》	38
两位总统	42
创造幸福的法宝	46
沉潜的企鹅	50
蜘蛛修网	54
从穷孩子到科学家	58
乞丐与老妇人	62
车库里诞生的“巨星”	66
穿越沙漠的小河	70
骂天的人	74
我是纽约州的州长	78
一定要站起来	82
峡谷上的铁索	86
山洞遇险	90



摩西奶奶	94	
出发去美国	98	
冒死横渡大西洋	102	
小鳄鱼找水源	106	
不咸的“海水”	110	
老鹰和野鸭	114	
竹筏救我，亦害我	118	
老农移石	122	
关键三小时	126	
自讨苦吃的小鸟	130	
石头下的金子	134	
	138	二十美元的价值
	142	迷路的骆驼
	146	被“锁”住的开锁大师
	150	冠军之路
	154	勤奋的天才爱迪生
	158	皮肉受苦换读书
	162	桑戴克的猫
	166	消失的一百万
	170	一杯水的看法
	174	打油的学生
	178	一封感谢信
	182	后记



最/好/的/我
不怕压力我更强
 ——让我轻松闯关难关的故事

没有无法攀越的高山
也没有无法渡过的河流
没有迎不来日出的夜晚
也没有永无尽头的寒冬
人生路虽然曲曲弯弯
但它的终点是希望



倔强的小狗

世界上绝大多数重要的事情，
都是那些处在毫无希望的困境中却仍然坚持尝试的人完成的。

——[美国]卡耐基

维基·霍夫曼是美国有名的企业家，他曾写过一本书《附加的生活》，在书中介绍了一个真实的故事：

霍夫曼非常喜欢打猎，因此买了两条血统纯正的名种猎犬，将它们养在后院。一有时间，他就去训练猎犬，希望自己去打猎时，它们能成为好助手。

一天，霍夫曼在训练猎犬时，忽然发现一条斗牛犬在后院外面来回溜达，并且几次试图钻过后院的围篱。这条斗牛犬还没有成年，身材十分矮小，霍夫曼担心它万一挤进后院，而自己又恰好不在，那它就会被这里的两条大犬弄伤。于是他找来两条绳子，准备把大犬拴起来。妻子见了，阻止他说：“我们的



猎犬虽然看起来凶猛，但实际上性情十分温顺，不会主动招惹是非，现在就把它拴起来，是不是太不公平了？再说了，如果那条小犬不懂事，硬要闯入别人的领地，被大猎犬教训一番，那也是动物们自己的规则。”

“嗯，言之有理。”霍夫曼点头说，“就按你说的办吧。”

到了晚上，霍夫曼来到后院查看，发现了很多掉落的狗毛，看颜色是属于小犬的。很明显，小犬果然钻进来了，还被猎犬教训了一顿。霍夫曼心想：“这样也好，估计它再也不敢闯进来了。”

第二天早上，霍夫曼吃惊地发现小犬又来了。只见它熟练

地钻过篱笆，径直扑向一条猎犬。两条猎犬共同对付入侵者，很快就将小犬打得落荒而逃。之后，每天都会发生这样的打斗，小犬总是被教训得很惨。霍夫曼对此很感兴趣，他总是在想：小犬到底什么时候才会认输呢？

在几周的时间里，小犬每天都会准时闯入后院，与两条猎犬争斗，一天不落！最终的结果令人惊讶：两条看似凶猛的猎犬每当听到小犬的声音，就会吓得浑身发抖，慌慌张张地躲起来。而小犬则趾高气扬地在后院四处溜达，好似它才是这里的主人。

在故事的后面，霍夫曼写道：“每当我在生意场上或生活中遇到麻烦时，我都会从这条其貌不扬、身材矮小的斗牛犬身上获得灵感与勇气。我由衷地敬佩它的执著和胆量。我有我的麻烦，它有它的难题。不同的是，在它的难题解决之前，这条小狗总是有足够的毅力和耐心去与难题周旋到底。”



成长志

在生活中，我们总会遇到一些麻烦和难题，或许有些困难非常大，看似不可克服。这时应该怎么办呢？是放弃，还是与它们周旋到底？或许我们可以从小斗牛犬打败两条大猎犬的故事中得到一些启发。



轻松闯难关

不放弃，不逃避

从强壮程度上看，小斗牛犬似乎无法战胜两条庞大的猎犬，但它始终不放弃，用自己的执著、勇气、毅力和耐心创造了令人惊讶的奇迹，从轻易被打败到将敌手吓得落荒而逃，这其中必然经历了很多艰难，但它坚持到了胜利。

霍夫曼从小斗牛犬身上学到了许多，那么我们能学到什么呢？当我们遇到难以解决的困难，比如说，在学习中碰到一道超出能力的难题时，要怎么办呢？下面有三种应对办法：一、放弃；二、请教老师或家长；三、自己想尽各种办法去解决，直到解决为止。你会选择哪一种呢？在这三种做法中，哪一种得到的收获更多呢？很明显，是第三种！采用第三种办法的人，所收获的一定不会只有一道难题的答案。

这个世界上的成功者，绝不会是那些懒惰成性，一遇到麻烦和难题就逃避、畏首畏尾的人。成功者大多具有顽强的毅力，有耐心去努力，有勇气去付出，能够坚持到底。如果我们也能做到这样，就一定会看到美好的未来。

冲破“迷雾”的飞艇

失败正是我所需要的，八千次失败，起码让我知道了有八千个办法行不通。

——[美国]爱迪生

十九世纪下半叶，普鲁士与法国之间爆发了战争。在情报大战中，法国人设计了一些巨大的氢气球，把它们放到普鲁士的上空来搜集情报。当时还没有发明高射武器，普鲁士人只能惊恐地看着在头顶上飞翔的庞然大物，却毫无对策。

斐迪南·冯·齐柏林是一个爱国的普鲁士人，见到这种情况不由暗暗发誓：“我一定要发明一种可以在天空中飞行的家伙，就像会飞的舰艇一样，用来干掉那些讨厌的氢气球。”

从此，齐柏林将发明飞艇当成了自己的梦想，甚至为此辞掉了工作，将全副身心投入到研发飞艇的工作中。

齐柏林出身贵族家庭，拥有大笔财产，他将这些全部投入

到飞艇研究中，却依然是杯水车薪。财产很快就花完了，飞艇的研究却还没看到希望。为了筹集资金，齐柏林绞尽脑汁。他曾尝试向普鲁士政府寻求资助，但遭到了拒绝。之后他又成立了一家公司，以公司的名义向工会贷了一笔款。

1900年，齐柏林终于制造出了第一艘飞艇，但首次试飞就失败了，这让他的生活再次遇到危机。工会认为飞艇研究风险太大，也停止了对他的贷款。朋友们纷纷劝他说：“你是不可能成功的，不要再做无用功了。”



“这是我的梦想，”齐柏林坚持说，“我是不会放弃的。这次失败了，下次也许就会成功。下次再失败，下下次或许会成功，总有一次会成功的。”

齐柏林用募捐的方式又筹集了一笔费用，继续自己的研究。

五年后，第二艘飞艇制造出来，但在试飞中又失败了。雪上加霜的是，一直在齐柏林身边支持他的妻子去世了。齐柏林非常悲痛，但并没有被打倒，而是鼓起勇气，又进行了第三次尝试。

不久，齐柏林研制的第三艘飞艇诞生了，而且在试飞中一举成功。飞艇的诞生引起全国轰动，普鲁士政府知道后，立即拨款给齐柏林，并且授予他伯爵爵位和黑鹰勋章。他研制的飞艇开始大批量生产，在民用和军事两方面都发挥了巨大作用。齐柏林也被人们尊称为“飞艇之父”。



成长志

人在一生中会经历很多事情，有成功也有失败。在追求梦想的过程中，很少有人会一帆风顺，绝大多数人都会经历各种各样的失败。如果一遇到失败就选择放弃，最终只能一事无成。要记住，即使遭遇一千次失败，第一千零一次也有可能成功。



轻松闯难关

失败乃成功之母

失败是什么？有人说：“失败乃成功之母。”

齐柏林在研制飞艇的过程中，经历了一系列挫折和失败，但他始终相信总有一次会成功，最终他成功了。

对于失败，著名科学家乔纳斯·索尔克博士有自己的看法。在研制小儿麻痹症的疫苗时，他经历过二百次失败，直到第二百零一次才成功。有人曾这样问他：“你是怎么看待先前的二百次失败的？”他回答说：“在我人生的字典里，没有失败这个词。前二百次实验增加了我的经验，使我学到了很多知识。如果没有这二百次实验，我不可能成功。”

失败虽然是痛苦的，但它却是成功路上不可缺少的一个环节，它让人们学到的东西，往往比成功后得到的还多。试想一下，一个从来没有失败过的人怎可能拥有应对失败的经验呢？而若缺少这样的经验，一旦他们面临挫折时，就很容易手足无措，甚至一蹶不振。

因此，我们要坦然面对失败，在教训中积累经验，以永不放弃的精神继续奋斗。只有这样，成功才会牵起我们的手。

谁能帮助“流浪汉”

假如我们自己将自己比做泥土，那你就真要成为别人践踏的东西了。

——[英国]莎士比亚

这是一个真实的故事。

在美国，罗伯特·菲利浦是一个从事个性分析的专家。有一次，他的办公室里来了一个流浪汉。流浪汉语气低沉，不断诉说着自己的不幸：“我原本是一个成功的商人，可是因为一次决策失误，我的企业倒闭了。我现在没有一分钱，而且负债累累，却没有人肯帮我，我以前的朋友都远远地躲着我……”

罗伯特一边听着，一边仔细打量着眼前的流浪汉：眼神迷茫，神情沮丧。脸上胡子拉碴，起码有十多天没有刮脸了。衣服皱皱巴巴的，有很多污渍。他双手不安地扭动着，似乎有点神经质。