



the best me

最/好/的/我

一堂关于**积极心态**的人生必修课

资深教育专家 儿童阅读推广专家 **强力推荐**

充满正能量的孩子
就像小太阳一样
不但温暖自己的心
也让身边的世界越来越明亮

满满的 正能量

——让我**心态更积极**的故事

刘祥和 / 编写





最 / 好 / 的 / 我

满满的 正能量

——让我心态更积极的故事

刘祥和 / 编写

图书在版编目(CIP)数据

满满的正能量：让我心态更积极的故事 / 刘祥和编写。

—北京：同心出版社，2014.10

(最好的我)

ISBN 978-7-5477-1318-1

I. ①满… 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 208358 号

最/好/的/我

满满的正能量

——让我心态更积极的故事

策划 / 安洪民

编写 / 刘祥和

绘画 / 张冬雨

责任编辑 / 许庆元

项目编辑 / 李 想

美术编辑 / 刘 璐

装帧设计 / 大 娟

内文设计 / 常 跃 刘 杨

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。

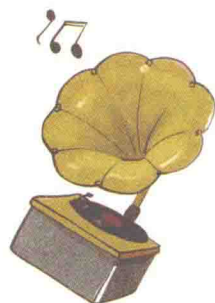
现代教育主张充分尊重孩子的情感、心理等个性特点，强调知识与技能、过程与方法、情感态度与价值观的三维教育。要在发掘每个人可持续发展的潜力的同时，为孩子的一生奠定良好的基础，并要充分认识到孩子首先是一个生命个体。因此，现代教育的重点应该是，激发孩子的好奇心和求知欲，让他们满怀激情地参加对智慧和品德的追求，体验学习和成长的乐趣，使生命的活力自由焕发。

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”。

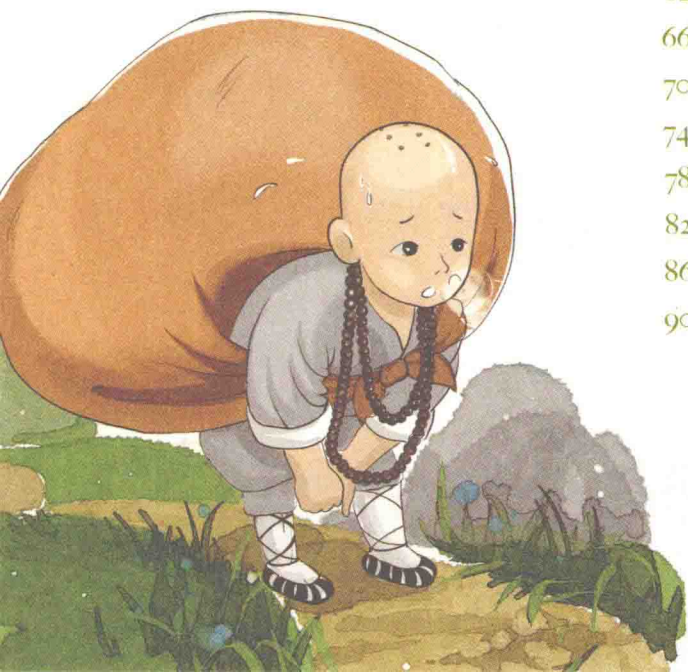
顾瑾玉 北京教育科学研究院高级教师



飞向高空	2
最大的财富	6
两块石头	10
“幸运”的小鞋匠	14
有用的乔治	18
“顽劣”的丘吉尔	22
写满自信的白纸	26
保持泡茶的气势	30
总统也自卑	34
十三年著一书	38
天天练字不停歇	42
饿死的虫子	46
钥匙和石头	50



54	独特的讨债单
58	“自讨苦吃”的欧阳修
62	生死之间
66	井蛙和海龟
70	小和尚的路
74	寻找圣人
78	该低头时就低头
82	想飞的兄弟
86	打破“神话”
90	好画？烂画？



一分钟的悲剧	94	
吕蒙读书	98	
鸟儿学做巢	102	
狐狸和猎狗	106	
“曲折”的从商路	110	
老水牛的建议	114	
姆佩姆巴效应	118	
两只蚂蚁	122	
专注的比尔·盖茨	126	
财主选刑罚	130	
放弃当医生	134	
	138	化整为零来募捐
	142	只看到“野兔”
	146	废物变瑰宝
	150	劈木板的诀窍
	154	智者和愚者
	158	三个砌砖人
	162	“自讨苦吃”的狼
	166	“笨蛋”威廉
	170	燃烧的火柴
	174	华佗学医
	178	“贪玩”的宋应星
	182	后记



最好/的/我

满满的正能量

——让我心态更积极的故事

让心里盛开一朵太阳花

把温暖带给别人

把力量留给自己

对世界微笑

生活里处处充满

美好和希望



飞向高空

一个人追求的目标越高，他的才力就发展得越快，对社会就越有益。

——[苏联]高尔基

从前，有三只小鸟，它们住在同一棵大树上，身体也一样强壮。它们一同跟从一只金翅鸟学习飞翔。在金翅鸟精心的教导下，它们学得很认真，很快就能独自在天空飞行了。

有一天，金翅鸟对三只小鸟说：“你们都已经长大了，老师的本领也都学会了。现在，到了你们该离开的时候，远走高飞，去寻找你们安家立业的位置吧。”

“谢谢您，老师！”三只小鸟告别了老师，怀着兴奋而期待的心情一起飞向高空。

飞啊，飞啊，三只小鸟飞了好久，都觉得有点累了。当它们前面出现一座小山时，其中一只小鸟说：“我累了，想休息一



下。”说着，它飞了过去，在山顶的一棵小树上停了下来。

“哎呀，这里真高呀！”这只小鸟兴奋地说，“风景真好呀！你们看，山脚下有成群的牛羊，还有鸡鸭，甚至有大名鼎鼎的千里马，它们都在羡慕地仰望着我呢。这地方太好了，能在这样的地方生活，我已经很满足了。你们也和我一起留下来吧。”

“不，这里不够高，”另外两只小鸟说，“视野不够广阔，风景也不够美丽。既然你已经满足了，就留在这里吧，但我们还想飞到更高的地方看看。再见！”说完，两只小鸟继续向更高、更远处飞翔。

飞啊，飞啊，两只小鸟又飞了好长时间，一直飞到了五彩

缤纷的云彩里。其中一只小鸟被深深地陶醉了，情不自禁地高声唱起歌来。它停下来，沾沾自喜地说：“我已经很累了，不想继续飞了，而且我能飞上云端，已经很了不起了！我要把自己的家安在这里，你呢？”

“这里很美，但我坚信还有更美好的地方、更高的境界，所以我不能留在这里。既然你已经选择留在这里，我只能独自去飞翔了。”说完，剩下的一只小鸟振奋起精神，向着太阳，一如既往地展翅翱翔，执著地飞着，越飞越高……

最后，落在小树上的小鸟在那里扎了根，它的后代就是麻雀；而留在云端的小鸟经常飞越千山万水，它的后代就是大雁；向着太阳翱翔的小鸟则永不疲倦地挑战高空，它的后代就是矫健的雄鹰。



成长志

一个胸怀大志的人，绝不会满足于一些小小的成绩，他们一定会不断努力，希望能够飞得更高、更远。要知道，努力决定了你的高度，而高度决定了你的人生。



阳光心态

心有多高就能飞多高

第一只小鸟的志向是有一棵栖身的树，第二只小鸟的志向是能在云端翱翔，第三只小鸟的志向是追逐太阳。它们的志向不同，它们的成就也截然不同：第一只小鸟成了麻雀，永远只能在枝头叽叽喳喳；第二只小鸟成了大雁，虽然可以跨越千山万水，但也只能在云端徘徊；而第三只小鸟却成了雄鹰，成了飞鸟中的王者，它翱翔的高度令大多数鸟类望尘莫及。

这个故事很容易令人想起一句话：心有多高，就能飞多高；心有多大，舞台就有多大。你的志向在哪里，你的位置就会在哪里。

所以，我们在确立梦想的时候，不要为自己设限，要勇于挑战更高的目标。越是成就卓越的人，越是拥有远大的梦想。人们常说：“期望值越高，达成期望的可能性越大。”梦想越高，成就也会越大。孔子也曾说过：“取乎其上，得乎其中；取乎其中，得乎其下；取乎其下，则无所得矣。”梦想定得太低，就算达到了目标又有什么成就可言？就让我们勇敢飞向高空，向着远大的梦想和目标奋进吧，让它指引我们通往成功的彼岸！

最大的财富

人人都有惊人的潜力，要相信你自己的力量和青春，要不断地告诉自己：“万事全在于我。”

——[法国]纪德

有一个年轻人生活贫困潦倒，经常向人抱怨、发牢骚。

有一天，他在一家小饭馆里吃饭，又忍不住向同桌的一位老人抱怨起来：“生活对我真是太不公平了。别人找工作那么容易，我找工作却那么难！老板要么说我学问少，要么说我技术低。好不容易找到一份工作，没过几天，又被炒鱿鱼！我拿出仅有的一点钱，想做点小生意，可是那些小市民太庸俗、太市侩，供货商又太奸诈，害得我连连亏本……不知道是因为生活太不公平呢，还是我太无能？假如我现在就有一笔巨大的财富，那该多好啊。”

“其实你现在就有一大笔财富，”老人对年轻人说，“为什么

还要这样不停抱怨呢？”

“一大笔财富？在哪里？”年轻人急切地问。

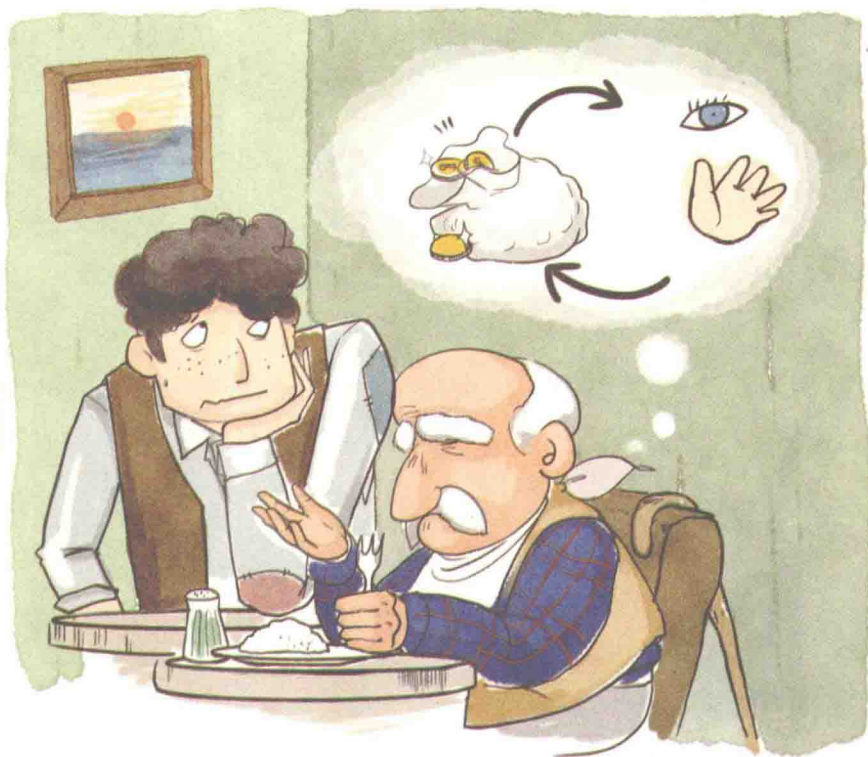
老人说：“只要你把你身上的一样东西给我，你马上就能拥有那笔财富，保证你一辈子衣食无忧。”

“是什么？你要什么我都给你！”年轻人问。

“你有一双明亮的眼睛，”老人用浑浊的双眼看着年轻人，“你只要把眼睛送给我，我就补偿给你用不完的金币。”

“啊，不行！”年轻人吃惊地瞪大了双眼，“我可不想当瞎子！”

“既然如此，我想要你那双有力的双手，”老人伸出枯瘦的手，颤巍巍地指向年轻人的手，“我同样用一大笔钱来补偿你。”



“不行，不行！”年轻人连连摆手，“失去了双手我还能干什么呀？”

“你现在应该明白了吧，”老人意味深长地说，“你自己就是最大的财富啊。你有一双明亮的眼睛，可以不断学习；你有一双有力的手，可以做很多事情。而且，你的身体是如此年轻健康，充满活力。你瞧，你拥有的财富是多么巨大啊！”

年轻人恍然大悟，从此不再抱怨，开始不断学习、勤劳工作，很快就改变了贫困的生活，创造出一大笔属于自己的财富。



成长志

上天对每个人都是公平的，它给予每个人一笔最大的财富，那就是人们自己。每个人的存在都有其自身的价值，只要你肯不断挖掘自身的潜力，它就会带给你最丰厚的回报。



阳光心态

发掘无限的潜力

发牢骚改变不了年轻人贫困的生活，只能形成一个恶性循环，使生活越来越不如意。只有正视自己，挖掘自身潜力，不断学习，努力工作才能改变现状。

老人说的话非常有哲理——“你自己本身就是最大的财富”。是的，只要肯努力，人们想要的东西，都可以通过自己的双手创造出来。

人身体的潜力是巨大的。科学家们研究发现，如果一个人的大脑能够开发出一半的功能，就可以轻松地学会四十种语言、背完整本百科全书、获得十二个博士学位。在危机情况下，人们有时会爆发出超常的力量或速度。新闻报道过这样一件奇事——有个农夫的儿子意外被压在汽车下面，农夫发现后，毫不犹豫地将双手伸到车下，用力把汽车抬高，让儿子从车下脱身。后来他又试了一次，却再也抬不动那辆汽车了。

美国学者詹姆斯研究发现，对于普通人来说，他所开发的能力，仅仅占身体所藏能力的百分之十，那是身心资源中很小很小的一部分。由此可见，无论多么平凡的人，只要相信自己的潜力，努力将自己的潜力发挥出来，就一定能有所作为。

两块石头

人与人之间只有很小的差异，但是这种很小的差异却可以造成巨大的差异。很小的差异即积极的心态和消极的心态；巨大的差异就是成功和失败。

——[法国]拿破仑

从前，在一座山上有两块大石头，大小差不多，颜色灰扑扑的，很不起眼。它们所在的这座山十分荒芜，草木稀疏，很少见到人或鸟兽。两块石头都厌倦了这座荒僻的秃山，抱怨说：“这里太冷清了，真让人受不了，而且这里风沙太大了，早晚会将我消磨掉的。”

忽然有一天，一个年轻人来到了这座山上，在这两块石头前停下了脚步。年轻人是一位雕刻家，他打量了一下两块石头，说：“你们的样子虽然不起眼，但如果雕刻一番，一定能变成两座威武的神像啊，样子会好看得多。”

一块石头听了，忙说：“雕刻家先生，请您将我雕成一座神