



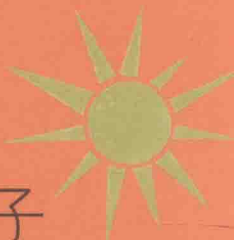
做个内心强大不怕输的孩子

LI ZHI SHENG JING

# 挫折 让我 更完美

没有不能攀登的高山，  
也没有无法渡过的海洋，  
战胜 [redacted] 的强大

田 / 编写





做个内心强大不怕输的孩子



禹田 / 编写

目标越接近，困难越增加。

但愿每一个人都像星星一样安详而从容地不断沿着既定的目标走完自己的路程。

——歌德

图书在版编目 (CIP) 数据

挫折让我更完美 / 禹田编. —北京: 五洲传播出版社, 2017.10

(励志胜经)

ISBN 978-7-5085-3802-0

I. ①挫… II. ①禹… 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 (2017) 第 233650 号



# 挫折 让我 更完美

策 划: 禹田文化  
编 写: 禹 田  
绘 画: 三 水  
责任编辑: 黄金敏

项目编辑: 许春晖  
美术编辑: 沈秋阳  
封面设计: 王 娟  
版式设计: 常 跃

出 版 五洲传播出版社  
地 址 北京市海淀区北三环中路 31 号生产力大楼 B 座 6 层  
邮 编 100088  
网 址 <http://www.cicc.org.cn> <http://www.thatsbooks.com>  
发行电话 (010) 88356856 88356858  
印 刷 小森印刷(北京)有限公司  
经 销 各地新华书店  
版 次 2018 年 1 月第 1 版第 1 次印刷  
开 本 170 毫米×260 毫米 20 开  
印 张 9  
字 数 140 千字  
I S B N 978-7-5085-3802-0  
定 价 26.80 元

\* 版权所有 盗版必究 (举报电话: 010-88356856)

\* 退换声明: 若有印装质量问题, 请及时和销售部门 (010-88356856) 联系退换。

前言

Qianyan



有一个挑水工，他常用两个罐子来挑水。两个水罐看似一样，其实却大有不同。其中一个罐子做工精细，从不漏水，而另一个上面则有一道裂缝。每天早上，挑水工都去小溪边打水，当他满头大汗地走回雇主家时，有裂缝的罐子里的水就只剩一半了。

完好的罐子为自己的完美感到自豪。它常常嘲笑那个有裂缝的罐子，而那个有裂缝的罐子也因自身的瑕疵而感到羞愧不已。

终于有一天，挑水工看到那个有裂缝的罐子在偷偷抹眼泪，于是对它说道：“你是否留意过路边的野花呢？你看它们开得鲜艳而美丽，这都是因为你啊。我们每天从小溪边回来时，你都会给它们浇水。倘若你不漏水，这沿途的风景又怎么会如此美丽呢？”

在漫长的人生路上，我们所经历的、所遇见的，甚至我们自己，都不会是十全十美的。我们难免遇到挫折，人生难免留有遗憾。如果我们像那只“有裂缝的罐子”一样，将漏水的挫折和裂缝的遗憾变成滴水的便利和浇灌的快乐，人生的路途就会开满鲜花。生活在给予我们挫折的同时，也赐予我们希望与坚强：不要因为冬天的寒冷而失去对春天的希望，要学会宽容，学会承担，学会付出，学会自强，懂得用微笑去对待每一天，用微笑去对待这个世界。

# 目录

## Mulu

### 第一章

#### 感恩我所拥有的 2

你需要的仅仅是一颗心 2

穷人和富人 4

幸与不幸 6

把梦想交给自己 9

长线与短线 12

不看我没有的 14

即使没有光明 16

我只会画画 18

少年的宝石 20

创造幸福的法宝 22

一封感谢信 24

### 第二章

#### 勇者无所畏 26

暴风雨的洗礼 26

错位的梦想 28

驯鹿的敌人 30

不寻常的羽衣 32

两块石头 34

沉潜的企鹅 36

黑蚁勇士 38

暴风救援 40

梁红玉擂鼓镇金山 42

一份写满失败的简历 44

让我试试吧 46

智勇双全的女使节 49

被逐出家门的少年 52

从非洲到美国 54

烧不尽的扭叶松 56

一道数学难题 58

与苦难同行的大师 60

轮椅上的科学巨人 62

临危不惧的才女 64

不怕就安全了 66

在死地找生路 68



#### 第四章

### 保守内心的光明 94

最后一片绿叶 94

我很重要 96

先让意念跳过去 98

我相信苦难 100

山岭上的百合花 102

用智慧跑赢马拉松 104

破屋里走出的冠军 106

山洞遇险 108

一枚铜钱 110

一丝希望 112

光明的秘方 114

我是纽约州的州长 117

努力试过，便已足够 120

买一个奇迹 122

用一个巴掌鼓掌 124

三次倒数第一之后 126

星星的误会 128

#### 第三章

### 胜利贵在坚持 70

只剩一英里 70

一定要站起来 72

穷孩子买书 74

惠特曼的决心 76

蝉的故事 78

白色的金盏花 80

天天练字不停歇 82

拄着双拐的总统 84

越来越近的篮筐 86

执着的追梦人 88

你只是没有赢 90

纽约最受欢迎的市民 92



## 第五章

## 快乐和友善的力量 130

钱包丢失的快乐 130

沙漠里的月亮和星星 132

心的容积 134

胡萝卜、鸡蛋和咖啡 136

谁能帮助“流浪汉” 138

雪夜里的微光 140

蝴蝶耳环 143

高原的吻痕 146

换个楼层试试 148

寻找珍贵的雨伞 150

受伤的瓜藤 152

坏消息和好消息 154

谈笑净胡沙 156

忘掉你的龅牙 158

丢掉自己的腿 160

泥坑里的将军 162

请你们住嘴 164

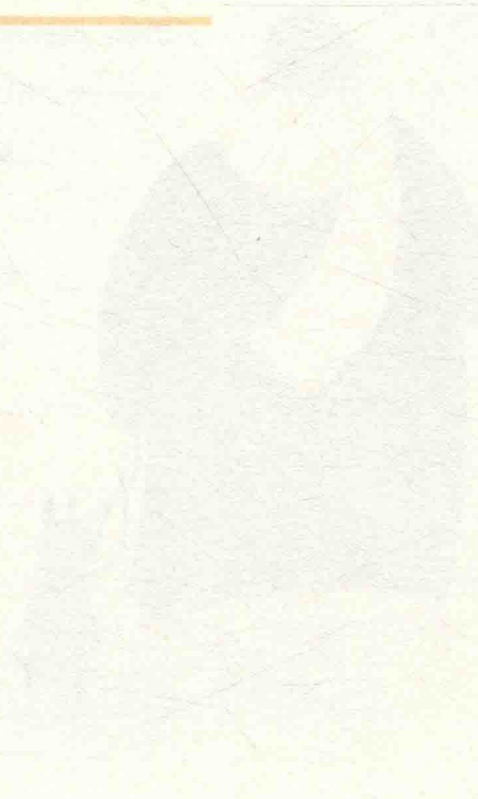
乞丐与老妇人 166

借你吉言 168

---

挫折  
让我  
更完美

---





## | 第一章 感恩我所拥有的

励  
志  
胜  
经

# 你需要的仅仅是一颗心

金钱能做很多事，但它不能做一切事。

——卡莱尔

罗斯顿曾经是好莱坞最胖的电影明星，他的体重一度超过 385 磅（约 175 公斤），走路都有些困难。医生曾多次建议他注意节食，减少演出。但为了赚到更多的钱，这位大明星对医生的建议置若罔闻。

1936 年，在英国伦敦演出的罗斯顿晕倒在了舞台上，并被送到伦敦最著名的急救中心抢救。经诊断，他发生了心力衰竭。医院用当时最先进的药物和医疗器械也没能挽留住他的生命。弥留之际，罗斯顿大彻大悟地说：“尽管我的身躯很庞



大，但我的生命需要的仅仅是一颗心！”

这所急救中心的院长为警示后人，将罗斯顿的临终遗言镌刻在医院中心的接待大厅。1983年夏天，急救中心接收了一名危重病人，他是美国石油大亨默尔。医生告知默尔，他的诊断结果也是心力衰竭。那天，默尔散步来到院中心的接待大厅，忽然，他停住了脚步，望着墙上的标语默念起来，并询问起这条警示语的来由。听完罗斯顿的故事，默尔在警示语前停留了一个多小时后才缓缓地离开。一个月后默尔出院，他做的第一件事竟是卖掉自己苦心经营的公司，之后便带上家人，去乡下的一栋别墅过起了世外桃源般的生活。

后来，人们在默尔自传里看到这样一段话：“这个世界上，不知有多少人日夜在为财富拼命，挣到了百万还想挣到千万，挣到了千万又想挣到亿万，一门心思聚敛钱财，到头来自己究竟得到了什么呢？我之所以要这样做，只不过是吸取了罗斯顿的教训罢了，他那句临终遗言——‘尽管我的身躯很庞大，但我的生命需要的仅仅是一颗心’，让我大彻大悟。”



## 非常有理

太多的脂肪会损害人的心脏，太多的财富会拖累人的心灵，太在意得失也会带来巨大的压力。很多时候，我们的困境来自于不加节制的欲望和奢求——适当舍弃“多余”的东西，才是尊重生命的体现。正如罗斯顿的遗言里说的那样，到头来，生命所需要的仅仅是一颗心呀！

更挫  
完折  
美让  
我



# 穷人和富人

励  
志  
胜  
经

贫穷不会磨灭一个人高贵的品质，反而是富贵叫人丧失了志气。

——薄伽丘

4

从前，有个受人景仰的智者，不管人们心中有了多大的烦恼，他都能帮你排忧解难。因此，每当人们碰到难题时，都会去找他倾诉心中的苦闷，经过一阵谈话之后，那些看似错综复杂的问题，往往都能迎刃而解。

有一天，村子里最有钱的富翁和最贫苦的穷人，同时去找这位有智慧的人。富翁首先进到房里去。过了一个多小时，一直不见富翁出来。

“究竟是什么样的烦恼，需要花那么多的时间？”

刚开始，穷人还很纳闷。可是时间越过越久，仍不见富翁出来，穷人就耐不住性子，生起气来：“会不会因为他是有钱人，便谈了那么久？”

穷人等得哈欠连天、昏昏欲睡时，富翁出来了，拍了拍穷人的肩膀，叫醒他说：“该你进去了！”

穷人睁开眼睛，本想发火，却见富翁面带笑容，说话口气也相当和蔼，只得按捺住心中的怒火，走进了屋子。穷人和智者聊了起来，可是，只聊了不到五分钟，智者就对穷人说：“好了，今天到此为止吧。再见！”穷人此时再也抑制不住，瞬间把酝酿已久的怒火宣泄了出来。

“为什么到我就这么快？我进来不过才五分钟！怎么就不愿意多给我点时间？刚才那个有钱人进来就谈了好几个小时！”穷人一屁股坐在地上，放声痛哭起来。他接着说道：“我知道，还不是因为我穷，没想到连你也瞧不起我！”

然而智者只是神态自如地望着他，等他尽情发泄完心中的委屈之后，才慢条斯理地说道：“你的苦恼源自贫穷，这我一眼就看出来了：破旧的衣衫、干瘪的脸颊，还有瘦得像枯枝一样的手——这让人一眼就能瞧出你的处境。”

“所以呢？”

“那个有钱人的苦恼也是因为贫穷，只是不易被人察觉而已。”

穷人听了这话，张口结舌地问：“有钱人竟然会贫穷？您这不是说笑吗？”

智者解释道：“他的贫穷比你的还要痛苦呢！他是心灵穷人！他的烦恼和忧虑，完全来自他那贫穷的心灵，而我是要帮他找出内心贫穷的原因，才会花那么长时间。”

听到这些话，穷人原有的愤怒与不快渐渐平复了。他谢过智者，若有所思地回家去了。



### 非常有理

也许对于穷人来说，贫穷就是他人生的一个“拦路虎”，他以为有了钱就一定会变得满足、快乐。其实，每个人都会遇到自己人生路上的坎坷，当你羡慕别人的时候，别忘了看看自己所拥有的，常怀一颗感恩的心和积极的心，让精神富足起来，力量和快乐也就随之而来了。

更挫  
完折  
美让  
我



## 幸与不幸

也许人就是这样，有了的东西不知道欣赏，没有的东西又一味追求。

——海伦·凯勒

6

从前有一位老婆婆，靠每天坐在寺院门前卖香烛来维持生活。这里的人没有一个不认识她的，大家都叫她“哭婆”。这是因为她一天到晚总是在哭，香烛卖得好她哭，卖得不好时她更要哭；出太阳的时候她哭，下雨天的时候她也哭。有一天，寺院里来了一位禅师，脚还没有迈进庙门，便听见一阵哭声，循声望去，只见一位老婆婆靠在庙门口的石狮旁伤心地哭。

禅师看着不忍，便走过去问道：“老婆婆，你为什么哭得这样伤心啊？是遇到了什么困难，还是因为你的香烛生意不好呢？”老婆婆抬头看了看禅师，用衣襟擦着眼泪说：“不是，这庙香火旺，我香烛卖得挺好的。”禅师不禁皱了皱眉头，接着问道：“那你是为什么哭呢？”老婆婆用手指了指天上，说：“您看，今天的天气多好啊！”说到这里老婆婆竟然更加伤心了。禅师越听越糊涂，反问：“天气好应该高兴啊！为什么会伤心呢？难道是有什么原因使你不喜欢好天气吗？”老婆婆叹着气说：“大师，您有所不知啊，并不是我不喜欢好天气，只是因为我的大女儿嫁给了一个卖伞的人，天气这么好，那她家伞铺的伞今天肯定卖不出去啊，生意不好她可怎么生活呢？”老婆婆越哭越伤心。

就在禅师想安慰这位老婆婆的时候，边上一个算命的走过来说：“看来大师刚来我们这里还不熟悉，她啊，是我们这里的‘哭婆’，不管晴天下雨她都会哭的！你就别费心劝她了。”禅师将信将疑地继续问老婆婆：“老人家，那你下雨天又为什么会哭呢？下雨天你女儿家的伞肯定卖得出去啊，生意一定比晴天时好啊。”老婆婆摇了摇头，又说：“我下雨天哭那是因为小女儿，我的小女儿嫁给了一个卖草鞋的人，这天一下雨，哪还有顾客上门买草鞋呢！”老婆婆情不自禁地放声大哭起来。

禅师听完老婆婆说的话，忍不住笑了，说：“老人家，您为什么不这样想呢？每逢晴天的时候，你应该高兴啊，你小女儿家的草鞋生意一定会很好；而每当下雨天的时候，你一样不用担心，那大女儿家伞铺的生意肯定也不赖呀！”老婆婆听完这番话渐渐地停止了哭泣，她忽然明白，原来是自己想问题的时候不会换个角度，所以每天都那么忧心。从那以后，不管下雨天还是晴天，她都是笑眯眯的。

遇到这样的事情而想不通的，还不止这“哭婆”一个呢。相传南北朝时，一个农夫家里因为常年的战乱和苛捐杂税，已经食不果腹、衣不蔽体了。这一天，农夫的孩子饿得在家里哇哇直哭，于是农夫提起锄头走到田边，可是虫害和旱灾已经使得庄稼颗粒无收。他叹了口气，转身往山里慢慢走去。想着家里嗷嗷待哺的孩子，农夫心里不是滋味，他嘀咕道：“这田里是没有能吃的东西了，也许进山还能挖点野菜什么的，虽然也只够一家人吃一顿，但是有了也总比没有要强啊。”想着想着，他走到一片长着野草的空地上。农夫小心地找着可以食用的野菜，碰到难挖动的地方，便用锄头一下一下地刨着。忽然“当啷”一声，锄头似乎碰到一个坚硬的东西，顺势从农夫的手里滑了出去。农夫立即停了下来，捡起锄头，揉着自己



励

志

胜

经

8

的双手自言自语道：“什么东西？听着不像是石头的声音，难道是个铁疙瘩？”于是他蹲下用手刨了两下，拂去泥土后映入眼中的竟然是黄灿灿的金子！农夫赶忙将锄头与手并用，结果竟然从土中挖出了一尊黄金的罗汉像！

农夫把金罗汉抱回家后，与妻子一称，竟然有一百多斤重，两个人欢喜极了，心想着这下终于吃穿不愁，再也不用过苦日子了。农夫挖到金罗汉的消息很快便传开了，街头巷尾大家都在纷纷议论。城内的一个富商听到这个消息，就用等重量的金银把这尊金罗汉换走了。穷苦的农夫一夜之间变成了千万富翁，可是还没过几天，妻子就发现他经常喝着酒愁眉苦脸地叹气，于是就问他：“你这是怎么了？现如今家里生活这么好，你还有什么可发愁的呢？”结果农夫答道：“怎么能不愁呢？我只挖出来一尊金罗汉，还有另外十七尊都不知道在哪儿埋着呢！”



### 非常有理

同样的事情，换一个角度思考，就会有不同的结论。我们的生活是否幸福，取决于我们看待问题的角度，以及如何去处理问题。知足常乐也是一种生活的智慧，多看自己所拥有的，少看自己所没有的，我们的生活才会变得更加快乐阳光。

# 把梦想交给自己

梦想只要能持久，就能成为现实。我们不就是生活在梦想中的吗？

——丁尼生

凯里住在美国一座偏远的小镇里，他父亲和母亲经营着一家颇具规模的公司。在他的印象中，爸爸妈妈真的很爱自己，自己拥有的梦想，不管大的还是小的，只要提出来，都会实现。这是多么有趣的事啊，凯里想，我也想体验一下这种感觉——帮助人们实现他们的梦想。

深秋的一天，吃过晚餐后的凯里独自漫步在自家的庭院，欣赏着美妙的月色，倾听着周遭鸟儿的鸣叫声，若有所思地看着前方。突然，他看见窗外的街灯下站着一个和他年龄相仿的青年：青年身着一件破旧的外套，清瘦的身材显得很羸弱。一阵风吹来，青年便不住地微微颤抖。凯里走下楼，来到那位青年身边，小心翼翼地问道：“你为什么一直站在这里呢？”青年抬起头看着凯里，忧郁地说：“你知道吗？我一直有个梦想，就是能拥有一座宁静的公寓，不需要这么大，对我来说吃过饭后可以站在窗前欣赏美妙的月色就足够了，可是这些对我来说简直太遥远了。”

凯里说：“为什么说遥远？那对于现在的你来说，离你最近的梦想是什么？”

“我现在的梦想，就是能够躺在一张舒适宽敞的床上舒服地睡上

更挫  
完折  
美让  
我