


xiegei 17sui xuesheng de zhenbian shu



青少年书架  
Bookshelves Of Young People



# 写给17岁学生的 枕边书

蓝版

竹夕◎编著



YZL10890075875

中央编译出版社  
CCTP Central Compilation & Translation Press

xiegei 17sui xuesheng de  
zhenbian shu

# 写给17岁学生的 枕边书

蓝版

竹夕◎编著



YZLI0890075875



中央编译出版社  
CCTP Central Compilation & Translation Press

## 图书在版编目 ( CIP ) 数据

写给17岁学生的枕边书：蓝版/竹夕著.—北京：中央编译出版社，

2010.8

ISBN 978-7-5117-0502-0

I. ①写… II. ①竹… III. ①科学知识—青少年读物

IV. ①Z228.2

中国版本图书馆CIP数据核字(2010)第151556号

## 写给17岁学生的枕边书(蓝版)

---

出版人 和 龔

作者 竹 夕

责任编辑 董 巍

出版发行 中央编译出版社

地 址 北京西单西斜街36号(100032)

电 话 (010) 66509360 (总编室) (010) 66509366 (编辑部)

(010) 66509364 (发行部) (010) 66509618 (读者服务部)

网 址 [www.cctpbook.com](http://www.cctpbook.com)

经 销 全国新华书店

印 刷 北京溢漾印刷有限公司

开 本 787×1092 毫米 1/16

印 张 19.25

字 数 300千字

版 次 2010年8月第1版第1次印刷

定 价 38.00元

---

本社常年法律顾问：北京建元师务所首席顾问律师 鲁哈达

凡有印装质量问题，本社负责调换，电话：010-66509618



## 前 言

书是人类智慧的结晶，阅读是精彩人生的开始。

阅读，从小处说会影响一个人一生的命运，从大处说，也会影响到一个民族一个国家的命运。一个民族、一个国家的竞争力不是取决于它的物质力量，而是取决于它的精神力量；而一个国家、一个民族的精神力量，不是取决于这个民族的人口数量，而是取决于它的阅读的力量。

要想使自己的精神世界更加丰富，那就应该从小培养阅读习惯和提高阅读能力。有效的课外阅读，不仅有利于学生语文成绩的提高，而且对学生文化素质的提升、健全人格的培养提供了有力的保证。

我们在积极响应温家宝总理倡导全民读书的同时，主编了这套“青少年阅读书架”，面向小学三年级到大学四年级的读者群体，每一个年龄阶段阅读的图书都划分为蓝版和红版。“青少年阅读书架”旨在培养学生的阅读兴趣和提升学生的阅读能力，同时又进一步促进他们的智力与写作能力。

《写给17岁学生的枕边书（蓝版）》是一本针对高二男生的学习、生活和心理等特征而专门设计的一本课外书籍，内容丰富且贴近高二学生的生活。里面既有丰富多彩的校园生活纪实，又有丰富的课外知识大收集；既有对自身成长的感悟，又有过来人赠与的“心灵鸡汤”；既有实实在在的成长与烦恼，也有虚拟世界所带来的快乐；既有他们最喜爱的学习小资料，也有他们最渴望的体育大放送……小小一本枕边书，内容却是精彩纷呈，真可谓是麻雀虽小，却是五脏俱全的呢！

书中收集的大多文章都是出自高二这个年龄段的学生之手，同学们看了

会产生深切的共鸣，而父母看了也能更深切地了解自己的孩子。正确的教育是基于对孩子透彻的了解，所以，父母们也非常有必要看看这本书，以调整与孩子之间的沟通方式，让孩子更阳光更健康的成长！

关于这本书的内容和作用我们在此就不过多的描述，一百个读者眼中会有一百个不同的哈姆雷特。同理，同学们看这本书的感受肯定跟我们是不同的，那么，我们期待着你的分享与建议，觉得这本书好的话，就多推荐给你身边的同学和朋友；觉得某些地方有不足之处，也请来信告诉我们，以便我们及时做出修正。

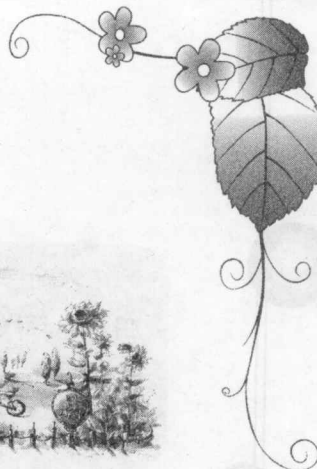
编者

2010年8月

写给17岁学生的枕边书（蓝版）

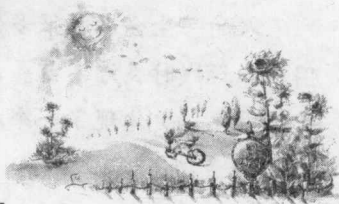
（此处为模糊的书籍内页文字，内容不可辨识）





# 目录

## 校园印记



青春是糖，甜到忧伤。序幕拉开，杂乱情绪，我们的故事才只是刚开始讲。也许挫折就在前方，也许还来不及选择就已经错过了，但要走的路还是很长，只有不断超越和前进，生命才可以无尽的绵延下去……

珍惜拥有 把握今天	1	考试	8
高二，痛并快乐着	3	那年，我高考	10
梦里花落知多少	4	竞选学生会主席	13
独上高楼	6		

## 青春档案

青春所有的时光，都会从指缝间匆匆流过，无声无息。可就是那些生涩的心悸、羞赧的心动、执著的想念、压抑的冲动、热烈的告白、懵懂的失落、年少轻狂的放肆，成了青春的记号。他们都爱了，也都被爱了，可都爱得很疼。这期间青春岁月中遍布的浓浓的失落和挫败，终将教会他们成长。她和他可不可以，不用后悔这个词来回头看……

寂寞一直属于十七岁	17	做自己的预言家	31
17岁的选择	21	早开的春花	33
青春，首先是独立的	23	艰苦不足与外人道	34
手拉手走出青春黑洞	25	我在法国派“利市”	36
最完美的暗恋	28	我在北师大等你	41

## 绝境逢生

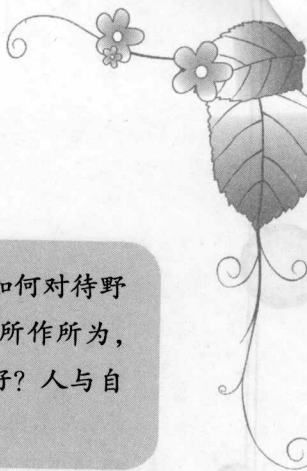
人的一生会面临很多的考验和挑战，强者将勇往直前，而弱者面临困难和挑战时畏缩不前。面对困难毫不退缩，不仅仅是体现了一个挑战者的勇气，更体现了一个人的综合素质，勇于挑战困难的人，往往能够和机遇成功邂逅。

与死神较量的游戏	45	把每一天当做生命的终点	64
寻找亚马逊河巨蟒	49	一路打工进清华	65
我在法国飞“美洲虎”	52	爱在北极路上穿越	69
被扔出蜜罐后的奋斗路	55	5 昼夜孤岛求生	74
生命就像环法赛	60		

## 校园博客

光阴就这样溜走了。留下了有太多不能忘怀的记忆，让我们怀恋，却也让我们痛。原来友情爱情都不是一件简单又单纯的事。无论男孩女孩，总有一些属于自己的秘密要隐藏，而这些秘密总是需要一颗大树的埋藏才觉得安全。这个世界，总让人在长大中学会一切。那些已经犯过的错误，有一些是因为来不及，有一些是因为刻意躲避，更多的时候是茫然地站到了一边。我们就这样在错了一次又一次中成熟。

谢谢你，拉贝	79	与夜相视	88
礼物	82	青春果	90
雨季	84	茉莉悄悄开在 101 路电车	95
学会感恩	85	总有一些你趟不过的河流	97
行走在消逝中	87		



## 人与自然

突如其来的很多灾难，令人们反思自己的行为。人类应如何对待野生动物？人类该怎样与野生动物和谐相处？我们审视自己的所作所为，我们自问：应该把野生动物关起来，还是应该把我们自己管好？人与自然的和谐成为一个势在必行的论题。

动物学家乔装鳄鱼历险记	99	野生动物最后的版图	116
那只天真的豹子	103	与树袋熊的生死情缘	119
瑞典——动物至尊的国家	105	鸟儿为什么歌唱	122
我和狼的友谊	110	可可西里 16 年的“死亡”之恋	124
我与警犬卡豹	112	威尔斯海鸥的回报	128

## 体育帝国

超级体育明星们在现代社会里扮演着有趣的角色，在竞技场上他们用惊人的天赋和不朽的体育精神通过大众媒介征服了亿万观众。另一方面人们越来越希望了解竞技场外明星们的生活状态，你会发现实际上体育场已在无形中成为了第二个“好莱坞”，体育已成为娱乐的一部分，其影响甚至远远超过娱乐。

姚明感言录	129	是什么让我如此出色	144
刘翔：横空出世	131	胡佳：泪水飞扬让梦闪亮	146
铁拳击开世界拳坛大门	136	斯特恩：“矮子”打造 NBA	150
十年磨一剑的扬威世界	138	巨人王国	150
有关运动技术的 18 个事实	140	吴晶：你的优秀让人吃惊	154
黄健翔的显赫家史	142		



## 虚拟世界

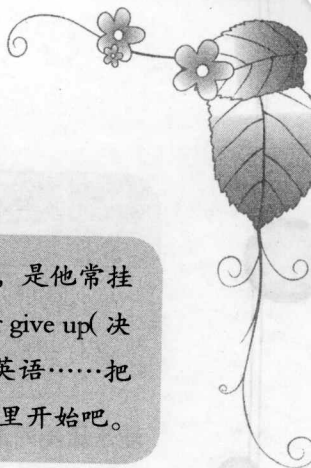
没有任何一个人，值得你彻夜不眠地陪着聊通宵，休息时间一到，你就应该关机睡觉。别人邀请你玩网游，你可以找借口拒绝，但不要直接藐视对方玩物丧志。没必要为一些鸡毛蒜皮的事与网友争论个面红耳赤，关上电脑离开网络，就什么也不是了。不要三更半夜爬起来上网偷菜，那只说明你心理年龄尚处幼稚状态。不要一上网就开QQ聊天或玩游戏，网络上可以学习的东西有很多。无需把网络看得太复杂，但要提高警惕。

网络战的18种手段	159	“活”在BBS	168
网游人	161	邝晖波：QQ表情的快乐人生	172
“游民社会”的不成文守则	164		

## 成长步伐

甜中渗着苦的少年，在不知不觉中成长，成长给我们带来的又是什么呢？仅仅是酸酸的、苦涩的滋味吗？人终要自己慢慢学着长大。在人生的道上一步一个脚印，或深或浅记录着芸芸众生成长的深度。成长越慢的人往往受得伤就会越多，面对种种伤痕我们要做的不仅仅是承受，更多的是要感恩。感谢那些让你受伤的事情，忘记那些让你受伤的人，伤害也许是无意的，成长却是必须的。

向17岁半的先生道歉	177	红枫	196
轻轻地爱你一生	180	在诚信的海滩上	197
我离天堂一米远	181	十七岁苍凉的江湖	202
完美高三的成长姿态	184	无法不对你残酷	206
17岁的雨季	194		



## 英语街区

是什么突然改变了他的人生？是英语，是意志，是自信，是他常挂在口头上的两句英语——I am the greatest(我是最棒的)，Never give up(决不放弃)。如果你真的想要……在最短时间内粉碎你的聋哑英语……把英语作为你改变个人命运的，最有力的武器……那么，就从这里开始吧。

常见的英语委婉语	209	脱口而出的习惯语	217
传神的字母成语	211	常用自述英语	218
无厘头英语	213	“机”不可失	221
网络名言集	214	如何“拒绝”	222
另类外语	215	英语格言	223

## 高考直通车

高考对于每一名学子来说无疑是人生中最重要的一個转折点，高考的成败直接关系到每一个学子未来的前途和命运，所以在这个重大选择面前，仅仅是考得好成绩还不够，是否可以让自己能够如愿以偿的进入自己理想的大学，一些报考的技巧也很重要。

高三学生的十大困惑	225	填报高考志愿关键问题：	
高分“突围”，志愿有窍门	230	如何选择专业	238
高考志愿填报的10大误区	232	台湾的中文考试题	243
高三生寒假要做的八件事	235	为什么去香港上大学	246
小语种报考，你知道多少？	236	港校报考ABC	251

## 心灵鸡汤

当一个故事真正从心灵深处使您震撼，那就闭上眼深深地体味它的内涵。这是通往灵魂拯救之路的铺路石。它足以改变一个人；可以揭示我们的潜能，可以抚慰伤痛、塑造人格，展示自己并藉此茁壮成长；可以打开情感的栅门，深深的烙上印记。

爱是最美的素质	253	倘若才华得不到承认	264
生活在今天	255	只需一颗悲悯心	266
你注定做不成一只树懒	257	什么是你需要的	268
人生的支点	258	花开之后不着痕	269
爱经由岁月过滤过	259	好猫与烂虎	270
一个小偷对母亲的解释	261	吃完最后一根面	272

## 环球视野

现在是一个多元化、全球化的时代，每天数以万计的信息量充斥着各类媒体，作为每一个在校学生，我们不可能全都掌握，但还是应该尽可能拓宽视野，让自己多了解世界。

美国人的英雄观	273	哥卖的不是商品，是智慧	284
平等的芬兰	275	当上帝遭遇领导	286
非洲一块布的多种用途	276	别样的朝鲜留学生活	288
我在非洲特种部队当教官	277	早餐、午餐还是晚餐	290
德国最荒诞的银行	281	德国赶考	292
在哥伦比亚大学换灯泡	283	到大堡礁去工作	293



# 校园印记



青春是糖，甜到忧伤。序幕拉开，杂乱情绪，我们的故事才只是刚开始讲。也许挫折就在前方，也许还来不及选择就已经错过了，但要走的路还是很长，只有不断超越和前进，生命才可以无尽的绵延下去……

## 珍惜拥有 把握今天

佚名 / 文

**曾**经拥有的，不要忘记；  
不能得到的，更要珍惜；  
属于自己的，不要放弃；  
已经失去的，留作回忆。

——题记

“人都是崇高一瞬间，平庸一辈子”。第一次看到周国平的这句话便把它记下来了。面对这句话，我似乎突然感悟、震撼、哑口无言。仿佛拥有的并不是理想的拥有，而想拥有的又太遥远了。

孩提时代，我是多么渴望长大，渴望摆脱老师的教鞭，父母的惩罚；渴望山水田园，周游世界。如今我长大了，老师的严肃、父母打骂一顿后又反过来哄着的场景却成为了一种珍贵的拥有。而那山山水水与那紧张而又繁重的学习相比，却成了一种奢侈的想象。就像好不容易等到鞋子合脚了，可是样式早已过时了，童年难再哪！

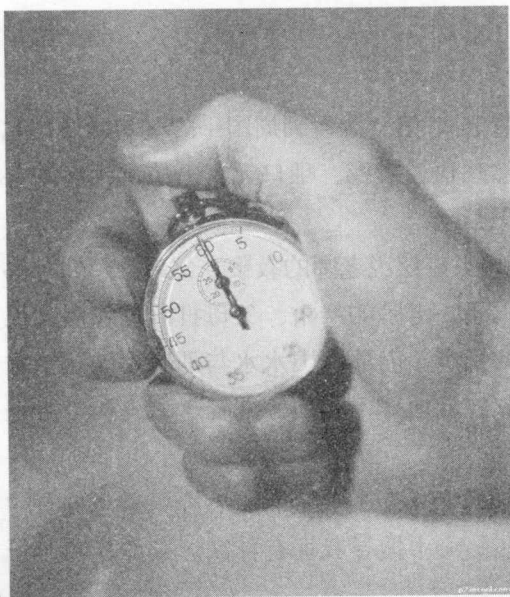
记得高中时的一次生日会上，同学问我曾经拥有什么？今天最想拥有的又是什么？我迟疑了一会儿，极力在脑海中搜寻我拥有什么。或许，我们所

共同拥有的便是岁月吧。黄磊说：“年龄改变了，心境也就随之而改变，那是不能抑制的。其实人不需要沧桑，经历岁月本身就已经够沉重了”。然而，人生又必然经受沧桑的洗礼，所以，现在拥有的我，或许才是真正的我，才是我的本色。

风吹过，再没了声息。随着时间的消磨，岁月的沉淀，过往的青涩，渐渐融在我们的记忆里……经历千辛万苦的高考战后，我与同学们即将面临着各奔东西的离别，割舍的离情别绪刺痛了我们每个人的心。我只好在心里默念着：我们彼此之间不在乎天长地久，只在乎曾经拥有。

“历史并非清白之手编织的网，使人堕落的一切原因中，权力是最永恒，最活跃的”。为名利而忙碌，为地位而辛苦的人是多么可悲，他们并非为拥有而忙碌，而在拥有面前却显得那么不屑一顾。鲁迅一直在告诫年轻的一代人：“幻想飞得太高，坠在现实上的时候，伤就格外沉重了”。的确，我们要忘掉过去，把握今天，憧憬明天，虽然我们无法像希腊神话中百眼怪物阿格斯一样能洞察世界，但是，至少我们的两只眼睛能看清我们拥有什么。

过去的已成为永久的历史，未来似乎遥不可及，而只有现在才是最真实的，我们能够把握的。“悟已往之不谏，知来者之可追”。“及时当勉励，岁月不待人”。无数的事实，都在向我们陈说，今朝最可贵。生命的历史一页页地翻下去，而唯有今天拥有的这一页，我们必须把握。



正如冰心所言：“假如生命是乏味的，我怕有来生；假如生命是有趣的，今生已是满足。”因而常常警惕自己不要为已经打翻的牛奶哭泣，不要为即将落下的叶子担忧，我们唯一能够做的，就是把握现在，珍惜拥有。因为只有这样，面对过去，我们才不会感到遗憾，面对未来，我们才能够心存坦然。

幸福，从珍惜拥有，把握今天开始！



## 高二，痛并快乐着

佚名 / 文

**痛**苦与快乐似乎有着无法抗拒的矛盾，而我何以将它们放在一起呢？

一只海蚌觉得身子里有一颗东西，又圆又重而且很痛，须知它的身体里正是有着一颗无与伦比的美丽的珍珠，虽然有些痛，这毕竟是值得高兴的。

痛中有快乐，快乐之中也会藏着痛楚。

有人整天闷闷不乐，身体日益瘦弱，形容憔悴，似乎只要轻推就会倒下。这时有位天使就想来帮助这个不幸的人。他说道：“人们说日月宝石是奇珍异宝，可我却不能拥有……”

随即又叹了一口气。天使见他如此可怜就满足了他的要求。可后来这人却愈加削瘦，只要轻风拂过他就会有摔倒的危险。天使不解又来帮忙。他又说道：“现在，我虽拥有了这宝石，可我害怕有朝一日，这宝贝就会被人偷去，这可怎么办？”拥有宝贝原本应是一件快乐的事，可此人如此患得患失，终日烦恼萦身而难以快乐。

痛中有乐，乐中藏痛，倒不如学一学痛并快乐着。

手采玫瑰而被刺出血来，不要恼怒，须知你已领略了玫瑰的万种风情和绰约的风采。

就业无门，心神焦虑，请不要灰心，前九十九次的痛苦就是为孕育那第一百次的快乐。

考场失意，切莫放弃。一次失败并不能代表什么，重要的是能在痛苦中保持着快乐，这才是胜者的风范。

古今中外多少名人，正是在痛苦中成就事业，在痛苦历经磨难，在痛苦中永远向前。巴尔扎克在流浪之中完成了《人间喜剧》，贝多芬虽然双耳失聪仍能进行音乐创作，罗斯福虽然坐在轮椅上，可仍成了美利坚的总统，唐僧历经千难取回真经，屈原被放逐才有了《离骚》，孙膑受膑刑后有了《孙膑兵法》，司马迁受了宫刑而后有了《史记》……这些人都有自己的痛苦，可最终

都有了大作为。

在雨水无情冲洗耳恭听中，有叶片清绿的鲜灵；在乌云密布之后，有阳光透过云层，放射光辉。有时刺痛也可以变成生长所需的养料。何必畏惧痛苦，要知道我们可以痛并快乐着。

## 梦里花落知多少

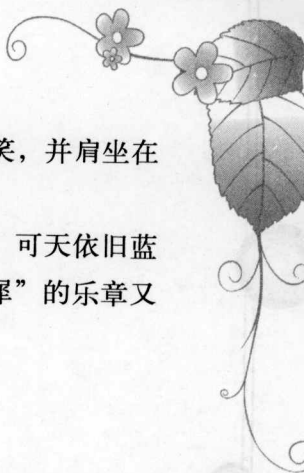
马羚 / 文

在年少的疯狂里，我们张开翅膀尽情地飞。掠过高山，那里便留下一串欢笑。穿过白云，蓝天里就有了我们的痕迹。然而，翅膀终究不属于我们，折断的那一刻，血与泪化为灰烬足以填满大海。

如果说回忆，总是痛苦与快乐的交替。静谧的黑夜，我曾经喜欢寻找我走过的足迹。就在月光最美最温柔的地方，我们留下了多少纯真与顽皮。即使痛苦地落了泪，即使抽泣地不能自己，我还是用自己模糊的双眼望着星空，等待着你。那是你的承诺，我永远不会忘记。你说过“当流星划过的瞬间，便是我来看看你了”，你还记得这个诺言吗？

春天，我们偷偷地跑到树林里，享受小草的呵护。一片新绿，就像我们的脸，可爱而又清新；酷暑里，就算烈日当头大发脾气，我们还是要和它对着干，在别人午睡的时候，来到很远很远的小河里，挽起裤角，肆无忌惮的笑，连阳光也为我们变得温柔。我们被水淋湿了，还是在那里“咯咯”地傻笑；秋风萧瑟时，落叶也倦了，潇洒地化做春泥，我们还是不知疲倦地背靠背叙说着彼此的秋色枫语；终于等来了冬的脚步，清晨，一片白雪皑皑的世界，我们说这是童话，房子是我们的城堡，追逐在雪地里，“咯吱咯吱”的声音让我们心醉，索性躺下来，与雪亲密接触，那么美妙。天是冷的，脸冻得通红通红，我们说这是幸福的花在绽放，血液也跟着沸腾。因为这些不知天高地厚的孩子，冬天不再死寂。

岁月即使飞逝，我们却笑着，不知珍藏，因为我们没有受到离别的伤。可我们得到的太多，失去的就更多。这种痛苦便是天使被折断的翅膀，从万里晴空跌进了死气沉沉的低谷，没有阳光。



我苦笑岁月的无奈，任岁月无情地拷打。

在痛苦中隐约听到：记得当时我们年纪小，你爱谈天我爱笑，并肩坐在桃树下，风在树梢鸟在叫，睡着了，梦里花落知多少……

再也抑制不住多年的沉默，泪肆意滑落。天若有情天亦老，可天依旧蓝得清澈。而人生如梦，曲终人散。可你用温情奏出的“心有灵犀”的乐章又在我耳边响起。

文 / 蔡海霞



丰子恺 漫画



## 独上高楼

秦婧琳 / 文

很多人都喜欢处于镁光灯的照射下，成为众人的焦点，所以，也就很少有人愿意独上高楼，独自凭栏，去望那乱红飞逝，看那细水长流。那是一种寂寞，是一种难以忍受的寂寞，只有很少的人会去尝试它，而命运就像恶作剧一般，只有忍受过的人才会有自己的成功。而那些耐不住的人只能继续叹气，继续望尘莫及。

划破天空和黑夜的山歌只有自己会懂，听众也只有马而已。忍受一份寂寞忍受了二十年，毫无怨言。而人们也终于懂得了他和他的寂寞。但，即使有灯光，王顺友也不会改变初衷，他的歌继续，他的寂寞也一如既往。

没有人会喜欢寂寞，那是一种煎熬。但如果能够承担那并不愿承担的，这是一种境界。

无论李煜的寂寞有多么的无可奈何，他已无权选择。所以他只能独自凭栏来赏冷月，观梧桐，看落花，伤春逝。或许，如果没有他的寂寞，我们很难会找到如此伤情的词句来让我们感动。

他也是一种辉煌吧？虽然是无可奈何中成就的本人永远难以知晓的辉煌。总是会听说，上帝很公平，他在给你关上一扇门时会打开另一扇窗。虽然唯物论的哲学不相信上帝，但我宁愿相信这句话是正确的。

千手观音的美丽让我们铭记于心，带着妹妹上学的坚持让我们感动于心，无私资助失学儿童，即使身患绝症也不改初衷的奉献让我们铭记于心。

寂寞吗？是的。忍受着超乎常人的感觉，比烟花还要寂寞。辉煌吗？是的。经历无数的风风雨雨，比破茧而成的蝶还要辉煌。

溪水托着盘旋而至的红叶继续流逝，一如既往。只是不知，是否会有人来观赏。旁边的高楼依旧微风细细，只是不知，是否会有人来伫，来倚。