

希望他有潇洒的风度，更希望他博学多识；
希望他坦诚宽容，又希望他睿智勇敢；
希望他学有所成，又希望他不虚此生……

做最优秀^的 男孩

成功，属于优秀的男孩，从起始点开始

为自己定制优质的目标

每位父母都希望将全世界交给男孩，
希望男孩有到达社会顶端的能力。

Zuo Zuiyouxiu De Naizhai

赵 渊◎编著



中国长安出版社

做最优秀的 男孩

成功，属于优秀的男孩，从起始点开始
为自己定制优质的目标

Zuo Zuiyouxiu De Naixhai

赵 渊◎编著



中国长安出版社

图书在版编目(CIP)数据

做最优秀的男孩/赵渊编著. —北京:中国长安出版社, 2010.12
ISBN 978-7-5107-0308-9

I. ①做 ... II. ①赵 ... III. ①男性—修养—青少年读物
IV. ①B825-49

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2010) 第 246959 号

做最优秀的男孩

赵渊 编著

出版:中国长安出版社

社址:北京市东城区北池子大街 14 号 (100006)

网址:<http://www.ccapress.com>

邮箱:ccapress@yahoo.com.cn

发行:中国长安出版社 全国新华书店

电话:(010)65281919

印刷:北京欣睿虹彩印刷有限公司

开本:710mm×1000mm 1/16

印张:16.25

字数:210 千字

版本:2011 年 3 月第 1 版 2011 年 3 月第 1 次印刷

书号:ISBN 978-7-5107-0308-9

定价:29.80 元

前 言

男孩指年轻的男性。从一个男孩变成一个男人的年龄在不同的社会各不相同，但基本上都认为青少年期向成年期转变的年龄在15岁至20岁之间。

不知不觉中，渐渐步入成人阶段的男孩，在这个成长的过程中，有很多坎坷和挑战需要去面对。将来会成为一个什么样的男人，完全取决于现在会成为一个什么样的男孩。

你读过《圣经》里的一个箴言故事吗：有天晚上，一群虔诚游牧的人正想扎营休息时，忽然被一束强光所笼罩，他们知道神要出现了。带着热切的期待，他们等待着上天的降福。

终于，神的声音响起：“尽力收集鹅卵石。把它们放在你们的鞍袋里。再旅行一天，明晚你们会感到快乐，同时也会感到愧疚。”

这些游牧的人都感到失望与愤怒。他们期待的是伟大真理的揭秘，使他们足以因此创造财富，可神却只吩咐他们去做这种卑贱而无意义的事。但出于对神的敬仰，他们仍然各自拣拾了一些鹅卵石，放在鞍袋里，并不怎么情愿。

他们又走了一天路。当夜晚来临，开始扎营时，他们发现鞍袋里的每一颗鹅卵石都变成了亮晶晶的钻石！他们因得到钻石而高兴极了，却也因没有收集更多的鹅卵石而愧疚。

你知道吗？美德、智慧、知识、技能、坚强……这些本是人生中最重要 的积累，其实也是你人生中的一颗颗钻石，是一个男孩必须拥有的品质！趁年轻，应该尽可能地为自己多收集一些，多储备一些，因为，终有一天它们会为你带来丰厚的回报！

本书主要从美德、智慧、知识、技能、品格等方面，为年轻还有些鲁莽的男孩做向导，让他们多懂得些道理，少走些弯路，勇敢地越过险滩，穿过泥泞，在人生的旅途中恰当地把握做事的分寸与节奏，增加自己的修养和内涵，成为一个优秀的男孩。

现在的男孩很早就成熟，脱离父母的管制，加上父母的宠爱，不顾一切。对于自身的价值无法发现。对于这些男孩，纯粹的教育已经不切实际。本书不是从父母的角度出发，而是以孩子的角度出发，是从各个方面，以全面有趣的事例来阐述男孩本身所应该具有的真正价值，避免枯燥乏味的讲述，是吸引男孩阅读的最佳方法。

目录

Contents

第一章 优秀的男孩要培养优良的习惯

好习惯是人在神经系统中存放的资本，这个资本会不断地增长，一个人毕生都可以享用它的利息，而坏习惯则是道德上无法清偿的债务，这种债务能以不断增长的利息折磨人。使他最好的创举失败，并把他引到道德破产的地步。

尽早培养良好的习惯	2
学会对别人微笑	4
优秀的男孩不要存在嫉妒心	7
科学用脑才能事半功倍	10
别让谎话成为品质污点	13
养成卫生好习惯	15
男孩不应该任性妄为	19
男孩应养成勤俭节约的习惯	21
努力培养自制力	23
学会控制自己的情绪	25

第二章 优秀的男孩要学会坚强

在惊涛骇浪中，坚强是远方灯塔上的一盏灯，照亮小船前进的方向；在茂密的丛林中，坚强是迷路者手中的指南针，指引你走出人生

的黑暗；在人生的路上，坚强是一把宝剑，久经磨砺，锋芒毕现，它将斩除路上的一切艰难险阻，陪伴你到达成功的彼岸。

做一个意志坚强的男孩	30
拥有自信者的姿态	32
信念是一种坚强的力量	35
做一个对生活充满信心的男孩	38
跌倒了，再爬起来	41
做一个自强不息的男孩	44
做一个永不服输的男孩	47
持之以恒让人变得坚强	50
成功属于永不绝望的人	53
永不放弃的男孩就会成功	55

第三章 优秀的男孩要有优良的品质

富兰克林说：“我们判断一个人，更多的是根据他的品格而不是根据他的知识；更多的是根据他的心地而不是根据他的智力；更多的是根据他的自制力、耐心和纪律性，而不是根据他的天才。”

每个人在上帝那里都有一本美德账	58
自强不息是融入社会的基本	61
宽容的美德让你赢得尊重	63
尊重对手，欣赏对手	66
认真地对待每一件小事	68
善良是优秀男孩必备的品质	71
诚实是男孩立世的根本	74
学会平心静气地等待	77

第四章 优秀的男孩要学会快乐

其实快乐不是一件难事，完全取决于我们对人生的态度和选择。为心灵减掉些沉重，遗忘些痛苦，抛掉些烦恼，远离忧郁、失落、消沉的心境，让生命朝气蓬勃，让心情快乐如浪花。

快乐是你的一种选择	82
保持良好的心态	85
享受生活，放松心情	88
保持理性的乐观心态	91
只要随性便可快乐一生	93
对所做的事充满热情	96
克服忧郁的良方	98
养成快乐的习惯	100
保持愉快的心情	103

第五章 优秀的男孩要学会礼仪

良好而得体的形象和修养犹如人的一张介绍信，会向众人传达出微妙的个人信息。一个不注重形象和礼仪的男孩将来也是难有作为的。给别人一个好的印象，将影响你与他人以后的交往。

礼貌是评价人格的标准	106
尊重他人让你更具修养	109
牢记别人的名字	113
谈话时举止要得体	115
给别人留颜面	117
学会聆听他人说话	119

信誉是礼仪的基石	122
做事要懂得和气的礼仪	125

第六章 优秀的男孩要勇于承担责任

当我们从出生开始，生命就是要我们去承担我们不可预知的责任，没有责任心就难以认真去做事；没有责任心就很难把事情做好。作为一名优秀的男孩，对于责任不能推卸，而应该勇于去承担，即便有些痛苦也必须立刻承担起来。

责任心是你一生的坚持	130
坚持自己做人的原则	132
为自己的行为负责	134
低下头承认自己的不足	136
再给自己一次承担的机会	139
适应压力，别逃避	143
不推卸责任，不做甩手掌柜	145
勇于承认自己的错误	147
承担“未来”的重担	149

第七章 优秀的男孩要能克服逆境

如果做任何事情都一帆风顺，那么，人生还有什么喜悦可言？只有不断地面对逆境和挫折，突破逆境的人之所以能成功，是因为他把每一个逆境中所含的机会种子都当作是成功的良机。挑战它，战胜它，成功之后的欢乐才更能打动人，这样的人生才更加丰富多彩。

要有挑战困难的准备	154
-----------------	-----

挑战逆境是生命中的必修课	157
逆境是最好的导师	159
战胜困难需要必胜的信念	162
人生没有翻不过去的大山	165
乌云背后总有阳光	167
磨难是人生的一笔财富	170
世上没有不可逾越的难关	172
正视困难的存在	175
绝境中学会拯救自己	177
在逆境中体验幸福	179

第八章 优秀的男孩要有理想

有了远大的志向，学习才会有动力，才会最终取得成功。一个男孩如果没有远大的志向，就像断了翅膀的鸟儿，想飞也飞不高，前途将是一片迷茫，想要做一名优秀的男孩，就要拥有远大的理想，并努力实现。

树立远大的理想	182
理想是人生的旗帜	184
梦想是人生的希望	188
画好自己的蓝图	190
向自己的理想前进	194
执著是实现理想的关键	196
坚持自己的梦想	198
让理想在实干中实现	200
一步一步走近目标	203
坚持，就能梦想成真	206

第九章 优秀的男孩要有非凡的思想

成功学说：“没有做不到的事，只有不会变通的人。”其实，人的脑袋有时候就是一所最坏的监狱，经常在不经意间就禁锢了人的思维，让人愁肠百转，却变化无方。只要能够换个思路，一切便开始不同。

勇往直前，但要学会变通	210
审时度势才能恰到好处	212
反其道而思之	215
优秀的男孩要有创新思维	218
让创造力助你建造缤纷世界	221
改变思路，绝处逢生	224
发散思维，变通为用	226

第十章 优秀的男孩要懂得掌握命运

自强而后能自立：为人当自强，所谓“天行健，君子以自强不息”，又说“将相本无种，男儿当自强”。懂得自己奋发图强、努力向上的人，才能自立。

你是自己的上帝	230
命运掌握在自己手中	232
自己的主见最宝贵	234
你的时间由你做主	236
积极地寻找机会之门	240
全力以赴才能自我超越	242
学会选择，学会放弃	245
追求自立，改变命运	247

第一章

优秀的男孩要培养优良的习惯

好习惯是人在神经系统中存放的资本，这个资本会不断地增长，一个人毕生都可以享用它的利息，而坏习惯则是道德上无法清偿的债务，这种债务能以不断增长的利息折磨人。使他最好的创举失败，并把他引到道德破产的地步。





做最 优秀 的 男孩

尽早培养良好的习惯

播种一种行为，就会收获一种习惯；播种一种习惯，就会收获一种性格。播种一种性格，就会获得一种命运。

试想，如果一个男孩卫生习惯十分不好，时常将垃圾乱丢乱放，抽屉里满是纸团、笔屑，且常常说粗口。那么你能容忍与他同桌或是与他交朋友吗？回答当然是否定的。

由此可看，一个男孩是否具有有良好的习惯对塑造自身的形象有着直接影响。也就是说，养成良好习惯不仅可以使你本身更加优秀，还可以让你在他人面前塑造起良好的印象，结交到更多的朋友。

李嘉诚在汕头大学演讲的时候说：“栽种思想，成就行为；栽种行为，成就习惯；栽种习惯，成就性格；栽种性格，成就命运”。这个说法可以理解为“态度决定一切”的注解。习惯为什么最终决定人的命运？

说起来你可能不信，一根矮矮的柱子，一条细细的链子，竟能拴住一头重达千斤的大象，可这令人难以置信的景象在印度和泰国随处可见。原来那些驯象人在大象还是小象的时候，就用一条铁链把它绑在柱子上。由于力量尚未长成，无论小象怎样挣扎都无法摆脱锁链的束缚，于是小象渐渐地习惯了而不再挣扎，直到长成了庞然大物，虽然它此时可以轻而易举地挣脱链子，但是大象依然选择了放弃挣扎，因为在它的惯性思维里，它仍然认为摆脱链子是永远不可能的。

小象是被实实在在的链子绑住，而大象则是被看不见的习惯绑住。

法国自然科学家法伯曾经做过一次非常有趣的试验。

法伯把数只毛毛虫放在一个盘子里，让它们一个紧跟着一个，沿着盘子的边缘规则地排成一圈。毛毛虫们开始爬行，每一只都规规矩矩地紧跟着自己前边的那一只，生怕掉队，更不敢独自开辟新路。就这样，它们爬了七天七夜，最终因饥饿而相继死去，而在那个盘子的中央，就摆放着毛毛虫们喜欢吃的食物。

习惯的力量就是这样强大。在这方面，人并不比大象和毛毛虫强出多少。有调查表明，人类每天高达 90% 的行为是出自习惯或惯性的支配。每一天所做的每一件事，几乎都是习惯使然，习惯使人的手脚敏捷而头脑懒惰。

“播种习惯，收获性格；播种性格，收获人生。”由此可见，习惯对于一个人来说的确十分重要。好习惯是一种财富，它对良好性格的塑造十分重要。从改变习惯到改变性格，是培养良好性格的重要途径。例如：你想培养严谨而有条理的性格，那你就应该从每一件小事做起，放东西有一定的位置，办事有条理等。久而久之便形成了一种习惯，你就会培养起严谨的性格。收获了良好的性格，无疑是让我们离成功更近一步。想一想，如果爱迪生没有坚持不懈的性格，那他的电灯发明就不会成功；如果贝多芬没有坚强不屈的性格，那他所作的交响曲就不会闻名世界。相反，如果一个人的性格十分恶劣的话，哪怕会取得某些方面的成功，但他的人格也是不完全的。这便是“播种性格，收获人生。”

好习惯可以让你插上翅膀，飞往天堂；坏习惯可以让你挂上锁链，走向地狱。遗憾的是，当你被锁链束缚时，却从来不知道钥匙其实就在自己手中。

优秀的男孩应该从小就养成好的习惯，全面发展，全方位地严格要求自己。这样做的最终目的，是为了能使长大后的人生之旅走得平坦，活得潇洒自信些。“命好不如习惯好”，自己的幸福生活是要靠自己的聪明才智和良好的人品、习惯、心态来创造的。



第一章

优秀的男孩要培养优良的习惯



做最 优秀 的 男孩

学会对别人微笑

生活就是面对真实的微笑，就是越过障碍注视将来。

微笑是一种特殊的语言，是一种令人愉悦的表情，它总是能起到沟通人们的心灵，架起友谊桥梁的作用。生活中每个人都离不开微笑，男孩的社交中更是需要微笑。微笑能让你在长辈面前显得更有礼貌；同龄人也会觉得你更具朝气；就连小朋友们也会觉得你很亲切。总之，微笑能让你与别人之间的关系迅速变融洽，能让人感觉到你的友好。

有人把微笑比作是一种含意深远的身体语言，它的意思就是“你好，朋友！我很喜欢你，很愿意见到你，和你在一起我感到很愉快。”微笑总是可以在瞬间融化人们之间的陌生和隔阂。尤其是在年轻人之间，微笑，就是最好的交流工具，微笑是友好的标志，是连接心灵的桥梁，更可以创造快乐的气氛，在社交中发挥极大的作用。

小方曾讲过自己这样一段经历：

有一天早晨，我匆匆忙忙地坐上开往学校的班车，和其他的乘客们一样，裹在厚实的外套里，挤在一起，一边听着汽车马达发出的单调声音，一边拿出英语书背单词。

和往常一样，车上没人说话，这好像是芝加哥乘客们早上乘车的一条不成文的规矩。其实车上的人都是在同一个学校的同学，尽管大家天天见面，都是熟面孔，可相互之间从不打招呼，可能是大家都怕对方不愿意回应吧。说起来这样的情景让人觉得有些冷漠，不过也从没有人愿意去改变什么，看上去，人们紧挨着坐在一起，

但一本本书，却将大家阻隔开来。车才开起来一会儿，我就有些昏昏欲睡了，正在这时，我突然听到一个大嗓门嚷了起来：“听着，大家听着！”

几乎所有人都伸起脖子寻找说话的人。

那个大嗓门又嚷了起来：“我是司机，我对你们说话。请把你们手中的书都放下，每个人都放下。”

大家觉得有些奇怪，想知道司机到底想干什么，就纷纷放下了手中的书。

“现在，请把脸转向旁边的乘客，大家一起转。”

几乎所人的都按他说的做了。大家很安静，等着他的下文。

这时司机又开口说：“现在，大家都看着你的邻座，对他微笑一下。”一时间，我们都明白了司机的用意，一车人同时发出了会心的微笑，我和我的邻座在对视微笑时，我竟在心里忽然有了一种微妙的轻松感，好像长久以来的束缚一下子解脱了，同时我也感到了他对我的友好，于是我们开始了交谈，车里的其他同学也是一样，他们相互握手，许多人在一瞬间都成了朋友。

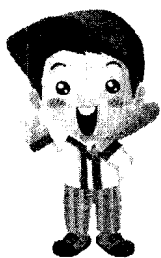
司机没有再说话，他不必说什么了。因为车厢里已经开始有了同龄人之间的交谈声，大家都在说话，当然最热的话题就是夸奖那位了不起的司机，是他让我们主动地把微笑送给了周围的人，同时也让我们收获了一份好心情，甚至是一份友情。

有些男孩觉得主动对别人微笑怕受到别人的拒绝，总是希望别人先主动对自己微笑，自己才能对别人微笑。其实，你看到那些生冷的面孔多数也在等待着别人先微笑。别再执拗了，主动笑一下没有那么难，而且你马上就会收到回馈了。

尝试对那些你不喜欢或者不喜欢你的人微笑。很多时候，你不喜欢一个人是因为感觉到他不喜欢你，同样道理，一个人不喜欢你，很可能就是因为他觉得你不喜欢他。你可以尝试着对这些人微笑一下，哪怕是轻轻地微笑一下，都能让他感觉到你的友好，表明



第 1 章
优秀的男孩要培养优良的习惯
Zuo zui you xiu de nan hai



做最 优秀 的 男孩

“我并不讨厌你”，说不定马上就能换回对方会心的一笑，从而冰释前嫌，说不定还会成就一段友谊。

你也多尝试对别人微笑吧。在电梯里遇到了邻居，你主动对他微笑；在上学的路上遇到了同学，你主动对他微笑并友好地打个招呼；买东西时，对热心为你介绍产品的服务员微笑；在家里，时常对你的家人微笑……你很快就会发现，有很多人同时也会对你回报以微笑。而你一旦拥有了微笑的习惯，你的世界就会到处充满微笑和友好，你也会成为一个更快乐且受欢迎的男孩。