

心之语 系列

肯定自己

万虹 主编

有优美而浪漫，
让人馨香练怀久久不忘的心灵独白，
这里，有启迪青春、点缀人生、畅想世纪的人生感悟。



吉林出版集团有限责任公司

中国学生
成长必读书

肯定自己

万虹 主编



吉林出版集团有限责任公司

图书在版编目 (CIP) 数据

肯定自己 / 万虹主编. — 长春: 吉林出版集团有限责任公司, 2011.9

(心之语系列)

ISBN 978-7-5463-5784-3

I. ①肯… II. ①万… III. ①成功心理 - 少年读物
IV. ①B848.4-49

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2011) 第 128971 号

肯定自己

作 者 万 虹 主 编

出 版 人 王保华

责任编辑 孟迎红

责任校对 赵 霞

开 本 710mm × 1000mm 1/16

字 数 250 千字

印 张 15

印 数 1-5000 册

版 次 2011 年 9 月第 1 版

印 次 2011 年 9 月第 1 次印刷

出 版 吉林出版集团有限责任公司

发 行 吉林音像出版社

吉林北方卡通漫画有限责任公司

地 址 长春市泰来街 1825 号

邮 编: 130062

电 话 总编办: 0431-86012915

发行科: 0431-86012770

印 刷 北京通州富达印刷厂

ISBN 978-7-5463-5784-3

定价: 29.80 元

版权所有 侵权必究 举报电话: 0431-86012892



代 序

使自己成为珍珠

有一个自以为是全才的年轻人，毕业以后屡次碰壁，一直找不到理想的工作，他觉得自己怀才不遇，对社会感到非常失望。多次的碰壁工作，让他伤心而绝望，他感到没有伯乐来赏识他这匹“千里马”。

痛苦绝望之下，有一天，他来到大海边，打算就此结束自己的生命。

在他正要自杀的时候，正好有一位老人从附近走过，看见了他，并且救了他。老人问他为什么要走绝路，他说自己得不到别人和社会的承认，没有人欣赏并且重用他……

老人从脚下的沙滩上捡起一粒沙子，让年轻人看了看，然后就随便地扔在了地上，对年轻人说：“请你把我刚才扔在地上的那粒沙子捡起来。”

“这根本不可能！”年轻人说。

老人没有说话，从自己的口袋里掏出一颗晶莹剔透的珍珠，也是随便地扔在了地上，然后对年轻人说：“你能不能把这颗珍珠捡起来呢？”

“当然可以！”

“那你就应该明白是为什么了吧？你应该知道，现在你自己还不是一颗珍珠，所以你不能苛求别人立即承认你。如果要别人承认，那你就要想办法使自己成为一颗珍珠才行。”年轻人蹙眉低首，一时无语。

有的时候，你必须知道自己是普通的沙粒，而不是价值连城的珍珠。你要卓尔不群，那要有鹤立鸡群的资本才行。所以忍受不了打击和挫折，承受不住忽视和平淡，就很难达到辉煌。

若要自己卓然出众，那就要努力使自己成为一颗珍珠。





目 录

第一辑 一切都是最好的安排 1

坚强的人，要学会在不完美的现实中，坚持自己的信念，努力创造完美的自我，要相信自己，并持之以恒。生活中有高潮也有低谷，人生中有得也有失。对于得失成败应该抱着一种豁达的态度，尤其是当你处于人生低谷时。

第二辑 梦想的脚步 33

每个人都有梦想，可真正能实现梦想的人并不多。其实，真正的梦想与现实之间并没有多远的距离。说它长，它长的需要你努力向前，走稳脚下的每一步；说它短，它短得让你一眼就能看见彼岸成功的风景。而要实现梦想，很简单，只要你迈出成功的第一步。

第三辑 贵在坚持 63

胜利贵在坚持，要取得胜利就要坚持不懈地努力，功到自然成。这个世界上不会有一直成功的人，也没有永远失败的人。一次失败就是一次挑战、一次机遇，如果你不是被吓倒，而是奋力一搏，也许下一步就是超越自我的奇迹。上帝关上一扇门的同时，会打开另一扇窗；只要努力坚持下去，那扇窗的后面一定是最美丽的风景。





第四辑 相信你自己 93

未经磨难，是不可能成功的。一个人从生到死，就是要在磨难中成长，并从每一次磨难中积累生存的智慧与经验。虽然那磨难的痛苦让我们难以忍受，可只要我们勇敢地、坚定地走下去，就自然能够取得成功。

第五辑 为什么不去跑第一 133

每个人都有强大的潜能，这种力量一旦被唤醒，人们立即就可以拥有强大无比的力量。所以，不要为自己的能力设限，努力发掘并有效利用自己的潜能。这样，无论你历经多大的挫折磨难，也终究能够凭借自己的力量，走向最后的成功。

第六辑 月光中的同情 167

苦难并不意味着永远苦难，幸福也并不意味着永远幸福。苦难并不可怕，可怕的是人们没有认识到苦难本身蕴涵的无尽契机。苦难，它就像是一道加法题，只要你不停地努力，总可以演算出无穷尽的快乐和幸福。

第七辑 用生命去创造 197

在生活中，只要我们做事，就不免会遭逢挫折，没有谁能够每一件事都得心应手、一帆风顺。真正聪明的人，反而希望生活能有曲折变化，因为挫折对于每一个人都是有益而无损的。很多人很多事，都必须经过反复的挫折才能走上成功的光明大道。



第一辑 一切都是最好的安排

坚强的人，要学会在不完美的现实中，坚持自己的信念，努力创造完美的自我，要相信自己，并持之以恒。生活中有高潮也有低谷，人生中有得也有失。对于得失成败应该抱着一种豁达的态度，尤其是当你处于人生低谷时。



甘地的帽子



每个人都有过去，但对其所持的心态却不同……

一个人坐在轮船的甲板上，看报纸，突然一阵大风把他新买的帽子刮落大海中，只见他用手摸了一下头，看看正在飘落的帽子，又继续看起报纸来。

对面的人提醒他：“先生，你的帽子被刮入大海了！”

“知道了，谢谢！”他仍继续读报。

“可那帽子值几十美元呢！”

“是的，我正在考虑怎样省钱再买一顶呢！帽子丢了，我很心疼，可惜它不是掉在地上，而是掉进海里，我着急也没有用，它不可能回来了。”说完，那人又若无其事地继续看报纸。

如果失去的东西不可能找回来了，与其为之懊悔不已，不如考虑怎样才能再买新的代替。对自己说：旧的不去，新的不来，这不失为安慰自己的好办法。

甘地是印度历史上最为著名的人物之一，被印度人民尊称为“圣雄”。有一次，甘地乘火车外出办事，由于火车拥挤，他上了火车才发现自己的皮鞋掉了一只，而此时火车已经开动了。

当时的印度正处在英国的殖民统治之下，人民生活很困难，拥有一双皮鞋还是很不容易的。周围的人都为甘地惋惜的时候，他却做出了一件令人不可思议的事情：迅速脱下另一只皮鞋扔到窗外。

人们大惑不解，有人问甘地：“已经丢了一只皮鞋，为什么反而把另一只也扔下去？”

甘地微笑着解释：“火车已经开动了，那只鞋不可能再找到了。我掉的那一只鞋，一定会给别人捡到，这样我们两个人都只有一只鞋，没法穿，实



在浪费。我在火车上怨声载道，还不如把另一只鞋也扔下去，那个人就可以拥有一双完整的皮鞋了，他就会感到快乐。而我也不必再为脚上的一只皮鞋而苦恼了，我会为那人的快乐感到高兴。”

每个人都有过失去，但对其所持的心态却不同。甘地为了他人的幸福，甘心放弃。这份从容，使他得到了快乐。

(佚名)

真相



面对挑战时，不妨告诉自己：你就是最优秀和最聪明的，那么结果肯定是另一种模样。

曾经有一名美国博士，在一所学校做过一个著名的实验。

新学年开始时，这名博士让校长把三位教师叫进办公室，对他们说：“根据你们过去的教学表现，你们是本校最优秀的老师，因此，我们特意挑选了90名全校最聪明的学生组成三个班，由你们这些最优秀的老师来教。这些学生的智商比其他学生都高，希望你们能让他们取得更好的成绩。”

三位老师听了，非常高兴，表示一定尽力，也相信自己有这个能力。同时校长又按照博士的交代，对三位老师说：“对待这些孩子，要像平时一样，不要有什么区别，更不要让孩子家长知道他们是特意挑选出来的。”老师爽快地答应了。

一年之后，博士来到这所学校，来检验自己的实验成果。这三个班的学生成绩在整个学区里面遥遥领先。这时，校长告诉了老师们真相，这些学生根本不是特意选出的最优秀的学生，只是随机抽调的最普通的学生。老师们没想到会是这样，但很快又高兴起来，认为自己的教学水

平实在了得。

这时，校长又告诉他们另一个真相，那就是他们这些老师也是随机抽调的普通老师，根本不是特意挑选的学校的最优秀的教师。

这个结果让老师们有些意外，却是博士意料之中的。三位老师都认为自己是最优秀的，并且认为学生又都是高智商的，每天都会给自己这种暗示，因此对工作充满了热情和信心，工作时自然干劲十足，非常卖力，充满了激情，结果当然是好的。

(佚名)

信差托克



很多时候，创造奇迹的不是巨人，也许一句普通的话语就足够了，它看起来微不足道，在关键时刻却往往重如千钧。

托克是一个信差，他乐观自信，他也始终坚信自己的使命就是向人们传递快乐。因此，他总在自己的小口袋里装上很多小纸条，上面写着一些鼓励性的话。他将信件和电报送到人们手中的同时，也留给他们一张小纸条，告诉他们“今天要开心地过”“要笑口常开哦”“人生没有可烦恼的事情”等。

第二次世界大战期间，身边的很多朋友都入伍了，为国家奉献自己的一份力量。托克因为年龄太大而没有入伍，但他自告奋勇到野战医院做了一名志愿者，协助医院救死扶伤。

有一天，他看到进进出出的那么多伤病人员，突发奇想，在医院的墙上写了一句话：“没有人会死在这里。”他的行为引起了大家的注意，医院的人说他疯了，也有人认为这句话无伤大雅，不必擦掉。

那句话一直没有人去管，就一直留在了那面墙上。后来，不但伤员，就



连医生、护士包括院长，都渐渐地记住了这句话。

伤病员们为了不让这句话落空而坚强地活着，医生和护士为了这句话，尽力地给予病人最精心的医治和护理。这个医院变成了一个坚强的医院，每个人的脸上都有一种盼望和坚毅的表情。

(佚名)

上帝借走了我的眼镜



不经意间的小举动，竟然也可以创造出如此美丽的故事，可见爱心力量的巨大。爱，的确可以创造奇迹。

半个多世纪以前，确切地说，是1945年的春季。在美国，一名华裔木匠兢兢业业地做着自己的工作。

有一天，木匠正在赶着做一批板条箱，那是当地教堂用来装衣服运到中国去救助孤儿的。干完活回家的路上，木匠伸手到他的衬衣口袋里去摸他的眼镜，突然发现他的眼镜不见了。木匠急得出了一身汗，在脑子里把他这一天做过的事细细地过滤了一遍，最终意识到在他不注意的时候，眼镜从衬衣口袋里滑落出去，掉进了他正在钉钉子的板条箱里。他又急又恼又无可奈何。

当时美国正值大萧条时期，木匠要养活6个孩子，生活非常吃紧，而那副眼镜就是那天早上他花了20美元买来的。木匠为要重新买一副眼镜而伤心不已。

“这不公平！”在回家途中，他沮丧万分，不停地嘀咕。

半年后，抗日战争胜利，中国孤儿院的院长——一位美国传教士，回美国休假，并拜访了木匠所在的芝加哥地区的那所小教堂。

传教士一开始讲话，就热情地感谢那些援助过孤儿的人们。

“最后，”他加重语气说，“我必须感谢去年你们送给我的那副眼镜。大





肯定自己

家知道，日本人扫荡了孤儿院，毁坏了所有的东西，包括我的眼镜，我当时几乎绝望了。就算我有钱，在当时也没法重新配一副眼镜。由于眼睛看不清楚，我开始天天头疼，我和我的同事天天祈祷着能有副眼镜出现。然后，你们的箱子就运到了。当我的同事打开箱盖，他们发现一副眼镜躺在那些衣服上。”

“各位朋友，当我戴上那副眼镜时，我发现它就像是为我定做的一样！我的世界顿时清晰，头也不疼了。我要感谢你们，是你们为我做了这一切！”

人们听着，纷纷为那副奇迹般的眼镜而欢欣，但是他们同时也在想，这位传教士老兄肯定搞错了，我们可没有送过他眼镜啊——在当初的援助物资目录上，压根儿没有眼镜这一项。只有一个人清楚这是怎么一回事。他静静地站在后排，眼泪流到了脸上。

在所有的人当中，只有这个普通的木匠知道，上帝是以怎样奇特的方式创造了奇迹。

“原来，是上帝借走了我的眼镜，送给了他认为更需要的人。”

木匠双手合十，默默祈祷，泪水打湿了他的双手。

(佚名)

一切都是最好的安排



生活中有高潮也有低谷，人生中有得也有失。对于得失成败应该抱着一种豁达的态度，尤其是当你处于人生低谷时。

从前有一个国家，地不大、人不多，人民过着丰衣足食、悠闲快乐的生活，因为他们有一位不喜欢做事的国王和一位不喜欢做官的宰相。

国王没有什么不良嗜好，除了打猎以外，最喜欢与宰相微服私访。宰相



除了处理国务以外，就是陪着国王下乡巡视，他最常挂在嘴边的一句话就是“一切都是最好的安排”。

有一次，国王兴高采烈地到大草原打猎。他兴奋地追逐着一头花豹，一直追到花豹的速度减慢时，国王才从容不迫弯弓搭箭，嗖的一声，利箭像闪电似的，一眨眼就飞过草原，花豹惨叫一声，扑倒在地。国王很开心，他眼看花豹躺在地上许久都毫无动静，就下马检视花豹。谁想到，花豹突然跳起来，使出最后的力气向国王扑过来。还好，随从及时赶上，立刻发箭射入花豹的咽喉。

国王看看手，小指头被花豹咬掉小半截。虽然伤势不算严重，但国王的兴致被破坏光了。本来国王还想找人责骂一番，可是想想这次只怪自己冒失，所以闷不吭声，随即黯然回宫去了。回宫以后，国王越想越不痛快，就找了宰相来饮酒解愁。

宰相知道了这事后，一边举酒敬国王，一边微笑说：“大王啊！少了一小块肉总比少了一条命来得好吧！想开一点，一切都是最好的安排！”

国王一听，闷了半天的不快终于找到宣泄的机会。他凝视宰相说：“嘿！你真是大胆！你真的认为一切都是最好的安排吗？”

宰相发现国王十分愤怒，却也毫不在意地说：“大王，真的，如果我们能够超越自我一时的得失成败，确确实实，一切都是最好的安排。”

国王说：“如果我把你关进监狱，这也是最好的安排？”

宰相微笑着说：“如果是这样，我也深信这是最好的安排。”

国王勃然大怒，双手一击，两名侍卫立刻近前，国王说：“你们马上把宰相关起来！”

国王大手一挥，两名侍卫就架着宰相走出去了。

过了一个月，国王养好伤，打算像以前一样找宰相一起微服私巡。可是想到是自己亲口把他打入监狱的，一时也放不下身段释放宰相，就独自出游了。

走着走着，来到一处偏远的山林，忽然从山上冲下一队脸上涂着红黄油彩的蛮人，三两下就把他五花大绑，带回高山上。很快，大祭司现身，当众脱光国王的衣服，露出他细皮嫩肉的龙体，大祭司啧啧称奇，想不到现在还能找到这么完美无瑕的祭品！



肯定自己

原来，今天这些人要祭祀满月女神，所以，祭祀品丑一点、黑一点、矮一点都没有关系，就是不能残缺。就在这时，大祭司终于发现国王的左手小指头少了小半截，他忍不住咬牙切齿咒骂了半天，忍痛下令说：“把这个废物赶走，另外再找一个！”

脱困的国王大喜若狂，飞奔回宫，立刻叫人释放宰相。在御花园设宴，为自己保住一命，也为宰相重获自由而庆祝。

国王向宰相敬酒说：“宰相，你说的真是一点也不错，果然，一切都是最好的安排！如果不是被花豹咬一口，今天连命都没了。”

宰相回敬国王，微笑说：“贺喜大王对人生的体验更上一层楼了。”

过了一会儿，国王忽然问宰相说：“我侥幸逃回一命，固然是‘一切都是最好的安排’，可是你无缘无故在监狱里蹲了一个月，这又怎么说呢？”

宰相慢条斯理地喝下一口酒，才说：“大王！您将我关在监狱里，确实也是最好的安排啊！您想想看，如果我不是在监狱里，那么陪伴您微服私巡的人，不是我还会有谁呢？等到蛮人发现国王不适合拿来祭祀满月女神时，谁会被丢进大锅中烹煮呢？不是我还有谁呢？所以，我要为大王将我关进监狱而向您敬酒，您也救了我一命啊！”

(佚名)

两个慈善家



我这个慈善家跟你这个慈善家并不矛盾，你送出去的是物质，我送出去的是感激。

斯迪尔是一位热心的企业家，他数十年来一直热心于慈善事业，不但得到了许多被资助者的爱戴，还被政府授予“慈善家”的称号。

每年圣诞节，都是斯迪尔的母亲最忙碌的时候。斯迪尔的母亲叫维蒂



娅。圣诞节那天，维蒂娅几乎是从早上刚起床时开始，一直到晚上吃晚饭时，她都不停地接受人们的馈赠，维蒂娅收到的东西一律都是火鸡。由于平时忙于公司事务和慈善事业，好不容易在节日里才有空闲休息一下的斯迪尔忍不住问：“妈妈，您这是在干什么呢？那些火鸡都是我派公司的工作人员送给那些穷人的，我们家并不缺少吃的东西呀，您干吗要收下它们呢？”

母亲维蒂娅并不理会他，依然在忙着收礼，嘴里还不时地说：“真是太感谢您了，我正愁没人帮我去超市买火鸡呢。现在好了，有您送来的火鸡，我跟斯迪尔今天晚上便有吃的了。”终于将所有的人都打发走了，维蒂娅才转过身来跟儿子说话。

此时，斯迪尔正望着满屋子的火鸡发呆。维蒂娅说：“斯迪尔，我的好孩子，我知道你是个慈善家，他们的东西也都是你赠送的。可是，我也是个慈善家呀，我也得为他们做一些事情吧。”

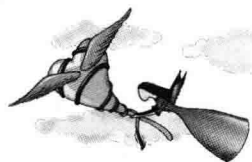
斯迪尔更加不解了：“妈妈，哪有像您这样的慈善家呀，将自己儿子送给穷人的东西又要回来，您这不是在给我帮倒忙吗？”

维蒂娅平静地说：“不，儿子，你说的不对。我这个慈善家跟你这个慈善家并不矛盾，你送出去的是物质，我送出去的是感激。每个人都有帮助别人的愿望，哪怕他是一个穷人。你送出去了物质，得到了感激；而我送出去了感激，得到了物质。我们同样帮助了别人，不是吗？”

(佚名)



一杯牛奶的价值



帮助别人就是帮助自己，对他人施予善行，往往能收到别人更加丰厚的回报。而且当我们为别人付出的时候，本身也能够体验到生命的快乐和富足。

一天，一个贫穷的小男孩为了攒够学费正挨家挨户地推销商品。可他今天很不走运，劳累了一整天，也没有卖出去一件商品。此时的他饥渴难耐，但摸遍全身，却只有一角钱。这怎么办呀？这一角钱连半个面包也买不到。

于是，他决定向下一户人家讨口饭吃。当一位美丽的女孩打开房门的时候，这个小男孩却因为自尊，变得有点不知所措了，他没有要饭，只乞求给他一口水喝。这位女孩看到他很饥饿的样子，就拿了一大杯牛奶给他。

男孩慢慢地喝完牛奶，问道：“我应该付多少钱？”年轻女孩回答道：“一分钱也不用付。妈妈教导我们，施以爱心，不图回报。”男孩说：“那么，就请接受我由衷的感谢吧！”说完男孩离开了这户人家。此时，他不仅感到自己浑身是劲儿，而且还看到上帝正朝他点头微笑。

其实，男孩本来是打算退学的。但由于女孩这个无意的举动，他对生活又重新充满了希望。

数年之后，那位年轻女孩得了一种罕见的重病，当地的医生对此束手无策。最后，她被转到大城市医治，由专家会诊治疗。当年的那个小男孩如今已是大名鼎鼎的霍华德·凯利医生了，他也参与了医治方案的制定。当看到病历上所写的病人的来历时，一个奇怪的念头霎时间闪过他的脑海。他马上起身直奔病房。

来到病房，凯利医生一眼就认出床上躺着的病人就是那位曾帮助过他的





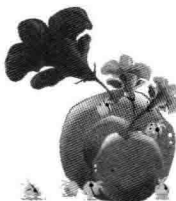
恩人。他回到自己的办公室，决心一定要竭尽所能来治好恩人的病。从那天起，他就特别地关照这个病人。经过艰辛努力，手术成功了。凯利医生要求把医药费通知单送到他那里，在通知单的旁边，他签了字。

当医药费通知单送到这位特殊的病人手中时，她不敢看，因为她确信，治病费用将会花去她的全部家当。最后，她还是鼓起勇气，翻开了医药费通知单，旁边的那行小字引起了她的注意，她不禁轻声读了出来：

“医药费等于一满杯牛奶。霍华德·凯利医生”

(佚名)

这是我应该做的



无私地向别人提供帮助，就是帮助自己。在自己力所能及之下，去帮助别人，自己也终将受益。

一天，英国的一名贫苦农民正在田里干活。

忽然，附近沼泽地传来呼救声，他赶忙放下手中的农具，奔向沼泽地。只见一个小孩正在泥潭中挣扎，淤泥已没到他的腰部。

农夫奋不顾身地救起了小孩。

第二天，一辆豪华小汽车停在了这个农夫劳作的田边，一位风度优雅的英国贵族下车后，自我介绍说是被救小孩的父亲，他是亲自前来致谢的。

农夫说，这件事不足挂齿。

贵族说：“我想用一笔酬金来报答你，你救了我孩子的命。”

农夫回答说：“我不要报答，我不能因为做了一点事情就接受酬金。这是我应该做的。”

这时候，农夫的儿子刚好走出家门。

