

天悦读

成长心灵鸡汤系列
CHENGZHANGXINLINGJITANG



谷心靖◎主编

Chengzhangxinlingjitang

成长心灵鸡汤

感恩生活的 100 个真情故事

让学生受益一生的心灵智慧



吉林大学出版社

天悦读

成长心灵鸡汤系列
CHENGZHANGXINLINGJITANG



谷心靖◎主编

成长心灵鸡汤

感恩生活的 100 个真情故事



吉林大学出版社

图书在版编目(CIP)数据

感恩生活的 100 个真情故事/谷心靖主编. —长春:
吉林大学出版社, 2010. 12
(成长心灵鸡汤系列丛书)
ISBN 978-7-5601-6784-8

I. ①感… II. ①谷… III. ①故事—作品集—世界
IV. ①I14

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2010)第 239098 号

书 名:感恩生活的 100 个真情故事

作 者:谷心靖

责任编辑:李国宏

责任校对:马宁徽

封面设计:天之赋设计室

出版发行:吉林大学出版社

社 址:长春市明德路 421 号

邮 编:130021 发行部电话:0431-88499826

网 址:<http://www.jlup.com.cn> E-mail:jlup@mail.jlu.edu.cn

印 刷:北京德富泰印务有限公司

开 本:670mm×960mm 1/16

印 张:14

字 数:230 千字

版 次:2011 年 1 月 第 1 版

印 次:2011 年 1 月 第 1 次印刷

书 号:ISBN 978-7-5601-6784-8

定 价:25.80 元

版权所有 翻印必究

前言



每一个孩子都是一棵蓬勃生长的幼苗，在这崭新而又陌生的世界茁壮成长。风雨的磨练，使他们有了挺拔的英姿；汗水的浇灌，使他们根深蒂固。每一次成功，每一次失败，或高兴，或悲伤，无不牵动着我们的心。天空很高很高，孩子的心会越长越高；土地很厚很厚，孩子的根会渐扎渐深……

书是开启智慧之门的钥匙，书是攀登知识之峰的阶梯。书是火把，能指引孩子前进之路；书是明灯，能照亮孩子未来道路。一本好书是孩子成长道路上最佳的精神伴侣。书不仅可以增长孩子的阅历、知识，更重要的是它能引导孩子树立正确的人生观，建立并完善自己的人格。

本书就是我们为孩子们准备的一份丰盛而有营养的“精神大餐”，为孩子的成长助一臂之力。

本书精选了富有激励和价值的心灵故事，从孩子的成长经历，做人做事的修养，良好的学习、生活习惯，以及积极的人生态度等几十个方面，全面诠释了孩子的成长要素。同时设置完善而合理的结构，别出心裁的栏目设计，在提升孩子素质的同时，可以积累到最好的写作素材。

那么如何让孩子注重积累写作素材呢？本书收集的众多生动而又典型的故事，为孩子们写作提供了大量素材。针对有些孩子阅读时囫圇吞枣、不会提炼的问题，我们设计了精致的小栏目——写作关键词、写作论点，让孩子对写作命题一目了然，从而正确引导



前言

Foreword

孩子阅读，提高孩子分析文章、归纳论点的能力。

其中，“写作关键词”起着提纲挈领的作用，让孩子对文章大意一目了然，提高孩子对作文选题的敏锐度。而“写作论点”则直指文章内核，在加深孩子总结归纳能力的基础上，充分锻炼其统筹作文、合理布文的技巧。

而每篇文章最后，我们又为孩子添加了精美的“饭后甜点”。这些小知识、小笑话，不仅丰富了孩子的知识量，还能为孩子紧张的学习带来一丝乐趣。而如能把这些小知识灵活运用在作文之中，不失为画龙点睛。其中“学习指南针”介绍的学习方法，更是能帮助孩子们养成良好的学习习惯，掌握有效的学习技巧。

我们建议孩子们在阅读的时候，可以试图自己独自对文章进行思考，归纳论点。然后与本书已提出的论点进行对照、补充，这样可更快提高自身的写作能力。

相信孩子在读过此书后，提高的不仅仅是写作水平，更重要的是养成积极的学习意识，这对孩子整体素质和成长都大有裨益的。这是一本既能提高孩子写作水平，又能帮助孩子正确、积极生活学习的书。可以让每位家长更全面地认识、教育自己的孩子，是家长的好帮手，更是孩子们的知心朋友。

编者





1. 永远葆有善良之心

- ♥ 自己的床铺不要钱 > 2
- ♥ 当你给予关爱时 > 4
- ♥ 给予要有颗富有的心 > 6
- ♥ 学会与人分享 > 8
- ♥ 多一句赞美 > 10
- ♥ 六个馒头 > 13
- ♥ 点燃心烛 > 15
- ♥ 关照别人就是关照自己 > 17
- ♥ 学会谅解 > 19
- ♥ 比病更可怕的 > 21
- ♥ 约克镇的上等樱桃 > 23
- ♥ 松下幸之助吃牛排 > 27
- ♥ 邻座的黑人先生 > 29
- ♥ 一杯牛奶的力量 > 31
- ♥ 学会与人分享 > 33
- ♥ 请握住我的手 > 35
- ♥ 真诚是无价之宝 > 37
- ♥ 学会奉献才能有爱 > 39



目录 Contents



2. 学会付出才会满足

- ♥ 请选择我们的言行 > 42
- ♥ 别把心门锁住 > 45
- ♥ 责备之前请冷静 > 47
- ♥ 急躁、抱怨并不能解决问题 > 49
- ♥ 传递葡萄的快乐 > 52
- ♥ 拥有快乐就幸福 > 54
- ♥ 良心的微笑 > 56
- ♥ 学会付出才会满足 > 57
- ♥ 亲亲那个姐姐 > 59
- ♥ 心中的垃圾 > 61
- ♥ 宽恕 > 63
- ♥ 你不是我想象中的老板 > 66
- ♥ 请别影响了别人的心情 > 68
- ♥ 打破冷漠的心墙 > 70
- ♥ 并非到处都是坏人 > 72
- ♥ 善待第一百个客人 > 75



3. 不要吝惜自己的微笑

- ♥ 失礼没有理由 > 78
- ♥ 让步有时也是赢 > 79
- ♥ 放下架子试试看 > 81
- ♥ 你想什么时候比赛 > 83
- ♥ 不懂时请保持沉默 > 85
- ♥ 攀比的后果 > 87
- ♥ 没打算辞职 > 90
- ♥ 把自己放低一点 > 91
- ♥ 在夹缝里长大的总统 > 94
- ♥ 马车声 > 97
- ♥ 推己及人 > 98
- ♥ 威名之下的大师 > 100
- ♥ 谦虚是一种大智慧 > 102
- ♥ 在自己的脸上点灯 > 105
- ♥ 多为对方留一点余地 > 106
- ♥ 退一步真的就会海阔天空 > 108
- ♥ 自己的微笑在别人脸上 > 110
- ♥ 给予是快乐的 > 112



目录 Contents



4. 忘不了的知心朋友

- ♥ 活命的大苹果 > 116
- ♥ 代友受过 > 117
- ♥ 朋友的信任 > 119
- ♥ 岁月深处的豌豆 > 121
- ♥ 朋友间的感同身受 > 123
- ♥ 你要做怎样的自己 > 125
- ♥ 你会选择怎样的朋友 > 127
- ♥ 关键时刻识朋友 > 129
- ♥ 相互理解 > 130
- ♥ 一个半朋友 > 132
- ♥ 择友不慎等于自杀 > 134
- ♥ 我知道你会来 > 135
- ♥ 记住和忘却 > 136
- ♥ 因为我们是朋友 > 138
- ♥ 君子之争 > 140
- ♥ 心灵创可贴 > 142
- ♥ 黑木炭与白衬衫 > 144



5. 享受亲情的甜蜜

- ♥ 母亲不放弃的 8 块 5 毛钱 > 148
- ♥ 地震中的父子情 > 150
- ♥ 母亲爱的举动 > 153
- ♥ 趁双亲还健在 > 154
- ♥ 父与子的回答 > 156
- ♥ 妈妈的慷慨 > 158
- ♥ 不要辜负了真心的好意 > 159
- ♥ 独立去争取幸福 > 162
- ♥ 亲情之间的谅解 > 164
- ♥ 母爱是第一重要的 > 167
- ♥ 母爱可以创造奇迹 > 171
- ♥ 哥哥与弟弟 > 173
- ♥ 最富有的家庭 > 175
- ♥ 母亲教给孩子的 > 177

6. 有爱就是幸福的所在

- ♥ 有爱就有一切 > 182
- ♥ 呼吸天地间的真理 > 184
- ♥ 坚定地握紧心中的阳光 > 186
- ♥ 信任是爱的翅膀 > 188
- ♥ 真诚地对待别人 > 190
- ♥ 一生的探望 > 192
- ♥ 别用年龄衡量爱的能力 > 194
- ♥ 感恩别人的帮助 > 196
- ♥ 付出爱才能得到爱 > 198
- ♥ 善良让你更幸福 > 200
- ♥ 用心和眼睛一起看 > 202
- ♥ 生活对爱的最高奖赏 > 204
- ♥ 电梯里的镜子 > 206
- ♥ 尊重不是强迫得来的 > 207
- ♥ 感谢是对人的一种礼貌 > 209
- ♥ 爱永远是开不败的美丽 > 212



1. 永远葆有善良之心





自己的床铺不要钱

写作关键词 暴风骤雨、与人方便、不为赢利

写作论点 1. 帮助他人的人终会获得回报。

2. 人要有一颗关爱之心，适时帮助他人。

一个暴风骤雨的夜晚，一对上了年纪的夫妇来到一家旅店。他们衣着朴素，行李也非常简单。

年老的男人对旅店的伙计说：“对不起，我们跑遍了附近所有的旅店，里面全客满了。我们想在贵处借住一晚，行吗？”

年轻的伙计解释说：“这两天，有三个会议同时在这个地方召开，所以附近的旅店会家家客满。不过，天气这么糟糕，你们两位一把年纪，没个落脚处也不方便。”

伙计一边说一边把两位老人往里边请：“我们的旅店也客满了，要是你们不介意的话，你们就睡我的床吧！”

“那你怎么办呢？”那对夫妇异口同声地问。

“我的身体很好，在桌子上趴一会儿或者在地上搭个铺都不碍事的。”

第二天早上，老人付房钱时，伙计坚持不要，说：“我自己的床铺不是用来赢利的，我怎么能要你们的钱呢？”

“年轻人，你可以成为美国第一流旅馆的经理。过些日子兴许我要给你盖个大旅馆。”

伙计听了，只当是一个玩笑，开怀大笑起来。



两年过去了。

一天，年轻人收到一封信，信里附着一张到纽约的双程机票，邀请他回访两年前在那个雨夜借宿的客人。

年轻人来到车水马龙的纽约，老人把他带到第五大街和第三十四街的交会处，指着一幢高楼说：“年轻人，这就是我们为你盖的旅馆，你愿意做这个旅馆的经理吗？”

不错，这位当年的年轻人就是如今大家都熟识的纽约首屈一指的奥斯多利亚大饭店的经理乔治·波尔特，那位老人则是威廉·奥斯多先生。



★★★心灵感悟

帮助别人，其实是在帮助自己。同样，自助之人，天自助之。请记住，我们多一份助人之心，便将会多收获一份助己之力。

♀生活小帮手

洪水、飓风、龙卷风、地震等不可抗性灾难不知道什么时候会降临，我们的财产甚至生命都将受到严重的威胁，与其坐以待毙不如提早采取措施预防。一旦灾难降临，你要能够做到在此后的72小时之内存活下来。

美国红十字会建议，在家准备一个应急包，里面装上不容易腐烂变质的食品、合适的衣服、收音机、手电筒、常用药品、家庭成员信息、保险账户和银行账户头等。

♂心灵格言：金钱并不能带来美德，美德却可以给人带来金钱，以及个人和国家的其他一切好事。

——苏格拉底





当你给予关爱时

写作关键词 诱惑、香甜、惶恐不安、心照不宣

写作论点 1. 有爱心的地方就有幸福。

2. 再苦再难也不要放弃爱。

安德鲁在一座城市当建筑工人，当时经济危机已经蔓延到国家的每个角落，因此，他的生活很艰苦。为了生存，他每天跟砖块、水泥、钢筋打交道，特别劳累。体力上还能支撑，但饮食实在是差得很。每天三顿饭都是硬邦邦的面包。菜是白水煮菜叶，一点油花也看不到。刚好，工地的旁边，也不知是谁家种了两垄葱，绿绿的，嫩嫩的，每到吃饭的时候，工人们就去拔些，回来就着面包吃。刚开始拔的时候，安德鲁他们就像做贼一样，生怕被人发现了，因为偷东西毕竟是件丢脸的事情，哪怕仅仅是偷了几棵葱。然而，每次就餐的时候，他们又常常抵制不住诱惑，因为有这么几根葱，饭就香甜许多。

终于，有一天中午他们再去拔葱的时候，被人发现了。那是一个拾荒的老女人。她当时怔在那里，表情呆滞地盯着他们看了半天。建筑工人们见她，都不慌不忙地从地里走出来。因为这个老女人，经常来工地上拾破烂。有人还说：“也不知是谁家种的葱，就面包吃，挺好的。”老女人“哦”了一声，点了点头，说：“也是的，也是的。”

眼看着葱一天天的少了，一天中午他们再去拔葱的时候，旁边不知什么时候又新种了几垄，土还蓬松着呢。安德鲁他们对这个变化惶恐不安，因为不知道主人的葫芦里卖的是什么药。有人说：“该不是在‘钓鱼’吧？”大家觉得有道理。不过，没老实几天，安德鲁他们就更加肆无忌惮



了。因为这个工地上，除了老女人，实在没有其他什么人来。

有一天下雨，工地停工。安德鲁和其他的工友到四周转悠。他在工地东北角发现一处窝棚，而窝棚里住着的，竟是那个拾荒的老女人。她正坐在门口看雨，里边还有一个小孩在玩耍。安德鲁进去小坐了一会儿，才知道他们一家人从非洲来，来这里已经四五年了。儿子和媳妇一早出去拾荒了，还没有回来。留下她，在窝棚里照看小孙子。老女人问了安德鲁一些情况，安德鲁低下了头，感受到了一种来自母爱的温暖。

蹊跷的是，葱快拔完的时候，总会有新的葱种上。一个夏天，因为有这么些葱，安德鲁和其他工人并没有感觉到饭食上欠缺多少。直到安德鲁他们搬到另一个工地干活的时候，还有几垄葱旺盛地长着。工友们都说，这几垄葱估计能长大了。大家虽然彼此心照不宣，却倒也真希望这些葱能长大起来。

初秋刚过，一个偶然的的机会，安德鲁和几个工友回原来的工地拉施工的机器。返程的时候，他漫不经心地往那葱地扫了一眼，乱草深处，有一个人影，头发蓬乱，正蹲在那里收获着所剩不多的葱。虽然是个背影，安德鲁还是觉得有些熟悉。当他们看到旁边更为熟悉的三轮车的时候，安德鲁明白了。原来，一直是她，一个一样卑微地生活着的拾荒女人，在那个夏天躲在生活的背后，一茬一茬地种下葱，默默地照顾着他们，使他们少受了许多苦。



★★★心灵感悟

在那样的一个城市里，那样一种恶劣的环境下，一个捡破烂的女人，竟然有着那样一颗高贵的心。一个连自己都挣扎在艰难中的拾荒者，就那样默默地，把自己的爱延宕出来，毫不吝惜地给予别人。这是怎样一颗美丽善良的心，这是怎样一份刻骨铭心的爱啊。

♀健康好医生

生吃大葱时，可将油烧热浇在切细的葱丝上，再与其他菜凉拌吃，这样吃大葱不仅可口，而且可以预防感冒。感冒后鼻子不通气怎么办呢？可





以睡觉时在两个鼻孔内各塞进一鲜葱条，3小时后取出，通常一次可愈。倘若不行，可于次日再塞一次。值得提醒的是：首先，葱条要选择粗一点的，细了，一是药力小，二是容易吸入鼻腔深部，不易取出；其次，若患者的鼻腔接触鲜葱过敏，可在葱条的外面包上一层薄薄的药棉。

♂ **心灵格言：**不管我到什么地方去，我是去找快乐的。我决不会到什么地方去找痛苦，因为我生来就是个寻欢作乐的人。只有痛苦找到我头上，我才会痛苦。

——狄更斯



给予要有颗富有的心

写作关键词 令人不解、满足感、施舍、感激

写作论点 1. 帮助他人可以收获心灵的快乐。

2. 充满爱心的人永远是快乐的。

一个妇人坐在一堆金银财宝上，但令人不解的是，她还是伸出双手，向过路的人们乞讨着什么。

神朝妇人的方向走了过去，妇人也向他伸出了双手。

“你已拥有如此多的金银财宝，还不满足？”神问。

“是的。虽然我拥有如此多的金银财宝，但我没有丝毫的满足感，我还想有更多的钱财、荣誉、成功、爱情。”妇人回答说。

神从口袋里掏出了妇人所需要的荣誉、成功、爱情，一并送给了她。

两个月后，神又从这里经过时，看到妇人仍坐在那堆金银财宝上，向路人伸出双手。

“你之所求都已经有了，难道你还不满足吗？”神问。

“是的。虽然我得到了那么多的东西，但我还是不满意，我还需要快

