

<<智慧背囊>>

图书基本信息

书名：<<智慧背囊>>

13位ISBN编号：9787511304490

10位ISBN编号：7511304494

出版时间：2010-7

出版时间：宿春礼、胡宝林 中国华侨出版社 (2010-07出版)

作者：宿春礼，胡宝林 著

页数：422

版权说明：本站所提供下载的PDF图书仅提供预览和简介，请支持正版图书。

更多资源请访问：<http://www.tushu007.com>

前言

今天的社会是一个变化纷呈、充满竞争的社会，又是一个造就杰出者、成功者的年代！放眼四周，无数有志青少年，他们满腔热血、激情四射，他们意气风发、指点江山，怀揣着种种瑰丽的梦想、抱负，他们不甘平庸，他们渴求杰出！

青少年朋友，必定是美丽的：乌黑的发，红润的面，灵巧的手，健壮的身，活泼的血，激昂的心。

正如李大钊所歌唱的那样：“青春者，人生之王，人生之春，人生之华也。”

青少年朋友，必定是崭新的：纯净的心灵，无限的憧憬，亮丽的人生。

正如毛泽东所赞颂的那样：“你们好像早晨八九点钟的太阳，希望寄托在你们身上。”

青少年朋友，必定是勇敢的：大胆的思想，不羁的精神，冒险的尝试，叛逆的计划。

正如但丁所呼唤的那样：“走自己的路，让别人去说吧！”

然而，青少年朋友，又必定是迷惘的。

青少年虽然在校园里完成了一定程度的文化教育，掌握了一些知识，但心智还很不成熟，对人生、对社会还缺乏清醒的认识。

正如一位著名的教育家说的那样：一个人掌握知识、拥有学问并不困难，难的是要学会控制自己的情绪，树立正确的人生态度，从而适应社会，在现实中发挥专长，迈向卓越。

然而，我们的学校教育大多只侧重于知识的传授和智力训练，很少开设有关人生智慧的课程。

为了给广大青少年朋友在人生最宝贵的时期健康顺利成长提供一份全方位的指南，我们编写了这本《智慧背囊：写给青少年的智慧书》。

在这个“背囊”中我们为青少年精心准备了以下内容。

哲理故事。

“人生有许多十字路口，但最关键的就那么几步。”

每个人都希望自己在人生的道路上少走一些弯路，少犯一些错误，少付出不必要的代价。

青少年正处在人生观、世界观、价值观逐渐形成的最具可塑性的关键时期，就像第一次上船的水手，需要有经验者的教导和指引，才能更好地驾驭人生之舟，去面对变幻莫测的命运海洋。

而最好的指引莫过于那些凝聚着无数前人智慧的哲理，为此，我们在“背囊”中首先放入了60个对人生极具指导意义的哲理故事。

这些精彩的哲理故事如一丝丝火苗，点亮心灵的智慧之灯；如一把把金钥匙，开启智慧宝库的大门。

早一天领悟，早一天走向成功；早一天掌握，早一天走向幸福。

内容概要

青少年正处在人生观、世界观、价值观逐渐形成的最具可塑性的关键时期，他们虽然在校园里完成了一定程度的文化教育，但他们掌握的主要是书本知识，而缺乏人生智慧方面的教育，对人生、对社会缺乏清醒的认识，就像第一次上船的水手，需要有经验者的教导和指引，才能更好地驾驭人生之舟，去面对变幻莫测的命运海洋。

为了弥补青少年在人生智慧教育方面的不足，给他们健康顺利地成长提供一份全方位的指南，帮助他们及早培养能力、提高素质、挖掘内在的潜能，我们编写了这本《智慧背囊：写给青少年的智慧书》。

沉甸甸的“背囊”中蕴涵人生的智慧，凝结生活的哲理，满载成功的方法，囊括了青少年学习、生活所需要的方方面面的指导，让青少年朋友在轻松的阅读中得到心灵的鼓舞，从而更有信心和勇气去追求梦想；在面临挑战、遭遇挫折和感到无望时，能从中汲取前进的力量，找到成功的方法；在惶惑、烦恼、痛苦和失落时，能从中获得指引。

背囊中的哲理如一丝丝火苗，点亮心灵的智慧之灯；背囊中的方法如一把把金钥匙，开启成功人生的大门。

背囊中的智慧早一天领悟，早一天走向成功；早一天掌握，早一天走向幸福。

书籍目录

第一篇 开启青少年智慧的60个哲理故事第一章 目标指引人生1. 兜圈的毛毛虫2. 艾米没有赚到钱3. 穿越撒哈拉4. 两只猎豹5. 柏拉图的坚持6. 鸡为什么不会飞7. 拿破仑·希尔的热忱8. 在大火中重建9. 希望10. 大鱼奔大江11. 永远进取的施罗德第二章 生命不要被保证12. 珍惜自我13. 曾经自卑14. 化学博士与老翁15. 勇气十足的鸟蛋16. 克服自负17. 冠军原来是聋子18. 心安草19. 跳蚤变“爬”蚤20. 迈克尔的觉醒21. 生命不要被保证22. 不愿离开的鹰23. 微风中的小河24. 刺猬与橡子25. 两颗种子的命运第三章 与他人和谐相处26. “你没有请求我的帮助”27. 治病的药28. 冒牌的管家29. 提灯笼的盲人30. 带刺的玫瑰花31. 盛满碎玻璃的箱子32. 谁是你的佛33. 什么成就了摩根家族34. 雌雄二鹰35. 富翁的同情心36. 孔子的裁判37. 小蔡的抱怨38. 鱼和鱼竿39. 刮“我们”的胡子40. 最有效的命令41. 这个笑话不好笑42. 谈判专家43. 系主任的尴尬第四章 心态成就一切44. 老太的难题45. 微笑46. 人生之随47. 快乐的杰里48. 贫困但不潦倒49. 感谢生活50. 萝卜的爱情51. 放下就是快乐52. 常温下“冻”死的人53. 丢掉多余的东西54. 点金术55. 胡萝卜、鸡蛋和咖啡56. 长成一颗珍珠57. 自由最珍贵58. 贪心的浪子59. 乔治的委屈60. 失去的快乐第二篇 改变青少年命运的60个励志故事第一章 人活着不能没有追求1. 生命的清单2. 白马的故事3. 降低龙门的故事4. 帕瓦罗蒂的选择5. 乌龟学飞6. 硬笔书法家的诞生7. 山田本一的胜利8. $1+1=?$ 9. 土拨鼠哪儿去了10. 拿破仑和士兵第二章 打造强者心态11. 巴拉昂的遗嘱12. 把斧头卖给总统13. 童第周的故事14. 玛格丽特的座右铭15. 丑陋的加拿大总理16. 农场里的石头17. 李嘉诚的故事18. 仅差一百步19. 想自杀的女人20. 日本人的阴谋第三章 每个人的价值别人都无法替代21. 你就是自己最大的“王牌”22. 鸡鸣狗盗之士23. 风景园艺家琼尼·马汶24. 小泽征尔25. 没腿的人的启示26. 爱因斯坦照镜子27. 隔行如隔山28. 被拴住的大象29. 没人会踢一只死狗第四章 自己的命运当然自己做主30. 三个请求31. 拼地图32. 两个儿子的命运33. 肯德基老头的故事34. 观音避雨35. 迪斯尼的画36. 乔治的习惯37. 一块马蹄铁38. 穷人与神像39. 安妮特的故事第五章 要改变命运必先改变自己40. 原一平与老和尚41. 给自己一片天空42. 鹰的重生43. 跟自己作斗争44. 理智的国王45. 饿死的懒汉46. 被淹死的神父47. 一个美国兵48. 种花49. 寒号鸟之死50. 1000枚大钱51. 一只小虎鲨第六章 世界上最快乐的事就是奋斗52. 一枚硬币53. 王子读书54. 藤田的毅力55. 种子和盒子56. 一个英国人和一个犹太人57. 竭尽全力58. 希尔顿开饭店59. 推销大师的小锤60. 完成任务的莱瑞·杜瑞松第三篇 全世界聪明人都在用的7种思考方法第一章 发散性思考法第一节 何谓发散性思考第二节 组合发散法第三节 辐射发散法第四节 因果发散法第五节 关系发散法第六节 头脑风暴法第七节 特性发散法第二章 水平思考法第一节 什么是水平思考法第二节 Po的含义第三节 创造性停顿第四节 简单的焦点第五节 挑战第六节 其他的选择第七节 概念扇第八节 概念第九节 激发和移动第十节 激发的出现第十一节 摆脱型激发第十二节 踏脚石激发第十三节 随意输入第十四节 移动第十五节 地层第十六节 细丝技巧第三章 倒转思考法第一节 什么是倒转思考法第二节 倒转不需要条件第三节 条件倒转第四节 作用倒转第五节 倒转人物第六节 倒转情景第七节 方式倒转第八节 过程倒转第九节 结果倒转第十节 观点逆向第十一节 属性对立第十二节 因果逆向第四章 图解思考法第一节 什么是图解思考法第二节 图解的类型第三节 为什么用图解第四节 “读图时代”第五节 如何绘制图解第六节 好的图解, 不好的图解第七节 提升图解的说服力第五章 形象思考法第一节 形象思考的作用第二节 想象的创造功能第三节 组合想象第四节 补白填充第五节 删繁就简第六节 取代想象第七节 引导想象第八节 妙用联想第九节 相似联想第十节 相关联想第十一节 相对联想第十二节 飞越联想第六章 类比思考法第一节 类比的运用第二节 直接类比第三节 间接类比第四节 幻想类比第五节 因果类比第六节 仿生类比第七节 综摄类比第七章 十根思考棒第一节 4种简明策略第二节 玩权威牌第三节 制造恐惧、疑惑、不确定第四节 人身攻击第五节 对人不对事第六节 因为你错, 所以我对第七节 因不及果第八节 玩文字游戏第九节 制造两难境地第十节 错误类比附录: “开动你的脑筋”答案第四篇 优秀青少年常用的50个高效学习方法第一章 从心开始学习1. 首先要有学习动机2. 小天才的秘密3. 为乐趣, 我愿意4. 名人也曾比你差5. 大声说我可行, 一定行6. 开始制定计划吧7. 厌学诊断与治疗8. 助你自信倍增的8种方法第二章 枯燥内容有亮点9. 把学校当成游乐场10. 玩一学习11. 亮点, 常常深藏海底12. 一切皆有趣味13. 记忆, 可以很轻松14. 做最积极的活动分子15. 运动让学习更有效率第三章 课堂内外要领多16. 预习——让你每次都领先一

步17. 做课堂的主人18. 记笔记——让你成为学习的主动者19. 把学过的知识串成珍珠20. 科学完成作业任务21. 学习就要“刨根”加“问底”22. 学会温故而知新23. 好成绩，源于不断地调节和坚持第四章 良好习惯天天见24. 不良习惯小测试25. 跟陋习说再见26. “细心”架起成功的彩桥27. 把惰性踢出门外28. 滚动的力量29. 慢速度学习30. 日记是你最亲密的朋友31. 改变你书房的风格32. 每天多问几个“为什么”33. 全神贯注最可爱第五章 开展互助的群体合作34. 你知道性格与学习的关系吗35. 向“高分”取经36. 与老师做好朋友37. “互利”成“动力”38. 把自己希望记忆的讲给别人听39. 珍惜你身旁的“学习资源”第六章 把学习融入开心生活中40. 学习累了，就玩一会儿41. 让你的身体永远保持最佳状态42. 使生活充满诗意43. 快乐心理调控器44. 当个时间大富翁45. 学习不分地点46. 在生活中学语文47. 英语学习成为生活习惯第七章 不同学科的学习策略48. 学习语文的高效方法49. 学习数学的高效方法50. 学习英语的高效方法第五篇 杰出青少年必读的6部成功经典第一部 天生赢家认识你自己相信你接受你自己尊重你自己成就你自己超越你自己第二部 呵护心灵挣脱心灵的枷锁清除心灵的垃圾放飞心灵的风筝打造心灵的健康储蓄心灵的资本第三部 一生的资本成就完美人生的性格资本成就完美人生的魅力资本成就完美人生的健康资本成就完美人生的婚姻资本成就完美人生的人际资本第四部 唤起心中的巨人认识你的潜能重视你的潜能激发你的潜能挖掘你的潜能释放你的潜能利用你的潜能第五部 你是第一位的跨越财务危机的障碍跨越社交恐惧的障碍跨越过度紧张的障碍跨越优柔寡断的障碍跨越意志薄弱的障碍做一个意志坚强的人跨越心胸狭窄的障碍跨越自私虚荣的障碍第六部 人性的优点认识忧虑的面目警惕忧虑的侵蚀改掉忧虑的习惯超越忧虑的界线克服忧虑的方法化解忧虑的良药走出忧虑的人生

章节摘录

第一章 目标指引人生1. 兜圈的毛毛虫一队毛毛虫在树上排成长长的队伍前进，有一条带头，其余的依次跟着，食物就在枝头，一旦带头的找到目标，停了下来，它们就开始享受美味。

有人对此非常感兴趣，于是做了一个试验，将这一组毛毛虫放在一个大花盆的边上，使它们首尾相接，排成一个圆形，带头的那条毛毛虫也排在队伍中。

那些毛毛虫开始移动，它们像一个长长的游行队伍，没有头，也没有尾。

观察者在毛毛虫队伍旁边摆放了一些它们喜爱吃的食物。

但是，毛毛虫们想吃到食物就得看它们的目标，也就是那只带头的毛毛虫是否停了下来，一旦停了下来，它们才会解散队伍不再前进。

观察者预料，毛毛虫会很快厌倦这种毫无用处的爬行而转向食物。

可是毛毛虫没有这样做。

出乎预料，那只带头的毛毛虫一直跟着前面的毛毛虫的尾部，它失去了目标。

整队毛毛虫沿着花盆边以同样的速度爬了七天七夜，一直到饿死为止。

哲理感悟毛毛虫给予我们最深刻的启示：没有目标的行动只能走向灭亡。

目标对我们非常重要，不容忽视，目标是所有奋斗者幸福的起点。

当我们很小的时候看到别人走路、讲话、读书、骑车等等，我们就下定决心也要学会这些本领。

虽然并不是有意识地这样做，但我们确实是自己树立了目标。

尽管达到这些目标不是件容易的事，但还是要努力取得成功。

我们喜欢挑战，喜欢成功带来的刺激。

正是这样，我们学会了走路、讲话和其他许多现在看来都很简单自然的东西。

目标甚至还可以使人们保持青春和幸福。

美国一项统计数字表明，男人平均死亡的年龄是退休后两年。

这表明如果在某一工作岗位上工作了很多年，它就会成为一个人生活中重要的组成部分，而如果突然间将其从生活里拿走，他就会觉得自己似乎失去了活着的意义，或者继续活下去的愿望。

结果，人对疾病的抵抗力降低了，身体变弱了。

一位美国的心理学家发现，在为老年人开办的疗养院里，有一种现象非常有趣：每当节假日或一些特殊的日子，像结婚周年纪念日、生日等来临的时候，死亡率就会降低。

他们中有许多人为自己立下一个目标：要再多过一个圣诞节、一个纪念日、一个国庆日，等等。

等这些日子一过，心中的目标、愿望已经实现，继续活下去的意志就变得微弱了，死亡率便立刻升高。

。在生命中没有一个中心目标的人，很容易受到一些微不足道的诸如忧虑、恐惧、烦恼和自怜等情绪的困扰。

所有这些情绪都是软弱的表现，都将导致无法回避的过错、失败、不幸和失落。

因为在一个权力扩张的世界里，软弱是不可能保护自己的。

一个人应该在心中树立一个目标，然后着手去实现它。

他应该把这一目标作为自己思想的中心。

这一目标可能是一种精神理想，也可能是一种世俗的追求，这当然取决于他此时的本性。

但无论是哪一种目标，他都应将自己思想的力量全部集中于他为自己设定的目标上面。

他应把自己的目标当作至高无上的任务，应该全身心地为它的实现而奋斗，而不允许他的思想因为一些短暂的幻想、渴望和想象而迷路。

2. 艾米没有赚到钱艾米是一个可爱的小姑娘，可是她有一个坏习惯，那就是她每做一件事，都把时间花在不必要的准备工作上，而不是马上行动。

和艾米住在同一个村子里的索顿先生有一家水果店，里面出售本地产的草莓这类水果。

一天，索顿先生对贫穷的艾米说：“你想挣点钱吗？”

“当然想，”她回答，“我一直想有一双新鞋，可家里买不起。”

“好的，艾米。”

<<智慧背囊>>

”索顿先生说，“格林家的牧场里有很多长势很好的黑草莓，他们允许所有人去摘。你去摘了以后把它们都卖给我，1夸脱我给你13美分。

”艾米听到可以挣钱，非常高兴。

于是她迅速跑回家，拿上一个篮子，准备马上去摘草莓。

这时，她不由自主地想到，能先算一下采5夸脱草莓可以挣多少钱比较好。

于是她拿出一支笔和一块小木板，计算结果是65美分。

“要是能采12夸脱呢？”

”她计算着，“那我又能赚多少呢？”

”“上帝呀！”

”她得出答案，“我能得到1美元56美分呢。”

”艾米接着算下去，要是她采了50、100、200夸脱，索顿先生会给她多少钱。

她将不少时间花费在这些计算上，一下子已经到了中午吃饭的时间，她只得下午再去采草莓了。

艾米吃过午饭后，急急忙忙地拿起篮子向牧场赶去。

而许多男孩子午饭前就到了那儿，他们快把好的草莓都摘光了。

可怜的小艾米最终只采到了1夸脱草莓。

回家的途中，艾米想起了老师常说的：“办事得尽早着手，干完后再去想。

因为1个实干者胜过100个空想家。

”哲理感悟艾米没有赚到钱的原因，是因为她有一个坏习惯，那就是在做事之前，把时间花在不必要的准备工作上，想得很多而没有行动。

英国前首相本杰明·笛斯瑞利曾指出，虽然行动不一定能带来令人满意的结果，但不采取行动就绝无满意的结果可言。

因此，如果你想取得成功，就必须先从行动开始。

一个人的行为影响他的态度，行动能带来回馈和成就感，也能带来喜悦。

通过潜心工作得到自我满足和快乐，这是其他方法不可取代的。

这么说来，如果你想寻找快乐，如果你想发挥潜能，如果你想获得成功，就必须积极行动，全力以赴。

每天不知有多少人把自己辛苦得来的新构想取消，因为他们不敢执行。

过了一段时间以后，这些构想又会回来折磨他们。

记住：切实执行你的创意，以便发挥它的价值，不管创意有多好，除非真正身体力行，否则，永远没有收获。

天下最可悲的一句话就是：我当时真应该那么做，但我却没有那么做。

经常会听到有人说：“如果我当年就开始那笔生意，早就发财了！”

”一个好创意胎死腹中，真的会叫人叹息不已，永远不能忘怀。

如果真的彻底施行，当然就有可能带来无限的满足。

你现在已经想到一个好创意了吗？

如果有，马上行动。

你一定要制定一个人生的目标，并认真制定各个时期的目标。

但如果你不行动，你就像这样的一个人：此人一直想到北京旅游，于是设计了一个旅行计划。

他花了几个月阅读能找到的各种资料——北京的艺术、历史、哲学、文化。

他研究了北京地图，订了飞机票，并制定了详细的日程表。

他标出要去观光的每一个地点，每小时去哪里都定好了。

编辑推荐

《智慧背囊:写给青少年的智慧书(超值白金版)》：“背囊”中蕴涵人生的智慧，凝结生活的哲理，满载成功的方法，囊括了青少年学习、生活所需要的方方面面的指导。

愿智慧背囊成为你人生道路上的良师益友，帮助你顺利成长。

语言生动活泼，明白易懂，并结合大量图解，让青少年一看就会，一会就能用。

仿佛一位循循善诱的睿智哲人。

为我们拨开心灵的迷雾；又如浩瀚大海中的一座灯塔，为我们指引前进的方向。

版权说明

本站所提供下载的PDF图书仅提供预览和简介，请支持正版图书。

更多资源请访问：<http://www.tushu007.com>