

图书基本信息

书名：<<超阅读·最受中学生喜爱的100篇励志故事>>

13位ISBN编号：9787561771785

10位ISBN编号：7561771789

出版时间：2009-8

出版时间：华东师大

作者：李梅

页数：198

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>

## 内容概要

本书是中学生课外阅读的一个理想读本。

所选的文章内容贴近中学生的生活。

这些文章对中学生身心的健康成长具有积极的影响。

“读一部好书，就是和许多高尚的人谈话”一样，其优美文辞的背后，总是蕴蓄着深刻的自然或社会哲理，给人以思想上的启迪和行为上的观照，是中学生不可或缺的精神食粮。

## 作者简介

滕刚，作家，图书策划人。

迄今已在《人民文学》，《北京文学》等刊物发表作品400多万字。

出版《预感》、《克尔萨斯的下半夜》、《个人履历表》、《秘密情节》、《百花凋零》等文集。

部分作品被译成英、法、日等国文字。

策划、主编“读·品·悟”感动书系、感恩书系、大家讲谈书系，阳光少年励志书系、小学生成长必读书系、中学生成长励志书系、大师谈人生书系，感动你一生书系，受益一生书系、2008年度珍藏书系等图书200余种。

## 书籍目录

第一辑 改变自己可以改变世界 我要欣赏我自己 / 安宁 飞越命运之河 / 苇笛 做好自己 / 李剑红 你有自己的芳香 / 矫田 改变自己可以改变世界 / 蒋光宇 不看轻自己 / 游宇明 我不是被遗弃的一朵花 / 包利民 每条小溪都有目的地 / 王者归来 如果你足够优秀 / 周海亮 人生是需要经营的 / 王高岩 改变自己 / 李雪峰 垒高自己 / 游宇明 做好自己这一份 / 吕麦

第二辑 别怕，黑暗一捅就破 风雪路上的歌声 / 包利民 别怕，黑暗一捅就破 / 朱成玉 人生是失意还是诗意 / 丁立梅 永不受伤的飞翔 / 马德 屋顶上的月光 / 陈敏 选择阳光 / 矫友田 要么为它悲伤，要么为它快乐 / 温暖 风景在窗外 / 照日格图 那些绚烂的花儿 / 周海亮 心上的耳朵 / 卫宣利 第466号囚犯的番茄 / 李丹崖 享受点点滴滴的成功 / 崔修建

第三辑 每个人都能以最美的姿势活着 只需几粒扣子 / 凉月满天 人生的温度 / 李雪峰 丑小鸭应该微笑 / 高兴宇 不做命运的奴仆 / 崔鹤同 只看所有的，不看所没有的 / 王发财 本是一颗不幸的黑痣 / 崔修建 你看你能做什么 / 乔迁 每个人都能以最美的姿势活着 / 张翔 下车，跑！ / 照日格图 生命的风景 矫友田 我，只有一个 / 李雪峰 走自己的路 / 吕麦 每个人都有做太阳的机回 / 朱砂

第四辑 有了梦想就去做 穷人最缺少什么 / 蒋光宇 做梦也能成功的启示 / 董刚 除了梦想，我一无所有 / 田野 创造自己的奇迹 / 汪洋 找到自己那片海 / 仲利民 季节先从一缕风开始 / 澜涛 有了梦想就去做 / 姜钦峰 每个生命都是一种行走 / 王国军 把认真坚持到底 / 崔修建 沿着自己的道路走下去 / 苇笛 五岁的老板 / 胡玉龙 坚持走向前，世界会改变 / 吕麦 剩者为王 附体昌 五年改变一生 / 凤凰

第五辑 蹲下去是为了站起来 五美元胜诉 / 林夕 只是多了一点停留 / 游宇明 借口多的人离梦想最远 / 澜涛 学会在心底找路 / 马德 蹲下去是为了站起来 / 吕麦 擦鞋的小男孩 / 谈笑生 致命的抉择 / 张世普 最傻的人成功了 / 感动 登顶的秘诀 / 姜钦峰 打瞌睡你就别出牌 / 王者归来 成功的光芒 / 崔鹤同 挂在墙上的美丽龟壳 / 英涛

第六辑 敢于主持自己的人生 让自己成为壮观的瀑布 / 韩冬 梦想是你的脊梁 / 周海亮 冲到前面去 / 田野 勇气给了他一条宽阔的大道 / 鲁先圣 你就是自己的奇迹 / 姜钦峰 三十米远看偶像 / 张世普 命运的拐点掌握在自己手中 / 高言 率先鼓掌 / 朱砂 敢于主持自己的人生 / 薛峰 麻雀人生 / 孙君飞

第七辑 站起来比倒下只需多一次 站起来比倒下只需多一次 / 清山 灾难也是一种人生 / 王国军 绝境的隔壁是天堂 / 包利民 无限可能 / 张世普 给痛苦一个流淌的出口 / 朱成玉 造就传奇的神秘力量 / 高兴宇 贫穷爆发力量 / 崔鹤同 一支桨也可以邀过沧海 / 张翔 拥抱明天 / 纪富强 用手跑完的长征 / 马晓伟 小提琴的第五根弦 / 龙富鸣 让嫉妒开出绚丽的花朵 / 尹玉生 坏牌不一定会输 / 吕麦

第八辑 降低成功的高度 抱怨是鞋子里的水 / 积雪草 这也会过去 / 蒋光宇 “火力”是成功的利器 / 吕麦 间丘露薇的选择 / 沈童 降低成功的高度 / 张世普 谁能遮得住一缕阳光 / 苇笛 不是人人都能“捡”到冠军 / 谢胜瑜 奔跑的姿态离理想最近 / 李丹崖 满树只开一朵花 / 绿路行者 冲出热情之围 / 高兴宇 总有一种渺小不容蔑视 玛德 保持你前进的速度 / 王者归来

章节摘录

第一辑 改变自己可以改变世界 你有自己的芳香 文/矫友田 有一个年轻人，很希望能够做出一番自己的事业来。

开始，他也总是尝试着鼓足勇气去做每一件事情。

但是，渐渐地他就对自己失去了信心，结果一事无成。

因此，他感到很自卑。

他去拜访一位成功的长者，希望从长者那里获得一些成功的启示。

见面之后，他问了长者这么一个问题：“为什么别人努力的结果总是成功，而我努力的结果却是那么糟糕呢？”

长者微笑着摇了摇头，反问他：“如果，现在我送你‘芳香’两个字，你首先会想到什么呢？”

思忖了一会儿，年轻人回答说：“我会想到糕点，虽然我开办不久的糕点店已在前些日子停业了，但是我仍会想到那些芳香四溢的糕点。”

长者点了点头，然后，便带他去拜访一位动物学家朋友。

见面后，长者问对方一个相同的问题。

动物学家回答道：“这两个字，首先会使我想到了眼下正在研究的课题——在自然界里，有不少奇怪的动物，利用身体散发出来的芳香做诱饵，捕捉食物。”

之后，长者又带他去拜访一位画家朋友，也问对方这个问题。

画家回答道：“这两个字，会使我联想到百花争妍的野外，还有翩翩起舞的少女。芳香，能够给我的创作带来灵感。”

从那位画家朋友家中出来之后，年轻人仍不明白长者的用意。

在返回的途中，长者顺便又带他去拜访了一位久居海外、刚刚回国探亲的富商。

在谈话中，长者也问对方这个问题。

那位久居海外的富商动情地说：“这两个字，会使我联想起故乡的土地。

故乡土地的芳香，令我魂牵梦绕。”

辞别那位富商之后，长者才问那个年轻人：“现在，你已经见过不少出色的人物了。那么，他们对‘芳香’的认识与你相同吗？”

年轻人仍不解地摇了摇头。

长者继续问道：“那他们对‘芳香’的认识，有相同的吗？”

年轻人又摇了摇头。

此时，长者笑了，然后意味深长地说：“其实在生活中，每一个人都拥有与众不同的芳香，你也一样，拥有自己的芳香。

为什么你现在做得不像别人那么出色呢？”

那是因为你只是在看别人如何欣赏他们自己的芳香，而把自己的芳香给忽视了。”

改变自己可以改变世界 文/蒋光宇 罗伯特·西奥迪尼是美国著名的心理学家，是亚利桑那州立大学的心理学教授。

有一天，他在纽约结束了全天的工作之后，乘地铁去时代广场站。

当时正值下班乘车的高峰期，人流像往常一样沿着台阶蜂拥而下直奔站台。

突然，罗伯特·西奥迪尼看到一个衣衫褴褛的男子躺在台阶中间，闭着眼睛，一动不动。

赶地铁的人们都像没有看到这个男子一样，匆匆从身边走过，个别的甚至是从他身上跨过，急着乘坐地铁回家。

看到这一情景，罗伯特·西奥迪尼感到非常震惊。

于是，他停了下来，想看看到底发生了什么事情。

就在他停下来的时候，耐人寻味的转变出现了：一些人也陆续跟着停了下来。

很快，这个男子身边聚集了一小圈关心他的人。

人们的同情心一下子蔓延开来，有个男人跑去给他买了食物，有位女士匆匆给他买来了水，还有一个人通知了地铁巡逻员，这个巡逻员又打电话叫来了救护车。

几分钟之后，这个男子苏醒了，一边吃着食物，一边等待着救护车的到来。

大家渐渐了解到，这个衣衫褴褛的男子只会说西班牙语，身无分文，已经饿着肚子在曼哈顿的大街上徘徊流浪了好几天。

他是因为饥饿而昏倒在地铁站台的台阶上的。

为什么起初人们会对这个衣衫褴褛的男子熟视无睹、漠不关心呢？

罗伯特·西奥迪尼认为，其中的一个重要原因是：在熙熙攘攘、匆匆忙忙的人流中，人们往往会陷入完全自我的状态，在忽视无关信息的同时，也忽视了周围需要帮助的人。

这就像一位诗人说的那样，我们“走在嘈杂的大街上，眼睛却看不见，耳朵却听不见”。

在社会学上，这种现象被称为“都市恍惚症”。

为什么后来人们对这个衣衫褴褛男子的态度有了较大的改变呢？

罗伯特·西奥迪尼认为，其中的一个最重要的原因是：因为有一个人的关注，致使情况发生了变化。

当时，自己停下来，仅仅是要看一吓那个处于困境的男子而已。

路人却因此从“都市恍惚”中清醒过来，从而也注意到了这个男子需要帮助。

在注意到他的困境后，大家开始用实际行动来帮助他。

因为看到别人的善举，而对自身的心理产生了冲击，进而引发出行善的愿望和行动，心理学上将这种变化称之为“升华”。

心理学的研究证明，帮助病人、穷人或者是其他处于困境中的人，最容易引起人们的“升华”。

尽管这些助人为乐的善事，不一定是轰轰烈烈的大事，也不像诺贝尔和平奖获得者特里莎嬷嬷在加尔各答帮助贫民时那样无私。

从心理学家罗伯特·西奥迪尼的故事，让人联想到英国一位主教的墓志铭：我年少时，意气风发，踌躇满志，当时曾梦想改变世界。

但当我年事渐长，阅历增多，发现自己无力改变世界。

于是，我缩小了范围，决定先改变我的国家，可这个目标还是太大了。

接着我步入了中年，无奈之余，我将试图改变的对象锁定在最亲密的家人身上。

但天不遂人愿，他们个个还是维持原样。

当我垂垂老矣之时，终于顿悟了一个道理：我应该先改变自己，用以身作则的方式影响家人。

若我能先当家人的榜样，也许下一步就能改善我的国家；再以后，我甚至可能改造整个世界。

不错，自己一个人先改变了，身边的一些人就可能会跟着改变；身边的一些人改变了，很多人就可能会跟着改变；很多人改变了，更多的人就可能会跟着改变……正是在这个意义上可以说，先改变自己，就可能会改变世界。

……

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>