

高考作文速用素材

话题：“成功来自勤奋”“学习成就天才”

不达目的不罢休

语言大师侯宝林只上过三年小学，由于勤奋好学，他的艺术水平达到炉火纯青的程度，成为著名的语言专家。有一次，他为了买到自己想买的一部明代笑话书《谑浪》，跑遍北京所有的旧书摊也未如愿。后来，他得知北京图书馆有这本书。时值冬日，他顶着狂风，冒着大雪，一连 18 天都跑到图书馆去抄书。一部 10 万字的书，终于被他抄录到手。侯宝林正是凭着“不达目的不罢休”的坚强毅力，才成为一代相声艺术宗师的。

分析：语言大师侯宝林以他的行动告诉我们这样的道理：要想成就一番事业，一要勤奋好学，二要持之以恒。

话题：“真正的残废”“毅力”

无腿飞行将军

苏联卫国战争期间，阿列克谢·梅列西耶夫的飞机被击落，他在双腿受伤、冻坏的情况下爬行了 18 个昼夜，最后回到自己的阵地。双腿截肢后，他经过锻炼，重又驾驶歼击机作战。他很重视人的体育积极性，这种积极性对健康和精神状态都是不可缺少的。他从童年时代起就喜欢运动，喜欢划船，踢过足球，当过守门员。他停飞后每天早晨拼命锻炼，每天早晨洗冷水澡，以此预防感冒。

分析：对于一个双腿截肢后又重回驾驶室的人来说，那绝对是一个奇迹。奇迹的发生需要一个支撑点，那就是毅力。

话题：“挫折是一笔财富”“困境与成功”

一次成功就够了

以下是一个人一生的简历：5 岁时，他父亲就去世了；14 岁时，他从学校辍学，开始了流浪生活；16 岁时，他谎报年龄参了军，而军旅生活也是处处不顺心；18 岁时，他娶了个媳妇，可只过了几个月，媳妇就变卖了他所有的财产逃回了娘家；他曾通过函授学习法律，可不久又放弃了；后来，他卖过保险，卖过轮胎，还经营过一条渡船，开过一家加油站，但都失败了。

人到中年，他成了家餐馆的主厨和洗瓶师，可因政府修公路而拆了那家餐馆，他又失业了；时光飞逝，眼看一辈子就这样过去了，而他仍一无所有。65 岁那年，邮递员给他送来了他的第一份社会保险支票，他用这 105 美元保险金创办了自己的一份崭新的事业。

88 岁高龄时，他的事业终于大获成功。

他，就是肯德基创始人——哈伦德·山德士！

分析：一辈子都在追求中，只要一次机会，你就会成功；如果你放弃追求，再多的机会，你都不会成功。

话题：“激励的价值”“成功与自信”“家教教育”

相信自己是第一

理查·派迪是运动史上赢得奖金最多的赛车选手。当他第一次赛完车回来，向母亲报告结果时，那情景对他后来的成功有很大的影响。

“妈！”他冲进家门，“有 35 辆车参加比赛，我跑了第二。”

“你输了！”他母亲回答道。

“但是，妈！”他抗议道，“您不认为我第一次就跑了个第二是很好的事情吗？”

“理查！”母亲严厉道，“你用不着跑在别人后面！”

接下来的 20 年中，理查·派迪一直称霸赛车界，他的许多项纪录到今天还保持着，没有被打破。

分析：能正确地激励自己，对自己充满自信的人，往往就能获得成功的青睐。

话题：“忧患意识”“成功的因素”

海尔的启发

在许多国人眼里，海尔这个成功企业已经很强大，很了不起了。然而，一位跟踪报道海尔多年的记者却说，在他接触到的诸多企业中，海尔的“忧患意识”是最强的。海尔集团首席执行官张瑞敏时常挂在嘴边的一句话是：“战战兢兢，如履薄冰。”一个 16 年平均年增长速度达用 81.6%、年销售收入已突破 400 亿元。不仅在国内而且在国外都有较高知名度的企业能有这样的意识，很值得我们深思。按照张瑞敏的说法，他们进军中国的战略非常简单：赢家通吃。他们的目标就是不给你留任何一点市场和地盘。毋庸讳言，我们的许多企业，不要说弱势企业，就是像海尔这样的佼佼者与世界 500 强相比也还有一段差距，也不敢有丝毫放松和懈怠。实事求是地正视挑战的严峻性，充分估计到竞争对手的力量和困难的一面，向最坏处着想，向最好处努力，这样才较为有益，而较少有害。 分析：“战战兢兢，如履薄冰，”海尔的成功告诉我们，没有忧患意识，不努力进取，就等于自取灭亡。 话题：“忧患意识”“知己知彼”

为失败做准备

在美伊战争中，伊拉克总统萨达姆扬言，他已摆好城市游击巷战的阵势恭迎美国大兵。在摩加迪吃过巷战苦头的美军不敢掉以轻心，他们在苦练怎么打胜仗的同时，也在苦练打败仗后如何当俘虏。战俘训练课程的名称是“超压力灌输”，包含四大科目——野外生存、躲藏逃脱、积极抵抗、保命要紧。训练以近乎残酷的方式进行，但却是必要的。它可提高人的生理和心理承受能力，一旦身临绝境，就可以从容应付。

分析：“凡事预则立，不预则废。”无数事实说明，谁能为失败做准备，谁就能化险为夷，反败为胜。

话题：“挫折与成功”“坚守与放弃”

爱迪生的灾难

1914年12月，爱迪生的实验室在一场大火中化为灰烬，直接经济损失超过200万美金，他多年的科研成果也在大火中付之一炬。大火最凶的当儿，爱迪生24岁的儿子在浓烟和废墟中发疯似的寻找他的父亲。他最终找到了：爱迪生平静地看着火势，他的脸在火光摇曳中闪亮，他的白发在寒风中飘动。爱迪生在灾难面前，表现出了惊人的冷静。他看着一片废墟说道：“灾难自有它的价值，瞧，这不，我们以前所有的谬误过失都给烧了个一干二净。感谢上帝，这下我们可以从头再来了。”火灾刚过去三个星期，爱迪生就开始着手推出他的第一部留声机。

分析：① 灾难是不以人的意志为转移的，它能给人带来巨大的痛苦，也能给人带来创新的动力，关键在于你应该怎样对待它。

② 不幸，是天才的晋升阶梯，信徒的洗礼之水，弱者的无底深渊。

③ 黑夜给了我黑色的眼睛，我却用它寻找光明。——顾城

④ 只有经历地狱般的磨练，才能炼出创造天堂的力量；只有流过血的手指，才能弹出世间的绝唱。——泰戈尔

话题：“成功与方向”“信念”

游向高原的鱼

水从高原由两向东流着，渤海口的一条鱼逆流而行。它的游技很精湛，因而游得很精彩，一会儿冲过浅滩，一会儿划过激流，它穿过了湖泊中的层层鱼网，也躲过了无数水鸟的追逐。它逆行了著名的壶口瀑布，堪称奇迹；又穿过激水奔流的青铜峡谷，博得鱼们的众声喝彩；它不停的游，最后穿过山涧，挤过礁石，游上了高原。然而它还没来得及发出一声欢呼，瞬间却冻成了冰。

若干年后，一群登山者在唐古拉山上的冰块中发现了它，它还保持着游的姿态，有人认出这是渤海口的鱼。

分析：一方面只有伟大的精神却没有伟大的方向，最后得到的只有死亡。另一方面，明知山有虎，偏向虎山行，彰显的是一种奋力追求的信念，积极向上的拼搏精神。

话题：“优点与弱点”、“最大的敌人是自己”

个性秉赋 弱点

第二次世界大战期间，美国陆军反间谍队的高级官员伯尼·费德曼，在一次战地值勤中不幸被德国军虏获，鉴于费德曼的特殊身份为了从他嘴里掏出所需要的情报，德国审讯员施出了种种手段：严刑拷打，心理压力，耍弄诡计，给以厚遇。然均未奏效，以至于德国审讯员无奈地道：费德曼大概愿意我们折腾他，这样给他机会成为英雄。但这位铁打硬汉，最终却被出卖了——出卖他的人不是别人，正是他自己的弱点，

原来德国人后来把他送入德国一所培养领导间谍的干部学校去，并让他每人陪同一个教官上课。这位教官不知是有意还是无意，每次讲给学员的东西大都是错误的。起初，费德曼极力忍耐，冷笑置之。有一天他实人忍无可忍，便情不自禁地批驳了德国人一通，并谈了美英机关一些工作的内幕，还向德同人提了一些应该怎样搞清通讯网的建议。自然，这些正是德国人希望知道的。

费德曼的悲剧，在于他不容亵渎的职业神圣感和其强烈的敬业精神。德国人正是利用了这一点，将欲取之，乃先诱之，刺激得他“一时技痒”，在维护他的职业尊严中落入对方的圈套。

分析：费德曼的职业神圣感和其强烈的敬业精神，本是优点，但优点有时却会成为别人攻击的弱点，德国人正是抓住这一点，达到了自己的目的。

话题：“读书与作文”“积累的重要”

巴金背书

著名作家巴金十二三岁时，就背会几部书了，其中包括《古文观止》。后来他谈到自己的散文创作时说：“现在有 200 多篇文章储蓄在我的脑子里面了。虽然我对其中的任何一篇都没有好好地研究过，但是这么具体的东西至少可以使我明白所谓‘文章’究竟是怎么一回事，可以使我明白文章并非神秘不可思议，它也是有条有理、顺着我们思路连上来的。”

分析：“熟读唐诗三百首，不会吟诗也会吟。”不要奇怪为什么看书多的人文章就是高人一等，巴金老人已经告诉我们答案了。

话题：“观察与思考”“素质教育”、道德修养

海啸故事

泰国普吉岛流传着一个女孩的故事。当海啸来临之际，10 岁的英国女孩蒂利首先发现了海天交汇之处的白色巨浪，她一下联想到地理课本上关于巨浪的知识——就在圣诞节前，她还在思考老师布置的关于巨浪的讨论题目。意识到灾难即将降临的她，立即说服了父母，并和他们一起动员海滩上的游客撤离。当百余名游客刚刚抵达高地时，海啸便无情地吞没了这片海滩。

分析：蒂利的故事宛如一朵奇葩，为这场不幸的灾难增添了一丝亮色。感谢蒂利，她让我们

看到了什么是真正的素质教育，知识如何才能转化为行动，并产生力量；感谢蒂利的父母，只有在一个平等、民主、和谐的家庭氛围中，父母才能有耐心，才能充分尊重孩子的想法和意见，而不是简单粗暴地予以压制；感谢蒂利一家，当灾难来临之际，他们并不是只想着自己的安危，而是积极主动地帮助他人脱离危险，蒂利的故事让我们看到了学校教育、家庭教育与社会教育的有机统一，及其巨大威力，当我们整天为未成年人教育忧心忡忡时，蒂利的故事似乎可以给我们更多的感悟。

话题：“学会克制”“习惯”

把最坏的日子捱过去

凡·高在成为画家之前，曾到一个矿区当牧师。有一次他和工人一起下井，在升降机里，他陷在巨大的恐惧之中。颤巍巍的铁索嘎嘎作响，箱板在左右摇晃，所有的人都默不作声，听凭这机器把他们运进一个深不见底的黑洞，这是一种进地狱的感觉。事后，凡·高问一个神态自若的老工人：“你们是不是习惯了，不再感到恐惧了？”这位坐了几十年升降机的老工人答道：“不，我们永远不习惯，永远感到害怕，只不过我们学会了克制。”

分析：有些生活，你永远也不会习惯，但只要你活着，这样的日子你还得一天一天过下去，所以你就得学会克制，学会忍耐面对日子，把最坏的都捱过去，剩下的也就是好的了。

话题：“奇迹”“成功与坚持”

牛玉琴的“绿色奇迹”

1993年的一天，联合国粮食组织将“拉奥博士奖”郑重授予中国的一位农村妇女牛玉琴，这一年只有三个人获此殊荣。1995年，中国评出十大杰出女性，牛玉琴名列前茅。

陕北农民牛玉琴的丈夫张加旺于1983年承包了一片沙荒地，决心将其变为绿洲。不久他因癌症死去，牛玉琴便带着三个儿子继续苦干。他们付出难以想象的艰难，终于使1.7万亩沙荒地披上了绿装。成功后，她又遵照丈夫遗愿，拿出第一笔收入7000元，盖起一座小学。她从丈夫与自己名字中各取一字，分别命名为“加玉林场”与“旺琴小学”。她的行为感动了一位港商，这位港商悄悄留下5.5万元赞助这所小学改建校舍，却没有留下名字。人们称颂牛玉琴创造的是“绿色奇迹”。

分析：牛玉琴的事迹向人们证明了人类改变生存现状的决心和成果。奇迹的产生，没有艰苦卓绝的付出是不可能的。

话题：“为官与为民”“关于权力的看法”

拉纤县令何易于

唐人孙樵写过一篇《书何易于》的文章。说的是：四川有一太守，喜游山玩水。一日，他泛舟宜昌县时，因船大水小，屡屡搁浅，便令县里派农夫拉纤。无意间，这太守发现纤夫中有一白面书生，就问是何人，那人答道：“下官是宜昌县令何易于，因春耕时节，农夫忙甚，抽人不易，故下官也来充一名纤夫。”太守听了，羞愧难当。

何易于平日勤政爱民，穷苦百姓无钱办丧事，他拿奉银赠与；见到老弱病残等来官仓完粮，每每邀之进餐；自己的随从，不过两三人。因此，三年内把宜昌治理得“狱无系民，民不知役”。

孙樵在《书何易于》中说，何虽“不得志与生时，必将传名于死后。”果然，《新唐书》把他作为廉吏为之立了传。

分析：做官仅仅代表必须为老百姓办更多的事，承担更大的责任；，而不是凌驾于人民之上。明白了这个道理，在老百姓需要的时候，就会有更多的“县令”像何易于一样为民“拉纤”。

话题：“对生命的态度”“珍惜时间”

“一天变三天”与“一生才三天”

俄国著名地理学家奥勃鲁契夫把每个工作日分成“三天”。第一天是从早晨到下午两点，他认为是最宝贵的时间，用来安排重要的工作。第二天是一下午两点至晚上六点，在这段时间里他认为做较轻松的工作为宜。如写书评或各种笔记等。第三天是从晚上六点到夜里十二点，用来参加会议、看书。他说，这是等于把自己的生命延长了。

美国夏威夷岛上学生们上课时，总是先背诵一段祈祷词：今天已经和你在一起，但很快会过去，明天就要到来，也会消逝。抓紧时间吧，一生只有三天。

分析：以上两则材料的核心都是要珍惜时间把一天的时间合理分配，对时间要有紧迫感，从某种意义上讲，珍惜时间就意味着延长我们的生命。

话题：“人才”“科技的力量”

科技之道——把闪电关在瓶子里

在18世纪，人们还不能正确地认识雷电到底是什么——当时本杰明·富兰克林认为雷电是一种放电现象，它和在实验室产生的电在本质上是同样的。但却受到了嘲笑。

富兰克林决心用事实来证明一切。1752年6月的一天，阴云密布，电闪雷鸣，一场暴风雨就变来临了。富兰克林和他的儿子威廉一道，带着上面装有一根金属杆的风筝来到一个空旷地带；富兰克林和他的儿子一道拉着风筝线，父子俩焦急地期待着，此时，刚好一道闪电从风筝上掠过，富兰克林用手靠近风筝上的铁丝，立即掠过一种恐怖的麻木感。他抑制不住内心的激动，大声呼喊：“威廉，我被电击了！”随后，他又将风筝线上的电引入瓶中。回到家里以后，富兰克林用雷电进行了各种电学实验，证明了天上的雷电与

人工摩擦产生的电具有完全相同的性质。富兰克林关于天上和人间的电是同一种东西的假说，在他自己的这次实验中得到了很好的证实。

分析：面对人们的指责，我们最好的回答就是用事实来证明一切。科学中没有懒惰，只有勤奋和严谨。 话题：“真知来源于实践”“事实胜于雄辩”

科学家的价值：

美国一位将军在他的《现在可以说了》一书中是这样评价著名的德国原子物理学家海森堡的：“得到海森堡这样的科学家，足以抵得上德国 10 个师的军队。”

20 世纪 50 年代，美国海军次长金波尔阻挠钱学森回祖国，他给美国移民局的电报中称：“我宁可把这个家伙枪毙了，也不能让他离开美国。那些对我们来说至为宝贵的情况，他知道得太多了，无论在哪，他都抵得上五个师！” 分析：掌握了科学技术，就掌握了引领世界潮流的力量。因为科学是一种推动历史前进的力量。

话题：“宽容”“交流与沟通”“培植与扼杀”

十英镑的遗憾

蒸气机之于世界的作用是划时代的。有了它，大规模的机器便获得了强大的动力。正是由于蒸气机的出现，才导致了大工业时代的开始。

“1789 年”，瓦特专利说明书上的这个时间是人们公认的蒸汽时代的元年。然而，这个时间本应该被提前。如果当时能有一位稍许宽容的绅士出现，人类就有可能在 1689 年便拥有初步实用化的蒸汽机技术。因为在这一年，法国人巴本发明了可以进行演示的蒸汽机。这位谨慎而又贫困的先生虔诚地向英国皇家学会申请区区 10 英镑的研究经费，用于改进和完善自己的发明。然而，刻薄的皇家学会认为为一个天真的想法提供资金，简直是对经费的随意挥霍，于是提出了一个探索者无法接受的条件：实验必须保证成功！正是由于宽容精神的缺失，交流和沟通的机会失去了，失误甚至错误中蕴含着的潜在价值遭到漠视，成功的机会便被无情地剥夺了。

分析：我们的确应该在宽容这个问题上多一些反思。宽容的美德有利于人们的交流和沟通，也有利于价值的体现。

话题：“对事业的执著”“生命的意义”

“用生命做一次试验”

巴斯德，19 世纪法国著名微生物学家。他在进行科学研究时，把科学的发展看得比自己的生命更重要。一次，一艘停靠在波尔多的轮船上发现了黄热病人，巴斯德闻讯后立即赶往那里，希望发现引发这种烈性传染病的病菌，有人问他：“你难道不怕危险？”巴斯德毫不犹豫地回答：“这有什么要紧？生命处在危险

的境地。这才是真正的生命。为了能使其他人活得更好，我愿意用自己的生命做一次试验。”当他来到港口时，检疫人员坚持不让他上船。巴斯德恳求说：“请宽恕一个学者追求科学的热情吧！”他的精神深深地感动了检疫人员。正是靠与这种执著的精神，巴斯德才在传染病研究上取得了惊人的科学成就。

分析：对科学的执著超过了对生命的热爱——正是因为有巴斯德这种奋不顾身的精神，才有了今日医学的繁荣景象。

话题：“信念的价值”“科学的坚持”

让青蛙做证人

伊凡·谢切诺夫是俄国生理学家。1862年，他通过对青蛙的解剖实验。发表了《蛙脑对脊髓神经的抑制》等文章，同时又出版了《脑的反射》，为神经生理学做出了很大的贡献。

可是，沙俄政府竟然把宣传科学真理看作是一种罪过，把谢切诺夫逮捕了，并对他进行审讯。在法庭上，法官对谢切诺夫说：“你可以给自己找个辩护证人。”谢切诺夫平静地问答：“让青蛙做我的证人吧！”在敌人的淫威面前，这位科学家神色自若。因为他知道，真理是在自己一边。

分析：为了自己的信念，为了真理，甘愿被逮捕。科学的道路总是充满了荆棘。

文化教育

话题：“偶然与必然”“成功的机遇”

“五音不全”的歌手

美国华裔少年孔庆翔既没有漂亮的面孔，也没有圆润的嗓子。然而在美国——一个造梦的天堂（或者叫地狱），孔庆翔打造出了一片属于自己的天空，不能不说是一种奇迹。

2004年，貌不惊人的华人小子孔庆翔参加了美国综艺节目《美同偶像》。他不仅五音不全，而且台风滑稽，让现场观众和评委都大跌眼镜。评委克威尔尖酸地嘲讽他说：“你竟然不会跳舞？在台上表现得过了麻木！并且几乎无唱功可言，令人颇感聒噪。”而孔庆翔却不慌不忙地说：“我觉得我虽唱功稍差，但我没有遗憾，因为我已经尽力了。”由于该大赛是电视直播，美国的观众都为孔庆翔的言辞感动，立刻声援声四起。节目播出之后，孔庆翔受到了前所未有的关注，多家媒体争相报道他在歌手大赛中的表现。于是孔红了，成了美国家喻户晓的人物。紧接着，孔庆翔和KOCK以及FUSE两家唱片公司签订第一张专辑《灵感》（Inspiration），于2004年4月6日在全美发行，第二周的销量成功蝉联美国公告牌独立大碟榜冠军，挤入公告牌流行榜前40位，气势逼人。孔庆翔也成为在美国知名度最高的中国人。

分析：在美国人看来，“我已经尽力了”是一个人对待一件事情最好的态度。既然一个人“已经尽力了”，那么我们还有什么理由嘲笑他呢？孔庆翔的出名和成功虽是偶然，但里面必然存在所处环境的社会文化因素。

话题：“探索与追求”、“勤奋与学问”

治学三境界

王国维在《人间词话》里谈到了治学经验，他说：“古今成大事业、大学问者，必经过一种境界：‘昨夜西风凋碧树。独上高楼，望尽天涯路。’此第一境也。‘衣带渐宽终不悔，为伊消得人憔悴’此第二境也。

‘众里寻他千百度，蓦然回首，那人却在灯火阑珊处。’此第三境也。”

在《文学小言》一文中，王国维又把这三种境界说成“三种之阶级”。并说：“未有不阅第一第二阶级而能遽跻第三阶级者，文学亦然，此有文学上之天才者，所以又需莫大之修养也。”王国维所引词句第一为晏殊《蝶恋花》，第二为柳永《蝶恋花》，第三为辛弃疾《青玉案·元夕》。

分析：第一境界是说：做学问成大事业者首先应该登高望远，鸟瞰路径，了解概貌，“望尽天涯路”；第二境界是说：做学问成大事业不是轻而易举的，必须经过一番辛勤劳动的过程，“为伊消得人憔悴”，就是说要像渴望恋人那样，废寝忘食，孜孜不倦，人瘦带宽也不后悔；第三境界是说：经过反复追寻、研究，最终取得了成功。

话题：“教育的目的”“个人与集体”

日本的“菠菜原则”

日本人饭桌上是少不了菠菜的，他们甚至把一种企业组织原则称为“菠菜原则”。这个原则由三个基本点组成，即“报告”、“联络”、“沟通”。“菠菜原则”是日本企业的基本原则，任何一个雇员，从部长到社长，无一例外都需执行这条原则。所谓报告，就是把自己工作的进展状况随时通知同事，比如出差回到公司，一定要将所见所闻汇报；外出的收获，一定要让全体同事分享。联络，就是把自己目前遇到的问题通知有关同事，如上班路上遇到堵车可能迟到，你得打电话告诉同事你何时能到公司。沟通，是工作遇到问题时，一定要找同事或上司咨询，以集体智慧予以解决。

“菠菜原则”说的就是个人与组织之间的协调性原则。日本的这种原则是其教育体系与教育思想的产物。在日本人的观念中，教育的目的不是培养精英，而是培养能够适应严酷集体生活的有协调性的人。这种教育贯穿着一个基本点，即培养合格的国民。这种国民具有共同的教养、共同的信念。

分析：个人生活在社会中，那么，个人就应该与整个社会融洽相处。这样全体国民才有共同的向心力，这就是日本的教育。

话题：“家庭教育”“教育与成才”

名人教子

家教：包拯为它公正清廉，被老百姓尊称为包青天。他担心家人子弟利用权势贪污腐化，因而自述家训：“后世子孙仕宦，有犯赃者，不得放归本家；亡疫之后，不得葬与大莹之中。不从吾志，非吾子孙。”

铭教：宋代诗人苏武的长子苏迈赴任县太尉时，苏轼送给他一个砚台，上有他亲手所刻的砚铭：“以此进道常若渴，以此求进常若惊；以此治财常若予，以此书狱常思生。”

鞭教：岳云 12 岁参军作战。一次骑马下坡，没注意地形，人马栽进沟里。岳飞喝令按军法鞭打岳云，众将求情不允，责打百鞭。此后岳云刻苦训练，勇猛作战。1134 年攻打随州时，挥舞 40 公斤重的铁锤，首当其冲第一个登城。岳飞教子的原则是：受罪重于士卒，作战先于士卒，受功后于士卒。

名教：1945 年，革命老前辈林伯渠 6 岁的小儿子要读书上小学了。林老对儿子说：“上学，该有个地道的名字，我看你就叫用三吧！”儿子疑惑不解，林老解释说：“用三者，三用也。即用脑想问题，用手造机器，用足踏实地！”联教：无产阶级革命家吴玉章曾撰写一幅对联挂在堂前。上联：创业难，守业亦难，明知物力维艰，事事莫争虚体面。以此教育子孙后辈要艰苦创业，勤俭持家，切不可铺张浪费，追求虚荣；下联：居家易，治家不易，欲自我以身作则，行行当立好楷模。指出做长辈的要时时刻刻以身作则，身教重于言教，处处做出好样子，成为后辈们效仿的楷模。

章程教：老舍先生的教子章程，一是个必非考一百分不可；二是不必非上大学不可；三是应多玩，不失儿童的天真烂漫；四是要有健全的体魄。总之，老舍先生认为，孩子不必争做“人上人”，虚荣心绝对不可有。

分析：教育后代的方式是多种多样的，不同的人有不同的特色，但都有一个共同点，那就是：关注人性，关注品德，既严厉又慈爱。

社会生活

话题：“面对生活中坎坷”“身残志不残”

一对残疾作家

孙幼忱是位双腿残疾的作家。他创作的小说《小佛佛历险记》受到读者的欢迎，还得了奖。可不幸又降临这个家庭，妻子董江云的左腿也残疾了。董江云为了支持丈夫写作，不仅代替丈夫去工作，还挑起了全部家务重担，她拄着拐杖拖着残腿干繁重的体力活。在丈夫的影响下，董江云也写起了童话，并在《黑龙江日报》上发表了《鸭子莎莎》。

这对残疾作家坦然面对自己身体的缺陷，他们认为，残疾并不是人生的全部。

分析：“上帝为你关上一扇门，必会打开一扇窗”，厄运只是一道坎，走过了是阳光，走不过就只能长陷泥淖。

话题：“正视历史”“勇气”“历史与现实”

勃兰特下跪和日本的无赖

德国、日本在第二次世界大战中给许多国家的人民带来了巨大灾难。波兰牺牲了 600 万人，中国则是 3500 万人。1970 年 12 月 12 日，德国总理勃兰特访问波兰，他在给无名烈士墓和犹太人殉难者纪念碑献花圈时，竟当着成千上万人的面，扑通一声跪倒在地，举世为之感动。

形成鲜明对比的是，日本的某些政治家不愿正视历史。1995 年 6 月，日本众议院通过的《不战决议》中，连最起码的道歉与侵略都不提，仅仅表示对所谓“可能采取了”“类似侵略的行动”进行所谓的反省。就这样一个不合格的“决议”，在日本众议院 511 名议员中只有 230 人投赞成票；有的人甚至胡说什么所有亚洲国家都“托了这场战争的福”。这种无耻的行径值得世人警惕。

分析：面对同一段历史，德国勇于认错而赢得了国际上的尊重。反观日本，不但没有认识自己的罪行，而且还企图篡改历史教科书，以此来掩盖自己所犯下的罪行。其结果只能是孤立于国际社会，受到国际社会的唾骂！

话题：“尊严与价值”“自尊与他尊”

尊严的含金量

80 多年前的一个冬天，美国南加州沃尔逊小镇上来了一群流亡者。镇长杰克逊给一批又一批流亡者送去粥食。这些流亡者接到东西后，连一句感谢的话都来不及说，就狼吞虎咽，大口大口地吃起来。只有一个人例外。当杰克逊将食物送到他面前时，这个脸色苍白、骨瘦如柴的年轻人问：“先生，吃您这么多东西，您有什么活儿需要我做吗？”杰克逊大叔想了想：“不，我没有什么活儿需要您来做。”

那个流亡者的目光顿时黯淡下去了，说：“先生，那我就不能随便吃您的东西，我不能没有经过劳动，便平白得到这些东西！”杰克逊大叔思忖片刻说：“小伙子，你愿意为我捶捶背吗！”说着就蹲在那个年轻人跟前。年轻人也蹲下来，认真而细致地给杰克逊大叔轻轻地捶背。

捶了几分钟，杰克逊大叔很惬意地站起来说：“好了，小伙子，你捶得真棒，刚才我的腰疼，可现在，它舒服极了。”说完，将食物递给那个年轻人，年轻人立刻狼吞虎咽地吃起来。杰克逊大叔微笑着注视着他，说：“小伙子，我的庄园需要人手，如果你愿意留下来，那我可就太高兴了。”

那个年轻人留了下来，并很快成了杰克逊大叔庄园里的一把好手。过了两年，杰克逊大叔把女儿玛格珍妮许配给了他，杰克逊大叔告诉女儿：“别看他现在什么都没有，可他百分之百是个富翁，因为他有尊严！”

20 多年后，那个年轻人果然有了一笔让整个美国人都羡慕的财富。这个年轻人就是美国的石油大王哈默。

分析：哈默先生是西方石油公司的总裁，世界顶级的大亨，他由流亡的饥民成长为石油大王的传奇经历，令人赞叹。其实哈默先生成功的关键就在于他能固守人的尊严，决不白白地接受施舍。因为他知道，丧失了尊严，就失去了人最有价值的东西。

话题：“职业与做人”、“理想与现实”、“位置与价值”

北大毕业生卖肉

2003 年，北大毕业生陆步轩因为在西安市街头经营一家名为“眼镜肉店”的小肉铺而被媒体炒得沸沸扬扬。一时间陆步轩成了公众人物，接到的聘书达 200 多份，甚至一家美国公司的经纪人也准备与陆步轩进行合作。

人们关注陆步轩事件的背后，我们可以看出很多问题，其中一条也许更直接、更能接近真相：北大学生为什么不可以卖肉？在大学生就业成为一个严重社会问题的时候，大学生的理想与现实之间必然会有一些空格。要解决这个问题，就得首先把这个空格考虑进去——大学生应当放弃“精英心理”，以一个普通人的心态去选择岗位。毕竟，谁都得首先解决吃饭问题。挥刀剁肉即便不是北大才子的理想，但却能维持一家人稳定的日常生活

分析：当我们谈到“北大才子卖肉”现象之时，有没有想过我们心里的盲目从众心态，也许北大才子可以做出更大的贡献，但他当街卖肉也是为社会做贡献。从这一角度分析，不卖肉的北大才子和卖肉的北大才子没有更多的不同。这才是我们应该持有的立场。

话题：“诱惑”“进与退”

从兔子和狼身上看到的

小时候，听父亲讲过一个寓言故事。在一个寒冷的冬天，一只饥饿的狼发现了一只野兔，便不停地追赶。兔子走投无路，情急之中钻进了一个树洞。狼哪肯放过就要到手的美味，便死死守住洞口。夜深了，狼冷得直发抖，但为了吃到野兔，狼怎么也不愿离开。第二天早上，野兔从树洞里探出头来，发现狼已经冻死了。野兔大摇大摆地走出洞口，踏过狼的尸体扬长而去。

分析：一则寓言，它包含的道理是深刻的：

从野兔身上：1. 机智，可以帮你战胜一切对手；2. 弱小，不总是被吃；3 只要耐心等待，总会找到出路。

从狼身上：1. 守着诱惑，等于守着死亡；2. 离诱惑越近，离危险也越近；3. 在诱惑面前，再强大，也逃不过失败的结局。

其他

名人名言、哲理故事、轶闻趣事

（一）经营人心

清代乾隆年间，南昌城有一点心店主李沙庚，以货真价实赢得顾客满门。但其赚钱后便掺杂使假，对顾客也怠慢起来，生意日渐冷落。一日，书画名家郑板桥来店进餐，李沙庚惊喜万分，恭请题写店名。郑

板桥挥毫题定“李沙庚点心店”六字，墨宝苍劲有力，引来众人观看，但还是无人进餐。原来“心”字少写了一点，李沙庚请求补写一点。但郑板桥却说：“没有错啊，你以前生意兴隆，是因为‘心’有了这一点，而今生意清淡，正因为‘心’少了这一点。”李沙庚感悟，才知道经营人生的重要。从此以后，痛改前非，又一次赢得了人心，赢得了市场。人心是一笔无形资产，是一笔不可忽视的巨大财富。对于企业、商家而言，经营人心是事业健康、持续发展的关键。

（二）犹太人无禁书

犹太人不禁书，即使是一本攻击犹太人的书。犹太人爱书的传统由来已久，深入人心。联合国教科文组织最近调查表明，在犹太人为主要人口的以色列，14岁以上的人平均每月读一本书，全国公共图书馆、大学图书馆1000多所，平均每4500人就有一座图书馆。约450万人口的以色列，办有借书证的就有100万人。在人均拥有图书馆、出版社和每年人均读书的数量上，以色列是当之无愧的世界之最。

（三）成功之道

一个青年向一个富翁请教成功之道，富翁却拿了三块大小不一的西瓜放在青年面前，“如果每块西瓜代表一定程度的利益，你选那块？”“当然是最大的那块！”青年毫不犹豫地回答。富翁一笑：“那好，请吧！”富翁把那块最大的西瓜递给青年，而自己却吃起了最小的那块。很快，富翁就吃完了，随后拿起桌上的最后一块西瓜得意地在青年面前晃了晃，大口吃起来。青年马上明白了富翁的意思：富翁吃的瓜虽无青年的瓜大，却比青年吃得多。如果每块西瓜代表一定程度的利益，那么富翁占有的利益自然比青年多。吃完西瓜，富翁对青年说：“要想成功，就要学会放弃，只有放弃眼前利益，才能获取长远大利，这就是我的成功之道。”

（四）和为贵思想协调人类发展

在20世纪，人类开始认识到保护生物多样性、实现可持续发展等问题的重要性。一些学者更发现已有基本理论观念存在问题，导致人类社会提系列危机的存在民族冲突、文化冲突日益激烈，甚至有人放言，文明冲突将代替意识形态的冲突而成为世界的主题。针对这种现象，专家引用诺贝尔奖获得者阿尔文博士生的话说：人类要生存下去，就必须回到25世纪以前，去汲取孔子的智慧。一些学者认为，在道德伦理层面，孔子智慧可以起到主导作用已为大家公认。两千多年前，孔子提出了“君子和而不同”的思想。“和”主要指多样性的统一，多样性是“和”的先决条件，同时亦是自然界、人类社会的客观存在。事物仅停留在多样性是不够的，还要多种事物和谐相处、取长补短、共同发展。和谐而又不千篇一律，不同而又不相互冲突。和谐以共生共长，不同以相辅相成。人类社会的发展表明，少数几个大国瓜分世界的局面是不可能长久的。

（五）苦难是道加法题

有一位赫赫有名的集团老总，在40岁以前，穷困潦倒，家徒四壁，没有人看得起他，包括他的妻子。但他只身下海，从小本生意开始，在短短的十年内，把一家手工作坊扩张成了资产达亿元的私营企业。有

记者采访他：“如果你出生在城市，受良好的教育，有稳定的生活环境，你现在的成就会更大。”他沉默了一会儿，说：“也许可能。但我相信，如果我不时生活在农村，没有经受过那么多苦难，而像其他城市人一样有衣穿，有房住，有人看得起，我会心安理得地过下去，绝不会开办自的家庭作坊。从这个意义上说，我要感谢生活。”苦难并不意味着永远苦难，幸福也并不意味着永远幸福。人们最出色的工作往往是处于逆境中做出的，思想上的压力甚至肉体上的痛苦，都可能成为精神上的兴奋剂。美国曾对一千位富翁做了抽样调查，结果发现，他们大都出生在普通人的家庭，甚至有一部分少年是在黑人区里度过的。生活有时真的像魔术，会变幻出令人难以置信的结果。苦难并不可怕，可怕的是你没有认识到苦难本身蕴涵着无尽的契机，如果你认为它是一道减法题，那么答案你已经知道，它将减去你所有的一切，包括生命。如果你认为它是一道加法题，那么演算的结果可能就是一个无穷数。

（六）三个抄写员

黎锦熙（1890-1978）是我国著名的国学大师。民国头十年他在湖南办报，当时帮他誊写文稿的有三个人。第一个抄写员沉默寡言，只是老老实实在地抄写文稿，错字、别字也照抄不误，后来这个人一直默默无闻。第二个抄写员则非常认真，对每份文稿都先进行认真仔细地检查然后才抄写。遇到错字、病句都要改正过来。后来，这个抄写员写了一首歌词，经聂耳谱曲后命名为《义勇军进行曲》，他就是田汉。第三个抄写员则与众不同，他也仔细看每份文稿，但他只抄与自己意见相符的文稿，对那些意见不同的文稿则随手扔掉，一句话也不抄。后来，这个人建立了以《义勇军进行曲》为国歌的中华人民共和国。他就是毛泽东。

（七）被斥责的勤奋

现代原子物理学的奠基者卢瑟福对思考极为推崇。一天深夜，他偶尔发现一位学生还在埋头实验，便好奇地问：“上午你在干什么？”学生回答：“在做实验。”卢瑟福不禁皱起了眉头，继续问：“那晚上呢？”“也在做实验。”勤奋的学生本以为能够得到导师的一番夸奖，没想到卢瑟福居然大为光火，厉声斥责：“你一天到晚都在做实验，什么时间用于思考？”勤奋的学生遭到斥责，看似委屈，实际上大师是在传遍真经啊。很多时候人们宁可让岁月淹没在仿佛很有价值的忙碌中，却极不情愿拿出时间进行思考，以至于思维在低水平的层次上徘徊，最终一无所获。如果说智慧是创造的源泉，那思考便是智慧的起点。

（八）永远做一个勤奋的人

在美国，有一个人在一年之中的每一天里，几乎都做着同一件事：天刚放亮，就伏在打字机前开始一天的写作。这个男人名叫斯蒂芬·金，是国际上著名小说大师。斯蒂芬·金的经历十分坎坷，他曾经潦倒得连电话费都交不出，电话公司因此而掐断了他的电话线。后来，他成了世界上著名的恐怖小说大师，整天稿约不断，常常是一部小说还在他的大脑中储存着，出版社高额的定金就支付给了他。如今，他算是世界大富翁了，可他仍然是在勤奋的创作中度过的。斯蒂芬·金的秘诀很简单，只有两个字：勤奋。一年之中，他只有三天时间是例外的，不写作。这三天是：生日，圣诞节，美国独立日（国庆节）。勤奋给他带

来的好处是，永不枯竭的灵感。学术大师季羨林老先生曾经说过：“勤奋出灵感。”

一加一可以大于二

一个犹太人如此教导儿子：“我们唯一的财富就是智慧，当别人说 1 加 1 等于 2 的时候，你就应该想到大于 2。” 1974 年，美国政府为清理给自由女神像翻新而产生的大堆废料，向社会广泛招标。但好几个月过去了，没有人应标，因为在纽约州，垃圾处理有严格规定，弄不好会受到环保组织的起诉。犹太人的儿子当时正在法国旅行，听到这个消息，后立即终止了休假，飞往纽约。看过自由女神像下堆积如山的铜块、螺丝、和木料后，他一言不发，立即与政府部门签下了协议。消息传开后，纽约的许多运输公司都在偷偷发笑，他的许多同僚也认为废料回收吃力不讨好，能回收的资源价值也实在有限，这一举动实乃愚蠢之极。当这些人在看笑话的时候，他已经开始组织工人对废料进行分类。他让人把废铜熔化，铸成小自由女神像，旧木料则加工成底座，废铜、废铝的边角料则做成纽约广场的钥匙，他甚至把从女神像身上扫下来的灰尘都包装起来，出售给花店。这些废铜、边角料、灰尘都以高出它们原来价值的数倍乃至数十倍卖出，且供不应求。不到三个月的时间，他让这堆废料变成了 350 万美金，每磅铜的价格整整翻了 1 万倍。商业化的社会永无等式可言，当你抱怨生意难做时，也许有人正在点钞票而累得气喘吁吁。这里面的奥妙在于：你认为 1 加 1 等于 2，而他则坚持 1 加 1 可以大于 2。

（十）沃尔玛：不看文凭

排名全球 500 强之首的美国零售帝国沃尔玛，被管理界公认为最具文化特色的公司之一。《财富》杂志评价它“通过培训方面花大钱和提升内部员工而赢得雇员的忠诚和热情。管理人员中有 60% 的人是从小工做起的。”在沃尔玛，很多员工都没有接受过大学教育。拥有一张 MBA 文凭，并不见得能够赢得高级主管的赏识，除非通过自己的努力以杰出的工作业绩来证明自己的实力。但这并不是说公司不重视员工的素质，相反，公司在各方面鼓励员工积极进取，为每一位想提高自己的员工提供接受训练和提升的机会。在一般零售公司，没有十年以上工作经验的人根本不会被考虑提升为经理，而在沃尔玛，经过六个月的训练后，如果表现良好，具有管理好员工、管理好商品销售的潜力，公司就会给他们一试身手的机会。先做助理经理，或去协助开设新店，如果干得不错，就会有管理一个分店。因此，今天的沃尔玛公司的绝大多数经理人员，产生于公司的管理培训计划，是从公司内部提拔起来的。

（十一）索尼：不迷信专家

近几年，日本索尼公司在招聘大学生时，对学校名称采取“不准问，不准说，不准写”的“三不”方针。公司认为，在激烈竞争和多变时代，企业需要各种人才，只有将各种不同的人聚集在一起，才能更好地发挥创造性，开发出新产品。只在少数名牌大学中招聘人才，会使企业失去活力。索尼公司的创始人之一的井深大说：“我从不迷信专家，专家倾向于争辩你为什么不做或不能做某种事情，而我们经常强调的是从无到有去实干。”因此，索尼喜欢思想敏锐、不墨守成规、勇于探索创新的人，他们鼓励科技人才“跳槽”，可以在公司任何部门寻找新的职位，“毛遂自荐”参与项目的开发研究。公司认为，这种人思想开放，

思维活跃，兴趣广泛，具有创造意识和创新精神，是实干家而不是空谈家，有培养和发展前途，应加以重用。

（十二）成功，只不过是一种心态

克里姆林宫内曾有位尽职尽责的老清洁工。她说：“我的工作和叶利钦的工作差不多，叶利钦是在收拾俄罗斯，我是在收拾克里姆林宫。每个人都是在做好自己的事。”她说得多么轻松、怡然，很使人感动，也很令人深思。克里姆林宫的老清洁工在达官显贵面前是地位低下的平民百姓，可她并不自卑，而且还幽默地把自己的工作和总统的工作相提并论，足见其心胸的豁达与坦荡。一国之君也好，一介草民也罢，他们都在做自己该做的事。所以，她每天都在认真地收拾红墙内的灰尘和垃圾，同时也把散落在心头的苦闷和迷惘一起清扫掉。

（十三）最大的不幸

一个人在他 23 岁时为人陷害，在牢房里呆了 9 年，后来冤案告破，他终于走出了监狱。出狱后，他开始了常年如一日的反复控诉、咒骂：“我真不幸，在最年轻有为的时候竟遭受冤屈，在监狱度过本应最美好的一段时光。那样的监狱简直不是人居住的地方，狭窄得连转身都困难。唯一的细小窗口里几乎看不到星点灿烂的阳光，冬天寒冷难忍；夏天蚊虫叮咬，真不明白，上帝为什么不惩罚那个陷害我的家伙，即使将千刀万剐，也难以解我心头之恨啊！”73 岁那年，在贫病交加中，他终于卧床不起。弥留之际，牧师来到他的床边：“可怜的孩子，去天堂之前，忏悔你在人世间的一切罪恶吧，”牧师的话音刚落，病床上的他声嘶力竭地叫喊起来：“我没有什么需要忏悔，我需要的是诅咒，诅咒那些施予我不幸命运的人，”牧师问：“您因受冤屈在监狱呆了多少年？离开监狱后又生活了多少年？”他恶狠狠地将数字告诉了牧师。牧师长叹了一口气：“可怜的人，您真是世上最不幸的人，对您的不幸，我真的感到万分同情和悲痛！但他人囚禁了你区区 9 年，而当你走出监牢本应获取永久自由的时候，您却用心底里的仇恨、抱怨、诅咒囚禁了自己整整 41 年！”

（十四）老报纸的价值

旧报纸，若是卖给收废品的，一斤大约三四毛钱。但上海吴江路就有一家老报纸馆专营《人民日报》、《光明日报》、《解放军报》和《文汇报》等老报纸，上世纪 60 年代的普通报纸，每张要卖 218 元，就是上世纪 80 年代的普通报纸，每张也要卖 128 元。那些按理说没有收藏价值的普通旧报纸居然还卖得挺火。原来，商家打出的宣传是这样的：为自己或者是亲人卖一份生日老报纸吧！颜色已发黄的老报纸配以充满怀旧情调的包装，就有一些历史韵味。顾客主要是二三岁的上海市民，他们或者购买自己出生那一天的报纸，看看自己出生那天世界发生了哪些事，或者买来赠送给长辈，以引起长辈对青春的记忆。这老板叫刘德保，素有收集老报纸的兴趣。他将老报纸的卖点定位于生日礼物上，可谓别出心裁，既雅致，又有韵味；既可以满足青年人对出生那个年代的好奇，又会唤起中老年人对逝去岁月的缅怀。三四毛钱一斤的旧报纸得以卖出每张一二百元的高价，价钱翻了千倍以上，可谓极高附加值了！

（十五）科学史上因语文而失误例谈

1. 美国化学家路易斯于 1916 年在一篇论文中提出了共价键理论，但在本世纪 20 年代曾一度被称为朗缪尔理论。原因是路易斯虽很聪明，但性格内向，不善言谈，他提出功价键理论后，并未引起多大反响。致使这一理论濒临泯灭的困境。幸亏三年后，一位思想敏锐的化学家朗缪尔看出了共价键理论的重大意义，于是，一方面凭借生动活泼流畅的文笔在有影响的《美国化学学会志》等刊物发表系列论文，一方面又以滔滔不绝的口才在国内大型学术会议上多次发表演说，终于使这一理论走出了困境，得到普遍承认。

2. 现在举世公认，美国科学家维纳是信息论的创始人，因为他在上世纪 50 年代对信息论做了系统阐述，并建立了维纳滤波理论和信号预测论。可早在 30 年代就提出信息论的竟是中国数学家申农。最先提出信息论的却没有成为创始者，其原因固然很复杂，但有一点可以肯定，申农未能充分利用语文工具对信息论进行系统阐述和广泛宣传，该是原因之一。

3. 著名物理学家法拉第，早在 1873 年就已经发现了电磁感应现象，但由于他在论述这一现象时，用语晦涩，致使这项重大的科学发现在长达 26 年的确时间里被束之高阁。后来幸亏了酷爱诗歌的物理学家麦克斯韦以他特有的形象思维和精练的语言，把它描述出来，才使这一重大科学发现公之于众。

（十六）平凡与不平凡

海尔总裁张瑞敏先生在比较中日两个民族的认真精神时曾说：如果让一个日本人每天擦桌子六次，日本人会不折不扣地执行，每天都会坚持擦六次；可如果让一个中国人去做，那么他在第一天可能擦六次，第二天可能擦六遍，但到第三天时，可能会擦五次、四次、三次，到后来，就不了了之。有鉴于此，他表示，把每一件平凡的事做好就是不平凡。

（十七）失败是最好的指南针

一个探险家出发去北极，最后却到了南极。当别人问他为什么时，他说：“我带的是指南针，找不到北极。”对方说：“怎么可能呢？南极的对面不就是北极吗？转过身就可以了。”成功和失败本是同一片旷野，它是会令你溺水的深潭，也是能为你解渴的甘泉。谁能一开始便明察秋毫，寻觅到那通往柳暗花明的小径？必得经历失败，把所有不可能的假货、貌似合理的幻想一一排除，剩下的才会是唯一的正确。当我们在生活中一次次被撞得晕头转向、头破血流的时候，失败是最好的指南针，以它恒久不变的指针说着错误的方向，并提示我们：转过向去，对面便是成功。

（十八）一枚金币的推销术

在法国的一个城市的偏僻小巷里，人们拥挤得水泄不通。只见一位 50 多岁的男人，拿出一瓶强力胶水，然后拿出一枚金币，他在金币的背后轻轻地涂上一层薄薄的胶水，再贴到墙上。不久，一个接一个的人都来碰运气，看谁能揭下墙上那枚价值 5000 法郎的金币。小巷里的人来来往往，最终没有人能拿下那枚金币，金币牢牢地粘在墙上。原来，那男人是个老板，由于他的商店位置偏僻，生意不景气，他便想出了一个奇妙的广告办法：用出售的胶水把一枚价值 5000 法郎的金币粘在墙上，谁揭下，那枚金币就归谁。

那天，没有谁那下那枚金币，但是，大家认识了一种强力胶水。从此，那家商店的胶水供不应求。

（十九）选择

古希腊哲学大师苏格拉底的三个弟子曾求教老师，怎样才能找到理想的伴侣。苏格拉底没有正面回答，却让他们走田埂，只许前进，且仅给一次机会，要求是选摘一个最好最大的穗。第一个弟子没走几步，就看见一个又大又漂亮的穗，高兴地摘下来了。但他继续前进时，发现前面有许多比他的那个大，但已经没有机会，只得遗憾地走完全程。第二个弟子吸取了教训，每当他要摘时，

总要提醒自己，后边还有更好的。可当他快到终点时，才发现机会全错过了。第三个弟子吸取了前边两个弟子的教训。当走过全程三分之一时，即分出大中小三类；再走三分之一时，验证是否正确；等到最后三分之一时，他选择了属于大类中的一个美丽的穗。虽说，这穗不是田里最好最大的一个，但对他来说，已经是心满意足了。

（二十）愚顿的力量

大科学家爱因斯坦曾做过一个实验：他从村子里找了两个人，一个愚顿且软弱，一个聪明且强壮。爱因斯坦找了一块两英亩左右的空地，给他俩同样的工具，让他们在其间比赛挖井，看谁最先挖到水。愚顿的人接到工具后，二话没说，便脱掉上衣干起来。聪明的人稍作选择也大干起来。两个小时过去了，两人均挖了两米深，但均未见到水。聪明的人断定选择错了，觉得在原处继续挖下去是愚蠢的，便另选了块地方重挖。愚顿的人仍在原地吃力地挖着，又两个小时过去了，愚顿人只挖了一米，而聪明的人又挖了两米深。愚顿人仍在原地吃力地挖着，而聪明的人又开始怀疑自己的选择，就又选了一块地方重挖。又两个小时过去了，愚顿的人挖了半米，而聪明人又挖了两米，但两人均未见到水。这时聪明人泄气了，断定此地无水，他放弃了挖掘，离去了。而愚顿的人此时体力不支了，但他还是在原地挖，在他刚把一锹土掘出时，奇迹出现了，只见一股清水汩汩而出。

比赛结果，这个愚顿的人获胜。爱因斯坦后来对学生说，看来智商稍高条件优越、聪明强壮者不一定会得到成功，成功有时需要一种近乎愚顿的力量啊！

（二十一）最坚强的东西

世间最坚强的东西是什么？是血肉之躯里深藏着的意志。摆在面前的有这样一个人的履历：他，21岁时做生意失败；22岁时，角逐州议员落选；24岁时，做生意再次失败；26岁时，爱侣去世；27岁时，一度精神崩溃，曾想到自杀；34岁时，角逐联邦众议员落选；36岁时，角逐联邦众议员再度落选；45岁时，角逐联邦参议员落选；47岁时，提名副总统落选；49岁时，角逐联邦参议员再一次落选；52岁时，当选美国第16届总统。这个人，就是阿伯拉罕·林肯——美国历史上最伟大的总统之一。

（二十二）为失败做准备

报载，在美伊战争中，伊拉克总统萨达姆扬言，他已摆好城市游击巷战的阵势恭迎美国大兵。在摩加迪吃过巷战苦头的美军不敢掉以轻心，他们在苦练怎么大胜仗的同时，也在苦练大败仗后如何当俘虏。战

俘训练课程的名称是“超压力灌输”，包含四大科目——野外生存、躲藏逃脱、积极抵抗、保命要紧。训练以近乎残酷的方式进行，但却是必要的。它可提高人的生理和心理承受能力，一旦身临绝境，就可以从容应付。“凡事预则立，不预则废。”无数事实说明，谁能为失败做准备，谁就能化险为夷，反败为胜。

（二十三）拒绝诱惑

一位年轻人问老者：“我怎样才能成功地攀登到梦想的山巅？”老者微微一笑，从地上捡起一张纸，叠只小船放在身边的小河，小船不喧哗，不急躁，借着水流，一声不吭地驶向前方。途中，蝴蝶、鲜花向它骚首弄姿，它不为所动，默默前行……老者说：“人的一生，金钱、美色、地位、名誉、诱惑太多。选定了奋斗目标，途中因思谋金钱而驻足，因贪恋美色而沉沦，因渴求名誉而浮躁，因攫取地位而难眠，故难以像小船一样，不为诱惑所动，向着既定目标默然潜行。这就是为什么有些人做事往往半途而废，不能成功的原因。”年轻人恍然大悟，打点起行囊，迎着风向山顶爬去。

（二十四）贩卖水声赚大钱

美国有一个名叫费涅克的人，去过许多名山大川。有一次，他在旅途中被身边潺潺的水声所吸引。声音和谐动听，悠扬悦耳，让热流连忘返。于是，他灵机一动，用立体声录音机录下许多小溪、小河、小瀑布的流水声，回城复制后高价出售，购者络绎不绝。费涅克因此获利甚丰。

（二五）转换思维天地宽

在德国，有一个造纸工人在生产纸时，比小心弄错了配方，生产出了一批不能书写的废纸。因而，他被老板解雇。正在他灰心丧气、愁眉不展时，他的一位朋友劝他：“任何事情都有两面性，你不妨变换一种思路看看，也许从错误中找到有用的东西来。”于是，他发现，这批纸的吸水性能相当好，可以吸干家庭器具上的水分。接着，他把纸切成小块，取名“吸水纸”，拿到市场去卖，竟然十分畅销。后来，他申请了专利，独家生产吸水纸发了大财。

（二六）向你的敌人敬杯酒

康熙大帝在位执政 60 年之际，特举行“千叟宴”以示庆贺。宴会上，康熙敬了三杯酒：第一杯敬孝庄太皇太后，感谢孝庄辅佐他登上皇位，一统江山；第二杯敬众位大臣及天下万民，感谢众臣齐心协力尽忠朝廷，万民俯首农桑，天下昌盛；当康熙端起第三杯酒时说：“这杯酒敬给我的敌人，吴三桂、郑经、葛尔丹还有鳌拜。”众大臣目瞪口呆，康熙接着说：“是他们逼着朕建立了丰功伟绩，没有他们，就没有今天的朕，我感谢他们。”一个人身价的高低，就看他的对手。对手总会给你带来压力，逼迫你努力地投入到“斗争”中，并想办法成为胜利者。在同对手的对抗中，才能真正地磨练自己。从这一意义上说，你的敌人是你前进的动力，是你成功的催化剂。

（二七）别把聪明打碎了

如果花瓶碎了，怎么办？大多数人的做法是把碎片扔掉！那么，这里头有规律吗？有！将碎片按大小排列并称过重量之后，你会发现：10—100 克的最少，1—10 克的稍多，0.1 克—1 克的和 0.1 克以下的最

多！尤其有趣的是，这些碎片的重量之间有着严整的倍数关系：最大碎片与次大碎片的重量比是不是 16：1。次大碎片与中等碎片的重量比为 16：1，中等碎片与较小碎片的重量比是 16：1，较小碎片与最小碎片的重量也是 16：1。于是，发现这一倍比关系的人便将此规律用于考古或天体研究，即只要有这个规律在，便可由已知文物、陨石的残片推测它的原状，从而迅速恢复它们的本来面目！这就是思考的威力！这位聪明人就是丹麦科学家雅各布·博尔。不慎打碎花瓶的经历，我们肯定有过，可是，当包含其间的规律从我们身边淘气地溜走的时候，我们拥抱过它吗？花瓶碎了并不可怕，可怕的是，一不留神，把我们的聪明与思考也打碎了！

（二八）邵丽华：用生命舞蹈的聋哑人

与杨丽萍演绎的《雀之灵》不同，聋哑艺术家邵丽华创造的是一只清丽、温婉，总在不经意间为人们绽放无比绚烂之后又在刹那间将一切归于平淡的人间之鸟。这位年仅 25 的姑娘，是在没有任何音乐和节拍的情况下演绎动人神韵的。舞蹈，对于她来说，是儿时的嬉戏，是精神的寄托，是感受这个世界的特定方式，更是重新定位人生的砝码。她将自己变成一只旋转的陀螺，24 小时中除了吃饭和睡觉，其它时间都在舞蹈。音乐是舞蹈的天然催化剂，正是靠着音乐的刺激，舞蹈家们才将自己所有对音乐的感受，表现为躯体的流动。对于处于无声世界的邵丽华来说，要让舞蹈和节拍完全合上，唯一的方法就是记忆、重复、再记忆、再重复。她用心去伴奏，她要用身体的舞蹈和心中的音乐去膜拜生命。1992 年 10 月，意大利斯卡拉大剧院举办了被称为艺术盛会的“无国界文明艺术节”，应邀演出的都是当今世界上舞蹈界的超级明星，邵丽华作为唯一的残疾人舞蹈家，表演了

极具东方情调的舞蹈《敦煌彩塑》，引起轰动。2000 年 9 月 18 日，富丽堂皇的纽约卡内基音乐厅，邵丽华又以充满激情的舞蹈，赢得了观众，观看演出的还有本届联大主席和众多联合国高官以及 43 个国家驻联合国使团的官员。在中央电视台主办的 2005 年春节联欢晚会上，由邵丽华领衔主演的《千手观音》，受到全国广大电视观众的一致好评，最终荣获“我最喜爱的春节晚会节目”特等奖。邵丽华再次成为人们关注的明星。她现在是中国残疾人艺术团演员队队长、团长助理、中国特殊艺术协会副主席。邵丽华以其“孔雀般的美丽、高洁与轻灵”征服了不同肤色的观众。她凭着自己对艺术的执着追求，成了我国唯一一位登上世界两大著名“艺术圣殿”的艺术家。

（二十九）贫富之间

有这样一位老太太，她住的房子是由五个子女凑钱买的，面积不大，卧室只有 10 平方米，卧室里的柜子还是她 21 岁结婚时从旧货市场购买的，至今已有 60 年，桌子也有 40 多岁的“高龄”了。她就是中国当代家喻户晓的人物、杰出的豫剧大师常香玉。建国后，她用自己演出的收入为农业社捐献了一台拖拉机；抗美援朝时，她与丈夫带着“香玉剧社”的演员赴全国各地义演，为志愿军捐献过一架飞机；10 年动乱后，她把补发的所有工资作为党费全部上交；1998 年，一些演员向她拜师学艺，准备搞个大型拜师会，常香玉说咱不搞那些花花形式，要为下岗职工干点实事，于是拜师会变成了义演募捐会，她自己又捐了两

万，又动员她的五个孩子捐资 1 万，加上义演的 6.7 万元以及常派弟子、社会各界的捐助 10 多万元，全交给有关部门资助下岗职工；2001 年，她在河南洛阳儿童福利院看望孤残儿童时，捐资 2000 元；2003 年，她为抗击非典又捐献了 1 万元，...有一点需要提醒大家，常香玉没有机会走穴，也不做商业演出，她的不少捐款都是从每个月 1600 元的退休金中节省下来的。

（三十）名家晚年不闲过

1. 晚唐诗人杜牧，晚年在审查他的平生的诗作时，凡认为不满意的，统统烧掉。本来其诗作有 1000 多首，烧得只剩下 200 多首。幸好他的外甥还保存了 200 多首，这样他的诗作才保留了 400 多首。

2. 著名画家齐白石 85 岁那年的一天上午，连作四张条幅，中午仍不停笔，又坚持再画一张。画完题词曰：“昨日大风雨，心绪不宁，不曾作画，今朝制此充之，不教一日闲过也。”正是这“不教一日闲过”的精神，使齐白石老人仍频频有佳作问世。即使在 93 岁高龄，仍作画 600 多幅。

3. 著名科学家茅以升 80 岁时，还能背诵出圆周率小数点以后 100 位的精确值。人们惊奇而钦佩地问：“茅老，您到底是怎样记住的呢？”他回答：“重复！重复！再重复！”据统计，从 1978 年到 1981 年之间，这位年逾八旬的老人，先后为孩子们做报告 30 场，直接听众 6 万人，他还在报刊上发表科普文章 200 多篇。1985 年，他亲手给中小学生复信 30 多封，极大地鼓舞了青少年爱科学、学科学的热情。

（三十一）

一个渔夫从海里捞到一颗大珍珠，他欣喜若狂。可拿到家里一看，发现珍珠上有一个小黑点。渔夫觉得很不舒服，他想，如能将小黑点去掉，珍珠将变得完美无缺，成为无价之宝。渔夫便开始去掉黑点，可剥掉一层，黑点仍在，再剥掉一层，黑点还在，剥到最后，黑点没了，珍珠也不复存在了。

（三十二）成长不可无书

据说，在美国历史上，曾有过这样两个人，一个是爱德华家族，其始祖爱德华是位满腹经纶的哲学家，他 8 代子孙中出了 13 位大学校长，100 多位教授，80 多位文学家，20 多位议员和 1 位副总统；而另一家族的始祖叫祖克，是个缺乏文化修养的赌鬼和酒鬼，他 8 代子孙中有 300 多名乞丐，7 个杀人犯和 60 多个盗窃犯。一个人没有文化修养，竟可以产生如此源远流长的影响，这不禁使人想起“希望工程”中的两句宣言：再穷不能穷教育，再苦不能苦孩子。

（三十三）惧者生存

英特尔公司是微处理器制造业中的巨无霸，1996 年营业额达 208 亿美元，利润 50 亿美元。作为英特尔公司缔造者的格罗芙，1997 年 12 月 20 日出版的美国《时代》周刊曾授予他本年度风云人物称号。这位世界信息产业的巨子在功成名就之后，将他确的辉煌成就的原因归结为“惧者生存”四个字。他说：只有那些恐惧感强烈，危机感强烈的人才能生存下去。

（三十四）“南风”法则

“南风法则”也称“温暖”法则，源于法国作家拉丹封写的一则寓言：北风和南风比威力，看谁能把

行人身上的大衣脱掉。北风首先来一个冷风凛冽寒冷刺骨，结果行人为了抵御北风的侵袭，便把大衣裹紧紧的。南风则徐徐吹动，顿时，风和日丽，行人因为觉得春暖上身，始而解开纽扣，继而脱掉大衣，南风获得了胜利。这则寓言形象说明了一个道理：温暖胜于严寒；领导者在管理中运用“南风法则”，就要尊重和关心下属，以下属为本，多点“人情味”，尽力解决下属日常生活工作中的实际困难，使下属感受到领导者给予的温暖，从而激发出工作的积极性。

（三十五）在嘲笑中升值

1995年8月以前，域名是免费注册的。就在那一年，Tim

Lee 为自己注册了一个域名 cool.com，当时他还是华盛顿大学的一名四年级学生。这一做法受到了朋友们的嘲笑。他们不明白 Tim 要一个域名有什么用。当时 Tim 只想挣到足够的钱，用于付学费和房租，他差一点把它以不到一万美元的价格卖了。到了 1996 年，Tim 平均每周要接到 2 个电话，都是想买 cool.com 这个域名的，这中间就有家航空公司。但是他没有答应任何人。最后，通过纽约一位律师，Tim 将 cool.com 这个域名以 300 万美元的现金转让给一家著名的消费品生产商。当时也有不少人嘲笑这家公司：七个字母加一个圆点，八个字符而已！花这么多钱真是发疯了。可后来，这家公司让这个域名的价格升到 3800 万美元。我们看到，从一文不值到价值数千万，这一过程是在嘲笑中完成的。

（三十六）会飘的石头

海尔集团首席执行官张瑞敏，在一次中层干部会议上提出这样一个问题：“石头怎样才能在水上漂起来？”反馈回来的答案五花八门，有人说“把石头挖空”，张先生摇摇头；有人说把它放在木板上，张先生说“没有木板”；有人说“石头是假的”，张先生强调“石头是真的。”……终于有人站起来回答：“速度！”张瑞敏脸上露出满意的笑容：“正确！《孙子兵法》上说‘激水之族，至于漂石者，势也’。速度决定了石头能漂起来。”人生也是如此，没有人为你等待，没有机会为你停留，只有与时间赛跑，才有可能赢。早起的鸟儿有虫吃，赶在别人前头，不要停下来，这是竞争者的状态，也是胜者的状态。是的，如果成功也有捷径的话，那就是飞，时刻准备飞。

（三十七）

贝多芬生活的时空，前有康德，后有尼采，左有莫扎特，右有歌德，周边还有左拉和拿破仑、俾斯麦和米拉波，以及丹东……那是一个“千山风雨啸青锋”的欧洲大陆，惟其如是，才有了音符的狂飙从他的五线谱上挟势飞腾；惟其如是，他才得以借用拿破仑的十指，向世界，向冥冥中的命运，奏响了他的《英雄交响曲》！

（三十八）

半夜，卫灵公跟南子对坐长闲谈，听见王宫外面的马路上，一辆马车远远驰来，从车轮跟路面接触震动发出的声音，可以推断车上坐着一个人。马车一步一步来到王宫门外，车声稍稍停顿一下又响了起来，现在的声音跟刚才的不同，车上的人显然已经下车。马车走过王宫大门以后，重新又恢复了较为深重的响

声，马车的主人又回到了车上。卫灵公对南子说，车上的人一定是蘧伯玉。第二天一问，果然不错。南子问卫灵公是怎么知道的，卫灵公说，依照规定，坐车的人经过王宫门外要下车步行。当时深更半夜，路上连一个行人也没有，除了蘧伯玉这样的君子，谁还肯守这个规矩？

（三十九）

有一次，齐国的国君要封扁鹊为“天下第一神医”。然而扁鹊却坚决不受，说自己并不是天下第一，自己的两个哥哥医术都比他高明。国王闻之稍感不解，问道：既然你的两个哥哥的医术都在你之上，为何此二人名不见经传？扁鹊答道：“我二哥扁雁能够治大病于小恙，还在那些重大疾病只出现微小症状之时，就能加以诊断并及时根治。所以他只是在家乡的村里小有名气，村里人知道有小毛病可以去找二哥。而大哥扁鸿的医术更加出神入化，能够防病于未然，只要看人一眼就可以判断出这个人可能得什么毛病，然后在其得病之前就及时治疗。所以只有家里人知道大哥的医术高明，连村里人都不知道大哥的水平。只有我扁鹊，既不能治大病于小恙，又不能防病于未然，等到我妙手回春时，病人已经病入膏肓了，所以我的两个没有名气的哥哥才是神医，而我只是名满天下的名医。”

（四十）在美国麻省

学院曾经进行了一个有意思的试验。试验人员用很多铁圈将一个小南瓜整个箍住，以观察当南瓜逐渐长大时，对这个铁圈产生的压力有多大。最初他们估计南瓜最大能够承受大约 500 磅的压力。在实验的第一个月，南瓜承受了 500 磅的压力；实验到第二个月时，这个南瓜承受了 1500 磅的压力；当它承受到 2000 磅压力时，研究人员必须对铁圈加固，以免南瓜将铁圈撑开；最后当研究结束时，整个南瓜承受了超过 5000 磅的压力后南瓜皮才产生破裂。他们打开南瓜并且发现它已经无法食用，因为它的中间充满了坚韧牢固的层层纤维，试图想要突破包围它的铁圈。为了吸收充分的养分，以便于突破限制它成长的铁圈，它的根部甚至延展超过 8 万英尺，所有的根往不同的方向全方位地伸展。

（四十一）

罗杰依·黑曼在美国《未来学家》杂志上撰文指出，要想成为 21 世纪最受社会欢迎的人应该具有以下七种技能：

要有丰富的想象力。能广泛地搜集信息和理解它们并将之用于引导公司走向未来。

要有广泛的专业技能。了解并会维护各种系统，包括计算机系统、产品销售系统乃至水管维修系统。

要有较强的组织能力。许多部门需要在物资供应、工作程序以及贸易往来、财政机遇等诸多方面予以组织或重新组织。

说服他人的能力。在 21 世纪，推销技巧比我们今天所理解的还要重要，一个有成效的工作人员应当善于向他人介绍自己所掌握的信息，说清楚自己的观点，使人能理解并支持某一特殊见解。细心听取他人的意见，措辞准确的文笔，平和的语言，对事物的准确描述，这些将具有不可估量的价值。在 21 世纪，商业环境的节奏会更快，只有有限的宝贵时间来消除一些误解。一个不善于交流的人是不能适应社会的。

善于学习的能力。这一点比上述每一项都重要。信息时代的核心竞争力，已经发展为学习力的竞争。信息更新周期已经缩短不足 5 年，危机每天都会伴随我们左右。

（四十二）

《古兰经》上有这样一个故事：人们听说有位大师几十年来练就一身移山大法。一天，有人找到这位大师，央其当面表演一下。大师在一座山的对面坐了一会儿，就起身跑到山的另一面，然后说表演完毕。众人大或不解，大师微微一笑说：“事实上，这世上根本就没有什么移山大法，惟一能够移动山的方法是：山不过来，我就过去。

（四十三）

在小时候看到了虹跟霓都会说这非常美，等到你年龄稍大，会做实验了，你就发现虹是 42 度，就是它这个角是 42 度，而霓是 50 度，你继续观测以后，你就知道虹是红在外、紫在内；霓是反过来的，是红在内、紫在外，你已经体验到了实验之美。如果你再进一步，你就懂为什么存在虹和霓呢？是因为太阳光在水珠子内头可以有一个全反射，一次全反射就出来虹，两面三刀次全反射就出来霓，而且你经过全反射可以算出来，一个是 42 度，一个是 50 度，这是个唯象理论的美，我想任何一个学生，第一次算出来这个 42 度和 50 度的时候，不可能没有一个非常深的感受，觉得这真是妙不可言。可是这个还不够，为什么要有全反射、为什么要有折射？这些要到理论架构里头，到了麦克斯韦方程出现以后，你就可以了解到，为什么缘故要有全反射，而且可以知道为什么在水里头要有折射，把它的根源找出来，这就是更高层的美。

（杨振宁）

（四十四）

2001 年是美国耶鲁大学 300 周年校庆，全球第二大软件公司“甲骨文”的行政总裁、世界第四富艾里森应邀参加典礼。艾里森当着耶鲁大学校长、教师、校友、毕业生的面，说出一番惊世骇俗的话。他说：“所有哈佛大学、耶鲁大学等名校的师生都自以为是成功者，其实你们全都是 loser（失败者），因为你们以在有过比尔·盖茨等优秀学生的大学念书为荣，但比尔·盖茨却并不以在哈佛读过书为荣。众多最优秀的人才非但不以哈佛、耶鲁为荣，而且常常坚决地舍弃那种荣耀。世界首富比尔·盖茨，中途从哈佛退学；世界第二富保尔·艾伦，根本就没上过大学；世界第四富，就是我艾里森，被耶鲁大学开除；世界第八富载尔，只读过一年大学；微软总裁斯蒂夫·鲍尔默在财富榜上大概排在十名开外，他与比尔·盖茨是同学，为什么成就就差一些呢？因为他是读了一年研究生后才恋恋不舍地退学的……”

（四十五）

动物学家认为，狗的叫声可以分为 170 种，各种叫声所表达的意思也各不相同：短促而又连续的“汪、汪”声表示“快来和我玩”；而只有一声“汪”则意味着“开门，我要出去”，或者“我们一起去散步吧”，或是“我饿了，给我一根香肠吃”。对于狗来说，肢体语言远比单纯的叫声所表达的意思更多。当狗高兴时，则摇尾巴，激动得跳跃，前脚踏步，耳朵塌平，甚至会搭上来舔人的脸，表示“你是我的主人，我一

一切都听你的”；生气愤怒时，龇牙咧嘴，全身僵硬，四肢伸直，耳朵竖直，尾巴小心翼翼的慢慢左右摇动，同时发出低沉的吼声，人们接近它，它就大叫；害怕时它会缩着身体，尾巴下垂，耳朵后缩，严重时会发抖、哀鸣，甚至大、小便都出来了；无聊时，全身懒散，没精神，甚至伸懒腰、打哈欠；祈盼时，它会坐正，摇尾巴，定神看你，同时发出“嗯嗯嗯”的乞怜声；撒娇时，会依偎过来，一遍一遍地舔你；它完全顺服时，会躺在地上四脚朝天，甚至当你接近它时，会来舔你的手、下巴、鼻头……当狗垂头趴在地上的时候，则表示“我做起事了，我非常害怕”；当狗昂首挺胸的站立在主人面前，那就是它在向主人表忠心：“你看，我在保护你呢，我的警惕性多高啊！”

（四十六）

美国每年 11 月的第四个星期四是“感恩节”，此节日的由来有多种说法，有关吃火鸡的习俗有这么一说：1620 年冬，102 位不愿忍受英国宗教迫害的清教徒乘“五月红花”号船历尽艰辛，来到北美大陆，在普利茅斯住了下来。当时正值严阵以待冬，又逢粮荒，这群新移民陆续有人饿死或病死。正当他们快要绝望的时候，不知从什么地方飞来一群火鸡，他们赶快举起猎枪。火鸡肉救了这批新移民的命。他们认为，那是上帝送来的。于是，从那时起，为了感谢上帝的救命之恩，他们就在每年的那一天通过吃火鸡来感谢上帝。救他们命的火鸡竟然成了他们的美味佳肴！有人开玩笑地说，这是美国人恩将仇报。

（四十七）

一个 9 岁的女孩，自降生之后，因无疼痛的感觉而多灾多难，先后被烫伤、割伤、擦伤、咬伤和多次骨折。国内外的一些资料表明，一般无痛感的儿童很少能活到成年，迎接他们的几乎都是伤、病、残、亡！原来，在人的皮肤上，每平方厘米应有 100 到 200 个痛觉点。它们是神经网络里的哨兵，会及时向中枢神经报告来自体内外的各种刺激，中枢神经便会作出相应的反应。疼痛是多种重要疾病的共同症状，也是早期发现疾病的重要信号。因而，在没弄清真正的病因前不宜随便止痛。医生常把各种不同性质、不同部位的疼痛作为确诊疾病的主要依据。由此，我们可以看出：“疼痛”，从某种意义上讲，对人类的生存起着重要的保护作用。

（四十八）

非洲土人抓狒狒有一绝招：故意让躲在远外的狒狒看见，将其爱吃的食物放进一个口小里大的洞中。等人走远，狒狒就欢蹦乱跳地来了，它将爪子伸进洞里，紧紧抓住食物，但由于洞口太小，它的爪子握成拳后就无法从洞中抽出来了，这时人只管不慌不忙地来收获猎物，根本不应担心它会跑掉。因为狒狒舍不得那些可口的食物，越不惊慌的急躁，就越是将食物提得越紧，爪子就越无法从洞中抽出。想想看，狒狒们真是够傻的，只要一撒手，就可以溜之大吉，可它们偏偏不。问题就出在狒狒们太贪了，在该撒手时没能果断撒手。

（四十九）

据美国迈阿密大学医学院两位医学专家研究发现，在病房中插鲜花，对某些病人可能会造成危害。两

位医学专家对插花瓶的水进行细菌检验，其种类之多，数量之大达到了令人难以置信的地步。花插进花瓶一小时之后，花瓶中一茶匙的水中即有十万个细菌；3天之后会增至2000万个。这些细菌一般来自种花处的土壤。当花插入盛自来水的花瓶，细菌即以花茎和水中物质为原料，进行繁殖，并会飘浮在周围空气中。这些细菌中对病人最具危害性的是：空气亲水菌、大肠埃希氏菌和单细胞菌属。空气亲水菌可导致伤口严重发炎，大肠埃希氏菌可侵犯肠和尿道，单细胞菌属会传染肺炎和脑膜炎。

因此，大面积烧伤的病人，肺和肾等刚动过手术的病人，以及极度虚弱的病人，房中不宜插鲜花。否则，藏在美丽鲜花外表下的细菌会乘虚而入，使患者发生伤口感染、肺部感染、尿道感染等并发症，加重病情。两位医学专家发现，自从他们禁止在大面积烧伤病人房中插花之后，病人并发感染率大大降低。进行器官移植后的病人，为防止排斥所植器官的反应，要用降低免疫力的药物，免疫力会大大下降，这时若亲近鲜花，也是非常危险的。另外，如哮喘之类，对花粉过敏的病人也不宜在房中插鲜花。

（五十）

如果你知道有一个女人怀孕了，她已经生了八个孩子，其中有三个耳朵聋了，两个眼睛瞎了，一个智能不足，而这个女人自己又有梅毒。当时有许许多多的好心人劝她堕胎，让她不要生下那孩子。可她还是坚持要生下孩子。现在想来，我们真要感谢那位英雄的母亲，她没有听信别人的议论和劝说。那个女人就是贝多芬的母亲，那个怀着的孩子就是贝多芬。由此可见，面对一切，都不能轻易地下结论。

（五十一）

一位游客为了领略山间的野趣，一个人来到一片陌生的山林，左转右转迷失了方向。正当他一筹莫展的时候，迎面进来了一个挑山货的美丽少女。少女嫣然一笑，问道：“先生是从景点那边走迷失的吧？请跟我来吧，我带你抄小路往山下赶，那边有旅游公司的车子等着你。”

游客跟着少女穿越丛林，阳光在林间映出千万道漂亮的光柱，晶莹的水气在光柱里飘飘忽忽。正当他陶醉于这美妙的景致时，少女开口说话了：“先生，前面一点就是我们这儿的鬼谷，是这片山林中最危险的路段，一不小心就会摔进万丈深渊。我们这儿的规矩是路过此地，一定要挑点或者扛点什么东西。”游客惊问：“这么危险的地方，再负重前行，那不是更危险吗？”

少女笑了，解释道：“只有你意识到危险了，才会更加集中精力，那样反而会更安全。这儿发生过好几起坠谷事件，都是迷路的游客在毫无压力的情况下一不小心掉下去的。我们每天都挑东西来来去去，却从来没人出事。”游客不禁冒出一身冷汗。没有办法，他只好接过少女递过来的两根沉沉的木条，扛在肩上，小心翼翼地走过这段“鬼谷”路。

两根沉木条，在危险面前竟成了人们的“护身符”。

（五十二）

在20世纪30年代的时候，英国送奶公司送到订户门口的牛奶，既不用盖子，也不用封口，因此，麻雀和红襟鸟可以很容易地喝到凝固在奶瓶上层的奶油皮。后来，牛奶公司把奶瓶口用锡箔纸封起来，想防

止鸟儿偷食。没想到，20年后，英国的麻雀都学会了用嘴把奶瓶的锡箔纸啄开，继续吃它们喜爱的奶油皮。然而，同样是20年，红襟鸟却一直没学会这种方法，自然它们也没有美味的奶油皮可吃了。

这种现象引起了生物学家的兴趣，他们对这两种鸟儿进行研究，从解剖的结果看，它们的生理结构没有很大区别，但为什么这两种鸟在进化上却有如此大的差别呢？原来，这与它们的生活习性有很大的关系。

麻雀是群居的鸟类，常常一起行动，当某只麻雀发现了啄破锡皮纸的方法，就可以教会别的麻雀。而红襟鸟则喜独居，它们圈地为主，沟通仅止于求偶和对于侵犯者的驱逐，因此，就算有某只红襟鸟发现锡箔纸可以啄破，其他的鸟儿也无法知晓。

（五十三）

许多成功人士出席一个慈善酒会，参加的每一个人都是千万富翁。

但是，有一位在报社写专栏的作家捐了5万元，也作为特约嘉宾出席了酒会。

他们中的每一个名字都是这个城市的荣耀，而且他们之间都十分熟悉，他们手中端着红酒，面带笑意地交流着。只有专栏作家一个人静静地坐着，没有人理睬他。

一位骄傲的先生来到他的面前，问：“请问你是……”他说：“我是一个专栏作家。”

骄傲的先生听了，问：“那么，你捐了多少钱？”

专栏作家说：“5万元。”

这位先生听了哈哈大笑：“你可能走错了地方，这里是千万富翁的俱乐部，我们都捐了100万元，而且我们都是成功人士。”

专栏作家说：“我捐了我所有财富的25%，而你们只捐了1%，请问谁更有资格在这里呢？”

（五十四）

斐塞司博士有一个习惯，总是在午后坐在门前晒会太阳。一只母猫在阳光下安详地打着盹儿，那种悠闲、舒服的样子在斐塞司眼里真是好玩极了。

时间一分一分地流走，太阳一步一步向西边走去，渐渐被拉长的树影，挡住了母猫身上的阳光。母猫醒了，它站了起来，伸了伸慵懒的身躯，又踱到另一块有阳光的地方，重新卧了下来，接着打盹。

每隔一段时间，猫都会随着阳光的转移而不停地变换睡觉的场地，这一切在我们看来是那样的司空见惯，可是猫的这些举动唤起了斐塞司博士的好奇心。

猫为什么喜欢呆在阳光下面？是光和热还是其它有原因？

对，是光和热。

猫喜欢呆在阳光下，那么这说明光和热对它一定是有益的。那对人呢？对人是不是同样有益？这个想法在斐塞司的脑子里闪了一下。可就是这个一闪而过的想法，成为闻名世界的日光治疗法的引发点。之后不久，日光治疗便在世界上诞生了。斐塞司博士，也因为一只睡懒觉的猫而获得了诺贝尔医学奖。

（五十五）

我曾听过一个求职者的离奇故事。在他去面试的路上，看到了两个成功的面试案例：第一则是众多的求职者被保安阻于门外，其中的一人冒充经理扬长而入，结果被公司录用，理由是他急中生智；第二则是众多的求职者被阻于马路对面，为了在规定的时间内报到，许多人纷纷横穿马路，只有一个人呆在那里等红灯，结果她被录用，原因是她有耐心。无独有偶，他的应聘也遇到了类似的问题。在答辩的最后关头，老板亲自问了一个问题——十减一等于几。参加面试的共有三个人，另外两位是研究生，只见第一位很快红光满面地说：“你想等于几就等于几。”第二位侃侃而谈：“二减一等于八，那是消费；等于十二，那是经营；等于十五，那是金融；等于一百，那是中奖。”望着神采飞扬的他们，这个求职者脑子里一片空白，最后只好黯然答道：“十减一等于九。”并作好了落选的准备。谁知老板当场宣布他被录取了。事后问其原因，竟是他的诚实。简单得让人吃惊。

（五十六）

英国机械专家布利阿里是位和武器打交道的人，他的绝大多数时间都在琢磨枪支的性能和构造，但他的最大的成就之一不是发明了什么武器，而是发明了与武器毫不相干的不锈钢餐具。

一战前，英国热衷于“殖民”扩张，但英军发现他们的枪支使用时间一长，射程和命中率就大大降低。布利阿里的任务就是改进枪支构造，设法解决枪支的性能问题。

布利阿里很快发现造成枪支性能问题的原因是枪膛的用材硬度不够，如果能找到相当硬度的材料，这个问题就可以迎刃而解。

他通过各种渠道找到了各种各样的合金钢，进行耐磨和耐热的试验。由于品种繁多，试验时间被拖得很长，试验场地上很快被各种合金钢堆满了。

布利阿里在清理场地时，发现一块锃光发亮的钢材，他分析了这块钢材，发现它并不适合用在枪支上，但就在抛弃的时候，他突然觉得这么漂亮的材料没有派上用场太可惜了。他看到了试验场里暗淡无光的餐具，他想，“如果把这些材料用来做餐具，不是十分漂亮吗？”

因为这个念头，布利阿里成为了一位不锈钢餐具推销商。数年后，不锈钢餐具开始进入家庭。

当布利阿里获得极大收益的时候，不锈钢材料的发明者、德国人毛拉不禁感叹：“我把它扔到了垃圾堆，怎么没有想到它可以成为餐具呢？”

（五十七）

2002年10月10日，一条消息在全球迅速传播开来——日本一位小职员荣获了2002年诺贝尔化学奖。一位小职员居然也获得如此大奖？是的，他就是日本一家生命科学研究所的田中。

他不是科学界的泰斗，也非学术界的精英，他甚至不是优等生，大学时还留过级；他找工作时未通过面试而被索尼公司拒之门外，后经老师的极力推荐才有机会走进现在的这家单位。他是那样的普通，获奖前，就连公司的许多人都不知道有田中这个人。当他接到获奖通知时，他还以为是谁在跟他开玩笑呢。

面对众多记者的追问，田中笑着说：“说来渐愧，一次失败却创造了让世界震惊的发明……”

事实的确如此。当时，田中的工作是利用各种材料测量蛋白质的质量。有一次，他不小心把丙三醇倒入钴中，他没有立即推翻重来，而是将错就错对其进行观察，于是意外地发现了可以异常吸收激光的物质，为以后震惊世界的发明“对生物大分子的质谱分析法”奠定了成功的基础。

作文素材——事例篇

- 1、霍金：英国物理学家，身残志坚，著《时间简史》，被誉为“当代的爱因斯坦”。
- 2、曹雪芹：（清）举家食粥，著《红楼梦》。“批阅十载，增删五次”。“字字看来都是血，十年辛苦不寻常。”
“满纸荒唐言，一把辛酸泪。都云作者痴，谁解其中味。”
- 3、司马迁（汉）：史学家，受宫刑后，发愤著《史记》。“史家之绝唱，无韵之离骚”。
- 4、廉颇、蔺相如：将相和。
- 5、屈原（战国、楚）：沉江殉国难。“长太息以掩涕兮，哀民生之多艰。”
- 6、鲁迅的生平创作：弃医从文。“鲁迅的骨头是最硬的，他没有丝毫的奴颜和媚骨。这是殖民地半殖民地人民最可宝贵的性格。”（毛泽东，“民族之魂”）
- 7、契诃夫（俄）：700多至800多篇短、中篇小说，戏剧作家，世界闻名的短篇小说家之一。
- 8、孙梨，当代小说家，一生淡泊名利，潜心创作，是荷花淀派的代表人物。
- 9、巴尔扎克，法国作家，写了九十多篇小说，著有《人间喜剧》。
- 10、孔明挥泪斩马谡。（可从多方面多角度构思并使用。）
- 11、老舍：人民艺术家，“士大夫不可辱的知识分子形象。”
- 12、关汉卿，元初作家。“我是个蒸不烂，煮不熟，捶不扁，炒不燥，响当当的一粒铜豌豆。”
- 13、庄子：安时而处顺，无为而治。
- 14、蒲松龄：清代作家，著有《聊斋志异》。
- 15、闻一多：“拍案而起，横眉怒对国民党的手枪。”（民族气节）
- 16、海子：从明天起，做一个幸福的人，喂马，劈柴，周游世界。（他的诗和他的命运令人关注）
- 17、普希金：俄国文学之始祖，1837年2月8日与丹特士决斗而死。（为个人尊严而站。虽死犹荣。）
- 18、陶渊明：不为五斗米折腰。中国士大夫精神上的一个归宿。
- 19、曹操：对酒当歌，人生几何！譬如朝露，去日苦多——山不厌高，海不厌深。周公吐哺，天下归心。
（一代枭雄）
- 20、白居易：同是天涯沦落人，相逢何必曾相识；座中泣下谁最多，江州司马青衫湿。
- 21、陆游：出师一表真名世，千载谁堪伯仲间；夜阑卧听风吹雨，铁马冰河入梦来；王师北定中原日，家祭无忘告乃翁。
- 22、李清照：与丈夫赵明诚感情甚笃，共同完成30卷的《金石录》。

- 23、元稹和白居易友谊深厚：“垂死病中惊坐起，暗风吹雨入寒窗。”
- 24、巴金：我家乡的泥土，我祖国的土地，我永远同你们在一起接受阳光的雨露，与花、树、禾苗一同生长。我唯一的心愿是化作泥土，留在人们温暖的脚印里。
- 25、海伦·凯勒：《假如给我三天光明》。（她让一切健康但虚度光阴的俗人感到羞愧。）
- 26、一个老人在火车上不小心掉了一只新鞋，在众人的惋惜声中，老人毫不犹豫的把另一只也从窗口扔掉。（与其抱守残缺，不如果断的放弃。）
- 27、苏洵的写作态度：“大器晚成”。
- 28、钱仲书：淡泊名利。“你吃了鸡蛋觉得好就行了，何必要见那只下蛋的鸡呐。”
- 29、史铁生：大难之后成大器。《我与地坛》。
- 30、唐太宗与魏征：明君与名臣，相得益彰。
- 31、刘邦和项羽楚汉相争，前者知人善任，后者自矜功伐。
- 32、欧阳修：六一居士，“三上”读书法。
- 33、朱自清：“宁可饿死，也不领美国的救济粮。”
- 34、勾践：十年生聚，卧薪尝胆，终于灭吴。

经典素材

1、挫折挡不住强者(张海迪立志成才)

张海迪自幼就严重高位截瘫，几次濒临死亡边缘，身体可算弱的了。可是20多年来，她学会了4门外语，翻译了16万多字的外文著作，获得了哲学硕士学位，并自学了针灸技术，为群众治病1万多人次，作出了巨大的贡献。与张海迪相比，我们这些身体健壮的人又当做些什么呢？

2、勇把挫折当动力(凡尔纳的16次投稿)

19世纪法国著名的科幻小说家儒勒·凡尔纳第一部作品《气球上的五星期》一连投了15家出版社，均不被赏识，第16次投稿才被接受。美国作家杰克·伦敦最初投稿，也没有一家出版社愿意发表，以致他不得不去干苦力。后来他的《北方故事》才由一家有眼力的《西洋月刊》看中，一举成名。丹麦著名童话家安徒生处女作问世，有人知道他是一个鞋匠的儿子，即攻击他的作品“别字连篇”、“不懂文法”、“不懂修辞”。但他毫不气馁，笔耕不辍，终于成名。英国诗人拜伦19岁时写作的《闲散的时光》出版后，即有人把他骂得“狗血淋头”，说他“把感情抒发在一片死气沉沉的沼泽上”。然而拜伦并未退却，而是以更为优秀的诗作来回敬那个诽谤者。

3、逆境奋争，苦中寻乐(高士其苦斗病魔)

高士其是我国科普作家。在外国留学时，有一次做实验，一个装有培养脑炎过滤性病毒的玻璃瓶子破

裂了，病毒侵入了他的小脑。从此留下了身体致残的祸根。他忍受着病毒的折磨，学完了芝加哥大学细菌学的全部博士课程。回国以后，他拖着半瘫的身子，到达延安工作。解放后病情恶化，说话和行动都十分困难，连睁、合眼都需要别人帮助。但他仍以惊人的吃苦精神进行创作，先后写成 100 多万字的作品。有人问他苦不苦，他笑着说：“不苦！因为我每天都在斗争，斗争是有无穷乐趣的。”

4、苦难也是一笔财富（“西部民歌之父”王洛宾）

王洛宾，这位被誉为中国“西部民歌之父”的音乐大师，一生历经坎坷，身陷囹圄，妻离子散，长期处于心理压力极大的逆境中。然而他却以“胜似闲庭信步”的态度，投身于大西北的沙漠孤烟之中，创作了《在那遥远的地方》等多首西部民歌

5、经历挫折，更能发愤（贝利与记者）

贝利成名后，有个记者采访他。“你的儿子以后是否也会同你一样，成为一代球王呢？”贝利回答：“不会。因为他与我的生活环境不同。我童年时的生活环境十分差，但我却正是在这种恶劣的环境中磨练我坚强斗志，使我有条件成为球王，而他生活安逸，没有经受困难的磨练，他不可能成为球王。”

6、面对挫折决不气馁（爱迪生不被火灾吓倒）

一场大火，把实验室烧成一片瓦砾。爱迪生研究有声电影的所有资料和样板被烧成灰烬。他的老伴难过得哭了出来：“多少年的心血，叫一场火烧了个精光。而今你已年迈力衰，这可怎么办啊！”爱迪生也很伤心，但他决不会由此趴下。发明电灯时，他就先后试验了 7600 多种材料，失败了 8000 多次，仍不气馁，终于获得成功。眼下这场火灾也同样不能使他后退。爱迪生对老伴说：“不要紧，别看我 67 岁了，可是我并不老。从明天早晨起，一切都将重新开始。”

7、能屈能伸是俊杰（卧薪尝胆的勾践）

越国兵败吴国于公元前 494 年。越王勾践只好“审辞厚礼”向吴求和，等待东山再起。勾践先用美女、金银珠宝贿赂吴王和众臣，还用妻子作人质，自己为吴王当马夫。勾践还为吴王送茶送饭，端屎端尿，终于赢得了吴王信任，得以被释放。勾践死里逃生回国后，卧薪尝胆，一面继续进贡吴国，一面聚兵训练。最后他率精兵数万，彻底打败了吴国，实现了洗辱复国的志愿。

8、以乐观打败挫折（牛顿等人面对挫折）

古今中外，因为有极强烈而有效的乐观主义，战胜各种艰难险阻取得胜利的大有人在。牛顿发明地心吸力学说的时候，全世界人反对他；哈维（Harvey）发明血液循环学说的时候，全世界人反对他；达尔文宣布进化论的时候，全世界人反对他；贝尔（Bell）第一次造电话的时候，全世界人讥笑他；莱特（Wright）初用苦工于制造飞机的时候，全世界人讥笑他。

孙中山先生，最初在南洋演讲革命救国的时候，有一次听的人只有三个。这许多人都因抱着乐观主义的精神，而为世人所称道。

极强烈而有效的乐观主义，能使人们战胜全世界的糊涂、盲从、冷酷、恐怖、怨恨和反抗。而且工作

愈伟大，所受的反抗也愈厉害，简直成为一种律令，对付这种厉害的反抗，最重要的武器就是乐观主义。一个人，缺少了乐观主义精神，难免在各种恶魔面前败下阵来。

9. 感恩节的由来

1620年，一些饱受宗教迫害的清教徒，乘坐“五月花”号船去北美新大陆寻求宗教自由。他们在海上颠簸折腾了两个月后，终于在酷寒的十一月里，在现在的马萨诸塞州的普利茅斯登陆。在第一个冬天，半数以上的移民都死于饥饿和传染病。活下来的人们生活十分艰难，他们在第一个春季开始播种。为了生存，整个夏天他们都在祈祷上帝保佑并热切地盼望着丰收的到来，因为他们深知秋天的收获决定了他们的生死存亡。

后来，庄稼终于获得了丰收。大家非常感激上帝的恩典，决定要选一个日子来永远纪念。这就是美国感恩节的由来。

感恩节是美利坚一个不折不扣的最地道的国定假日。在这一天，具有各种信仰和各种背景的美国人，共同为他们一年来所受到的上苍的恩典表示感谢，虔诚地祈求上帝继续赐福。

10、

有些人说：“我讨厌我的生活，我必须做一点改变。”这些人必须改变的是他们不知感恩的心。如果我们不懂得感恩我已有的，那么，我们很难获得更多的，既是我们得到我们想要的，那时我们也不会享受真正的乐趣。

感恩是一种处世哲学，是生命中的大智慧。人生在世，不可能一帆风顺，种种失败、无奈都需要我们勇敢地面对，豁达的处理。这时，是一味地埋怨生活，从此变得消沉？还是对生活满怀感恩，跌倒了再爬起来？英国作家萨克雷说：“生活就是一面镜子，你笑，它也笑；你哭，它也哭。”感恩，是一种唱歌生活的方式，它来自对生活的爱与希望。

11、

曾有一个佛陀，乘船渡江，不想风大浪高，把船打翻了。佛陀像一片树叶般的在江中沉浮了许久，才筋疲力尽爬上岸来。到了岸上的第一件事，它不是责骂船家的无能让他丢失随身携带的一切，也不是诅咒恶风险浪差点要了他的命，而是跪在沙滩上遥拜师傅：“谢谢师傅！”有人不解地问：“你为什么不谢谢菩萨？”佛陀说：“原来我并不喜欢游泳的，都是师父每次强把我拉入水中，教我学会的。不是师父，我命今日休矣！”遇了难，不是责备任何一个人，而是心存感激，人生达到了如此的超然境界，遇事如此的豁然通达，在这个世界上，还有什么事情能让你痛苦和愤恨的呢？

成语故事：东郭先生与狼；农夫与蛇；衔环结草；陆绩怀橘遗亲、诸葛亮鞠躬尽瘁

12、动物的感恩

你看出了一条狗的寒冷，给它垫上了温暖的棉絮，它躺在棉絮里以后会久久地看着你，它不能说话，只能用这种方式表达它的感激。

你看到一只鸟受伤了，将它从猫嘴里夺下来，用药水治疗它的伤口，给它食物，然后将它放飞林中。它飞到树梢上也会回头来看你。它同样不能说话，只能用这种方式铭记你的救助。

低智能动物尚且会感激别人的救助，人类难道不也应该有颗感恩的心吗？狗和鸟会长久地凝视你离开表达感激之情，可是这一刻很快就会过去；他们可能很快忘却你。但有了这一刻，世界就不再是原来的世界，感激的目光消失了，但感激之情弥散在天地间，世界也就因此有了温暖，有了亲切。因而我们应当培养人与人之间的这份情感

13、堪弥的鞋带

有一回，日本歌伎大师勘弥在一部戏里扮演古代一位徒步旅行的百姓，正当他要上场时，一个门生提醒他说：“师傅，你的草鞋带松了。”他回了一声“谢谢你”，然后立刻蹲下，系紧了鞋带。当他走到门生看不到的舞台入口处时，却又蹲下，把刚刚系紧的鞋带又弄松。显然他想以松垮的草鞋带子来表现一个长途旅行者的疲惫。有位记者到后台采访，亲眼看到了这一幕，他问勘弥：“您为什么不当场教那位门生呢？他还不懂演戏的真谛。”勘弥答道：“要教导门生演戏的技能，机会多的是。在今天的场合，最要紧的是教导他学会感激别人对自己的关心。”

14、感恩沙漠

意大利有个女探险家独自穿越了塔克拉玛干沙漠。当她走出沙漠之后，她面对沙漠跪下来，静默良久。有记者问为什么时，他极为真诚的说说：“我不认为我征服了沙漠，我是在感谢塔克拉玛干允许我通过。”的确，人类的一切都是大自然所赐予的。对于这个世界，人类不可能有征服它的能力。相反，人类需要的是怀有一颗感恩的心，这样人类才有可能生生不息的传乘下去

15、罗斯福家被盗

一次，美国前总统罗斯福家被盗，丢了许多东西，一位朋友闻讯后，忙写信安慰他，劝他不必太在意。罗斯福给朋友写了一封回信：“亲爱的朋友，谢谢你来信安慰我，我现在很平安。感谢上帝：因为第一，贼偷去的是我的东西，而没有伤害我的生命；第二，贼只偷去我部分东西，而不是全部；第三，最值得庆幸的是，做贼的是他，而不是我。”对任何一个人来说，失窃绝对是不幸的事，而罗斯福却找出了感恩的三条理由。这个故事，启发我们该如何感恩生活。

感恩，是我们在失败时看到差距，在不幸时看到危机，获得温暖，激发我们挑战困难的勇气，进而过去前进的动力。就像罗斯福那样，换一种角度去看待人生的失意与不幸，对生活时时怀着一份感恩的心情，则能使自己永远保持健康的心态，完美的人格和进取的信念。感恩不纯粹是心理安慰，也不是对现实的逃避，更不是阿Q的精神胜利法。感恩，是一种唱歌生活的方式，它来自对生活的爱与希望

在水中放进一块小小的明矾就能沉淀所有的渣滓；如果在我们的心中培植一种感恩的思想，则可以沉淀许多浮躁，不安，消融许多的不满与不幸。

16、

越人寇不韦为避兵灾逃至剡溪。困顿中，徘徊于天姥山下的他与妻子在一株极其繁茂的大树下住了一夜，第二天清晨，寇不韦举起斧头想砍下树枝当柴烧。妻子阻止他说：“我们能活下来，多亏了它。我们应该像敬仰自己的慈母一般感激它。”

17、

在一次学术报告会结束后，一女记者登上讲坛，在表达了景仰之情后，尤显突兀和尖锐地问：“霍金先生，卢伽雷病使你永远地固定在了轮椅上，你不觉得命运让你失去很多东西了吗？”全场一片寂静。霍金微笑依旧，用手指敲击几下键盘，在屏幕上出现了那么一句话：“我有我始终追求的理想，有我爱和爱我的亲人和朋友，对了，我还有一颗感恩的心。”全场掌声不息。

18、【中西生死哲学】

儒家一方面承认“死生有命”，但也强调“未知生，亦知死？”以此提醒世人把重点放在现世努力。孟子所谓“夭寿不贰，修身以俟之，所以立命也”，最能突现这种人文精神。道家庄子虽明言“死生命也”，但也强调应用平等心看待生死，因为“生死如一”最能突现超拔精神。

在西方，柏拉图曾经明白强调，人生的目的在求真善美，但永恒的真善美只有在死亡之后，因此，“哲学就是对死亡的练习”。并且，他主张灵魂不死论，其学生亚里士多德虽然否认灵魂不死，但也肯定“神圣理性不死”，并强调“我们应尽力过理性生活，使自己不朽”。到了康德，认为灵魂不死虽然“没有逻辑的确定性”，却有“道德的确定性与必要性”。因而他强调，精神愈用而愈出的道理，“想得越多，做得越多，就活得越久”。在黑格尔更是直言“死亡是一种扬弃”。存在主义者海德格尔则明言，人生观即死亡观，人生既然注定是“迈向死亡的存有”，因此，如何能在平日尽心尽责，才是面对生死最好的态度。到了当代，因为医学发达，“临终关怀”更成为普世关心的问题，如何“生有尊严，死也有尊严”，也成为超越国界的共同课题。芝加哥大学萝丝教授的名著《生死学》认为，死亡也是人生的一种“成长”，更具积极性与建设性。

19、【追问生命的意义】

对生命意义的追问，是每一个有思想的生命体对自身灵魂的必然拷问，纵然它达不到人类终极关怀的高度，却依然闪烁着朴素无华的平民思想火花。《活出意义来》的作者维克多·弗兰克博士，是著名的奥地利精神医学家、维也纳精神治疗法第三学派的代表人物。他曾是第二次世界大战期间奥斯维辛集中营的一名俘虏。《活出意义来》一书正是作者对集中营经历和浩劫的描述，同时也是俘虏编号为 119104 的他，在牢狱生涯里发明“意义治疗法”经过情形的重要记录

独一无二的特性使得每个人都与众不同，也使得每个人的存在有其意义，这种特质与创造性的工作和人类之爱息息相关。“一个人不能去寻找抽象的生命意义，每一个人都有他自己的特殊天职或使命，而此使命是需要具体地去实现的。他的生命无法重复，也不可取代。所以每一个人都是独特的，也只有他具有特殊的机遇去完成其独特的天赋使命。”“一个人一旦了解他的地位无可取代，自然容易尽最大心力为自己

的存在负起最大的责任。他只要知道自己有责任为某件尚待完成的工作或某个殷盼他早归的人而善自珍重，必定无法抛弃生命。”在弗兰克看来，只要有“求意义的意志”存在，不仅生命和爱，就连“苦难”和“痛苦”都深具意义。

20、【只因生命有限】

既无力改变，有无法逃脱，唯一的只好让短促的生命极力张扬，将不多的日子创造得厚实些，以此来弥补上天留给我们的遗憾，消退我们心中的惶恐，生命从此有了真正的意义，今人已经用“价值”两个字作为此种意义的标识

法国探险家夏(译音)目睹他的最佳搭档、他的哥哥在阿尔卑斯山的雪崩中丧生，夏用最简短的语言面对挺拔的雪山致哀：“你到世上与离开只是一瞬间，但你将与阿尔卑斯山一样永恒。”夏愿做雪山上的独行侠，“因为每一次，那前面总有着一种诱惑。”

诱惑，这应该是使生命浓缩的最初动因了，我们现在常常将它称作目标或理想。

每天将旧的日子勾去，每年将挂历换上新的，便会叹息人生苦短，便会想到来日无多，便会想尽办法使已经在浓缩了的日子在浓缩些，精彩些，质量些，厚实些，便会朝前看一看那个诱惑，往后掂量一下已有限的价值

21、【我为什么登山】

英国一名著名的登山家这样回答：“因为山在那里。”对于登山家来说，山是一种无法抗拒的召唤。把登山运动作为自己的崇高事业，全力以赴。

人类不断探险的精神是永恒的。正是由于人类的探险精神，人类才不断进步，才有今天的文明。许多人在探索自然的过程中献出了宝贵的生命，但对后来者，它是一笔宝贵的财富。培育探险精神对于一个人、一个民族都有积极意义。一个具备探险精神的人，会不断寻求新的征服目标，不断寻求人生的新境界和高度；相反，一个人、一个民族如果没有探险精神，就不会有什么前途

22、【南极探险中悲壮的一幕】

1991年，挪威的阿蒙森和英国的斯科特几乎同时开始了对南极的征服，当阿蒙森胜利班师后五个星期，斯科特才到达南极。虽然斯科特在向南极的进军中他已经知道了阿蒙森的胜利，但他并没有因为自己将成为失败者而停止前进。在返回时因遇上南极早到的冬季被围困在冰雪之中，好友奥茨冻坏了双脚，行动艰难，为了不拖累大家，夜里独自走出帐篷，消失在暴风雪中。最后仅存的三位探险家体力严重透支，食物短缺，燃料不足，无情的暴风雪让他们在又冻又饿又累中活活死去。临死前，斯科特还在写他的探险日记，他们至死都没有抛弃所搜集到的35磅岩石标本。茨威格曾赞道：“壮丽的毁灭，虽死犹生，失败中产生攀登无限高峰的意志。一个人虽然在同不可战胜的厄运的搏斗中毁灭自己，但他的心灵却因此变得无比高尚。”

23、【荆棘鸟的传说】

有一个传说，说的是有那么一只鸟儿，它一生只唱一次，那歌声比世上一切生灵的歌声都更加优美动

听。从离开巢窝的那一刻起，它就在寻找着荆棘树，直到如愿以偿，才歇息下来。然后它把自己的身体扎进最长、最尖的棘刺上，在那荒蛮的枝条之间放开了歌喉。在奄奄一息的时刻，它超脱了自身的痛苦，而那歌声竟然使云雀和夜莺都黯然失色。这是一曲美好的歌，曲终而命竭。然而，整个世界都在静静地谛听着，上帝也在苍穹中微笑。因为最美好的东西只能用最深痛巨创来换取……

24、【胡杨树】

在内蒙古地区有一种叫做胡杨的树木，有着极强的生命力：生，二百年枯荣；死，二百年不倒；倒，二百年不朽

25、【每条鱼都在乎】

暴风雨过后，有许多被卷上岸的小鱼困在沙滩的浅水洼里，无法回到大海。一个小男孩不停地将小鱼捞起，并使劲扔进大海。路过的人忍不住说：“孩子，这里有几百几千条小鱼，你救不过来的。”“我知道，”男孩回答。“那你为什么还要扔？谁在乎呢？”“这条小鱼在乎！这条小鱼在乎！”

26、【给痛苦一个去处，而不是给生命一个归处】

最近，中国和加拿大两国科学家的研究表明，在我国，自杀已成为 15 到 34 岁人群的第一大死因。朋友说：我存在，并不仅仅意味着我活着，而应拥有生命质量；如果失去了生命质量，我选择死，就像安乐死一样，是一种值得尊重的结束方式。在某种程度上，我同意她的看法，但有一个前提，那就是：这种选择死亡的方式是基于严肃的思考并能给生命带来升华，至少，它是对生命尊严的一种维护。我讨厌那种遇到些许压力就结束生命，这是逃避。更有甚者，以自杀作为要挟手段。这种人了结的是生命本身，而不是带给他们的痛苦。

挫折和愤怒是一种痛苦。结束它的最好方式是给痛苦一个去处，而不是给生命一个归处。（《中国青年报》4 月 11 日 冯雪梅）

27、【死于谁手】

江西萍乡的烟花作坊爆炸、焦作歌舞厅大火。四川合川沉船、武汉客机失事、多佛尔偷渡客惨死、江门烟花厂爆炸。

河北霸州派出所长杜书贵当街掏出枪杀人还未终审，河南禹州的公安指导员刘德周又开枪杀死三人而后逃窜。

9·11 事件中纽约世界贸易中心两幢摩天大楼成为一片废墟，阿富汗人家的墙壁上布满了像筛子眼一样密集的弹洞，还有杰宁难民营散发恶臭的一具具腐尸。

28、【生命有价】

姚丽，建行大庆分行的一名女营业员，面对手持凶器的两名歹徒，在报警无效的情况下，为避免被抢去更多的款额，被迫向歹徒交出了一万多元钱。虽然事后她立即主动补交了这笔钱，单位还是对她实行了“双开”，开除党籍和公职，该行说得分明：“姚丽作为一名共产党员，在关键时刻应毫不犹豫地奉献自己

的一切，甚至最宝贵的生命。”最后，经过仲裁委裁决和法院判决，在舆论压力下，单位总算开恩为：开除党籍、记大过、赔偿损失。

生命有价，最终自然演变成生命无价而不值分文，在各种各样美妙的旗帜下，肆意践踏、凌辱甚至扼杀生命。生命有价，骨子里反映的是一种漠视乃至无视生命的意识。

29、【不残鸟雀】

苏轼年少时，他的母亲不让儿童婢仆捕取鸟雀，因此，鸟也不怕人。几年间鸟雀筑巢在低枝，人可以低头看到巢中的雏鸟。又有四、五百只珍异的桐花凤鸟翔集其间。有人说鸟雀筑巢去人太远，就会招致蛇鼠老鹰的掠杀；人既不杀，自然接近人了。善待生命，能够取得异类的信任。

30、【墓志铭也是文化】

沈从文的墓没有气派的墓道、遮风挡雨的墓亭，也没有坟包。最引人注目的却是一大块不规则的五彩石头，矗立在杂草丛生的地上。只见石头正面是沈从文自己手迹的放大：“照我思索，可理解‘我’，照我思索，可理解‘人’。”隔了十来米的土坎上，是大画家黄永玉的题词：“一个战士不是战死沙场，便是回到故乡。”

31、【人性的光芒】

在青海省民和县官亭镇一座史前时期的房址内，考古工作者新近发现了聚集着的14位死者，房址西南部死在一起的5人，其中有一年长者似用双手护卫着身下的4人；东墙壁下的一对母子，母亲倚墙跪坐在地上，右手撑地，左手将一婴儿搂抱于怀中，脸颊紧贴在婴儿头顶上。

32、【梭伦为何哭泣】

一位腐儒看见梭伦为了一位死去的孩子而哭泣，就向他说：“如果哭泣不能挽回什么，那么，你又何必如是哭泣呢？”这位圣者回答说：“就是因为不能挽回什么。”

33、【琅琊柳】

桓温北征时，经过金城，见到以前自己担任琅琊太守时所种的柳树，都已长到十围粗，感慨地说：“木犹如此，人何以堪！”攀枝执条，泫然流泪

34、【注解生命的文本】

再平常的生命也包含着一个最重大的悬念：死亡。死亡永远与生命同在，没有死亡的虚无，就没有生命的丰盈。死亡使人世间平淡无奇的一切显得如此珍贵、如此神圣、如此优美。站在死亡的边缘，我们往往会更加眷恋生命，渴望生活。紧张与焦灼，幸福与忧伤，透彻与痴迷，恍惚与清醒，怀念与遥想，丰富的体验，奔流的思绪在自己的过去、现在和未来之间盘旋，生命中的此时此刻是那么独特，那么无法逃避，那么惊心动魄！

雨果在遗书中写到：“上帝、灵魂、责任，这三个概念对于一个人足够了。我抱着这个信念生活过，我也要抱着这个信念去死。真理、光明、正义、良心，这就是上帝。”牛顿的遗言非常简洁，他对自己的

最终评价是在浩瀚的真理之海面前拾到几枚贝壳的孩子。爱因斯坦不希望把自己的办公室变成人们朝圣的纪念馆，“除了我的科学理想和社会理想，我的一切都将随着我一起死去”。但丁的临终遗言只有一句话：“转动太阳和地球的是爱”。生命的魅力在于不断地超越自我，从痛苦和不幸中分娩出思想，从创造和超越中享受生命的力量，生命敢于承受苦难和悲剧，生命便挣脱了自身的局限

35、【歌德之死】

歌德患有死亡恐怖症，他总是避免谈“死”这个词，他不能看殡葬事宜，如果有灵车从他家门前经过，他就会发怒。然而，他自己倒不怕死。一个春天的傍晚，他与爱克曼同看落日，对朋友说：“人活到75岁有时不免想到死亡。我想到死亡时心里倒非常平静，因为我相信我们的生命是不可毁灭的，会在来世延续下去。生命就像太阳一样，我们以为看见它消失了，但事实上，它并没有消失，它仍在放射光芒。”

在咽气以前，他叫道：“光明,,,再多一点光明!”最后，他紧紧抓住儿媳奥蒂莉厄的手不放，呼吸微弱地说：“不，小女人，就让我再抚摸一会儿你这只温柔的小手吧!”

36、【契诃夫最后的话】

契诃夫去黑林山的目的是本想寻求身体的康复，结果却找到了死亡。施沃勒大夫让人把香槟送上楼来，契诃夫接过递给他的酒杯，转向他的妻子奥尔加：“我已很久没有喝香槟了。”他慢慢喝完杯里的酒，然后躺下，平静地死去

37、【卢梭谈死】

有一次，狄德罗到蒙莫朗西去看望卢梭，后者指着一个池塘说：“这就是我一再想跳进去结束自己生命的地方!”

“你为什么没有这么做呢?”狄德罗问

“我把手伸进水里，但是我感到它太凉了!”他回答说

38、【“那边真美”】

1931年8月始，爱迪生生命垂危。临终前，他曾清醒过一会儿。“那边真美!”他说。

39、【金圣叹的悲伤】

金圣叹童年时在井边玩耍，随手将一颗石子扔进了井里，回到家里号啕大哭起来，大人问他原因，他说：有颗石子被丢进井里，想到它再也出不来了，所以痛哭。

他的绝笔诗：“衙鼓催人急，西山日已斜，黄泉无旅馆，今夜是宿谁家?”临刑前说：“杀头有如风吹帽。”

40、【伊壁鸠鲁《关于死亡》】

你要习惯于相信死亡是一件和我们毫不相干的事，因为一切善恶吉凶都在感觉中，而死亡不过是感觉的丧失。因为这个缘故，正确地认识到死亡与我们无干，便使我们对于人生有死这件事愉快起来，这种认识并不是给人生增加上无尽的时间，而是把我们从对于死亡的渴望中解放出来。一个人如果正确地了解到

终止生存并没有什么可怕，对于他而言，活着也就没有什么可怕的，,,,所以一切罪恶中最可怕的——死亡——对于我们是无足轻重的，因为当我们存在时，死亡对于我们还没有来；而当死亡时，我们已不存在了。

41、【“我活过来了”】

曾撰写《论特权·第三等级是什么?》的法国教士、宪法理论家西哀耶斯，被人们问及：1789年大革命时期做了些什么？

他回答说：“我活过来了。”

活过来，这是从一碗菜汤、半间席棚开始的琐屑的事情，还有活下去的愿望，有时强健有时纤微，然而她一直继续着。活过来的未必是最优秀的，但他负有活过来的人的责任，上帝只能把此后的使命交给生者

42、【红炉一点雪】

有个深蕴禅机的句子，色彩鲜明，充满美感：

红炉一点雪。

雪花飘舞。有一片刚好落在火红的炉子上。

在还没落下去之前，先把它“定格”。我们便发现它是“存在”的，虽然一瞬间，它立即融化，归于空寂无有。

人的生命，不论长短，有像是这片雪花。它自天上洒下来，历程千万里，可以称为“长”；但飘落堆积姿态快速，不可能回头，也没时间仔细思考，便已经面临消失，故亦可以视作“短”。——一两秒？百数十载？熊熊炉火，不由分说，便吞噬它了。

它存在过，却来不及留下任何痕迹

当片片雪花你挤我攘地，争着投向艳色，也不过是场无谓的追逐。

美，这倒是真的。（《青年文摘》97年4月 李碧华）

43、【等待漂泊】

生命为理想而存在生命不与平庸为伍这是怎样的诱惑！生命是自己手中一支笔理想是自己心中最美的歌，在广瀚的天宇上纵情地书写纵情地吟唱！悲壮而美丽！这是怎样的诱惑？（《散文选刊》96/11 金叶）

44、【走向远方】

生命也许就是一些年龄的经历。年龄的不同使我们有了生命的不同阶段，使我们的生命像一棵棵树木，有了年轮与四季，有了根与果实，有了幸福与痛苦。在每个生命的开端，都充满了希望，充满了生机和可能性，而过了成长期以后，生命力就开始衰弱了，随着年龄的增加，希望与可能性都会越来越小。

非洲的大象衰老了，会在象群不远处找一个地方自动躺下来。一头大象一天是要食掉好多水草的，躺下来的大象便不再食用周围的水草。它要把它们留给后代。它已经十分衰老了。衰老得奔跑不动了，蚊蝇在它的眼角处恣意飞舞，它疲惫的眼睛望着欢腾着生命景象的象群，看象群经过它的身边。年幼的象会用

鼻子抚触它们的老祖父或老祖母的身体，仿佛在向它告别，然后它们从它的身边走远了（《散文选刊》96/7 李蔚红）

45、【生命的美丽】

真正美丽的生命执着地追求着真理，它不会趋炎附势地扭曲自己的形象，涂改自己灵动的线条，更不会让自己美丽的底色染上尘污。除非用烈火将其燃为灰烬，使之化为尘埃，否则，美丽的生命九像一条清澈的小溪，永远百折不回乐观坚强地奔向大海，直到最后一滴。有时，它也许会被冷酷地阻断；有时，它也许会被无情地搁浅；更甚至，它还未及瞥一眼那夜幕下美丽灿烂的星海苍穹，未及静静地谛听一声那宇宙深处的清纯之音，它就以被意想不到的庸俗与险恶一下子毁得千疮百空，奄奄一息，，，，

生命之所以美丽，正在于它有血有肉的过程中，始终高扬着一个美丽的主题；美丽之所以永恒，正在于生命的底蕴中，始终流动着人类最纯粹的良知与渴望

于是，美丽因生命而存在，生命因美丽而永恒。这是一个连上帝也祈求的统一。（《读者》96/11 雪子）

46、【回望生命灿烂依然】

一扇完全失去窗框的水泥窗台上，一盆正在竞相绽放的秋海棠，在风里姹紫嫣红的摇曳。我默默注视着，良久，骤然醒悟，哦，这便是灿烂的生命，或许很快在冬季到来的某个早晨，就凋零了，可曾经生机勃勃在这世界上生存过，这便是生命的美丽。

生命是脆弱的，人拥有了生命的同时，也拥有了苦难。于是，便有了嫣然好看的人生。偶尔，弯下脚去，去看那片被虫啄透的叶子，阳光毛茸茸透过生命的脉络，清晰的印衬出岁月痕迹，那种感动有着肺腑之痛。这便是生命的美丽。即使是残缺的人生。《散文选刊》（96/11 李华芹）

47、【一生有多长】

生命其实是无法预知长度的，因为不可测，谁也说不清究竟是一百年还是几年几十年。我们可以设计人生目标，却不可以设计人生的长度，生命只有宽度，亦即质量值得我们去思量盘算。我们只有在它的宽度里发挥弹性，做有价值的人，生命就提高了倍数。（《广州日报》2002/8/2 梅阁）

48、【择生与择死的思考】

死可以明志，生，却可以践志。当死临到司马迁的头上时，他选择生，一种令肉体与精神，令自己与亲友都极其痛苦的生——接受宫刑

西方人弃生取义的意识与东方有异，他们更重视“生”的权利与个人的发展。中国传统文化中，则是把自我的小生命看作是民族大生命的一环。舍小取大，故有欣慰之感（《中国国防报》2002/4/4 安巧林）

49、【人生当做一棵树】

不痛苦就是快乐。这就是安乐死的社会一般意义。然而我想说，不痛苦并不意味着必然快乐。相对于死来说，活着才是快乐，哪怕活着的时候充满痛苦，人们也愿意选择痛苦地活着而不愿选择快乐地死去。就

此我想多说一句：与其说安乐死，不如说安然死。安然是一种面对死亡痛苦的无奈选择；而安乐则是活着的人们毕生的一种主动追求。因此，我以为，人们在欣赏和肯定安乐死的时候，更应该欣赏和肯定安乐活。因为真正的坏了的前提，首先必须是活着；其次，就是活得要尽可能多一些快乐，而不是像俗语所说的那样：好死不如歹活着。死，固然应该好死；活，为何就不能好活乃至更好地活着呢？少一些牢骚，少一些气盛，少一些虚妄的欲望，少一些俗事的干扰，少一些算计的烦恼，少一些无聊的虚荣，把人生就当作一棵树，有生就有死，有荣就有枯；扎根大地，只索取自己该索取的养料；寒来暑往，默默接受大自然的安排；清风玉露，于它是痛快的洗礼；予绿荫于路人，养颐期于天年，如此大树，如此人生，其不安也乐哉！（《生活日报》2月22日 张签名）

50、【名人的临终遗言】

德国作曲家贝多芬被耳聋的痛苦折磨了二十多年，临终前只留下了这样一句伤感的遗言：“我将在天堂里听到一切。”

英国诗人济慈把他最后的思想表达在诗中：“我感到我的上面长满了野菊花。”

英国诗人拜伦已经厌倦了生活，并且因发高烧及长久未进食而消瘦无力，他轻声说道：“现在我想睡了。”

法国国王路易十四一直活到八十高龄，在生命的最后一刻，他看到大家都围绕在他身边哭泣，便大声说：“为什么哭？你们以为我是长生不死的吗？我原以为死亡要比这难受得多呢！”

美国前总统威尔逊死得很安详面对死神，他说：“我已经准备就绪。”

法国著名戏剧家拉伯雷临死时说：“拉下帷幕吧，喜剧结束了。”

《挪威的森林》：死并非生的对立面，而作为生的一部分永存。

死不是生的对立面。死本来就已经包含在“我”这一存在之中。我们无论怎样力图忘掉它都归于徒劳这点便是实证。因为在17岁那年5月一个夜晚俘获了木月的死，同时也俘获了我

51、【美丽一次】

在戈壁滩上，有一种叫依米的小花。花呈四瓣，每瓣自成一色：红、白、黄、蓝。它的独特并不止于此，在那里，根系庞大的植物才能很好的生长，而它的根，却只有一条，蜿蜒盘曲着插入地底深处。通常，它要花费5年的时间来完成根茎的穿插工作，然后，一点一点地及收养分，在第6年春，才在地面吐绿绽翠，看出一朵小小的四色的花。让人惋叹的是，这种及难长成的依米小花，花期并不长，仅仅两天的工夫，它随母株一起香消玉碎。

依米小花的生长和蝉的生命历程有着惊人的相似。它们知识自然万千家族中极为弱小的一员，可是它们却以其独特的生命方式向世人昭告：生命只有一次，美丽只有一次 一次，便足矣！

一次的青春，一次的成功，一次的勇往直前，一次的轰轰烈烈，一次的无悔人生~~~~~ 一次，仅一次，却需要长时间坚韧不拔的进取和力尽艰辛的跋涉，它甚至需要耗尽一个人一世的光阴，毕生的精力！

人生的路途远比依米花的一生漫长，可是，在这段漫漫的求索的艰辛历程中，我们不一定会比依米花做得更好。（匡鲜 《杂文报》）

52、【生死之门】

在南太平洋岛屿上，生存着一种小鸟，叫莺鸟。莺鸟以一种叫蒺藜的草籽为食，但这种草籽浑身是锋利的硬刺，果肉被一层深深的内核包裹着，莺鸟要啄食到里面的果肉，可不是一件易事。它必须先把草籽顶在地上，又咬又拧，然后顶住岩石，上喙发力，下喙挤压，直到精疲力竭才能把外壳弄掉，吃到果肉。许多啄不开草籽外壳的莺鸟被活活地饿死，只有少部分的莺鸟顽强地生存下来

科学家对这种莺鸟做过研究，只有喙长达到 11 毫米的莺鸟，才能啄开草籽的外壳，求得生存；而喙长 10.5 毫米以下的莺鸟，因无法啄开草籽而活活地饿死

原来，莺鸟的生死之门，相隔仅仅是 0.5 毫米！

这使我想起“失之毫厘，差之千里”这句成语，人生的命运和成败也是由细微差别决定的：一位考生，差 0.5 分，可能由此而落榜；一位运动员，差 0.5 秒，可能由此而与冠军无缘，，，

如果说，莺鸟的喙长是与生俱来的，但人生却可以通过后天的努力不断增长自己的智慧和才干。既然我们知道生死之门有时相隔仅仅 0.5 毫米，我们何不努力一点，再努力一点，使我们的生存之“喙”长一点，再长一点。它改变的，可能就是我們的一生啊！（摘自 2003 年 7 月 24 日《羊城晚报》作者 黄小平）

53、【死亡暗示】

非洲刚果有个黑人青年在朋友家作客，朋友准备了一只野鸡作为早餐。黑人青年的部落严禁吃野鸡，他就问朋友，早点是不是野鸡。朋友答，不是野鸡。黑人青年便享受了一顿美味的早餐。数年后，他们二人再次见面。那位朋友问他想不想吃野鸡，青年回答说那是不可能的，因为巫师郑重警告过他绝不可以吃野鸡。朋友听了哈哈大笑，接着告诉他那次早餐吃的正是野鸡。谁知青年立即全身发抖，不到 24 小时便死去

关于暗示使人致死的原因，曾有人从生理上加以解释，认为极度恐惧与极度愤怒引起的生理反应相似，两者都会使肾上腺素增加，并且减少身体某些部位的血液供应。由于血液供应减少时，红血球输送的氧也会相应地减少，毛细血管如果缺氧，血浆就会较容易地渗入血管周围的组织。倘使恐惧或愤怒状态延续过久，全身的血液流量便会减少。这样会使血压降低，从而导致一种恶性循环：血压降低会严重影响那些负责维持血流循环的器官的功能，于是血液流量再减，进一步降低血压，任其发展下去便可致命。（摘自《青年博览》2003 年第 5 期作者 知识）

54、压力跟动力成正比（猎狗和兔子）

一条猎狗将兔子赶出了窝，一直追赶它，追了很久仍没有捉到

羊看到此情景，讥笑猎狗说：“你们两个之间，个子小的反而跑得快得多。”

猎狗回答说：“你不知道，我们两个跑的目的是完全不同的！我仅仅为了一顿饭，他却是为了性命！”

55、压力让生命更强健(羚羊的兴衰)

一位动物学家对生活在非洲大草原奥兰治河两岸的羚羊群进行过研究，他发现东岸羚羊群的繁殖能力比西岸的强，奔跑速度也不一样，每分钟要比西岸的快 13 米。

以这些差别，这位动物学家曾百思不得其解，因为这些羚羊的生存环境和属类都是相同的，饲料来源也一样，全以一种叫芨芨的牧草为主。

有一年，他在动物保护协会的协助下，在东西两岸各捉了 10 只羚羊，把它们送往对岸。结果，运到西岸的 10 只一年后繁殖到 14 只，运到东岸的 10 只剩下 3 只，那 7 只全被狼吃了。

这位动物学家终于明白了，东岸的羚羊之所以强健，是因为在它们附近生活着一个狼群，西岸的羚羊之所以弱小，正是因为缺少这么一群天敌

没有天敌的动物往往最先灭绝;有天敌的动物则会逐步繁衍壮大。

56、压力可以激发生命活力(美洲虎的生活)

美洲虎是一种濒临灭绝的动物，世界上仅存 17 只，其中有一只生活在秘鲁的国家动物园。

为保护这只虎，秘鲁人从大自然里单独圈出 1500 英亩的山地修了虎园，让它自由生活。参观过虎园的人都说，这儿真是虎的天堂，里面有山有水，山上花木葱茏，山下溪水潺潺，还有成群结队的牛、羊、兔供老虎享用。奇怪的是，没有人见这只老虎捕捉过猎物(它只吃管理员送来的肉食)，也没见它威风凛凛从山上冲下来。它常躺在装有空调的虎房，吃了睡，睡了吃。

一天，一位来此参观的市民说，它怎么能不懒洋洋?虎是林中之王，你们放一群只吃草的小动物，能提起它的兴趣吗?这么大的虎园，不弄几只狼来，至少也得放几条豺狗吧?虎园领导听他说得有理，就捉了三只豹子投进虎园

这一招果然灵验，自从三只豹子进了虎园，美洲虎不再整天吃吃睡睡，而日渐精神抖擞起来，天敌竟可以激起生物生活的信心!

57、努力把压力转化为动力(坚强的海伦·凯勒)

海伦·凯勒在一岁多的时候，因为生病，从此眼睛看不见，并且又聋又哑了。由于这个原因，海伦的脾气变得非常暴躁，动不动就发脾气摔东西。她家里人看这样下去不是办法，便替她请来一位很有耐心的家庭教师苏丽文小姐。海伦在她的熏陶和教育下，逐渐改变了。她利用仅有的触觉、味觉和嗅觉来认识四周的环境，努力充实自己，后来更进一步学习写作。几年以后，当她的第一本著作《我的一生》出版时，立即轰动了全美国

在她的《假如给我三天光明》一文中，更是表达出了她的坚强、乐观和向上的精神，而这一切都该归功于她对生活的认识。

当把失明仅仅当作一项压力的时候，她痛苦惆怅，所以她不能真正面对生活;当她把压力化作动力的时候，生活就选择了她

【故事与随想】

58、压力是生活的动力（狮子和羚羊）

每天，当太阳升起来时，非洲大草原上的动物们就开始奔跑了。

狮子妈妈在教育自己的孩子：

“孩子，你必须跑得再快一点，再快一点，你要是跑不过最慢的羚羊，你就会活活饿死。” 在另外一个场地上，羚羊妈妈也在教育自己的孩子：

“孩子，你必须跑得再快一点，再快一点，如果你不能比跑得最快的狮子还要快，那你就肯定会被它们吃掉。”

59、生活需要压力（暴风雨中的轮船）

一艘货轮卸货后返航，在浩瀚的大海上，突然遭遇巨大风暴。

惊慌失措的水手们，急得团团转。

老船长果断下令：“打开所有货仓，立刻往里面灌水。”

水手们担忧：“险上加险，不是自找死路吗？”

船长镇定地说：“大家见过根深干粗的树被暴风刮倒过吗？被刮倒的是没有根基的小树。”

水手们半信半疑地照着做了。虽然暴风巨浪依旧那么猛烈，但随着货仓里的水越来越满，货轮渐渐地平稳了

船长告诉那些松了一口气的水手：“一只空木桶，是很容易被风打翻的，如果装满水负重了，风是吹不倒的。在船上负重的时候，是最安全的时候，空船时，才是最危险的时候。” 其实我们每个人都是一只只在生活的海洋中航行的船，生活中的各种压力就是我们的负担，这些压力虽然有时会令我们疲惫、烦躁，但它同时也是保证我们前进的动力，若没有这些压力，我们就很容易被生活的波浪打翻

60、迎接新世纪压力的挑战（21 世纪的压力）

21 世纪是一个激烈竞争的世纪。和平发展成为当今时代的主题，激烈的竞争好比残酷的战争，淘汰一批又一批高分低能的人，这就昭示我们必须具有非凡的素质，具有各种能力，然而竞争是不可避免的，这使我感到压力重重。

21 世纪是“知识爆炸”的世纪。我曾暗暗地埋怨自己的父母亲，为什么他们把我推到世纪之交的舞台上，接受知识的考验。知识的地位日趋重要，没有知识就无法在社会上生存和立足。祖国的建设需要人才。需要的是高素质的人才，我害怕自己成为一名落伍者，我深感压力重重

21 世纪是“减负”的世纪。我的愿望是当一名人类灵魂的工程师，为祖国建设培养和输送高质量的人才，然而在新世纪里，“减负”作为教学改革的内容，要求教师必须具有新的教学方法和创新能力，培养出懂知识有能力的新型人才。这一切告诉我：为了我的愿望能成为现实，必须变压力为动力，发奋学习，努力拼搏，去迎接新千年的挑战

61、压力和动力要适当结合（用不同的态度对待不同的孩子）

当父母认为拿别人孩子的优点刺激自己的孩子是一个正确的选择时，请别忘记自己的孩子也有优点，他并不是一无是处，他并不像你所说的那样差。在父母对自己的孩子的优点进行一点儿夸大时，孩子就会更努力地像父母说的那样去做。如果孩子信心不足，请尝试着这样做：让他找到自己信心的所在。如果孩子倔强顽固，那么父母完全可以说：“你根本做不到。”当孩子听到后，他的倔强会占据他的理智与惰性，他会证明给父母，他会做得到，为的只是父母的那句善意的谎言：“你根本做不到。”

这些完全是正确的。如果力即是动力，动力即是压力。如果你把两者适当地结合，没什么事不能成功！父母感觉不错，那就尝试一下吧

62、爱的压力（玲玲的转变）

玲玲的学习会下滑，每天晚上都陪她学习到很晚，周末不仅停了她喜欢的舞蹈课和书法课，还请家教来家里辅导功课。玲玲经常感觉很疲倦，脑子浑沌一片，尽管她很努力，可成绩还是慢慢地往下滑。父母焦急又心痛，玲玲也开始怀疑自己，是不是自己真如人们说的那样，女孩子越大，智力越下降呢？看着爸爸妈妈那般切的眼神和他们为自己付出的一切，玲玲觉得都快要崩溃了

父母的爱本来是我们前进的动力，但当爱成为一种压力的时候，就会成为前进的包袱。

高中议论文时评文作文语文素材

作文热点“脱贫攻坚”最佳素材

精准扶贫，是粗放扶贫的对称，是指针对不同贫困区域环境、不同贫困农户状况，运用科学有效程序对扶贫对象实施精确识别、精确帮扶、精确管理的治贫方式。2013 年 11 月，习近平总书记到湖南湘西考察时首次作出了“实事求是、因地制宜、分类指导、精准扶贫”的重要指示。为确保贫困人口到 2020 年如期脱贫，提出扶贫开发“贵在精准，重在精准，成败之举在于精准”，“精准扶贫”成为热词。

素材关键词：精准扶贫、扶志扶智、不忘初心、民心民生、深化改革、创新思维、真抓实干、标本兼治、杜绝形式主义。

01

名言篇

1. 小康不小康，关键看老乡。
2. 仓廩实而知礼节，衣食足而知荣辱。（管子）
3. 民亦劳止，汙可小康；惠此中国，以绥四方。（《诗经》 这句话的意思是：民众也劳累了，要好好休息；爱护城中的民众，来安抚四方。）
4. 脱贫摘帽不是终点，而是新生活、新奋斗的起点。
5. 天下之治乱，不在一姓之兴亡，而在万民之忧乐。（黄宗羲）
6. 与天下同利者，天下持之；擅天下之利者，天下谋之。（管子）
7. 河北的山山岭岭都绿起来，父老乡亲都富起来，我的事业才算成功。（李保国）
8. 常言道：创业难，守业更难。脱贫摘帽不是终点而是新的起点，只有不返贫才是真脱贫。
9. 回望历史，丰衣足食一直是中国人民最朴素的愿望。从孔子的富民思想、屈原的“美政”理念，到朱熹的“足食为先”、康有为的大同之道，历代先贤对富民裕民的追求从未停止。无论是“民亦劳止，汙可小康”的美好憧憬，还是“五谷丰登，物阜民康”的热切企望，无论是“安得广厦千万间，大庇天下寒士俱欢颜”的深沉情怀，还是“无处不均匀，无人不饱暖”的政治理想，无数先民对殷实生活的呼唤响彻历史的天空。
10. 扶贫“扶”是手段“富”是目的，重在“扶”不是突出“救”。

02 感动中国篇

01 黄大发：脱贫战场上的“新愚公”

20 世纪 60 年代起，黄大发带领群众，历时 30 余年，靠着锄头、钢钎、铁锤和双手，在绝壁上凿出一条长 9400 米的“生命渠”，结束了草王坝长期缺水的历史，乡亲们亲切地把这条渠称为“大发渠”。

【感动中国十大人物的颁奖词】

水过不去，拿命来铺，这是一个老党员为人民许下的誓言。大发渠，云中穿，大伙吃上了白米饭。三十六年，为梦想跋涉，僵直了手指，沧桑了面孔，但初心不变。

02 黄文秀：脱贫战场上的醒目黄花

2016年，黄文秀从北师大硕士毕业后，毅然回到家乡支援建设，担任驻村书记。她帮村里引进了砂糖橘种植技术，教村民做电商。村里绝大多数贫困户顺利脱贫，村集体经济项目收入翻倍。2019年6月17日，黄文秀遭遇突发山洪不幸遇难，年仅30岁。

【感动中国十大人物的颁奖词】

有些人从山里走了，就不再回来，你从城里回来，却再没有离开。来的时候惴惴，怕自己不够勇敢，走的时候匆匆，留下最美的韶华。百色的大山你是最美的朝霞，脱贫的战场，你是醒目的黄花。

03 “半盲”扶贫局长：张渠伟

据数据统计，渠县四年共减贫136610人，贫困发生率从12.1%降到0.6%，这一条扶贫之路，张渠伟走得辛苦，却依旧坚定。“获此殊荣，我仅是扶贫战线的代表之一。”节目播出后，张渠伟在接受封面新闻记者采访时表示，这份殊荣对他而言更多的是压力和责任。“唯有扎根扶贫一线，更加努力地工作和顽强地拼搏，为脱贫攻坚做出积极贡献！为乡村振兴奠定坚实基础！”张渠伟说。

高中作文热点素材 “青年是时代的希望” 主题素材解读

【内涵阐释】

每个时代有每个时代的使命，每一代人有每一代人的责任。新时代领路人指出：“青年兴则国家兴，青年强则国家强，青年一代有理想、有本领、有担当，国家就有前途，民族就有希望。”中华民族绵延不绝 5000 多年，正是靠一代又一代人前赴后继、艰苦卓绝的接续奋斗。建成社会主义现代化强国，实现中华民族伟大复兴，更是一场接力跑。这次疫情，是中华民族伟大复兴进程中的一个“娄山关”“腊子口”。面对严峻形势，越来越多的青年人挺身而出，逐步成为支撑社会的栋梁材、承担重大责任的主力军。他们的担当和作为，让我们坚定了战胜病魔的信心，更坚定了实现中华民族伟大复兴中国梦的信念，“中华民族伟大复兴终将在广大青年的接力奋斗中变为现实”。

2020 年是决胜全面小康、决战脱贫攻坚的收官之年，也是实现“两个一百年”奋斗目标的历史交汇之年。疫情给任务的完成带来了新的挑战。在摆脱贫困走向富裕的征途中，青年也正在“打头阵”。2019 年 6 月，广西百色市乐业县第一书记黄文秀为扶贫事业献出了年仅 30 岁的宝贵生命，她的事迹被广为传颂。实际上，在 20 万驻村第一书记、上百万正在开展脱贫工作的同志中，青年是主力军。他们在异常艰苦的条件下带领人民群众创造财富，一起努力奔向小康、奔向幸福；在不断的探索、开拓创新中因地制宜地寻找脱贫致富的道路。

青年是时代的希望，时代也要为每一个青年搭建好人生出彩的舞台。让青年人在实现中华民族伟大复兴中国梦的新长征路上奋勇搏击，在为人民利益的不懈奋斗中书写人生华章，是紧迫的时代命题。

2020 年 5 月 3 日晚，B 站发布献给新一代的演讲——《后浪》。一夜之间，一段不足 4 分钟的演讲在朋友圈和微博刷屏！《后浪》诠释了年轻人表达自我、拥抱世界的态度，传递出青年人面对未来开放、积极、正面的力量；同时也寄寓了上一代人打破偏见、拥抱接纳的情怀，传达出对青年人的欣赏、赞美和诚恳的敬意。奔涌吧，后浪！奔涌吧，前浪！因为我们在同一条奔涌的河流！

朱德曾说：“锦绣河山收拾好，万民尽作主人翁。”历史证明，祖国命运与青年人的奋斗紧密相联。钱学森毅然回国效力，将中国的原子弹发射向前推进了至少 20 年；詹天佑排除万难，让中国拥有了第一条自行设计的铁路；袁隆平潜心研究，使中国的杂交水稻研究水平领先于世界。一代代中国青年通过不懈努力，改写了近代史上的屈辱历史，中国逐渐屹立于世界的东方。现在正值社会主义建设的新时期，让我们用“丈夫当为国”的担当和“敢教日月换新天”的奋斗精神来装点民族复兴的星辰大海吧。

“缺乏责任感”“以自我为中心”“炫富”等等都曾是“90 后”的标签。如果说 17 年前的非典疫情爆发时他们还是懵懂的见证者，那么在这次新冠肺炎疫情中他们已经成长为抗疫的主力军。无论是身在前线还是守护家乡，无论是防控疫情还是复工复产，“90 后”奋战的身影都无处不在。这场悲壮的举国战“疫”，定格了“90 后”最美的身姿。在这场没有硝烟的战场上，他们为了人民的生命健康义无反顾、勇往直前，以实际行动证明了自己的勇敢、独立、坚强和担当！

赤心爱国，至诚报国。科学家于敏，默默无闻 28 年，舍小家为大家，为国防安全构筑起坚强的核武护盾。在开山岛守卫 32 年的王继才，坚持每天升国旗，把守岛职责履行到生命最后一刻。“位卑未敢忘忧国”的担当，“苟利国家生死以”的忠贞，无不装点着民族复兴的星辰大海。新时代领路人强调：“中国社会的发展，中华民族的振兴，中国人民的幸福，必须依靠自己的英勇奋斗来实现，没有人会恩赐给我们一个光明的中国。”每个人是护盾，祖国就是钢铁长城；每个人是浪花，祖国就是奔腾江河。

今天的中国正处于历史发展的关键时期，复杂的世界大变局、快速变革的科技创新、新知识新思想对人类的召唤，都是新的机遇和挑战。新一代的中国青年既是有格局、有才华、善学习，深具创新精神的“后浪”；也是能吃苦、敢担当，传承历史的“前浪”。相信新一代的中国青年们定能以更昂扬的精神、更坚定的信念面对现实和未来，而这正是百年传承的五四精神在今天的意义。

新时代领路人在重要讲话中，对青年提出了希望和要求：忠于祖国、忠于人民，立鸿鹄志、做奋斗者，求真学问、练真本领，知行合一、做实干家。这是青年一代健康成长必须遵循的路径、必须坚持的方向。爱国爱民才能立德立功，青年需要把自己的理想同祖国的前途、把自己的人生同民族的命运紧密联系在一起。立志奋斗才能梦想成真，青年需要培养奋斗精神、做到理想坚定，在拼搏中放飞人生梦想。真学真练才能成长成才，青年需要通过学习知识，掌握事物发展规律，为国争光、为民造福。实干苦干才能成就事业，青年需要面向实际、深入实践，依靠勤劳和汗水开辟人生和事业前程。牢记新时代领路人的希望和要求，为祖国、为人民、为民族而奋进、而开拓、而奉献，广大青年必将书写无愧于时代、无愧于历史的华彩篇章。

【点睛之笔】

1. 锦绣河山收拾好，万民尽作主人翁。——朱德
2. 人人奋青春之元气，发新中华青春中应发之曙光。——李大钊
3. 青年之文明，奋斗之文明也，与境遇奋斗，与时代奋斗，与经验奋斗。故青年者，人生之王，人生之春，人生之华也。青年之字典，无‘困难’之字，青年之口头，无‘障碍’之语；惟知跃进，惟知雄飞……以创造环境，征服历史。——李大钊
4. 一个时代的精神是青年代表的精神，一个时代的性格是青春代表的性格。——马克思
5. 青年人肩上的重担忽然卸去时，他勇敢的心便要因着寂寞而悲哀了！——冰心
6. 青年人充满活力，像春水一样丰富。——拜伦
7. 青年不是生活在过去的人，也不仅是生活在现在的人，而是生活在未来的人。——池田大作
8. 真正觉悟的青年，应当舍身到最黑暗的地方；只有在最黑暗的地方，需要你们觉悟的光明。——恽代英
9. 只要春风吹到的地方，到处是青春的野草。——臧克家
10. 青年应当有朝气，敢作为。——鲁迅
11. 青年应该同时代一起前进，应该把前人的偏见踩在脚下。——亨利·特鲁亚

12. 自信和希望是青年的特权。——大仲马
13. 青年是人类的春天。——郭沫若
14. 少而好学，如日出之阳；壮而好学，如日中之光；老而好学，如炳烛之明。——刘向
15. 星星——只能白了青年人的发，不能灰了青年人的心。——冰心
16. 在青年时期，我们给自己披上彩虹。——爱默生
17. 平语近人：
- （1）青年时代，选择吃苦也就选择了收获，选择奉献也就选择了高尚。
- （2）现在，青春是用来奋斗的；将来，青春是用来回忆的。
- （3）广大青年要坚定理想信念，志存高远，脚踏实地，勇做时代的弄潮儿，在实现中国梦的生动实践中放飞青春梦想，在为人民利益的不懈奋斗中书写人生华章。
- （4）青年一代有理想、有本领、有担当，国家就有前途，民族就有希望。
- （5）青年最富有朝气、最富有梦想，青年兴则国家兴，青年强则国家强。
- （6）光阴荏苒，物换星移。时间之河川流不息，每一代青年都有自己的际遇和机缘，都要在自己所处的时代条件下谋划人生、创造历史。
- （7）青年是标志时代的最灵敏的晴雨表，时代的责任赋予青年，时代的光荣属于青年。
- （8）同人民一起奋斗，青春才能亮丽；同人民一起前进，青春才能昂扬；同人民一起梦想，青春才能无悔。
- （9）祖国的未来属于青年，重视青年就是重视未来。
- （10）青年的人生之路很长，前进途中，有平川也有高山，有缓流也有险滩，有丽日也有风雨，有喜悦也有哀伤。心中有阳光，脚下有力量，为了理想能坚持、不懈怠，才能创造无愧于时代的人生。

高考作文热点素材 | “青春后浪”主题热点时评素材

- 1、能跟疫魔斗，能把吃播迷，这届 90、00 后青春不一样——邹翔 人民日报评论（2020 年 3 月 17 日）
- 战“疫”中，咽拭子采集员被称为“与死神打交道的人”。用压舌棒固定舌头、用拭子越过舌根，为了黏膜细胞收集精准，还得用拭子在咽部后壁反复擦拭，这样的操作常常让人感到不适，点点飞沫也会随之喷溅而出……这样的工作场景，就是武汉大学中南医院发热门诊咽拭子采样队的日常，危险系数可见一斑。在这支累计采样 7000 余例的队伍里，90 后的比例超过 70%，而这样的比例在整个“疫”线团队中并不鲜见。今天，我们就来聊聊他们。

放眼荆楚大地，从社区街道、医院病房，到村组院落、商店市场，再到建筑工地、运输线上，处处都有披坚执锐、一往无前的青春力量。“穿上防护服，我就不是个孩子了。”20 岁的刘佳怡随广东医疗队驰援湖北，在武汉客厅方舱医院悉心照料患者；“我不想哭，哭花了护目镜就不能做事了。”一句朴实的话，让

人们记住了广东省支援湖北医疗队的大眼睛姑娘朱海秀。没有豪言壮语，只有果决行动；没有娇小柔弱，只有热血担当。昨天父母眼中的孩子，今天已然成为新时代的骄傲和希望。这场防控疫情的阻击战，他们不畏艰险、冲锋在前、舍生忘死的行动，彰显了青春的蓬勃力量，交出了合格答卷，证明了“新时代的中国青年是好样的，是堪当大任的”！

时光见证成长，磨砺铸就青春。“疫”线年轻人重塑了90后、00后的群像。“没有什么是一顿饭不能解决的，一顿不行，就两顿”，这是上海护士夏琼华的口头禅，平时爱看吃播的她却在武汉抗疫前线承担繁重任务；年轻的小伙子在防护服上写着“等疫情结束我要去看中超”，厚重的战袍掩不住活泼的内心，青春朝气喷薄而出。这群直率得可爱的年轻人，总是把内心的感受直白地表达出来，让乐观和朝气也成为抗击疫情的一剂良药。画漫画、拍短视频、跳各类舞蹈……这些在平时四向发散的个性细流，在困难和考验面前汇聚成万众一心、众志成城的千钧之势。可以说，抗疫磨炼，是这些90后、00后的“另一种成人礼”，也让时代对这个年轻群体有了更全面深刻的认知。

实际上，随着2020年的到来，第一批90后已迈入而立之年。当曾经的“叛逆”“张扬”“自我”等标签不再被人提及，“90后中年危机”“90后已经开始养生了”等“佛系”“丧”话题又层出不穷，仿佛他们真的是“娇滴滴的一代”。而当疫情肆虐，90后、00后仿佛在一夜之间，褪去了青涩、摆脱了稚嫩，担起了前所未有的责任。但我们都清楚，转变并非发生在一夜之间。就像凉山森林火灾中，24位90后消防战士勇敢逆行，用生命诠释了烈火青春；就像15岁的少年赵珺“千里走单骑”，只身一人从印度尼西亚带回5个行李箱1.5万只口罩，爱国情怀、责任担当的种子早已在心头种下，并在风雨的考验下加速成长。90后、00后用自己的行动证明，他们已经是伟大民族精神的青春载体。

一位90后医生从武汉给同样是医生的母亲写信说：“给我逆行而上勇气的，正是当年那个勇往直前的你啊！”一代青年有一代青年的历史际遇，90后、00后听过先辈们奋斗的故事，见证或听闻抗击非典、汶川地震的危急时刻，现在他们挺身而出，在抗击疫情一线谱写自己的青春之歌。勇敢与坚强、担当与责任，令人动容，优良传统的延续和民族精神的传承，更令人振奋。有人说“三年一代沟五年一鸿沟”，在发展日新月异、观念日趋多元的今天，90后、00后面对家国责任没有丝毫的含糊，冲锋陷阵、披荆斩棘，值得我们为之点赞和喝彩。

这正是：英雄莫问出处，战士何须年长；九零零零奋起，青年堪当栋梁。

青春何谓？青年何为？这是每个时代的发问，每位青年都矢志追求着答案。

五四青年节之际，Bilibili网站发布了一个“献给新一代的演讲”——《后浪》，犹如给青年们的一封信，激荡起青春之声。“所有的知识、见识、智慧和艺术，像是专门为你们准备的礼物”“从小你们就在自由探索自己的兴趣”“年轻的身体，容得下更多元的文化、审美和价值观”……这是最好的时代，这也是最好的青春。时代的馈赠、个人的探索，汇聚成青春的蓬勃、生命的丰盛。一次与青年的对话，让人沉

思青春的价值、成长的意义。

青年，总是与时代同行。中国青年始终满怀对祖国和人民的赤子之心，为人民战斗、为祖国献身、为幸福生活奋斗，谱写了一曲又一曲壮丽的青春之歌。面对近代以来的民族危亡，青年们前赴后继投入到追求真理、追求进步的斗争，实现了中国人民和中华民族近代以来第一次全面觉醒；面对新中国成立初期百废待兴，有志青年冲破重重阻碍回到祖国怀抱，投身建设、兴学助教；面对改革开放的大江大河，青年们选择了远方，风雨兼程，砥砺前行。有人说，一个国家最好看的风景是这个国家的年轻人。毫无疑问，青年是整个社会力量中最积极、最有生气的力量，国家的希望在青年，民族的未来在青年。新时代的青年，遇到了中华民族发展的最好时期；青年的新时代，也收获了建功立业的人生机遇。时代托举起青年，青年也定不会辜负时代。

今天的青年，拥有了更大的舞台，也拥有了更多的可能。“天上的日月星辰是一张网，地上纵横的道路是一张网，爱情和家庭是一张网……文明世界就是一张网。”联结万物的互联网，描绘出这样一幅青春的图景：B站UP主“努力生活的菜老师”在山区小学支教，用镜头记录教与学的点滴；一群古琴爱好者身穿中国古代服饰演奏乐器，古今融合，传统文化有了现代表达；一位在荷兰的留学生用视频传递学习方法，屏幕内外都是分享的乐趣……自信的、开放的、包容的、专业的青年人，正在用自己的生活态度、世界眼光打造一个活力四溢、创造无限的新天地。

今天的青年，也以更积极、更主动的姿态，去实现自己的价值、寻求自身的存在。今年，一场突如其来的新冠肺炎疫情冲击神州大地，青年一代成为闪耀的群体。4.2万多名援鄂医务人员中，有1.2万多名是“90后”，其中相当一部分是“95后”“00后”；武汉关闭离汉通道“暂停”后，一位小伙子拿起相机，记录疫情下的城市，对外展现一个真实的战疫侧面；一位“90后”程序员用计算机仿真模拟演示，告诉人们“为什么还不能出门”，直观有趣地科普防疫知识……那些父母眼中的孩子，成了国家的中坚力量，更是未来的发展希望。磨炼是青年最好的“成长礼”，实践是青年最好的“墩苗田”。唯有从实践活动中锤炼、从生活养分中汲取、从探索求知中发现，才能在拼搏奋斗的“自我燃烧”中实现向上向善的“自我构筑”，站在奇迹的肩膀上缔造新的奇迹。

伙伴们，我们赞美青春，也常常会听到鞭策之声。从“莫让青春染暮气”到“精致的利己主义”，从“娱乐的自我消费”到“空心病”“焦虑症”……每一代年轻人的成长都或多或少地伴随着质疑、批评。对于青年，这也是自省、反思的机会。换个角度去理解、去审视，这也可以成为成长的滋养。欣慰的是，每代人都不會让人失望，那些质疑声成了“矫正器”、那些批评声成了“清醒剂”，可爱的年轻人用自己选

择的方式为热爱生活添彩，把人们的期待变成了前进的动力。

相信吧，青年人！你的气质代表着时代气质，你的风貌塑造着未来面貌。鲁迅曾言，“你们所多的是生力，遇见深林，可以辟成平地的，遇见旷野，可以栽种树木的，遇见沙漠，可以开掘井泉的。”无论在日常生活、工作岗位还是网络空间，青年们若不能像山一样静止，就该像风一般飞扬，用智慧的、创造的、实干的、革新的、担当的姿态，播下一颗颗执着奋进、创新包容、开放多元的种子。作为“人生之王”的你我，迎着绚丽的“人生之春”，一定能在时代年轮上刻下“人生之华”。

时代的大潮奔涌，后浪推前浪，青年就是立于潮头的“后浪”。在这个属于青年的节日里，我们用欣赏和赞许的眼光看待青年的创新创造；也相信，走在时代前列的青年奋进者、开拓者、奉献者，生气勃发、高歌猛进，在劈波斩浪中开拓前进、在披荆斩棘中开辟天地，为驱动中华民族加速迈向伟大复兴凝聚起蓬勃力量！

高考作文素材积累 | 家国情怀主题素材汇总

中秋和国庆连在一起，就是“中国”！今天，家和国撞个满怀。

逆行担使命

1. 钟南山

2003年，钟南山因抗击非典而为国人熟知。17年后的今天，年逾八旬的“抗非英雄”再次临危受命，出任国家卫健委高级别专家组组长。“没什么特殊情况，不要去武汉。”疫情蔓延时，钟南山向公众发出紧急呼吁。但是就在同时，83岁的他却义无反顾地赶往武汉。老院士靠在高铁餐车座椅上的照片，让太多网友“泪目”。从来就没有什么岁月静好，我们的安宁都来自于钟南山们的负重前行。

2. 李兰娟

疫情爆发时，李兰娟与钟南山一道，亲赴一线研判疫情，并郑重提出“封城”建议。“国家的大事，自己义不容辞”这位传染病专家如是说。2月1日，李兰娟院士带领医疗团队再赴武汉，在危重病区连续作战60天，直至最后胜利凯旋。让我们感慨的是，不顾劳累、无畏生死的她，已经73岁高龄。中国传统文化里，有一种称谓叫“国土”，用来形容那些德才兼备、以身许国之人。此刻，我们庆幸“国土”仍在！

3. 李文亮

他被誉为疫情“吹哨人”，纵使遭受委屈，也熄灭不了他救死扶伤的热忱。他用生命诠释了什么是“医者仁心”。英雄虽然已经远去，我们却要说，“您是永恒的启明星！”

4. 张定宇

金银潭医院是武汉最大的传染病医院，这次收治的全是重症患者。院长张定宇身患渐冻症，他说，“我

必须跑得更快，才能跑赢时间，才能从病毒手里抢回更多的病人。”他的爱人也被感染，确诊后住院治疗。张定宇却一连三四天都顾不上去看妻子一眼。对此他心怀内疚，但是在抗击疫情的生死关头，他无法离开阵地。他要用渐冻的身体，托起患者的信心与希望，托起更多人的生命与健康。

5. 韩红

疫情初期，她的基金会一周内就筹款过亿，情势最紧急的时刻，她把一批批宝贵的物资送到战“疫”前线。为了扶危济困，她几乎散尽家财，为了援助疫区，她日夜奔忙，终于累倒在病床上。当大家看到她累成熊猫眼的那一刻，歌星韩红黯然褪色，而英雄韩红却光芒四射。网友留言说得好，“不是名利，不是地位，而是爱，让我们感觉这个人间依然值得！”

十大成就

1. 两弹一星

“两弹”中的一弹是原子弹，后演变为原子弹和氢弹的合称；另一弹是指导弹；“一星”则是人造地球卫星。

1964年10月16日我国第一颗原子弹爆炸成功；1967年6月17日我国第一颗氢弹空爆试验成功；1970年4月24日我国第一颗人造卫星（东方红一号）发射成功。

中国的“两弹一星”，是20世纪下半世纪中华民族创建的辉煌伟业。

2. 恢复联合国席位

1971年10月25日，在联合国大会第26届会议上，中华人民共和国在联合国的席位得到恢复。确认中华人民共和国的代表是联合国在联合国的唯一合法代表，中华人民共和国是安全理事会五个常任理事国之一。占世界人口五分之一的中国重回联合国，是世界进步的需要，也是历史的必然。

3. 载人航天

1992年9月21日，中国政府决定实施载人航天工程，并将该项目命名为“921工程”。

2003年10月15日，中国第一艘载人飞船“神舟五号”成功发射。中国首位航天员杨利伟成为浩瀚太空的第一位中国访客。

之后，从“神州六号”到“神州十一号”，中国航天技术不断取得新突破。如今，中国已经成为世界上第三个独立掌握载人航天技术、独立开展空间实验、独立进行出舱活动的国家。

4. 港澳回归

1997年7月1日中华人民共和国恢复对香港行使主权，结束了英国在香港一个世纪的殖民统治；1999年12月20日中华人民共和国恢复对澳门行使主权，结束了葡萄牙在澳门442年的殖民统治。

香港、澳门回到祖国怀抱，大大推进了祖国的和平统一大业。

5. 青藏铁路

青藏铁路，是中国新世纪四大工程之一，是通往西藏腹地的第一条铁路，也是世界上海拔最高、线路

最长的高原铁路。整个工程分两期建成，2006 年 7 月 1 日全线通车。

青藏线大部分线路处于高海拔地区和“生命禁区”，青藏铁路建设成功解决了三大世界铁路建设难题：千里多年冻土的地质构造、高寒缺氧的施工环境和对脆弱生态环境的保护。

6. 加入世贸组织

2001 年 11 月 10 日，在卡塔尔多哈举行的世界贸易组织（WTO）第四届部长级会议上，通过了中国加入世贸组织的法律文件，它标志着 经过 15 年的艰苦努力，中国终于成为世贸组织新成员；也标志着中国在经过了 15 年的歧视待遇之后，终于享有了与其他世贸成员同等待遇的权利。

7. 2008 年北京奥运会

2008 年北京奥运会展示了中国作为世界大国的经济和科技实力。改革开放 30 年风雨历程，中国在世界人民的印象中更多的是一个蓬勃的新兴经济体。北京奥运会则把“文化中国”传递给了世界，“绿色”“科技”“人文”的理念，深深地融进了传统奥运理念之中。

8. 成为世界第二大经济体

2010 年，日本内阁府发布的数据显示，日本当年名义 GDP 为 54742 亿美元，比中国少 4044 亿美元，中国 GDP 超过日本正式成为第二大经济体。

自 1978 年改革开放后，经过三十多年的壮观增长，中国终于超过日本，成为仅次于美国的世界第二大经济体。

9. 国产航空母舰

辽宁号航空母舰，简称“辽宁舰”，是中国第一艘航空母舰，其前身是苏联海军的瓦良格号航空母舰。1999 年，中国购买了因苏联解体而建造中断的“瓦良格”号，并继续建造改进。2012 年 9 月 25 日，正式更名为辽宁号，开始在中国人民解放军海军服役。

2017 年 4 月 26 日，中国首艘自主建造的 002 型航空母舰在大连正式下水，它是中国真正意义上的第一艘国产航空母舰，这标志着我国现代化海上作战平台自主设计取得重大阶段性突破。

10. 北斗卫星导航系统

中国北斗卫星导航系统是中国自行研制的全球卫星导航系统。是继美国全球定位系统（GPS）、俄罗斯、欧洲卫星导航系统之后的第四个 成熟的卫星导航系统。

2017 年 11 月 5 日，中国第三代导航卫星顺利升空，它标志着中国正式开始建造“北斗”全球卫星导航系统。2018 年，我国陆续发射了多颗“北斗”全球组网卫星。2018 年 12 月 27 日，北斗系统服务范围正式由区域扩展为全球，北斗系统正式迈入全球时代。

五大圆梦工程

1. 中国桥

以港珠澳大桥为代表，近十年中国大桥取得了飞速的发展。据统计， 纵观世界桥梁最长前 100 所大

桥中，大部分都由中国建造。其中已建成跨度超 400 米的斜拉桥、悬索桥分别有 114 座、109 座，中国分别有 59 座、34 座；全球在建及拟建的主跨 400 米以上斜拉桥、悬索桥为 49 座、37 座，中国分别占据 39 座、29 座。

其中港珠澳大桥是世界上最长的跨海大桥，也是中国交通史上技术最复杂，建设要求及标准最高的工程之一，被英国《卫报》誉为“新世界七大奇迹”。

如今，在世界桥梁界有着这样一句话：世界桥梁建设 20 世纪 70 年代以前看欧美，90 年代看日本，21 世纪看中国。

2. 中国路

从起步到高速公路通车 1 万公里，我们用了 12 年时间，从 1 万公里到突破 2 万公里，我国只用了 3 年时间。可以说仅仅 15 年，中国高速公路的发展走过了许多发达国家一般需要 40 多年才能完成的发展进程，创造了世界瞩目的中国速度。

高速公路上里程 13.1 万公里世界第一，2020 年将达 15 万公里；高铁里程 2.2 万公里世界第一；城市轨道交通 4153 公里世界第一。

3. 中国车

2017 年 6 月 25 日“复兴号”下线，这是中国第一列标准动车组。“复兴号”涉及的高速动车组 254 项重要标准中，中国标准占到了 84%。

2018 年底，中国高铁运营里程超过 2.9 万公里，占全球高铁运营里程的三分之二以上，超过其他国家总和。2019 年，计划确保投产高铁新线 3200 公里。高颜值、高速度。高铁，已成为中国的一张亮丽的新名片。

4. 中国港

2018 年 12 月 10 日，全球最大自动化码头——上海洋山港四期开港试运营。

上海港集装箱吞吐量位居全球第一，而洋山港的集装箱吞吐量占到上海港 40%以上，是上海成为国际航运中心的重要支撑点。与传统人工码头不同，洋山四期码头是一座高科技新型码头，集装箱的装卸转运将全部由智能设备完成。

除了上海港，全球吞吐量排名前十的超级大港，中国已经包揽了七席。

一座座由中央企业参与建造的港口和巨轮，正在搬运着整个世界，也在托举着中国梦由理想变为现实。

5. 中国网

当前，中国的光缆线路总长 3041 万公里，位居世界第一；中国已经建成全球规模最大的 4G 网络，竖起 299 万个基站，拥有 8.9 亿用户；中国的互联网用户已经有 7.51 亿人，全球第一在中国，每三个手机用户，就有两个在使用移动支付。这里是全球最大的移动支付市场。购物、吃饭、加油甚至在路边摊，

中国到处都能移动支付。中国在互联网方面的进步正在改变着全国甚至全球的生活方式。

在经历了移动通信领域“2G 追赶，3G 突破，4G 并进”等阶段之后，在即将到的 5G 时代，中国通信业正在酝酿着一出更加精彩的“引领”大戏。

中国人的生活巨变

衣

在改革开放之前，人们穿衣服主要靠购买布料自行加工。而由于供应紧张，买布还得用布票，每人每户都有严格的限量。人们的着装风格也很单一，颜色是沉闷的黑、绿、蓝，面料是一水的棉布。当时流行着“新三年，旧三年，缝缝补补又三年”的说法。

而在改革开放后，随着生产力的提升，布票逐渐被取消，添新衣也从自己加工变为购买成衣。

到如今，各种品牌和风格的衣服琳琅满目，线上线下大小服装卖场随处可见。衣服的作用已经远远超过了御寒保暖，舒适、个性和时尚才是人们的普遍要求。

食

改革开放之前，因为生产力水平不高，粮食供应紧张，同样需要用票证限制人们的购买力。直到 90 年代初，粮食供求走向市场，粮票才逐渐消亡。

而今天，分门别类的食品应有尽有，人们对于吃的要求也越来越高，不仅要“吃好”，还要吃得健康。人们讲究营养均衡，粗细搭配，口味清淡，要多吃蔬菜水果，少吃高脂肪高胆固醇的食物。以前因粮食不够用充饥的野菜、粗粮，如今却成为餐桌上的健康食品。

住

改革开放初期，样式统一单调的平板房取代了破旧民居，但住房仍是一个大问题，单位上的人们为了分房子有时还会勾心斗角。

从 90 年代开始，国家开始兴建经济适用房，为中低收入家庭提供了“买得到、住得起”的选择。这种房屋有独立厨房、厕所，有上下水道，质量有保障、小区环境优美、购物交通也方便。

对于经济条件好的人，居住的选择就更多了，有高层住宅区，有复式楼，有花园小区，甚至还有单门独院的特色别墅。

行

改革开放之前，最主要的短途交通工具是自行车，因此，中国也被称为自行车王国。火车和长途汽车的条件也很差，拥挤、缓慢更谈不上舒适性。而坐飞机，对于普通老百姓说还是一个遥远的梦想。

现如今，私家车高度普及；公交线路增多、车辆条件大为改善；出租车招手即停，“滴滴”等打车软件更加方便了出行；火车中也加入了新伙伴：高铁和动车；坐飞机已成为一种日常的出行方式。

历史的江河奔腾不息，在冲波逆折处更显壮丽。历经百转千回，那些无法被时光冲淡的，是精神的凝聚、价值的沉淀；那些始终激励人们前行的，是家国的书写、大我的境界。

中国人历来抱有家国情怀，崇尚天下为公、克己奉公，信奉天下兴亡、匹夫有责。这一论述深刻揭示了中国人民夺取抗疫斗争重大战略成果的精神密码，揭示了中华民族穿越风雨、砥砺前行的文化基因。

透过这场波澜壮阔的抗疫斗争，我们看到，炽热而深沉的家国情怀，回荡在中华文明历史的深处，激荡在每个中华儿女的心里。

【解读】

①真实的场景

突如其来的疫情，让“家国”这个看似宏大的字眼，显得如此真实而近切。

浙江援鄂医疗队的医生王师，曾回忆起这样一幕：深夜的武汉，换班的医生在公交车里唱起《歌唱祖国》给自己打气：“宽广美丽的土地，是我们亲爱的家乡……”路灯照进车窗，此刻公交司机已泪流满面。

从这个平凡的瞬间，每个人都能感受到自己与他人、个人与国家之间强烈的精神共鸣。读懂了这样的爱国情、强国志、报国行，读懂了个人和国家民族这样的同身共命、同频共振，就能读懂抗疫中展现的中国精神、迸发的中国力量。

丹心寸意，皆为有情；奋不顾身，共筑家国。面对疫情，亿万中华儿女在以习近平同志为核心的党中央集中统一领导下，（获取更多高中作文素材请搜索关注微信公众号：高中语文作文）高扬人民至上、生命至上的价值理念，凝聚起举国同心、同甘共苦的团结伟力，坚决打响了疫情防控的人民战争——

“95后”女孩甘如意，是一名社区医生。疫情来袭，她争分夺秒从荆州老家返回武汉，历经4天3夜，冒着寒风冷雨，行程300多公里，而她的通行证明上，车牌号一栏写着三个字——“自行车”。

父亲敖醒吾、母亲庄建文、儿子敖慕麟，是武汉普通的一家三口。父亲感染新冠肺炎不幸离世后，母亲对儿子说了一句话：“是不是捐献你父亲的遗体？”儿子写下同意书发给医院，医生感佩回复：“谢谢你们的大义。”

我们或许无法一一道出他们的名字，但正是无数这样的普通人，以守家即守国的担当，以护国即护家的赤诚，守护了这片宽广美丽的土地，守护了我们挚爱的亲人、亲爱的家乡。

这是危急关头迸发彰显的爱国主义精神。湖南援鄂医疗队队员洪余德思虑再三，写给父亲一封未寄出的信：“同为父亲，我的不舍与眷恋和您一样，但没有国泰民安，哪有家庭幸福。”来自湖北红安的向氏五兄弟，大年初一齐聚火神山医院建设工地，“一家人一条心，为了武汉早日渡过难关，咱们顶上去！”危难之际，那些平时默默无闻的工人、农民、医生……挺身而出、义无反顾，用血肉之躯挺起这个国家的脊梁。

这是舍身忘我、大爱无疆的集体主义精神。“我不知道母亲想我/能否换一种方式/比如，派干净的春风/来唤我的乳名。”——一直战斗在抗疫一线的四川医生陈维锦，把对家和母亲的思念深深埋在心底。多少人没顾上同家人吃上一年到头最期待的年夜饭，（获取更多高中作文素材请搜索关注微信公众号：高中语文作文）多少人顶着星星月亮、风霜雪雨日夜坚守，多少人自从走出家门连续几个月也没有机会轻抚孩子的脸庞……一颗星火也许光芒微弱，但千千万万颗星火汇聚在一起，就能点亮黑夜、驱走寒冬，迎来阳

春万丈晖光！

前所未有的疫情，割不断手足情，摧不垮奋斗志，攻不破防控线，难不倒中国人。生命至上、举国同心、舍生忘死、尊重科学、命运与共，至真至深的家国情怀构成着伟大抗疫精神的思想内核。诗人吉狄马加写道：“让我们用成千上万个人的意志/凝聚成一个强大的生命，在穹顶/散发出比古老的太阳更年轻的光。”

家国情怀名句集锦：

01 纵有千古，横有八荒；前途似海，来日方长。——梁启超《少年中国说》

【适用主题】青春理想，年轻一代的担当，社会责任感等。

【示例】作为新时代的新青年，我们是中华民族未来的希望与脊梁。我们对“纵有千古，横有八荒”的祖国充满眷恋，对“前途似海，来日方长”的前程满怀信心。

02 冀以尘雾之微补益山海，荧烛末光增辉日月。——曹植《求自试表》

【适用主题】平凡与伟大，奉献精神，积累点滴的力量等。

【示例】无论我们身在何处，做着什么样的工作，都可以通过劳动的坚实付出，来实现自己的社会价值。正如“尘雾之微补益山海，荧烛末光增辉日月”，推动社会进步的，正是每一个平凡人的劳动付出啊！

03 人既发扬踔厉矣，则邦国亦以兴起。——鲁迅《坟·文化偏至论》

【适用主题】描述豪情胆气，抒发青年壮志等。

【示例】“人既发扬踔厉矣，则邦国亦以兴起”，鲁迅早在《文化偏至论》中就把人民与国家紧密联系了起来。确实，一国人民尤其是我们青年一代，肩负着民族振兴国家富强的重任。

“天下兴亡，匹夫有责”并非只是一句空话，只有我们每一个人切实地努力奋斗，才能共同奔向更好的未来、实现更高的社会理想。

04 白眼观天下，丹心报国家。——宋教仁

【适用主题】关于心怀天下，立志报国，与友共勉，树立远大志向等立意。

【示例】

在不同时代下，爱国有着不同的内涵。自古以来，心怀国家的有志之士，他们正是国家的脊梁。革命时期，仁人志士“白眼观天下，丹心报国家”，以己之力投入到变革的浪潮中。

和平年代，爱国是筑梦中国梦的基石，我们更应将自己的青春奉献给伟大事业。无论何时，青年学子都应怀有“天下兴亡，匹夫有责”的责任感。正处风华正茂的我们，当怀丹心启航新征程。

05 愿中国青年都摆脱冷气，只是向上走，不必听自暴自弃者流的话。能做事的做事，能发声的发声。

——鲁迅《随感录》

【适用主题】年轻一代，积极承担社会责任，对“丧”文化的反思等。

【示例】每个时代都有每个时代的责任，其中，青年更应该积极向上，力担重任。梁启超在《少年中国说》中高声呐喊：“故今日之责任，不在他人，而全在我少年。”

鲁迅也在《随感录》大力呼告：“愿中国青年都摆脱冷气，只是向上走，不必听自暴自弃者流的话。能做事的做事，能发声的发声。”

06、古之欲明明德于天下者，先治其国；欲治其国者，先齐其家；欲齐其家者，先修其身；欲修其身者，先正其心；欲正其心者，先诚其意；欲诚其意者，先致其知；致知在格物。——《礼记·大学》

《大学》为“四书”之一。这句话论述了儒家修身齐家治国平天下的思想：古时想要彰显美德于天下的人，先要治理好自己的国家；要想治理好国家，先要管理好自己的家庭。“格物”“致知”“诚意”“正心”“修身”“齐家”“治国”“平天下”是《大学》中的“八目”，也是其核心思想。

在儒家所倡导的人格阶梯中，进退有序、长幼有序的“齐家”是一个人成年所必须经历的过程。以正心诚意、修身齐家为基础，以治国平天下为旨归，把远大理想与个人抱负、家国情怀与人生追求融合为一，是古代志士仁人的宏愿。

07、天下之本在国，国之本在家，家之本在身。——《孟子》

《孟子》为孟子及其弟子所作。在这里，孟子解释了天下、国、家、人的关系：天下的基础是国，国的基础是家，家的基础是个人。国与家相辅相成，国家的仁德政治，家庭的仁德风气，个人的仁德修养，都关系着社会的繁荣和稳定。

08、匈奴未灭，何以家为？——霍去病

霍去病是西汉名将。西汉初年，北方匈奴屡为边患。武帝时开始对匈奴的侵略进行反击。霍去病率军抗击匈奴，屡立奇功，勇冠三军。他得胜归来后，汉武帝为他建造了“豪宅”以表彰他的战功，霍去病坚辞不受，并留下了千古名句：“匈奴未灭，何以家为？”霍去病以保境安民为己任，宁愿在大漠风沙中率将士们出生入死、浴血奋战，也不愿在豪华府邸中安享荣华。掷地有声的问句，问出的是爱国之情、英雄之气。

09、烈士之爱国也如家。——葛洪《抱朴子·外篇·广譬》

《抱朴子》是晋代道教大师葛洪所作。他提倡儒家的忠孝仁义传统，并明确提出“爱国如家”的思想。这

里烈士是指有气节、有壮志的人。这样的人热爱祖国，犹如热爱自己的家，在国家有难时，他们愿意为国尽忠，体现大义。

10、烽火连三月，家书抵万金。——杜甫《春望》

《春望》是唐代诗人杜甫所作，抒发了诗人忧国、伤时、念家、悲己的情感。国家动乱不安，战火经年不息，人民妻离子散，音书不通，一封家书抵得上万两黄金。诗人除了想知道亲人平安与否，更由家书的不易得感到对国家深深的忧虑。

11、一寸丹心图报国，两行清泪为思亲。——于谦《立春日感怀》

于谦是明朝名臣、民族英雄，这首诗是其于边地前线所写。诗人一颗赤心渴望着报效国家，而身在他乡，思念亲人又不禁使他双眼泪流成行。佳节引起了诗人的思亲之念，但是为了国事，又不得不坚守岗位、羁留在边地，把对家的情意深凝在对国家的担当上，表达了诗人思国又思家，百感交集的心情。

12、风声雨声读书声声声入耳，家事国事天下事事事关心。——顾宪成

这是明代思想家顾宪成在无锡创办东林书院时留下的一副对联。上联将读书声和风雨声融为一体，以此劝学生要好好读书，既有诗意，又有深意；下联更进一步，说明光读好书对一个读书人来说是不够的，要有齐家治国平天下的雄心壮志，劝勉读书人要心有国家，体现了读书人既认真读书，又关心国家大事的胸怀。

13、一室之不治，何家国天下之为。——刘蓉《习惯说》

刘蓉是清代古文家，《习惯说》选自其《养晦堂文诗集》。刘蓉少时专注于读书，竟没注意到屋中地上的坑洼在不断侵蚀扩展，父亲看到后对他说，你连一间屋子都管理不好，如何还能治理国家？在中国传统文化中，“齐家”是步入社会的起点和前提，家国情怀的逻辑起点在于家风的涵养、家教的养成。从个人到国家天下，从正心诚意修身到治国平天下，一个不容忽略、不可越过的环节就是“家”。

14、皮之不存，毛将焉附？覆巢之下，岂有完卵？国之不存，何以为家？卫国御敌乃吾族之责也。——《黄氏宗谱》

皮都没有了，毛还长在哪儿呢？倾覆的鸟巢下面，难道还有完整的鸟蛋？国家都没有了，哪还有家呀？保卫祖国、抗击敌人是我们家族历来的神圣职责。

15、国耳忘家，公耳忘私。——贾谊《治安策》

《治安策》是贾谊呈给汉文帝的一篇奏章，论述如何使国家得到长治久安。此句意谓为了国家舍弃自己的

小家，为了公众利益舍弃个人利益。文帝时，外有匈奴侵扰，内有诸侯王争权夺利，贾谊主张行仁政，轻赋税；削弱诸侯势力，巩固中央集权；富国强兵，抗击匈奴。强调政治教化，确立“国耳忘家，公耳忘私”的爱国思想。

梅兰芳 已到凌云仍虚心

素材：京剧大师梅兰芳，曾拜在画家齐白石门下学画，虚心求教，经常为白石老人磨墨铺纸，全不因为自己是名角而自傲。有一次齐白石和梅兰芳同到一户人家做客，白石老人先到，他布衣布鞋，其他宾朋皆社会名流，或西装革履，或长袍马褂，齐白石显得有些寒酸，不引人注意。不久，梅兰芳到，主人高兴相迎，其余宾客也都蜂拥而上，一一同他握手。可梅兰芳知道齐白石也来赴宴，便四下环顾，寻找老师。

忽然，他看到了冷落在一旁的白石老人，他就让开别人一只只伸过来的手，挤出人群向白石老人恭恭敬敬地叫了一声“老师”，向他致意问安。在座的人见状很惊讶，齐白石深受感动。几天后特向梅兰芳馈赠《雪中送炭图》，题诗：记得前朝享太平，布衣尊贵动公卿。如今沦落长安市，幸有梅郎识姓名。

梅兰芳为人的谦虚恭谨，有口皆碑。正是这样谦和虚心的品性，让原本天生禀赋并不那么占优的他，不断提升自己的艺术水平，获取更多的机缘，逐步成为一代名角、一代大师，成为京剧艺术的泰山北斗。

适用话题：人格修养/自我认识/尊重他人

速效应用：三人行必有我师

20 世纪 20 年代，梅兰芳以《霸王别姬》名震京华。他扮演的虞姬，其神韵令人拍案叫绝。但一位老者对他扮演的虞姬的剑法提出了自己的看法：“虞姬是美人，而你扮演的虞姬，舞的却是男人剑法，这与她的身份不相称呀！”梅兰芳听后顿觉醍醐灌顶，当即跪拜：“您若不嫌弃，晚生愿拜您为师。”老者一边口中念叨“岂敢岂敢”，一边扶起梅兰芳，眼神里洋溢着赞赏之意。

此后几个月，梅兰芳常来云居寺学剑，在老者的指导下潜心研究不同的剑式。经过一番学习，他的剑法已成为刻画人物的“点睛之笔”，为他的表演锦上添花。当梅兰芳成为一代京剧大师的时候，人们总是仰慕于他造诣的高深，却不知他将自己的身姿放得如何低。对于梅兰芳来说，别人把他看得比山还高，他却把自己降得比谷还低。高山仰止，虚怀若谷，这就是大师的高度和低度。

梁启超 为何不“医闹”

素材综述：在北京协和医院的行医史上，曾发生过一起非常著名的“医疗事故”：错割梁启超右肾。话说 1926 年初，梁启超因尿血病住进北京协和医院。协和的医生诊断为他的右肾生瘤，于是便由院长亲自主刀，做手术割去他的右肾。但右肾取出后，发现只是有一个黑点，并非肿瘤。不但尿血依旧，连病源也未查出。这事让平素与梁亲厚的文化名流十分火大。陈西滢、徐志摩先后撰文，对协和医院和医生进行谴责。两位

文学大家的如椽之笔挥舞起来，上挂下联，左譬右喻，气势十分吓人。但梁启超本人却十分通情达理，马上在报纸上发表文章替协和打圆场。他说：“右肾是否一定该割，这是医学上的问题，我们门外汉无从判断……说是医生孟浪，我觉得冤枉。”“出院之后，直到今日，我还是继续吃协和的药，病虽然没有清楚，但是比未受手术之前的确好了许多。”实际上，手术后，梁启超病情日益加重，不到三年就去世了，所谓“越发健实”根本就是骗人之谈。梁启超为什么还要替协和医院辩护，甚至不惜为之说谎呢？原来，梁启超早就撰文比较过中西医之优劣，极力推崇西医，认为西医“讲求摄生之道，治病之法，而讲全体，而讲化学，而讲植物学，而讲道路，而讲居宅，而讲饮食之多寡，而讲衣服寒热之准……学堂通课，皆兼卫生”。基于这种理念，他生病的时候就拒绝中医治疗。看来，梁启超之所以替协和医院辩护，是怕说出真相影响西医乃至西学在中国的传播。这种将国家前途置于个人安危之上的做法，将自己信奉的“主义”置于健康与生命之上的情怀，自然可敬。

适用话题：宽容/医患矛盾/高尚的品德

速效应用：重建信任

医疗行业与其他工商产业有很大不同。我们购买任何商品，都可以要求其保证百分之百的合格，绝无次品。但是，我们不论花多少钱，都难以购买到成功率百分之百的医疗服务。你去看医生，就必须对他无条件信任，相信他即使做不到“药到病除”，总也会尽自己最大的努力。这是患者最明智也是最无奈的选择。现代社会，普通人要做到被割错右肾，却为医生辩护的梁任公一样有着宽容的胸怀实在是很难得。医患双方地位天然不对等，如果医者一门心思算计患者，患者是防不胜防，即使打官司也少有胜算。医者有仁心，患者有怨道，双方才冒不起烟来。医患关系恶化到今天这地步，梁任公当年建立在对医者无条件信任基础上、纯粹从情怀角度出发理解医疗失误的怨道，已很难让人接受了。目前公立医院改革面对的最大难题，其实就是怎样才能让医生不再“算计”患者，患者理解医生，从而重建患者对医者的信任。

胡适 慷慨爱才

素材综述：近代大学者胡适先生，温文尔雅，古道热肠，堪称“民国风度”的代表人物。林语堂是著名学者、作家，他年轻时赴美留学，留学期间，经费遇到了困难。由于家中并不富足，亲友也无能力支援，他只得向自己熟知的、古道热肠的胡适拍电报求助。他知道胡适交游广阔，应酬较多，也不宽裕，特在电报中写明：“能否由尊兄作保向他人借贷 1000 美元，待我学成归国偿还。”很快，胡适如期汇出了林语堂所需的款，并告诉林语堂，这笔钱是由北京大学预借给林语堂的，待他学成后，请到北京大学工作。获得硕士学位后，林语堂又去德国莱比锡大学攻读语言学博士学位，再一次向胡适求助，希望胡适再为他向北京大学借 1000 美元。不久后，胡适如数汇去了款项。林语堂学成归国后，谢绝其他学校的邀请，践诺到北京大学任教。他回来时恰好胡适不在北京，他就自己去向北大校长蒋梦麟致谢，并约定还款日期。哪知，

蒋梦麟莫名其妙：“什么两千美元？北大什么时候借过钱给你？”林语堂从头讲来，才发现，原来这是胡适自掏腰包借给他的钱，北大根本就没有资助留学生的做法。胡适为的是帮北大网罗人才，也让他能够没有歉疚之心地安心留学。那笔钱，是胡适东挪西借、节衣缩食借出的！胡适身后，只留下 153 美元的存款。但他对年轻人的提携、对人才的爱惜若此，且毫不张扬、不挂心怀——他身上闪耀的，正是被誉为学界楷模的大学者的风度。

适用话题：文化精神/学者风范/慷慨气概/一心为公

速效应用：润物细无声

胡适的思想影响了林语堂的人生取向，胡适的经济支持和道德涵养助成了林语堂知识学问乃至日后的学术文化事业。这是不事张扬的无声的道德，是从文化的根基上滋生的道德，到下个世纪也不会褪色，永远具有人性的崇高价值。而以空洞的宣传、徒具形式的树立的方式极事张扬的道德，往往适得其反；即便将一些空洞的豪言壮语写进日记、写进标语，也不过是人性的矫情，出现负面效应，于陶冶善良纯正的人性无补，反倒是培养了说假话大话空话的习气。只有实实在在植根于行动中的道德，能够给予他人真正的帮助，能够增进个人的修为，能够廓清社会的风气，并传之后世。受胡适资助的人远不止林语堂一人。相信这些人会铭记胡适重才济人之德，在心中种下善良纯正之人性种子，并薪火相传。

1. 穴鸠的现实是“决起而飞，枪榆方而止”；溪流的现实是在石缝间浅吟低唱着“靡靡之音”；老马的现实是“眼前飘过一阵鞭影，我只低头瞧着脚下”。它们早已身陷于现实的泥潭而不能自拔，麻木的心灵早已放弃了拥有梦想遥望天边的权利。于是梦想的翅膀飘然远去，现实的枷锁架在脖项。（《相遇在梦想与现实的轨迹中》）

2. 一曲幽径，蜿蜒曲折中不忘了留一点空白，让入遐思空白背后“山穷水尽疑无路，柳暗花明又一村”的风景旖旎。一波微澜，波涛汹涌之后不忘了留一点空白，使人神游“星垂平野阔，月涌大江流”的雄浑壮阔、心潮澎湃的风景奇丽。一片诗词，缠绵悱恻之间不忘了留一点空白，让人品味空白之后的一声长啸：“乱石穿空，惊涛拍岸，卷起千堆雪”的一片诗情到碧霄。一方净土，沉默不言中不忘了留一点空白，让人渲染出“大漠孤烟直，长河落日圆”的奇观。（《拣尽空白，终见风景》）

3. 记得海德格尔曾说过，生命充满了劳绩，但还诗意地栖居于这块土地上。要感谢海德格尔，这位精神的探索者，为我的心里留下了一隅空白。让我在心烦意乱之际，能够冷静地思考，吟上一句“人生天地间，若白驹过隙，忽然而已”；让我在忙碌中，能够偷得浮生半日闲，欣赏一段“他年傍得蟾宫客，不在梅边在柳边”的还魂爱情。如五柳先生，“怀良辰以孤往，或植杖而耘耔”；如东坡先生，“颂明月之诗，歌窈窕之章”；如守着瓦尔登湖的梭罗，如遥望乞力马扎罗之雪的海明威。他们都是诗人，在属于自己的空白

天地中，诗意地栖居。（《月圆是画，月缺是诗》）

4. 戈多是信念。对于人的渺小，古今同感。但现代人对于机器文明的强势，内心愈感脆弱，信念的火焰更为缥缈了。诚然，人只是一根苇草，是宇宙间最脆弱的东西，但人是一根能思想的苇草，人具有万事万物无所比拟的精神力量。“人只是火花，被信念从今天送往明天。”只要信念不息，火花就不会灭。戈多的归来也就为时不远了。戈多是理想。“少年的梦想是风的梦想，青春的思念是长长的思念。”这是北欧海员远航时所唱的歌谣，当我们踏上人生征程之时，也应想想，自己是否已准备好理想要去实现。人如果没有理想，便将陷于无边的空虚与等待中。与其让生命白白流逝，我们为何不现在就树立理想，去迎接戈多的到来呢？戈多还是道德。在我们踏上人生的征途之时，切不可忘记当怀有一颗善良的心、带着道德上路。古人欲立身立业者，必先立德。德如风，功业如草，风在上，草必靡，无往不利。现代的人过于重利而轻义，以致缺少彼此的信任，内心怎能不感到孤单、有所希冀呢？以爱人之心协调人际关系，那么我们将时刻感到自己浸身于爱的暖流之中。（《那人却在灯火阑珊处》）

5. 我有理想，我愿尽我所能为人类社会注入前进的一丝力量。我愿做到“仁者爱人”、“仁者无不爱”、“泛爱众”的博爱。我愿如“长太息以掩泣兮，哀民生之多艰”的屈平；我愿如“凭轩涕细流”，“安得广厦千万间，大庇天下寒士俱欢颜，风雨不动安如山”的杜子美；我愿如“先天下之忧而忧，后天下之乐而乐”的范仲淹；我愿如“苟利国家生死以，岂因祸福避趋之”的林则徐。所以我拒绝空白，拒绝“穷则独善其身”。（《拒绝空白》）

6. 每一滴水都折射出一个多彩的世界，每一双眼睛都嵌进一个多彩的世界，每一条泛着清丽的旋律的小溪都闪烁着美的光辉。不要空叹人世的无奈，且用美丽的心情来看待人世的繁华多彩，细细品味那无处不在的美吧！

7. 风雨过后，眼前会是鸥翔鱼游的天水一色；走出荆棘，前面就是铺满鲜花的康庄大道；登上山顶，脚下便是积翠如云的空蒙山色。在这个世界上，一星陨落，黯淡不了星空灿烂，一花凋零，荒芜不了整个春天。人生要尽全力度过每一关，不管遇到什么困难不可轻言放弃。

8. “成功的花，人们只惊羡它现时的明艳；而当初的芽，却浸透了奋斗的泪泉，洒满了牺牲的血雨。”（冰心语）我们每个人都渴望成功，那么我们就应该在刚刚起步的时候，用我们无悔的付出，去浇灌那刚刚萌芽的种子。

9. 流逝的日子像一片片凋零的枯叶与花瓣，渐去渐远的是青春的纯情与浪漫。不记得曾有多少雨飘在胸前，风响在耳畔，只知道沧桑早已漫进了我的心爬上了我的脸。当一个人与追求同行，便坎坷是伴，磨难也是伴。

10. 或许是命运的不幸注定要将自己缤纷多彩的梦撞碎；或许是天地的无情终归要将自己终日的辛勤当作

泡影放飞；或许是许许多多的难以理解却又实实在在的障碍与挫折早已将意气风发的拼搏与百折不挠的进击化为道道忧愁阵阵孤寂，那么就请在凄惨中反省我们自己吧！

作文可用到的 100 句名言警句

雨果（法国）：

1. 人的心只容得下一定程度的绝望，海绵已经吸够了水，即使大海从它上面流过，也不能再给它增添一滴水了。
2. 世界上最宽阔的是海洋，比海洋更宽阔的是天空，比天空更宽阔的是人的心灵。
3. 人生下来不是为了拖着锁链，而是为了展开双翼。
4. 哪里有阴影，哪里就有光。
5. 在泥土下面，黑暗的地方，才能发现金刚钻；在深入缜密的思维中，才能发现真理。

海明威（美国）：

6. 生活总是让我们遍体鳞伤，但到后来，那些受伤的地方一定会变成我们最强壮的地方。
7. 优于别人，并不高贵，真正的高贵应该是优于过去的自己。
8. 相爱的人不该争吵。因为他们只有两人，与他们作对的是整个世界。他们一发生隔膜，世界就会将其征服。
9. 等待也是种信念，海的爱太深，时间太浅。
10. 这个世界如此美好，值得人们为它奋斗。我只同意后半句。

莎士比亚（英国）：

11. 黑夜无论怎样悠长，白昼总会到来。
12. 一个人思虑太多，就会失去做人的乐趣。
13. 爱所有人，信任少数人，不负任何人。
14. 生存还是毁灭，这是个问题。
15. 没有人值得你流泪，值得让你这么做的人不会让你哭泣。

尼采（德国）：

16. 每一个不曾起舞的日子，都是对生命的辜负。
17. 你要搞清楚自己人生的剧本——不是你父母的续集，不是你子女的前传，更不是你朋友的外篇。

18. 我感到难过，不是因为你欺骗了我，而是因为我再也不能相信你了。
19. 一个人知道自己为什么而活，就可以忍受任何一种生活。
20. 谁终将声震人间，必长久深自缄默；谁终将点燃闪电，必长久如云漂泊。

托尔斯泰（俄国）：

21. 每个人都会有缺陷，就像被上帝咬过的苹果，有的人缺陷比较大，正是因为上帝特别喜欢他的芬芳。
22. 幸福的家庭有同样的幸福，而不幸的家庭则各有各的不幸。
23. 聪明人的特点有三：一是劝别人做的事自己去做；二是决不去做违背自然界的事；三是容忍周围人们的弱点。
24. 如果爱一个人，那就爱整个的他，实事求是地照他本来的面目去爱他，而不是脱离实际希望他这样那样的……
25. 一个人越聪明、越善良，他看到别人身上的美德越多；而人越愚蠢、越恶毒，他看到别人身上的缺点也越多。

泰戈尔（印度）：

26. 当你为错过太阳而哭泣的时候，你也要再错过群星了。
27. 世界以痛吻我，要我报之以歌。
28. 纵然伤心，也不要愁眉不展，因为你不知是谁会爱上你的笑容。
29. 我的心是旷野的鸟，在你的眼睛里找到了它的天空。
30. 生如夏花之绚烂，死如秋叶之静美。

马克吐温（美国）：

31. 当真理还正在穿鞋的时候，谎言就能走遍半个世界。
32. 有皱纹的地方只表示微笑曾在那儿呆过
33. 永远要像你不需要金钱那样地工作，永远要像你不曾被伤害过那样地爱，永远要像没有人在注视你那样地跳舞，永远要像在天堂那样地生活。
34. 良好的教养在于隐藏我们对自己较佳的评价，以及隐藏我们对他人较差的评价。
35. 绝不要和愚蠢的人争论，他们会把你拖到他们那样的水平，然后回击你。

王尔德（英国）：

36. 人生有两个悲剧，第一是想得到的得不到，第二是想得到的得到了。

37. 你拥有青春的时候，就要感受它。不要虚掷你的黄金时代，不要去倾听枯燥乏味的东西，不要设法挽留无望的失败，不要把你的生命献给无知、平庸和低俗。
38. 一个人总是可以善待他毫不在意的人。
39. 生活并不复杂，复杂的是我们人自己。生活是单纯的，单纯的才是正确的。
40. 爱，始于自我欺骗，终于欺骗他人。这就是所谓的浪漫。

罗曼罗兰（法国）：

41. 世上只有一种英雄主义，就是在认清生活真相之后依然热爱生活。
42. 真正的英雄决不是永没有卑下的情操，只是永不被卑下的情操所屈服罢了。
43. 一个人的性格决定他的际遇。如果你喜欢保持你的性格，那么，你就无权拒绝你的际遇。
44. 真正的光明决不是永没有黑暗的时间，只是永不被黑暗所掩蔽罢了。
45. 任何努力决不落空，或许许多年都会了无音讯；却突然有一天你会发现你的思想已经有了影响

梭罗（美国）：

46. 我愿意深深地扎入生活，吮尽生活的骨髓，过得扎实，简单，把一切不属于生活的内容剔除得干净利落，把生活逼到绝处，用最基本的形式，简单，简单，再简单。
47. 最富有的时候，你的生活也是最贫穷的。吹毛求疵的人即便在天堂也能挑出瑕疵。
48. 时间决定你会在生命中遇见谁，你的心决定你想要谁出现在你的生命里，而你的行为决定最后谁能留下。
49. 生命并没有价值，除非你选择并赋予它价值。没有哪个地方有幸福，除非你为自己带来幸福。
50. 知道自己知道什么，也知道自己不知道什么，这就是真正的知识。

高尔基（俄罗斯）：

51. 在生活里，我们命中碰到的一切美好的东西，都是以秒计算的。
52. 志在顶峰的人，决不会因留恋半山腰的奇花异草而停止攀登的步伐。
53. 世界上最快而又最慢，最长而又最短，最平凡而又最珍贵，最容易忽视而又最令人后悔的就是时间。
54. 华丽的装饰，精美的食品，填补不了精神的空虚；一个真正的革命者，首先追求的是思想上的充实和丰富。这一点，是任何珍贵的东西都不能代替的。
55. 真正的朋友，在你获得成功的时候，为你高兴，而不捧场。在你遇到不幸或悲伤的时候，会给你及时的支持和鼓励。

歌德（德国）：

- 56. 未曾哭过长夜的人，不足以语人生。
- 57. 谁若游戏人生，他就一事无成；谁不能主宰自己，便永远是一个奴隶。
- 58. 凡是让人幸福的东西，往往又会成为他不幸的源泉。
- 59. 阳光越是强烈的地方，阴影就越是深邃
- 60. 今天做不成的，明天也不会做好。一天也不能虚度，要下决心把可能的事情，一把抓住而紧紧抱住，有决心就不会任其逃去，而且必然要贯彻实行。

爱因斯坦（美国）：

- 61. 教育就是当一个人把在学校所学全部忘光之后剩下的东西。
- 62. 不要努力成为一个成功者，要努力成为一个有价值的人。
- 63. 如果一个想法在一开始不是荒谬的，那它就是没有希望的。
- 64. 学习知识要善于思考，思考，再思考。
- 65. 在天才和勤奋之间，我毫不犹豫地选择后者。她几乎是世界上一切成就的催产婆。

罗素（英国）：

- 66. 战争不决定谁对了，只决定谁留下了。
- 67. 乞丐并不会妒忌百万富翁，但是他肯定会妒忌收入更高的乞丐。
- 68. 如果一听到一种与你相左的意见就发怒，这表明，你已经下意识地感觉到你那种看法没有充分理由。如果某个人硬要说二加二等于五，你只会感到怜悯而不是愤怒。
- 69. 如果一生中能读到一本好书，在阅读中又感到乐趣，这种乐趣又把我们引深到思考中去，在思辨中再得到更大的乐趣，这才是一本好书应有的价值，也是它真正存在的意义。
- 70. 我绝不会为我的信仰而献身，因为我可能是错的。

大仲马（法国）：

- 71. 如果你渴望得到某样东西，你得让它自由，如果它回到你身边，它就是属于你的，如果它不会回来，你就从未拥有过它。
- 72. 上帝给了人们有限的力量但却给了人们无限的欲望。
- 73. 幸福就是一双鞋合不合适只有自己一个人知道。
- 74. 别把世界看得像您心里想像的那么美丽，别把社会看得像您的贞操那么纯洁。
- 75. 成功的第一个条件就是要有决心；而决心要不得迅速干脆果断又必须具有成功的信心。

莫泊桑（法国）：

- 76. 有时，我可能脆弱得一句话就泪流满面；有时，也发现自己咬着牙走了很长的路。
- 77. 生活永远不可能像你想像得那么好，但是也不会像你想像得那么糟。
- 78. 喜欢读书，就等于把生活中寂寞的时光换成巨大享受的时刻。
- 79. 人生活在希望之中，旧的希望实现了，或者泯灭了，新的希望的烈焰随之燃烧起来。如果一个人只管活一天算一天，什么希望也没有，他的生命实际上也就停止了。
- 80. 我们所爱的，常常不是一个男人，而是爱情本身。那天晚上，月光才是你的真正情人。

玛格丽特 米切尔（美国）：

- 81. 不要为那些不愿在你身上花费时间的人而浪费你的时间。
- 82. 失去某人，最糟糕的莫过于，他近在身旁，却犹如远在天边。
- 83. 爱你的人如果没有按你所希望的方式来爱你，那并不代表他们没有全心全意地爱你。
- 84. 也许上帝希望我们在遇到那个对的人之前遇到一些错误的人，因此，当我们最终遇到那个人时，我们才知道如何感恩。
- 85. 对于世界而言，你是一个人；但是对于某个人，你是他的整个世界

纪伯伦（黎巴嫩）：

- 86. 不要因为走得太远，忘了我们为什么出发。
- 87. 一个人有两个我，一个在黑暗中醒着，一个在光明中睡着。
- 88. 和你一同笑过的人，你可能把他忘掉；但是一同和你哭过的人，你却永远不忘。
- 89. 昨天不过是今天的回忆，明天不过是今天的梦想。
- 90. 慷慨不是你把我比你更需要的东西给我，而是你把你比我更需要的东西也给了我。

鲁迅（中国）：

- 91. 惟沉默是最高轻蔑。
- 92. 勇者愤怒，抽刃向更强者；怯者愤怒，却抽刃向更弱者。
- 93. 猛兽总是独行，牛羊才成群结队。
- 94. 悲剧将人生的有价值的东西毁灭给人看，喜剧将那无价值的撕破给人看。
- 95. 其实地上本没有路，走的人多了，也便成了路。
- 96. 不在沉默中爆发，就在沉默中灭亡。

97. 真的猛士，敢于直面惨淡的人生，敢于正视淋漓的鲜血。
98. 时间就是性命。无端的空耗别人的时间，其实是无异于谋财害命的。
99. 我之所谓生存，并不是苟活，所谓温饱，不是奢侈，所谓发展，也不是放纵。
100. 横眉冷对千夫指，俯首甘为孺子牛。

适合结尾的名句

01. 我将无我，不负人民。——习近平

应用示范：大境界造就大胸怀，大格局成就大作为。如习近平主席所言：“我将无我，不负人民。”当我们把个人的梦想融入伟大的中国梦，就能从“有我之境”到达“无我之境”，在为国尽忠、为民尽责的同时，最大程度地实现自己的人生价值。

02. 雄关漫道真如铁，而今迈步从头越。——毛泽东《忆秦娥·娄山关》

应用示范：70年关山飞度，70年惊鸿一瞥。70年辉煌对中国近代历史而言是一个感叹号，对民族复兴伟业而言则是一个逗号。雄关漫道真如铁，而今迈步从头越。真如铁，亦不如信念如铁、意志如钢；从头越，且看那苍山如海、风光无限。（《人民日报》）

03. 乘风好去，长空万里，直下看山河 ——辛弃疾《太常引》

应用示范：我们有幸生活在这样一个伟大的时代，当如稼轩词中所言：“乘风好去，长空万里，直下看山河。”以满腔的豪情拥抱新时代，建功新时代，做一名奋发有为的新时代新青年！

04. 此后如竟没有炬火，我便是唯一的光。——鲁迅《热风》

应用示范：一百年前，鲁迅先生写下：“此后如竟没有炬火，我便是唯一的光。”现在的中国早已今非昔比，但先生的那份责任与担当，依然激励着我们每一个人——以民族复兴为己任，奋力前行，一路发光。

05. 你所站立的地方，正是你的中国。你有光明，中国便不再黑暗。——崔卫平（当代学者）

应用示范：今日之中国足以令每一个中华儿女自豪，但是，毋庸讳言，现实生活中依然存在着这样那样的问题。要想社会变得更好，就需要每一个人从自身做起。“你所站立的地方，正是你的中国。你有光明，中国便不再黑暗。”不抱怨，不推脱，从我开始，行动起来，让中国变得更好，我们责无旁贷。

06. 我有明珠一颗，可照破山河万朵。——柴陵郁（宋代禅师）

07. 既然选择了远方，便只顾风雨兼程。——汪国真《热爱生命》

08. 十年饮冰，难凉热血。——梁启超《饮冰室合集》

09. 纵有千古，横有八荒。前途似海，来日方长。——梁启超《少年中国说》
10. 心之所向，素履以往，生如逆旅，一苇以航。——七堇年《尘曲》
11. 怕什么真理无穷，进一寸有一寸的欢喜。——胡适
12. 羡子年少正得路，有如扶桑初日升。——欧阳修《送徐生之澠池》
13. 白日不到处，青春恰自来。苔花如米小，也学牡丹开。——袁枚《苔》
14. 未来不足惧，过往不须泣。——雪莱（英国诗人）
15. 抱怨身处黑暗，不如提灯前行。——刘同《向着光亮那方》
16. 士不可以不弘毅，任重而道远。——曾子（春秋时期思想家，孔子弟子）
17. 山不过来，我就过去。——《古兰经》
18. 敢在时间里自焚，必在永恒里结晶。——余光中《逍遥游》
19. 我只身前行，却仿佛带着一万雄兵。——玛雅·安吉洛（美国诗人）
20. 高山仰止，景行行止；虽不能至，心向往之。——司马迁《史记》
21. 看似寻常最奇崛，成如容易却艰辛。——王安石《题张司业诗》
22. 世界以痛吻我，我要报之以歌。——泰戈尔（印度诗人）
23. 一生温暖纯良，不舍爱与自由。——高晓松
24. 我们都生活在阴沟里，但仍有人仰望星空。——王尔德（英国作家）
25. 英雄就是普通人拥有一颗伟大的心。——《人民日报》