

长 大 成 人

十八岁

一个纯洁如水的年龄

十八岁

一个长大成人的分界线

长大成人

母亲给十八岁女儿的礼物



The Gift to Daughter of Eighteen

女儿，每当清晨，看着暖暖的阳光照进你的窗子，我心中便充满了无限的幸福和满足。因为我相信，你在风雨中将站得更稳，在阳光下将生长得更加挺拔，你会成为一个真正的淑女

王洁丽 编著

中国三峡出版社



长大成人

母亲给十八岁女儿的礼物

王洁丽 编著



中国三峡出版社

图书在版编目 (CIP) 数据

母亲给十八岁女儿的礼物 / 王洁丽编著. —北京: 中国三峡出版社, 2004. 6

(长大成人)

ISBN 7-80099-746-4

I. 母… II. 王… III. 家庭教育 IV. G78

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2004) 第 033233 号

中国三峡出版社出版发行

(北京市海淀区太平路 23 号院 12 号楼 100036)

电话: (010) 68218553 51933037 (发行部)

(010) 51933034 51933035 (编辑部)

[http: //www. e - zgsx. com](http://www.e-zgsx.com)

E - mail: sanxiaz@sina.com

ybs5193@163.com (编辑部)

北京世图印刷厂 印制 新华书店经销

2004 年 6 月第 1 版 2004 年 6 月第 1 次印刷

开本: 787 × 1092 毫米 1/16 印张: 13.25

字数: 170 千字 印数: 1 - 6 000 册

ISBN 7-80099-746-4/Z · 153 定价: 25.00 元

楔子

亲爱的女儿：

你已经 18 岁了。18 年的岁月既漫长又短暂，过去的一切仿佛昨天刚刚发生过。

那时候，你还待在妈妈温暖的子宫中，我猜你是个女孩子，因为你是那么的乖，那么的会体谅妈妈。虽然妈妈怀着你的时候很瘦弱，还有一些贫血，但却没有太多恶心、呕吐的症状，你从来不利用折腾妈妈来证实你的存在，甚至在你出生的时候，你也是那么轻盈从容地，很心甘情愿地来到了这世间，没有折磨妈妈太久。

后来，你被护士抱来，放在我怀里；你在襁褓中只露出一张长着皱纹的小脸，一打呵欠，鼻子眼睛都被挤向额头，只剩下一张嘴巴；你穿着白色的婴儿服，含着手指甜甜地入眠；你安心地靠在我怀里，慵懒地微睁着眼看我……

我还记得，你安静地等待我为你扎起发辫，系上粉红色的大蝴蝶结；你像个小公主一样穿着蓬蓬的白色蕾丝裙，牵着我的手开心地蹦蹦跳跳；你第一次去幼儿园时，羞怯地躲在我身侧，好不容易被老师哄到一边玩，却在我要出门离去时，扑过来抱着我的腿嚎啕大哭……

渐渐地，你不再总是粘着妈妈不放了；你开始有了小女儿的心事，回家后不再总是叽叽喳喳了，更喜欢一个人待在小屋里想心事；你不再像从前那样与妈妈无话不说了，你有了自己的隐私；你有了自己的主张，你开始用像我一样固执的牛脾气和我争辩吵架了……当你开始以一个成人的思维方式平等地与我交谈时，我这才惊觉，我的楔子，我的小女儿已经 18 岁了！

是啊，楔子，你为妈妈带来无尽的欢乐，让我不觉得时光的流逝，

长大成人





仿佛一眨眼间，你已经 18 岁，可以算是个成年人了。妈妈一向都自认为是个开明的家长，从小就着重于让你自由发展，而不用自己意愿中的条条框框来限制你，也给了你很大的自主权，遇到与你切身相关的事，妈妈总会让你自己做决定。所以，妈妈相信，当你长大成人的时候，你不会是一朵需要父母来蔽护的娇弱小花，你会是一株虽细瘦但却顽强的树！

如今，樱子，你已经 18 岁了，可以说是成年了，是“离巢”的时候了，外面有大好的春光，我明白，你也渴望在阳光下自由的生长。但是，虽然你是一株树，却也只是一棵小树；你渴望着外面的春光，而妈妈正好拥有那开门的钥匙！

现在，是给你这把通往外界之门钥匙的时候了。虽然妈妈也可以为你推开门，为你铺设好一切，但我不能为你预测天气，不能总为你遮风挡雨，外面的风雨仍要你自己去承受，你会在那风雨之中成长得更快。所以，妈妈选择交给你这把钥匙——那就是妈妈对你的忠告。它不仅能为你打开门，更能够帮助你在风雨中站得更稳，在阳光下生长得更加挺拔！

樱子，好好读懂这些忠告，将它们记在心间，这些都是妈妈曾经走过的路，曾经跌过的跤。妈妈把它们交给你，希望你用它们为自己做好准备，用它们打开门，然后深吸一口气，迎着炫目的阳光，坚定地踏上外面的天地。从这一刻开始，整个世界都是你的！





／ 做个阳光女孩 (1)

快乐是心灵的阳光，是生命的点缀，是一种生命的诱惑。……就像生活中有很多理由让我们感到悲伤一样，生活中也有许多理由让我们为之感到快乐！做个阳光女孩，就应该将追求快乐看做是追求目标一样培养成一种习惯。

自信给你生活的力量 (3)

保持乐观向上的心态 (6)

豁达的胸怀给你快乐 (10)

从内心选择快乐 (13)

用热情拥抱生命 (16)

信札：写给快乐 18 岁的梅格 (20)

2 坦然接受命运的挑战 (23)

一帆风顺固然值得羡慕，但今天的幸运不可多得，可遇而不可求。惟一可靠的是自己心中的指南针。天堂是人造的，人生总难免风霜雨雪，但只要你不气馁、不停留，幸福就会降临。

遇到挫折应有积极心态 (25)

永不放弃梦想 (28)

要有坚忍的毅力 (31)

把恐惧打倒 (34)

找到自身的潜能 (37)

信札：逆境中我们坚强 (41)

2 积蓄人生的能量 (45)

学习是终身的事业，要牢牢树立这种观念，尤其是对女性来说，养成良好的学习习惯不仅可使气质更优雅，而且会更聪明，更智慧，也更懂得依靠智慧来实现自我价值，同时面对社会的选择，机会也才更多。

良好的习惯是终身的财富 (47)

学习是终身的事业 (50)

知识是人生最重要的能量 (53)

死书活学，学以致用	(56)
出国留学前“准备”	(59)
在工作中“淘金”	(62)
信札：一位母亲的建议	(66)

4 爱之初体验

十八岁的恋爱就像是一级方程式赛车，你必须能够控制速度，该加速时加速，该拐弯时拐弯，看到警告红旗时，立刻变换方向……对于你的恋情，你要像一个技术娴熟的驾驶员一样驾驭着感情赛车，冲向理想的终点！

揭开性的神秘面纱	(73)
多一双眼睛	(76)
性≠爱	(79)
第一次亲密接触	(82)
同居不可轻易尝试	(85)
走出失恋的阴霾	(88)
信札：婚恋	(92)

5 多一把生活的钥匙 (95)

朋友是你一生中最重要的的一笔财富，朋友是旅途中的同伴，是另一个自己。朋友会尽其所能地帮助你在事业上取得成就，并为你所取得的每一点进步和成功感到高兴。这世界上没有比朋友的忠诚和奉献更崇高、更美的东西了。多交一个良友，你就多一把生活的钥匙！

拒绝孤独	(97)
择友秘诀	(100)
打造新盟友	(103)
首先亮出黄玫瑰	(106)
朋友是一笔财富	(109)

信札：父母对子女的 28 条忠告 (113)

6 你是最优雅的 (117)

许多女孩不仅爱美，还想做个魅力女人，做个具有优雅风度的女人，却又苦于找不到优雅的秘诀。其实做个魅力女人并不难，优雅是整体形象的修饰，看来微不足道的细节，若点缀得恰到好处，就会给人一种匠心独运的美感。

优雅——气质的灵魂	(119)
微笑，令你绽放迷人魅力	(122)

掌握谈吐的艺术	(126)
职场新人的穿衣智慧	(130)
女性社交的禁忌	(133)
初入社会注重的礼仪	(137)

信札：按自己的意愿选择	(142)
--------------------------	--------------

7 从现在开始理财	(145)
------------------------	--------------

服饰、配件、化妆品……爱美的女孩有太多需要花钱的地方，然而一个会理财的女人能用同样多的金钱经营出更高品质的生活，作为现代时尚的女孩，你不但要过好现在的每一分，更要计划将来的每一秒，因此你必须尽早理财，这样你就可以成为花得开心、赚得舒心的聪慧女孩了。

及早确立理财观	(147)
美丽有价——购物诀窍	(150)
节俭储蓄，是个巨大的诱惑	(154)
准备应急资金	(157)
保险也疯狂	(160)
谨慎投资	(163)

信札：爱，让我们坚强	(167)
-------------------------	--------------

♂ 学会保护自己	(171)
----------------	-------

在城市日益繁华的今天，社会的阴暗面也越来越体现出来，偷窃、抢劫、性暴力，几乎每天都有发生，由于体质及其他方面的因素，女性成为受侵犯的主要对象，尤其是年轻女性。我们应该学会保护自己，学会对抗暴力与罪恶，不需要有多么好的身手，多么强壮的身体，而是需要你的智慧和一定的技巧。

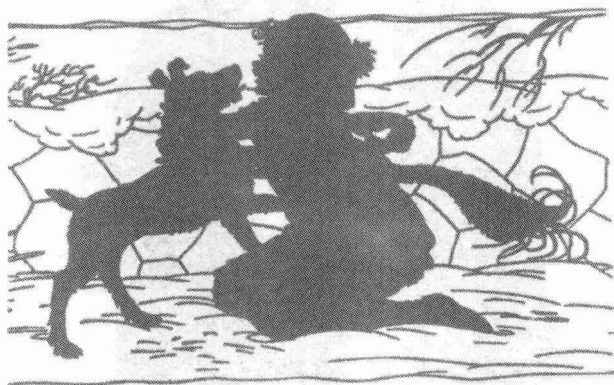
遭遇性暴力你该怎么办	(173)
勇敢面对性骚扰	(177)
如何避孕	(180)
远离毒品	(184)
虚拟世界莫忘真实	(187)
别透支你的健康	(190)
出国留学的安全守则	(194)
信札：远离邪恶	(200)

后 记	(203)
-----------	-------

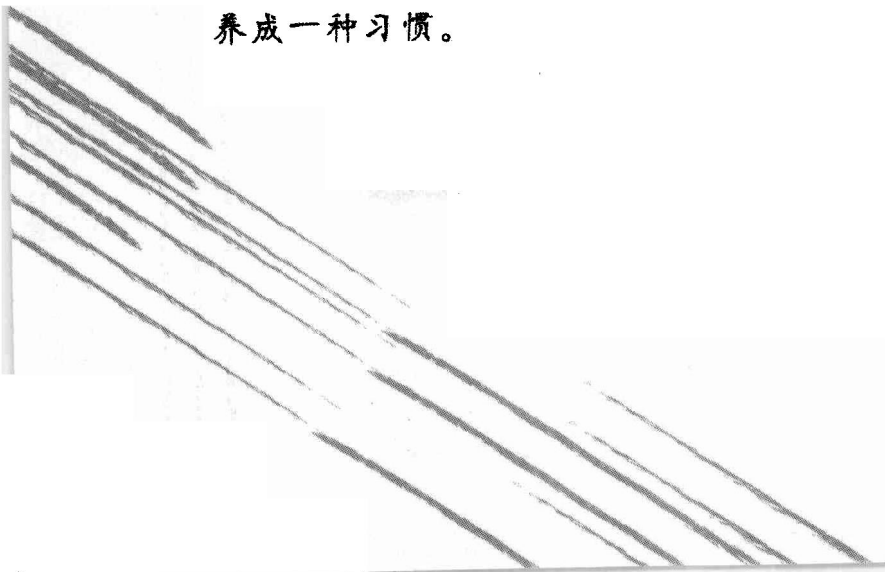


1

做个阳光女孩



快乐是心灵的阳光，是生命的点缀，是一种生命的诱惑。……就像生活中有很多理由让我们感到悲伤一样，生活中也有许多理由让我们为之感到快乐！做个阳光女孩，就应该将追求快乐看做是追求目标一样培养成一种习惯。



自信给你生活的力量



灯下絮语

樱子，记得你第一次独自出远门，是坐火车到姥姥家去度暑假，那年你刚刚13岁。你平安返家后，我问你这趟旅程最大的收获是什么，你极认真地想了想，然后对我说，是勇气。樱子，其实我想说，你最大的收获是信心，是对你自己的信心，是对于自己有能力独自旅行的肯定。从这之后，当你再次踏上旅途时，将不再有恐惧与惶然，因为你知道了自己完全有能力去独立完成这件事。





话 题

孩子，你独自踏上人生的“旅途”之前，首先要带上的就是“信心”。

妈妈的心声

信心是人类最伟大的力量之一。它对人类的重要性，正如我们的身体是凭着不断从外界汲取营养才构筑起来的一样。我们的生命之所以活跃、有用、有意义，并不是凭自己的力量，而是因为我们从另外一个来源获得了力量，那就是我们对自己的信心。

有一位哲人曾说过：“使世界活跃的不是真理，而是信心！”

集聋、哑、瞎三种残疾于一身的美国女教育家海伦·凯勒写过一本名为《让我们满怀信心》的小书。几天前我给你买的那些书中就有这本书，我不知你看了没有，如果还没有，那你应该赶紧去读一读它，这对你会很有好处。在那本小书里，她曾说过这样一句简洁有力的话：“信心不是一个让我的背可以有所依靠的椅垫，而是我工作的热力！”

海伦刚出生时，也是个正常的婴儿，能看，能听，会咿呀学语。可是，一场突如其来的疾病使她变成又瞎又聋的小哑巴——此时的海伦才刚刚19个月大。

所幸的是，小海伦在原本注定黑暗的悲剧中遇到了一位伟大的光



明天使——安妮·沙莉文女士。沙莉文女士究竟如何在一个月的时间里就同生活在完全黑暗、绝对沉默世界里的海伦沟通了呢？

答案就是——信心与爱心。

就是如此：两人手携手，心连心，用爱心和信心作为“药方”，唤醒了海伦那沉睡的意识力量。当一个既聋又哑且盲的少女，初次领悟到语言的喜悦时，那种令人感动的情景，实在难用笔墨来形容。海伦首次感觉到自己也是可以与外界沟通的，她开始拥有了信心。

仍然是失明，仍然是聋哑的小海伦，凭着触觉，用指尖去代替眼和耳，学会了与外界沟通。她10多岁时，名字就已传遍美国，成为残疾人的楷模。

若说小海伦完全没有自卑感，那不是事实。但幸运的是她自小就在心底里拥有了对自己坚定的信心，完成了对自卑的超越。

那么，你该如何获得信心呢？其实不必费劲去求取，因为它早就存在于你的体内，只是你不知运用而已。

征服畏惧、征服自卑，建立自信最快、最确实的方法，就是去做你害怕的事，直到你获得成功的经验。

由于缺乏自信，大多数人从未采取行动，或是刚刚开始就又放弃了，他们让机会轻易溜走，最后才懊恼不已。要知道，信心在开始建立的时候，总是最脆弱的，即使是最轻微的打击，也能使它丧失。但是一旦你顽强地承受住了这种种磨难，不消沉，不畏缩，树立起强大的信心时，那么你就能够无所畏惧，成为生活中真正的强者。

终其一生，信心与疑虑都会在我们心中玩捉迷藏的游戏。可是只要我们把握住信心，信心就会渐渐成长，增添力量，这种力量甚至可以使我们的生命力无穷。不管人生路途如何艰辛，我们都可以战无不胜，勇敢前行。





保持乐观向上的心态



灯下絮语

樱子，看你这几天情绪不高，一定是遇到什么不顺心的事了吧，孩子，快乐的阳光生活，源于积极乐观的心态，不要让忧伤的云雾把你笼罩，不要让郁闷的心情把你缠绕。

