

杰出青少年的成功励志书

感动心灵的小故事 点亮人生的大道理

让女孩终身受益的 小故事大道理



符文军 白山 编著

RANG NÜHAI ZHONGSHEN

SHOUYI DE

XIAOGUSHI DADAOLI

一滴水，可以折射太阳的光辉；一本书，可以滋养无数的心灵。每个精彩的小故事背后，都隐藏着无穷的智慧 and 哲思。它将成为点亮你人生的明灯，使你的人生之旅变得格外轻松愉快。

北京工业大学出版社



感动心灵的小故事 点亮人生的大道理

让女孩终身受益的 小故事大道理

符文军 白山 编著

北京工业大学出版社

图书在版编目(CIP)数据

让女孩终身受益的小故事大道理 / 符文军, 白山编著.
—北京: 北京工业大学出版社, 2010.4

ISBN 978-7-5639-2305-2

I. ①让… II. ①符…②白… III. ①故事—作品集—世界
IV. ①114

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2010)第 033882 号

让女孩终身受益的小故事大道理

编 著: 符文军 白 山

责任编辑: 龚法忠

封面设计: 兆天书装

出版发行: 北京工业大学出版社

地 址: 北京市朝阳区平乐园 100 号

邮政编码: 100124

电 话: 010-67391106 010-67392308 (传真)

电子信箱: bgdcbsfxb@163.com

承印单位: 北京市兴城福利印刷厂

经销单位: 全国各地新华书店

开 本: 710mm × 1000mm 1/16

印 张: 21

字 数: 290 千字

版 次: 2010 年 4 月第 1 版

印 次: 2010 年 4 月第 1 次印刷

标准书号: ISBN 978-7-5639-2305-2

定 价: 30.00 元

版权所有 翻印必究

图书如有印装错误, 请寄回本社调换

前言

我们是快乐的小公主、是父母的掌上明珠。现在的我们，可以无忧无虑地生活在父母的怀抱中、老师的关怀中。每天过着衣来伸手、饭来张口的生活，除了学习之外，不用考虑和面对其他任何事情。可是，我们要明白一点：总有一天，我们要长大，离开父母独立生活，甚至还要面对生活中的困难、工作中的艰辛……到了那个时候，我们又该怎么办？

或许你会说：船到桥头自然直！

或许你会说：到时候再说，现在想这么多，做什么？

话是没错，不过我们也应该看到一种现象：越来越多的女孩子无法适应当今的生活，甚至无法面对自己的亲朋好友，不懂得如何处理各种各样的关系……为什么会出现这种情况？原因很简单，这些女孩子懂的东西太少了，除了一些在学校里学到的知识外，她们的脑子里完全就是一张白纸。不懂得什么是优雅，不知道如何自爱，更不懂得要去帮助别人，一遇到挫折就精神崩溃……试问，这样的女孩谁会欣赏？她们以后如何在社会上生存立足？

人的成长不能重来，对于十几岁的我们来说，应该抓住机会，在享受生活的同时，学习一些必要的知识和道理。比如说，如何让自己变得更加优雅，如何让自己变得更加聪明，如何让自己懂得宽容……总之，我们要知道怎样才能让自己变得更加优秀。毕竟，在当今社会，只有让自己变得更加优秀，才能获得更好、更大的生存发展空间。

那么，我们该如何去学习这些知识和道理呢？是不是从父母的啰唆和老师的说教中得到呢？不是，而是从我们所喜闻乐见的故事中入手，随着故事情节的跌宕起伏，让我们的心灵获得一次洗礼，从而明白一些我们平常无





法接触、了解和明白的道理。从这一刻起，我们就开始真正长大，慢慢走向成熟、知性、优秀，为以后的生活开始了人生的铺垫。

为此，本书在编写过程中，从女孩子最为关注，也是对女孩子影响最为深远的优雅、爱心、孝顺、自爱、独立、乐观、大方、感恩、宽容、思考、习惯11个方面入手，收集了几百个故事，其中包括名人故事、寓言故事……用简单有趣的语言，讲述了一个个人生的哲理和经验，让女孩们在读故事的同时，吸收到丰富的成长“养料”，从而受益一生。

目 录

第一章 优雅，为你贴上优秀的标签

一个外表美丽的女孩儿不一定气质优雅，但是一个优雅的女孩儿必定是美丽的。因为外表的美丽是天生的，而气质上的优雅则是需要靠后天的学习和培养才能够得来的。一个举止优雅的女孩儿，不管她走到哪里，都永远是吸引人眼球的焦点。

一、谈吐优雅，优秀不请自来

1. “带刺”的女孩	2
2. 赞美的魅力	3
3. 善为别人着想	5
4. “奶奶”与“阿姨”	6
5. 亲和的玛丽	7
6. 倾听的爱情	8
7. 女主人请客	9
8. 打胜仗的龙虾	10
9. 杨澜的自嘲	11
10. 徒有其表的美丽	12

二、文明礼貌，做一个有修养的女孩

1. 万事礼先行	13
2. 鲜明的反差	14
3. 学会说谢谢	15
4. 外企的面试	16
5. 失礼没有理由	18
6. 以礼问路	19
7. 不完美的淑女	20





- 8. 冷酷的“淑女” 20
- 9. 两个女孩的应聘 21
- 10. 没礼貌的女孩子 23

三、懂得涵养，做个受欢迎的小淑女

- 1. 海明威的课 25
- 2. 尊重每一个人 27
- 3. 刺猬和乌鸦 28
- 4. 无谓的争辩 29
- 5. 雪丽求职 30
- 6. 张冉的困惑 31
- 7. 孤傲的梦珂 33
- 8. 玛格丽特·米契尔 34
- 9. 多话的阿萍 35

第二章 爱心，善良的女孩最动人

爱是这个世界上最动听的语言，富有爱心是一个人最宝贵的品质。一个富有爱心的女孩，是最能够打动人心的。她在别人有需要的时候，会助人一臂之力；她在别人遭遇了不幸的时候，会适时送上自己的帮助与问候……让我们从现在开始，做一个乐于助人、同情他人、关爱他人的爱心女孩吧！

一、乐于助人，关键时刻助人一臂之力

- 1. 乐于助人赢机遇 38
- 2. 珍妮的微笑 39
- 3. 永恒的百合 41
- 4. 让爱留下 43
- 5. 日行一善 44
- 6. 传递快乐 46
- 7. 开启易拉罐的方法 47
- 8. 光荣的借款 48

9. 助人助己	49
二、同情他人，不做冷漠无情之人	
1. 庄园的老鼠夹	51
2. 水晶心钻石泪	52
3. 棉袄与玫瑰	54
4. 善良让你更美丽	55
5. 阿那律穿针	57
6. 七个铜板	58
三、关爱他人，做一个有爱心的女孩	
1. 生命的平分	59
2. 爱你的亲人	60
3. 爱，财富和成功	62
4. 一把椅子的问候	63
5. 西格的自信罐	64
6. 一杯牛奶的回报	66
7. 兄弟让粮	67
8. 慈善的真谛	68
9. 优美的琴声	69
10. 用爱充实自己	71

第三章 孝顺，做个可爱的乖乖女

有句古语说得好：“百善孝为先。”孝敬父母，尊敬长辈，是做人的本分，是天经地义的美德，也是各种品德形成的前提。一个连孝敬父母、报答养育之恩都做不到的人，将难以获取他人的信任，也没有谁会愿意与其打交道。尊老爱幼，孝敬长辈，是中华民族的优良传统。铭记长辈的恩情，了解长辈的辛苦，并在自己力所能及的范围内回报长辈曾经为自己所付出的一切，是每一个优秀女孩子成长中的必修课程。

一、尊敬长辈，了解长辈的辛苦

1. 补丁里的母爱	74
-----------------	----





2. 母爱的天堂	76
3. 伟大的母爱	77
4. 便当里的头发	77
5. 没有上锁的门	78
6. 一个女儿	80
7. 劝姑孝祖	81
二、回报长辈，帮长辈做力所能及的事	
1. 母亲的耳环	82
2. 花店的传统	83
3. 婧女巧言救父	85
4. 缙紫上书救父	86
5. 让我多陪陪您	88
6. 系着绳子入睡	89
三、心疼长辈，做好长辈的“小棉袄”	
1. 给父母一张床	91
2. 黄香暖席	93
3. 壁上的那道线	93
4. 怕你心疼	96
5. 第一百个客人	97
6. 棉被下的泡面	98
7. 牵挂的力量	100
8. 特殊的孝心	101

第四章 自爱，爱自己才能爱别人

什么叫自爱？自爱就是敢于向自己敞开胸怀，使自己能感受周围和自身的一切；自爱就是愿意接受自己所做的一切，不加任何评论或批判；自爱就是愿意给自己以足够的重视与关注，以使自己能常常和自己接触；自爱就是愿意直面自己，与自己进行沟通。自爱对于一个人来说，是一件非常重要的事情。因为只有懂得自爱，才有可能得到幸福，才有可能得

到别人对你的尊重。

一、自我尊重，尊重自己才能获得别人尊重

1. 自尊的黄莺 104
2. 平等的人格 106
3. 被拒绝的歌星 107
4. 自己拿主意 108
5. 学会为自己而活 109

二、自我保护，安全是第一位的

1. 遭遇绑架 110
2. 冷静的女孩 111
3. 机智的芳芳 112
4. 搏斗需要智慧 113

三、懂得拒绝，勇敢地对别人说“不”

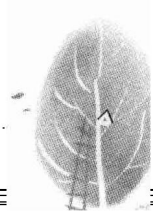
1. 逆来顺受的小如 115
2. 忙碌的文琳 116
3. 一个懂得拒绝的人 117
4. 热心的雅婷 118
5. 巧妙地说“不” 120
6. 敢于说“不” 121

第五章 独立，不做随波逐流之人

一个人活在世上，总有一天要独自生存，所以要学会独立自主。只有成为自己的主宰和统帅，我们才能在这个竞争激烈的社会里生存下来，才能成为生活中的强者。要懂得依靠自己的力量来寻找幸福，而不要寄希望于其他人。在任何时候，只要认为自己是正确的，就要坚持自己的想法，不能轻易被他人的意见而左右。

一、自己动手，自己能做的事不求别人

1. 没人会带你 124





2. 去看天堂鸟	126
3. 桑兰与奥运	126
4. 街头卖货的女孩	127
5. 希拉里的童年	130
6. 钟彬娴的故事	130
7. 毕加索的女儿	132
8. 自己先站起来	132

二、思想独立，想问题不随大流

1. 那一刻，我必须站起来	134
2. 玛格丽特的成长	136
3. 背后的一只眼睛	137
4. 把饭馆开在菜棚里	138
5. 失去自我的鹤	140
6. 不要生硬地模仿他人	141
7. 心田上的百合花	143
8. 两个抄写员	145

三、经济独立，自己的零花钱自己管

1. 不做物质女孩	146
2. 季然的理财方案	147
3. 玉玲和姗姗	149
4. 委屈的小红	150

第六章 乐观，做一个阳光美少女

美丽的外表，源自乐观的心态。一个脸上时刻充满了微笑的女孩儿，尽管她的外表可能不是最美丽的，甚至可能是极为普通的，但是不论她走到哪里，她都能吸引人们的视线。因为她是乐观的，她是自信的。她懂得欣赏自己，她懂得肯定和赞美自己；在她的眼里，永远只有“快乐”两个字。

一、充满自信，相信自己是最好的

1. 肯定自己 152
2. 握住自信 153
3. 就用自己的名字 154
4. 头上的绿色缎带 155
5. 胡杏儿自信美 157
6. 超级长跑女将 158
7. 凯斯·黛莉的牙齿 159
8. 胡萝卜、鸡蛋和咖啡 160

二、不怕挫折，跌倒了再爬起来

1. 穿铁鞋的奥运英雄 163
2. 学会等到明天 164
3. 用心跳舞 166
4. 永不放弃 167
5. 我觉得我赢了 168
6. 心境 171
7. 别让雨下进灵魂里 172
8. 忘记所有的不快 173

三、憧憬未来，给自己一个美好的梦想

1. 一个退休女工的学术梦想 175
2. 真正的帮助 177
3. 希望的播种 179
4. 我要去埃及 180
5. 成功的悲哀 181
6. 每天给自己一个希望 182

第七章 大方，帮你找到更多朋友

很多女孩在社交中总担心打动不了大家，吸引不了别人的注意，以至于造成精神上的紧张，使表情、动作都变得十分僵硬，这都是自尊心太





强造成的。因此，应放松心情，保持自己的既有个性和特质，做一个大大方方的女孩。

一、避免羞涩，和害羞说“拜拜”

1. 害羞的汪霞 186
2. 主动打破僵局 187
3. 不要害怕出丑 188
4. 丹鑫的改变 189

二、善于交友，让你身边不缺伙伴

1. 真正的朋友 190
2. 人参果的味道 191
3. 寻找共鸣点 192
4. 不差我这一票 193
5. 记住每个人的姓名 194
6. 小霞的困惑 195
7. 适当的保留 196
8. 聪明的女大学生 197

三、懂得给予，让友情更加紧密

1. 贝尔太太的花园 199
2. 最好的朋友 200
3. 两个钓鱼高手 202
4. 自私的王后 203
5. 把花留在这里 204
6. 真正的朋友 205
7. 一张汇票 206
8. 最棒的圣诞礼物 208

第八章 感恩，让你获得更多帮助

怀有一颗感恩之心，是一个人最起码的道德要求。它是发自我们内心的，对帮助过我们的人的一种感谢。当我们每个人都心怀一颗感恩之心

的时候，这个世界就会少了许多抱怨，而多了几分欢笑；当我们学会感恩之后，我们的生活就会少了许多纷争，而多了几分和谐。当我们用一颗感恩的心来对待身边的每一件事情的时候，你会发现你的内心有一种前所未有的平静。一个怀有感恩之心的人，生活也将赋予它最好的回报。

一、学会感激，不要忽略别人的付出

1. 为了一个3岁的生命 212
2. 感恩 214
3. 深深地体谅 215
4. 莫忘致谢 216
5. 一封感谢信 219

二、懂得回报，滴水之恩当涌泉相报

1. 掌心化雪 221
2. 女孩的任务 223
3. 韩信报恩 224
4. 那只鸟叫什么 225

三、懂得付出，付出是没有存折的储蓄

1. 心灵的栅栏 227
2. 共同的信赖 229
3. 杰米家的福气 230
4. 让心灵得到满足的办法 232
5. 一颗善心比金钱更有效 233
6. 一张车票的机遇 234
7. 女儿的礼盒 236

第九章 宽容，帮你得到更多的爱

宽容待人，是我们为人处世的基本原则，也是一种高贵的品质。面对现实生活中的许多事情，如果你打算用愤恨去加以对待，或者采取以牙还牙的心态去解决的时候，不妨先平静一下自己激动的心绪，试着用宽容的心去面对，你会发现这样解决起来似乎更加简单和容易。其实，有





的时候宽容别人，实际上就是在宽容你自己；只有对别人抱以宽容之心，你的人生路上才会拥有更多的朋友；而人生的旅途，正是因为有了朋友的相伴，才会变得多姿多彩。

一、原谅他人，不要事事都斤斤计较

1. 记住恩惠，洗去怨恨 240
2. 把敌人也要当人 241
3. 老师，我站着呢 242
4. 最后一个节目 243
5. 禅师与将军 244

二、拒绝纵容，宽容也应该有原则

1. 农夫和蛇 246
2. 东郭先生和狼 247
3. 渔夫和魔鬼 249

三、难得糊涂，有些事不必太较真

1. 化纷扰为祝福 251
2. 捕鼠记 252
3. 与人为善，和气生财 254
4. 淑女的标签 254
5. 不要为小事而烦恼 256
6. “糊涂”的魅力 257

第十章 思考，让你变得更加知性

知性，德文原文 Verstand，经常被译为“理智”或“悟性”，是内在的文化涵养自然流露在外的一种气质。一个充满知性的人，是一个对自我和世界有理性的判断，可以无视岁月对容貌的侵蚀，但又绝非束手就擒的人。容颜美丽、胸无点墨的女子，只能成为衣架或是花瓶，光彩一时，难以长久。外在的美丽总是经不起时间的研磨，知性的女子却如醇酒，气韵高绝，历久弥新。也许她远远地站在潮流之外，却独有自身的品味与气质，令人不得不佩服。

一、学会思考，让女孩远离无知

- 1. 敢破才能立 260
- 2. 动脑的结果 262
- 3. 有头脑的女人最美 263
- 4. 聪明的奶妈 264
- 5. 被斥责的勤奋 265

二、换个角度，看到别人看不到的

- 1. 前方不只有罗马 267
- 2. 创意的魅力 269
- 3. 人生的藏宝图 270
- 4. 眼睛与大脑的区别 271
- 5. 最成功的推销术 272
- 6. 复制传承的伟业 274
- 7. 换个角度 = 海阔天空 275
- 8. 残缺也是一种美 276
- 9. 哭婆变笑婆 277

三、深思熟虑，不要信口开河

- 1. 年轻天使的疑惑 278
- 2. 不能说的秘密 279
- 3. 被赶走的女人 280
- 4. 大笑的妃子 281
- 5. “忘恩负义”的贼 282

第十一章 习惯，好习惯让你幸福一生

有人说：播下一种思想，收获一种行为；播下一种行为，收获一种习惯；播下一种习惯，收获一种性格；播下一种性格，收获一种命运。习惯的力量是非常巨大的，它在不经意间会影响一个人的一生。

一、改正不良习惯，让自己变得更优秀

- 1. 真爱的选择 286





2. 王子选妻	288
3. 珍贵的评语	289
4. 休息室的镜子	290
5. 做自己的主人	291
6. 爱慕虚荣的乌鸦	291
7. 不要冠军要诚实	293
8. 以诚待人	294

二、珍惜时间，让你与优秀离得更近

1. 今天就出发	297
2. 时间布	298
3. 和时间赛跑	300
4. 别再借口没时间	301
5. 最后的遗言	302
6. 光阴收购店	304
7. 瑞士人的财富	305

三、勤奋努力，让你受益终身

1. 最后一个月	307
2. 徐静蕾的梦想	309
3. 成功学家的助手	311
4. 从接线员到外交官	312
5. 章子怡给自己“充电”	313
6. 蔡文姬辨琴	316