

青少版

将来的你， 一定会感谢现在拼命的自己

这样做女孩才优秀

向阳◎著



女孩将来会成为什么样的人，
会有什么样的成就，取决于年轻时的志向是什么，
付出的努力有多少。

女孩应该善良，高贵，独立，自信，知书达理，
这些是优秀女孩必须具备的基本品质。

一本改变千万女孩的励志经典！
做优秀的女孩，成就卓尔不凡的人生。

学校里学不到的成功秘诀，改变女孩命运的金科玉律。
翻开本书，消除负面情绪！合上本书，收获成功人生！

谨以这本书，献给天下所有
有才却不够努力的女孩

 朝華出版社
BLOSSOM PRESS

青少版

将来的你， 一定会感谢现在拼命的自己

这样做女孩才优秀

向阳◎著



朝華出版社
BLOSSOM PRESS

图书在版编目(CIP)数据

将来的你,一定会感谢现在拼命的自己:青少版.
这样做女孩才优秀/向阳著.--北京:朝华出版社,
2017.6

ISBN 978-7-5054-3931-3

I. ①将… II. ①向… III. ①女性—成功心理—青少年读物 IV. ①B848.4-49

中国版本图书馆CIP数据核字(2017)第051005号

将来的你,一定会感谢现在拼命的自己(青少版)——这样做女孩才优秀

作 者 向 阳

选题策划 王 剑
责任编辑 胡 泊
责任印制 张文东 陆竞赢
封面设计 异一设计

出版发行 朝华出版社
社 址 北京市西城区百万庄大街24号 邮政编码 100037
订购电话 (010) 68996618 68996050
传 真 (010) 88415258 (发行部)
联系版权 j-yn@163.com
网 址 <http://zhcb.cipg.org.cn>
印 刷 三河市三佳印刷装订有限公司
经 销 全国新华书店
开 本 710mm × 1000mm 1/16 字 数 180千字
印 张 14.5
版 次 2017年6月第1版 2017年6月第1次印刷
装 别 平
书 号 ISBN 978-7-5054-3931-3
定 价 32.00元

版权所有 翻印必究·印装有误 负责调换



Preface

前言

雅芳公司前总裁钟彬娴的成功来自母亲早年正确的教育。她的母亲是一位非常优秀的女性，曾就读于加拿大的多伦多大学，当时，她是班上唯一一名读化学专业的女生。母亲经常对钟彬娴说：“男孩能做的事，女孩也绝对都能做。只要努力，女人无论在哪个领域都能到达顶峰。”

钟彬娴没有辜负母亲的期望。她凭借着自己的努力和实力，一步步地走近成功，最终成为《财富》杂志连续六年推选的“全美50位最有影响力的商界女性”之一。

在竞争激烈的现代社会，女孩不优秀，就要被时代淘汰。每一个女孩都可以成为钟彬娴，只要有自信，你肯去做，你就会成为一个和钟彬娴一样优秀的女性。

作家毕淑敏认为，优秀的女人应具备四个要素：一是善良，二是智慧，三是勇气，四是美丽。女孩要优秀，这四个要素也缺一不可。女孩是上天派给人间的天使，善良是女孩的天性，但光有善良还不够，女孩还要有独立于世的智慧，要有面对挫折、对抗命运的勇气，这样女孩才会集万千风情于一身，才能成为一个美丽又有魅力的女性。

女孩，你可以不完美，但不能不优秀。你可以不是那个容貌最漂亮的女孩，可以不是那个能力最出众的女孩，但是，你一定要是一个上进的女孩，

一个有勇气战胜一切困难，不自卑、不自怨、不一味地哭泣，力争上游的优秀女孩。

在我们的人生中，难免有风雨，它们会暂时阻隔我们前进的道路，甚至指引我们走向错误的方向。然而，只要我们内心有始终如一的坚持和信念，那么，我们未来的人生路上就总会有拨云见日的一天。没有一朵乌云能永远遮住天空，也没有任何一个困难能够真正打败自己。我们需要经历，需要在磨炼中发现自我，提升自我，锻造人生，成长为一位优秀的女孩。

每个女孩的成长环境都不相同：有的女孩生长于富庶之家，从小就拥有最好的教育和生活；有的女孩却生长于贫穷之家，从小经受了許多磨难。这本书，我们没有专门针对哪类女孩去写，因为我们相信，每个女孩都有相似的梦想，那就是成为优秀的女孩，成为人群中最独特、最美丽的那个人。本书的每一个小节都是作者精心选编的，希望它们能够陪伴每个女孩披荆斩棘，找到属于自己的那一片天空。



Contents
目录

Chapter ● 立志要趁早：天下没有免费的午餐

也许，女孩的细腻温婉是造物主的恩赐，其对美好事物的追求则是这个恩赐背后一个绝妙的考验。在女孩迫切希望获得爱、权利与美好生活的时候，在女孩希望获得别人照顾的时候，就应该明白，在未来的某一天，你也要承担起同样的责任和义务。天下没有免费的午餐，想得到就要付出，女孩未来要靠什么来完成梦想、担负责任呢？只有靠自己，早早立志，确定人生的目标，并且为之不懈努力，才能实现梦想、体现价值。

首先弄清楚：你在为谁读书 / 1

对于盲目航行的船来说，所有风向都是逆风 / 5

志在月球，就不会羡慕雄鹰 / 8

今天含泪播种，明天必将欢呼收获 / 12

凤凰涅槃：改变自己需要勇气和决心 / 16

Chapter ● 无论何时，自信才是女孩的生命

一个自信的女孩，她的言谈举止间会自然流露出超乎常人的坚定、果敢、骄傲。自信心越充足的女孩，其社会适应能力就越强。

女孩拥有了自信心就拥有了竞争优势和上进的动力，她就会因此变得越来越优秀。

自信是成功的第一要诀 / 19

告诉自己：我一定能行！ / 24

自信原本就是一种美丽 / 27

自信的女孩受欢迎 / 30

把自卑扔出地球 / 33

只看我有的，不看我没有的 / 37

Chapter ● 身为女孩，你需要独立、自强

女孩一味地依赖他人只会让自己变得越来越软弱。一个总想依靠他人的女孩，永远都坚强不起来。一个女孩如果连自己都照顾不好，还能谈发展和成功吗？即使我们的家庭提供给我们处于天堂般的优势，我们也必须靠自己的能力立足于社会。

独立宣言：做有自己想法的女孩 / 42

每天做些力所能及的家务 / 45

学会自己购物、自己出去办事 / 49

大声对自己说：“我要考第一！” / 53

人生的十字路口，学会选择才会赢 / 56

Chapter ● 培养好涵养、好气质，做人见人爱的女孩

对于女孩来说，不论将来从事什么行业，良好的气质能给自己更多的发展机会。因为不论在何种场合，举止优雅的女孩都是人们

眼中的焦点。一个具有高雅气质的女孩，会给人一种文明、优雅、宽容、友善的感觉，能给他人带来尊重和愉悦。

女孩，请带着善良上路 / 60

真正的爱表现在为他人设想、善待他人 / 63

赠人微笑，心有余香 / 66

才能、修养让女孩越变越美丽 / 69

举止优雅，展现真正的淑女魅力 / 74

高贵，是一种内在的自我修炼 / 77

Chapter ● 如何做一个会说话、善交际的懂事女孩

在人生之路上，交际无处不在。女孩会说话，善交际，很多机会便会呼之即来；如果不善于表达，人际关系差，很多机会就会闻“声”而去。女孩天生就喜欢交际，喜欢用语言表达自己。所以，女孩要懂得充分利用自己天生的优势，适当学习一些表达和交际技巧，做一个人见人爱的懂事女孩。

良好的沟通等于成功的一半 / 82

好女孩会说话——锻炼自己出色的口才 / 87

文明礼仪为你赢得一切 / 90

与人交际，注重细节 / 94

学会真诚地欣赏别人 / 97

做一个善解人意的倾听者 / 101

Chapter ● 你必须有一样最出色

人们常说，是金子总会发光的。我们能在一堆沙子中发现金子，就是因为它的光亮不同于周围。同样，女孩想要在众人中脱颖而出，就要独特。有特色的女孩最容易给别人留下深刻的印象，因而最容易被人记住。“万绿丛中一点红”，没有什么比一枝独秀更能吸引人的了。

学习别人，更要保持本色 / 105

找到优势，发挥最大的潜能 / 109

女孩要保持自己纯真的本色 / 113

走适合自己的路 / 116

世界因为你的独特而美丽 / 120

Chapter ● 心态决定女孩一生的成败

常言道，境由心生，心态控制了人的整个思想和行动，也决定了一个人的视野、事业和成就的大小。我们生活的世界本身复杂而又多元，它不完美且固执，不以人的情感为转移。与此同时，人的个性也千差万别，对待同一事物，每个人有着不尽相同的解读。女孩成功、快乐与否就在于她以怎样的心态处理与外界的关系。拥有乐观、洒脱的心态，生活就会美丽多彩！心态是世界上最神奇的一种力量，乐观、积极的心态往往能带给一个人财富、成功、快乐和健康。

虚荣是女孩致命的毒药 / 125

要学会谦逊，世上并非唯你独尊 / 129

感恩的心让每个女孩都成为天使 / 134

在被恐惧征服之前战胜它 / 137

沉得下来，才飞得上去 / 140

分享会让我们拥有得更多 / 144

上帝散布给人间的苦难与月光均等 / 148

Chapter ● 不抛弃、不放弃，风雨过后才能见彩虹

要做生活的强者，首先要做精神上的强者。在你面临绝境无法摆脱时，在你气喘吁吁甚至精疲力竭时，只要再坚持一下，再奋力拼搏一下，你就会战胜困难。

阳光总在风雨后 / 152

把最坏的日子熬过去 / 156

困境即是最大的赐予 / 159

一定要再等一下 / 162

只要有梦想，一切都有可能 / 165

做一个“无药可救”的乐天派 / 169

最可怕的是放弃希望 / 171

10年后，遇见更好的自己 / 175

Chapter ● 读万卷书，行万里路——眼界开阔的女孩最有出息

有一句谚语说得好：所见所闻改变一生，不知不觉断送一生。主动去学习和探索生活的女孩才有可能领悟生命的真谛，找到自己发展的道路。读万卷书，行万里路，多走几步路，就多几分人

生经验；多读几本书，就多几分灵魂的升华。眼界开阔，生活经验丰富，女孩才能把握住生活的命脉。

所见所闻改变女孩一生 / 179

最好每周去一次图书馆 / 182

智慧是获取知识的最高境界 / 186

眼界有多宽，世界就有多宽 / 190

经风雨、见世面，女孩才会更美丽 / 193

Chapter ● 写给女孩的一生中最重要的7封信

亲爱的女孩，你们一定要好好读读这7封信。无论你在未来打算做什么，无论我们这一生有多少挫折，只要你好好珍惜信中送给你的这7件礼物，就等于拥有了成功和幸福的未来。

给女孩的第一封信——优秀是一种习惯 / 197

给女孩的第二封信——学习，永无止境 / 201

给女孩的第三封信——推门走进去 / 204

给女孩的第四封信——朋友也需要经营 / 206

给女孩的第五封信——做好适应社会竞争的准备 / 210

给女孩的第六封信——只要决定开始，一切都来得及 / 213

给女孩的第七封信——感恩父母，善待父母 / 216



Chapter

立志要趁早： 天下没有免费的午餐

也许，女孩的细腻温婉是造物主的恩赐，其对美好事物的追求则是这个恩赐背后一个绝妙的考验。在女孩迫切希望获得爱、权利与美好生活的时候，在女孩希望获得别人照顾的时候，就应该明白，在未来的某一天，你也要承担起同样的责任和义务。天下没有免费的午餐，想得到就要付出，女孩未来要靠什么来完成梦想、担负责任呢？只有靠自己，早早立志，确定人生的目标，并且为之不懈努力，才能实现梦想、体现价值。

首先弄清楚：你在为谁读书

在犹太人的家庭中，孩子刚刚懂事时，妈妈就会翻开《圣经》，在上面滴上一滴蜂蜜，让孩子亲吻书上的蜂蜜，以此让孩子明白一个道理：书是甜的。而且，母亲还要问孩子这样一个问题：“假如有一天你的房子被烧毁、你的财产被抢光，你将带着什么东西逃命？”



钱？钻石？当孩子选择这些身外的财富时，犹太母亲会告诉他们：“我的孩子，你需要带走的不是钱，也不是钻石，而是智慧。你的身外之物可能会被别人抢走，但是你读的书和你的智慧别人是抢不走的。”

犹太人的智慧举世公认。我们所熟知的马克思、爱因斯坦、弗洛伊德、卓别林、基辛格等人都是犹太人。犹太人被认为是世界上最喜欢读书和学习的民族，而读书则是他们获得智慧的一个最主要的途径。

对很多女孩来说，学习是平淡无趣的。如果你问她们是为了什么读书，她们也许会说是为了给爸爸妈妈考一百分而读书，为了不让老师批评而读书，或者为了将来找个好工作而读书……似乎读书是在为老师和父母工作，老师和父母就是老板。读书对她们而言便成了一件苦差事，没有思考的快乐，没有收获的喜悦，只剩下麻木地抄写、计算，甚至是敷衍。这些不爱读书的女孩，却不知道自己是何其幸运。

马燕是中国西北贫困山区的一名失学女孩，2002年，她的日记被翻译成五个国家文字结集出版，成为当地的一个传奇人物。

宁夏西海固，是中国最贫穷的地方之一。这里多年平均降水量仅292毫米，蒸发量却高达1296毫米，1972年就被联合国粮食开发署认定为不适宜人类生存的地区之一。而马燕却生活在这里。

马燕家里虽然有7亩地，却因为连年大旱几乎颗粒无收。为了全家的生计和三个儿女的学费，父亲曾扒上火车到严寒的戈壁滩上挖发菜。尽管马燕和两个弟弟当年一共仅需要600元左右的学费，可是对于贫穷的父母来说，这600元是个天文数字。

万般无奈，父母让马燕辍学了。按照妈妈白菊花的话来说，只有这样才能保证她的两个弟弟继续读书。马燕不服气：为什么要让自己退学？在14岁的少女马燕心中，女孩和男孩一样有读书的权利，她要为自己争回读书的



权利！

一开始，她哭着哀求妈妈，一遍遍地讲道理给妈妈听，可是白菊花不为所动。在儿子和女儿之间，她的选择是明确的：牺牲女儿，全力供两个儿子读书！谈判不成，马燕拿出了自己的三本日记，希望妈妈能够读懂自己的心声。正是这一举动，改变了马燕的命运。

马燕从小学四年级起就有写日记的习惯，她在日记中记述了对读书的渴望和害怕离开校园的担心。可妈妈不识字，看不懂马燕的日记。马燕又给妈妈写信，让弟弟念给妈妈听。当白菊花听到“妈妈，如果我上不了学，我一辈子的眼泪都流不干”时，白菊花再也忍不住了，她说：“我的心里苦死了！我就是借钱也要让马燕上学。”

恰逢这时，法国《解放报》驻中国记者彼埃尔·阿斯基一行来到了马燕所在的山村。白菊花将马燕的信和三本日记交到了彼埃尔的手里。很快，《马燕日记》在法国巴黎出版，继而登上了法国畅销书排行榜，并被翻译成五个国家文字，畅销欧洲和日本。

马燕通过抗争，终于争取到了读书的权利，令人深感欣慰。看了马燕的故事，女孩要明白的是，请不要再为爸爸妈妈逼你学习而大喊大叫了，更不要跟他们说：“给我买名牌衣服，我就给你考第一名！”你可以不考第一名，你可以拒绝去上爸爸妈妈为你安排的特长班、补习班，但你不能拒绝为自己读书。

女孩一定要明白，读书是一件“有用”的事。我们身边的人往往会告诉我们，读书是为了将来有出息，赚更多的钱，让自己生活得更好。这绝不是读书的真正目的。读书是为了让我们更深刻地认识人生的意义，使自己的价值得到体现。我们不应该只是为了生存而活在这个世上。

我们从出生那天起，就开始学习，也会对很多事物感到好奇，希望了



解并掌握其中的秘密和规律，洞悉人生的真相和道理。这些好奇心和求知欲促使我们不断地去学习和探索。而读书是我们获得知识的主要方式之一，也是我们走向社会、开创事业的基础。苏联作家米哈尔科夫曾说：“读一本适时的好书能够决定一个人一生的命运！”这句话足以证明读书对一个人的重要性。

那么，为什么那么多女孩不喜欢读书，觉得读书是一件枯燥的事情呢？由于升学压力等原因，老师和父母都把目光盯在学生的分数上，随之，当女孩学习的目的是达到老师和父母对分数的期望时，她感觉学习就变成了“打工”。这时候女孩必须学会改变学习心态，把为“分数”读书变成为自己读书。因为当你遨游在知识的海洋中，为自己刚刚拾到一颗知识的贝壳感到欣喜时，你就获得了读书的快乐，同时得到了更为持久的学习动力。

叔本华说：“读书不过是自己思考的代用物而已。”读书的最终目的是学以致用，增长自己的智慧。所以女孩要知道，你是在为自己读书，并要学会活学活用，把知识转化为自己的智慧。只有把书读透，把知识在头脑中内化为智慧，读书才会成为一件令你快乐和有用的事。

你不可不知的道理



在有限的时间内读到对自己最有用的书，也是一种能力。现代社会信息量大，女孩每天要接受大量不同的知识，如果不加选择地吸收，会造成信息混乱。哪些知识现在应该学并且是应该要学好的，哪些书是可看可不看的，要学会鉴别，这样就能避免在不必要的地方浪费时间。



延伸阅读



犹太人，最初指原来居住在阿拉伯半岛的一个游牧民族，被称为希伯来人，意思是“游牧的人”。根据《圣经·旧约》传说，犹太人的远祖亚伯拉罕原来居住在苏美尔人的乌尔帝国附近，后来迁移到迦南（今以色列和巴勒斯坦一带）。公元前722年，以色列王国遭亚述人侵占，人民被迫流亡。之后的数千年中，犹太民族在流亡中自强不息，团结一致，始终坚守着自己的文化和传统。由于没有土地，犹太人以经商为主，被认为是世界上最有智慧的民族。

对于盲目航行的船来说，所有风向都是逆风

1952年7月4日，这一天对于43岁的费罗伦丝·查德威克小姐来说，是遗憾的一天。

这一天，在海岸以西21英里的卡塔林纳岛上，费罗伦丝·查德威克小姐正从这里游向加州海岸。但是，不巧的是，加利福尼亚海岸起了浓雾。

海面上雾很大，白茫茫的一片，看不清方向。费罗伦丝·查德威克小姐在海里奋力拼搏，海水冰冷，冻得她身体发麻。对于好强的她来说，身体上的不适还可以忍受，真正给她致命打击的是她几乎无法看到前行的道路。时间一个小时一个小时地过去，千千万万的人在电视上看着她。有几次，连鲨鱼都靠近她了，幸好被人开枪吓跑了。

15个小时之后，她放弃了，叫人拉她上船。此时，她的母亲和教练在另一条船上反复向她喊话，告诉她离海岸已经很近了，不要放弃。但她朝加州



海岸望去，除了茫茫浓雾什么也看不到……

其实，人们拉她上船的地点离加州海岸只有半英里！但是因为她无法看到自己的目标，所以就失去了前行的动力。

这个故事告诉我们，在人生的航程中，没有目标就没有行动的动力。目标并不是一句简单的“我要……”，而是要看得见、够得着，才能成为一个有效的目标，才会形成动力，帮助我们获得自己想要的结果。所以，女孩从小就要为自己确立一个人生目标，并且坚定地朝着这个目标前进，努力去实现它。

一位父亲陪女儿们在雪地上玩一个游戏：“我站在雪地的那一边，等我发出信号后，你们就开始向我这里跑。谁留在雪地上的脚印最直，谁就可以拿到奖品。”

比赛开始了。大女儿从迈出的第一步开始，目光就紧紧地盯着自己的双脚，以确保自己的脚印笔直。二女儿走几步就回头看看自己的脚印有没有歪，再对比一下姐姐的脚印是不是比自己的更直。然而小女儿最终赢得了这场比赛，因为在跑的过程中，她的眼睛始终盯着爸爸手中拿着的奖品。

只有将目光坚定不移地聚焦在目标上的人才会少走弯路，才会缩短与成功的距离。目标就如同放大镜的焦点，放大镜把太阳的光聚焦到一点就可以把纸片点燃，同理，我们只有确定一个坚定的目标，才能集中所有精力向目标冲刺，最终取得成功。慧远大师悟道，就是一个目标专一的典范。

有一次，有人送给慧远一杆烟管和一些烟草。这天，慧远准备享用它们时猛然意识到：“这些东西会干扰我修行的。”于是，他扔掉了烟管和烟草。过了几天，他又迷上了《易经》，每日钻研，乐此不疲。有一天，慧远想：“如果我每天沉迷此道，怎能全心全意参禅呢？”于是，他果断放弃了对《易经》的研究。他还曾一度迷上书法，天天练习，乐在其中，其书法作