

女孩版

XIAOGUSHI DADAOLI

小故事·大道理

气质如兰淡似菊

主编 / 程 帆

做个气质优雅的小淑女

你是充满爱心的天使

自信的女孩最耀眼

腹有诗书气自华

性格测试

生肖运势 星座运程

巧手小制作

扮靓小秘诀

公主百宝袋



Xiaogushi Dadaoli

小故事 大道理

女孩版

主编 / 程 帆



CS 湖南教育出版社

图书在版编目(CIP)数据

小故事大道理: 女孩版 / 程帆主编. — 长沙: 湖南教育出版社, 2011.6

ISBN 978-7-5355-7993-5

I. ①小… II. ①程… III. ①人生哲学—少年读物
IV. ①B821-49

中国版本图书馆CIP数据核字(2011)第117488号

小故事大道理·女孩版

主编: 程 帆

编者: 王 聪 李 雯

责任编辑: 曹有鹏

湖南教育出版社出版发行(长沙市韶山北路443号)

网 址: <http://www.hneph.com>

电子邮箱: postmaster@hneph.com

湖南省新华书店经销 三河市华新科达彩色印刷有限公司

720×1000 mm 16开 印张: 13 字数: 240千字

2011年7月第1版 2011年7月第1次印刷



ISBN 978-7-5355-7993-5

定 价: 19.80元

本书若有印刷、装订错误, 可向承印厂调换

优秀女孩白皮书

爱时装，更爱时尚
爱运动，更爱零食
爱浪漫，更爱漂亮
爱星座占卜，更爱动漫卡通
爱气质优雅，更爱心地善良
我不是小女孩
我是气质优雅的小淑女



校园女生之八大流行语正在流行

嘿，你还不知道是哪八大流行语，那我告诉你哦，你OUT了！

Number One——表酱紫

“不要这样子”的“缩读”。这类在发音上“偏南方”的口头语之所以流行起来，就在于它读着疼。

Number Two——鸭梨很大

“鸭梨很大”是压力很大的谐音。将一个让人郁闷纠结的词语解读出了几分娱乐特质！

Number Three——我凌乱了

遭到打击时，大家脱口而出的就是这句“我凌乱了”。“凌乱”一词生动地再现出内心的复杂情况。

Number Four——纠结

意思是陷入某种境地而心理混乱，形象点说就是五脏都搅到一块了那种感觉，纠结一词成为当今80后、90后的一种生存状态或文化现象。

Number Five——神马都是浮云

这句流行语表面上看起来“很残很调侃”，但其实它代表着当下人精神生活的一些特点，深入玩味，会有一种无从把握甚至陷入绝望的感觉。不过它同时又透着那么点儿超然和豁达。

Number Six——杯具

凡日常生活中遇到的负面事件或不顺，都可用“杯具”这类类似于一个玩笑的词来表达。“人生是一张茶几，上面放满了杯具”啊。

Number Seven——羡慕嫉妒恨

“羡慕嫉妒恨”，一语五字，蕴含着多么丰富的内容啊！这是2010年流行于港台的一串词，仔细品味还是相当的绝妙，人因不满情绪的递增而强烈到差不多不能自持。

Number Eight——要适当吃一点才有劲减肥啊！

以上的话，爱吃零食者专用。减肥这个话题在女生中可谓经久不衰，但是作为爱吃零食的女生还是可以找到吃的理由的。

美只愉悦眼睛，而气质的优雅使人心灵入迷。

——伏尔泰



校园必修课

学校没教的事之女生八大生存

守则

都说校园是最纯真的地方，可是，校园终究是个小社会，不是随随便便就可以的哦！老师不会教你如何培养自己的个性，不会教你怎样和不同的人沟通……而这一切，却恰恰是学生在校园中生存下来的重大法则。

在此张贴“女生八大生存守则”，仅供参考！

No.1 与闺蜜·要学会接纳

不要局限在自我的小圈子里，要知道真正的好朋友才会告诉你那些虽然有些难听、但却对你有帮助的话！

No.2 当干部·能力最重要

当干部要有一定的威信，要用自己的实力证明自己，尤其是面对那些不听从领导的男生们！

No.3 与男生·心胸要开阔

又被那些调皮的男生捉弄了？不要生气，其实他们只是不知道如何与女生相处而已，原谅他们采取这种笨拙的方法吧！

No.4 与老师·相处要友好

不要向老师打小报告，不要与老师唱反调，当你友好地对待老师时，你会发现其实师生关系是很好维持的！

No.5 考试中·要沉着冷静

试卷中那些密密麻麻的题目真的很让人头疼，不要慌，只要你冷静下来，那些试卷对你来说真的是小意思！

No.6 秀才华·要及时展现

有着诸多的才华，却羞于展现，不要怕，抛开顾虑，在适当的时机展示自己的才能，这样你的校园生活才会更加灿烂多彩！

No.7 对运动·健康最重要

不要像林妹妹那样体弱，不要试图逃避体育活动，只有拥有健康的体质，才能保持充沛的精力，做个可爱的精灵哟！

No.8 对时尚·不能盲目追

校园里总是有着层出不穷的新事物，面对时尚，我们要睁大眼睛，不能盲目追赶，其实很多流行的事物并不适合自己！



目录



第一章 做个气质优雅的小淑女

张爱玲的摩登时代	2
请允许嘉宝一个人待着	4
让自己走向优雅	6

性格测试

从就寝习惯看你的性格	7
------------	---

林依晨：我不是柔弱的花朵	8
魅力源于内在的修养	10
让自己变成珍珠	11
真正的魅力不是刻意修饰出来的	12

好剧推荐

《是美男啊》	14
--------	----

红书包，紫书包	16
学会包容，跟别人和睦相处	18
人格是平等的	19
一生只画圆点	20
良言一句三冬暖	22



星座运程

2011年最幸福的星座	23
有一分谦让便有一分益处	24

第二章 你是充满爱心的天使

天使在叩门	26
被遮住的月光	28
华姿	30

生肖运程

2011年十二生肖运程	31
-------------	----

爱心是可以传递的	32
我的另一只翅膀在哪里	34
佛心	36
小的阳光	37



爆笑图片

	38
--	----

我们都能成为天使	40
那个曾经沉默的少女	42
开心的大脚美女	44
让爱心在自己心灵深处生根	46

性格测试

鱼从哪里吃	47
-------	----

自愿地奉献出自己的爱心	48
接受自己	50

第三章 自信的女孩最耀眼

我知道自己不是丑小鸭	52
不轻言失败,从挫折中汲取教训	54
展现真实的自己	55
只有你自己注意你	56

好剧推荐

《成均馆绯闻》	57
---------	----

母爱的巧克力	60
在逆境中成长	62
获胜的秘诀	64



星座运势

适合当空姐的星座	65
----------	----

因为你很棒	66
只需要换个视角	67
告诉自己:我能行	68
神奇的“自信罐”	70
保持自己的本来面目	72

生肖运势

一生旺财的五大生肖	73
-----------	----

世界为你震动吗	74
从胆小鬼到冒险家	75
相信自己	76

第四章 跳起独立的华尔兹

自尊是无价的	78
这个方案不成熟	80
丑陋的声音	81
用双脚书写出的人生	82

爆笑图片

	84
--	----

派蒂,向前跑	86
用心跳舞的舞蹈家	88
坚持自己的原则	89
别让别人阻挠你的理想	90

性格测试

测验你的致命吸引力	91
-----------	----

不能流泪就微笑	92
不必掩藏自己的特色	94
在不幸降临的时候学会转弯	96
没有一棵树是丑的	97
逆境成就“香水之王”	98

星座运势

星座无敌的幼稚一面	99
-----------	----

正确地认识自己	100
---------	-----



第五章 成为冰雪聪明的女孩

- 对未来作出大胆的想法 102
- 我还是最棒的 104
- 无限的希望就在1美元当中 106
- 形象是你的名片 107
- 别具匠心方显独特 108

生肖运程

十二生肖适合养的宠物 109

- 让想象的翅膀永远飞翔 110
- 敢想敢干才能成大事 112
- 美术系的女生 113
- 推销需要的是坚持 114
- 最后一个出场 115

好剧推荐

《古今大战秦俑情》 116

- 第一双红舞鞋 118
- 赞美的话谁都爱听 120
- 合成一“家”多欢乐 121
- 合格的助手 122

性格测试

测测你的想象指数 123

- 戏剧家和小女孩 124



第六章 让勤奋点亮你的人生

- 无声的舞蹈 126
- 行动是实现理想的最佳方法 128
- 力争一流 130
- 今天写两页 131
- 困难面前要有一分执著 132

星座运程

属于十二星座的糖果 133

- 获得知识的道路没有捷径 134
- 没有谁生来平庸 136

爆笑图片

138

- 成才的主要因素是勤奋学习 140
- 勤奋是人生第一财富 142
- 希望就在下一次 143
- 唯有勤奋好学才能改变命运 144

生肖运程

十二生肖女专属的香薰精油魔力 145

- 唯有勤奋而已 146
- 多努力一次 148



第七章 腹有诗书气自华

知识是从平庸到优秀的阶梯	150
活出精彩给自己看	152
保姆出身的女将军	154
少女作家是这样炼成的	155
没有选择的选择	156



性格测试

你的自我表现欲有多强	157
------------	-----

利用悟性让人生绽放光华	158
从书中获取成长所需的养分	160
知识比一头美丽的秀发更重要	162
爱读书的小神童	163

好剧推荐

《玛丽外宿中》	164
---------	-----

让走失的葵花重新盛开	166
写封信给总统大人	168
不在梦想中跌落,就在梦想中起飞	170
读书可以启迪智慧	172

星座运程

星座坏心情持续度	173
----------	-----

无声世界的精彩人生	174
多丽丝·莱辛:当诺贝尔奖来临	176

第八章 孕育一颗善良的珍珠

女总统的“前科”	178
关惠群:奥巴马为她颁发总统“公民奖章”	180
一把糖果的快乐	182

生肖运程

十二生肖穿衣秘诀	183
----------	-----

奥黛丽·赫本:一个会走路的梦	184
慈善是你的心	186
用真诚感染人	188

爆笑图片

善良的回赠	192
练钢琴的小女孩	194
一个善举便弥足珍贵	196

性格测试

熬夜看书测试性格特点	197
------------	-----

共同分享一袋甜饼	198
----------	-----





第一章
做个气质
优雅的小
淑女



张爱玲很有服装设计的天分，只是她的文学光芒太强烈了，将她的这一天分掩盖了起来。

张爱玲对衣着的嗜好，

张爱玲的摩登时代

张爱玲的皮肤很白，喜欢涂鲜艳的口红。在衣着上，她更是大胆出位，被人称为“那个爱奇装炫人的张爱玲”。为出版《传奇》，她



起源于她的童年时代。张爱玲在文章中这样写过：“自小就渴望长大，能抹上鲜红鲜红的口红，穿上有网眼的黑色丝袜！”因为家庭的变故，少年的张爱玲失去了衣着光艳的条件，一件穿了很

久的暗红色旧棉袍，使她感到了多年难以平息的“憎恨与羞耻”。

“成为一个艳丽动人的女人”，这种渴望在20世纪30年代后期她成名以后，淋漓尽致地流露出来。

张爱玲的发型是“小髻烫发”。30年代是中国小资的黄金时代，“小髻烫发”是当时最流行的发型，髻发贴着脸颊而下，极为柔美动人。当时的标准美人是樱桃小嘴柳叶眉，烫成小髻的头发夹于耳后，蓝白印花的紧身旗袍勾勒出优美的身段。

到印刷所去校对稿样，整个印刷所工人停下工作，惊奇地看她的服装。那是她从香港带回的一段广东土布。刺目的玫瑰红上印着粉红花朵，嫩绿的叶子，印在深蓝或碧绿地上，是乡下婴儿穿的，她在上海做成了衣服，自我感觉非常好，“仿佛穿着博物院的名画到处走，遍体森森然飘飘欲仙”。

她参加朋友的婚礼，穿了件自己设计的前清样式的绣花袄裤去道喜，整个婚宴的注意力都集中在张爱玲身上。当年张爱玲把《倾

幽默乐翻天

小明上课睡觉，老师把他叫醒，让他解释黑板上的“扑朔迷离”。小明站起来，看不清黑板上的字，揉揉眼睛，还是没看清，于是说：“看不清楚。”“基本正确，坐下。”老师说。



城之恋》改编成剧本搬上舞台时,与剧团主持人见面的那天,就是穿着一袭拟古式的齐膝的夹袄,超级的宽身大袖子,水红绸子,特别宽的黑缎镶边,右襟下有一朵舒卷的云头,长袍短套,罩在旗袍外面。在当时,这种空前的装束可谓是非常出位。

张爱玲去世后,在她美国的住处,人们看见了她生前穿过的各种时装,有香奈儿风格的圆领大衣、有驼色系腰带的别致大衣、有典雅的俄罗斯风格的象牙白改良连衣裙……除了纯西式的洋装,还有众多具有中国古典韵味的服装。遗物中还有很多宽大的、颜色鲜艳的腰带。

张爱玲很喜欢穿宽大的衣服,再在腰间系一条皮带,她的身材又高又瘦,她是很知道自己怎样穿才会好看的。

虽然张爱玲的衣服样式独特,但是价格很是一般。她在美国的生活一直很拮据,她买衣服的地方都是很小、很低档的商店。

张爱玲爱穿丝袜,丝袜是一种纯粹的女性特征,它渗入了她的生活。张爱玲的袜子是偏紫色调的,有烟紫、清紫、粉紫等。丝袜的颜色直接成为服装的一部分,达到色彩搭配的强烈效果,在30年代的上海给人眼前一亮的惊艳。

张爱玲对鞋子相当重视,她甚至认为:无论如何平庸的女人,穿上高跟鞋,都会摇曳生姿的。10岁时,穿高跟鞋是张爱玲幼年的宏愿之一。上世纪30年代,西方人带来的酒杯高跟鞋令新女性们趋之若鹜。鞋的款色风格各异。有鞋面裹在脚背上只在脚趾上露一个洞的船口鞋;有花色拼皮的,适合跳当时流行的快



巧手小制作

纸杯花瓶

如何将家里客人没有用过的纸杯变废为宝呢?不妨咱们来试着做一个纸杯花瓶吧!先将2个一次性纸杯的底部用裁纸刀小心地挖去;将准备好的包装纸裁剪成纸杯面大小的扇形(留出比杯子的周长多大约1厘米左右的边);用透明胶带将两个杯子组合粘接;用胶棒涂抹包装纸后分别包裹好上下两个杯子,最后可用丝带涂抹白胶粘于两个纸杯的接口处并粘好蝴蝶结与装饰花就大功告成了。

爵士摇摆舞的;有浅口细跟的;有鞋面上缀蝴蝶结的、三寸以上的“酒杯跟”。张爱玲也是这种鞋子的最早倡导者。

张爱玲从头到脚,都在领导着上世纪三四十年代上海的新潮流。

女孩成长心语

张爱玲对美有自己独到的理解,并结合自己的风格而表现,这是她成为众人眼中焦点的关键。

请允许嘉宝一个人待着

在著名的《大饭店》中，葛丽泰·嘉宝扮演的歇斯底里的女演员说了一句台词：I want to be alone.于是这句话，成为了嘉宝的标志，谁都知道那个神秘、冷艳、成熟、脆弱、性感而神经质的女人，时刻需要孤独。

后来她真的让自己孤独下来。1941年她全面息影，直到1990年去世，她用50年的隐居成全了自己的梦想，仿佛那充满掌声和赞美的15年电影生涯就是为她日后这50年的隐居生活而准备的，她说：二战改变了世界，我也厌倦了。这是一个只能仰视的女人。只有她敢冷淡地对着全世界说出如同她在影片中的动情念白：我的心，不习惯幸福，请让我一个人待着！

幽默乐翻天

有一次，老师让王冠擦黑板，王冠却以身体不佳而推脱。

有人批评他：“王冠，你连这点苦都吃不起，算什么胸怀大志？”

王冠不服气地把自己的外衣一掀，只见里面的T恤衫正中印着一个大大的“酷”字，他指着胸前的字说：“我早就胸怀大志(志)了。”

嘉宝出生于1905年瑞典的斯德哥尔摩，本名葛丽泰·路易斯·古斯塔夫森。她一出生就不是公主，家境贫穷，14岁的时



候，父亲患病，是她带他去医院，然而医院的人怀疑他们住不起院，于是拖延着，父亲死了。早早就承担起家庭重担的葛丽泰曾经在百货公司和理发店当过小工，但是很快，她特别的气质让瑞典导演莫里兹·斯蒂勒一见倾心，随即将她带到了好莱坞。接着，嘉宝因为一张照片中特别的美打动了米高梅公司著名制片人梅耶，从而走向了默片女王的位置，从此，她变成了葛丽泰·嘉宝，一个用眼神和身体语言可以令全世界疯狂的女人。

1930年，当默片被有声电影所取代的时候，一直怀疑嘉宝粗哑的声音会给她的演艺生涯带来影响的好莱坞，在众多的赞美声中放下了担心，嘉宝说话了！人们为这个好消息蜂拥而至观看电影。一位影评家形容嘉宝的声音具有难以置信的咏叹调般的魔力。

她变成了举世瞩目的嘉宝，她不用等



死去后再变成传奇，她从存在到消失，全部都是传奇。她女神般的美丽为观众们带来了《安娜·卡列尼娜》、《安娜·克里斯蒂》、《瑞典女王》等一系列经典的银幕形象，尤其是1939年她与当红小生罗伯特·泰勒出演的《茶花女》成为重映最多的版本。

嘉宝一辈子未婚，搬过11次家，连小偷都不光顾她，理由是他们尊重嘉宝。隐居纽约后的嘉宝虽然常被记者和摄影师跟踪，却从不接访或让他们拍摄特写近照。她每天上午10点戴上墨镜上街散步，购买食品；午休一小时后，再上街转一圈；晚上的时光，则与电视机一起度过。她总结自己一生的时候说：“我荒废了一生，现在要改变自己已经晚了。当独自一人时，我常想到自己过去的一切，有好多值得深思的问题。总之，我对这辈子的生活是不满意的。”

不知道是纽约的凡俗一直打扰着她，

还是终结的孤独令她沮丧，总之，每当我想起那句“I want to be alone”的经典台词时，都会忍不住向这位伟大的女演员致敬，因这个世界太喧嚣而向她致歉，希望她在天国终于得到她想要的安静。

扮靓小秘诀

围巾新系法

单层十字结适合样式普通的围巾造型，在整体搭配效果上会给您耳目一新的感觉。这种围巾会使脖颈处稍显蓬松，所以在搭配大衣时，要将衣领立起，把围巾系在外面，这样看起来不会显得臃肿。八字形结系法很简单，只是系个简单的平结，因为以八字形套在脖子上，所以看起来觉得造型比较复杂，系好的披肩会在胸前留下层次丰富的披肩褶，能给人留下深刻印象。

女孩成长心语

繁华过后终将归于平淡，然而能激流勇退者并不多。不能贪图繁华，要忠于自己的内心，追求灵魂的安宁。

小机灵多多的爆笑生活





让自己走向优雅

一个6岁的小女孩问妈妈：“花儿会说话吗？”

“噢，孩子，花儿如果不会说话，春天该多么寂寞，谁还对春天左顾右盼？”

小女孩满意地笑了。

小女孩长到16岁，问爸爸：“天上的星星会说话吗？”

“噢，孩子，星星若能说话，天上就会一片嘈杂，谁还会向往天堂静谧的乐园？”

小女孩又满意地笑了。

女孩长到26岁，已是个成熟的女性了。一天，她悄悄地问做外交官的丈夫：“昨晚的宴会，我的举止言谈合适吗？”

幽默·乐·翻·天

一位老师在课堂上试图引导学生解释“反哺”，就举例问道：“父母亲现在花很多钱为你们买牙箍矫正牙齿，将来父母老了，你们就花钱替他们镶假牙，这种情形叫什么？”

“以牙还牙。”所有的学生异口同声答道。

“棒极了，”外交官不无欣赏和自豪地说，“你说话的时候，像叮咚的泉水、悠扬

的乐曲，虽千言而不繁；你静处的时候，似浮香的荷、优雅的鹤，虽静音而传千言……亲爱的，能告诉我你是怎样修炼的吗？”

妻子笑了：“6岁时，我从当教师的妈妈那儿学会了和自然界的对话。16岁时，我从



当作家的爸爸那儿学会了什么时候该说话，什么时候不该说话。在见到你之前，我从哲学家、史学家、音乐家、外交家那里学会了和什么样的人谈什么样的话。亲爱的，我还从你那里得到了思想、智慧、胆量和爱！”

谈吐不俗，举止优雅，是一种美，一种境界。优雅，是一个人给予别人的从内到外的整体的美感，是一个人的品格、涵养、气质、心态等内在魅力与言谈、举止、形象、风度等外在魅力的完美融合。优雅，是女子魅力的至高境界。

女孩成长心语

美丽的容貌虽能赏心悦目，但总会随着岁月的流逝而消失。拥有优秀的品格、优雅的行为，要靠平时的积累与培养。

性格测试

从就寝习惯看你的性格

晚上就寝时，你通常习惯：

- A.把灯全关掉
- B..关大灯，只留小灯
- C.不关灯，越亮越好
- D.不一定

答案

- 选A 你是个心思细腻而又略带神经质和洁癖的人。这种性格，使你的思虑比别人周密，但也因为如此敏感，所以常使自己陷入无端的困扰里。有时候，不妨把神经放大条一点。
- 选B 你是个各方面都有很均衡发展中庸者。所以不会遇事钻牛角尖，也不会因粗线条而困扰别人，在社交圈里相当有人缘，是大家公认的和事佬人选。
- 选C 你是个老好人，什么事都好商量，不过从另一个角度来看，你似乎没有什么自己的原则，扪心自问，你是不是常会觉得内心有点空虚和不安呢？
- 选D 你是个凡事都无法从一而终的人，个性相当多变，所以很难使自己专心致力于某件事情上，不过，你的创造力可是高人一等。



林依晨：我不是柔弱的花朵

她想用比赛的奖金给弟弟买新电脑，于是参加了台北捷运美少女选拔，报名信息投进邮筒的一瞬间，她想的是“这封信可能会改变我的一生吧”。没想到幸运女神果真

幽默乐翻天

老师叫学生用“锱铢必较”造句，一个学生不懂这个词的含义，就写道：“我的一位朋友能用‘锱铢必较’造句。”

过了几天，学生取回作业本，只见老师在后面批道：“那么，请问你自己呢？”

风，林依晨没有打电话给爸爸，她一个人带着弟弟把妈妈送进医院，一边办理各种繁杂的手续，与医生交流，一边还要安抚弟弟的情绪。也许从那时开始，她发觉没有很多东西可以让她依靠，她必须靠自己。

更具有戏剧性的是，林依晨在台湾政治大学韩文系读大一时拍《十八岁的约定》赚了第一笔钱，正要和妈妈讨论理财，妈妈却告诉她家里欠下了巨债，她当场倒抽一口凉气。原来妈妈这么多年撑得很辛苦，薪水微薄又要带两个孩子，已经背上了高额债务。

17岁的林依晨好似一夜长大，把养家的担子从妈妈肩上接了过来。家庭环境让林依晨习惯了节俭的生活。她最讨厌刷信用卡。青春期的她从没去过西门町、没去过KTV、没骑过摩托车，同学说她曾经的志愿是新闻系，有空儿永远都在读报纸。

眷顾有加，让她夺下了《台北捷运报》第一届捷运美少女第一名，后来她开始兼职当模特儿，就此步入星途。

她一路上演了不少颇具代表性的角色，形成了自己独特的风格，她的演技有人喜欢，也有人诟病。她或许不是最美的，但却是最努力的。她就是台湾偶像剧第一金牌女主角：林依晨。

林依晨从小父母离异，直到她高二时，分居已10年的爸妈正式离婚，妈妈才向她说清楚。那次妈妈突然中

