

阅读与成长

YUEDU YU CHENGZHANG

这不仅是一部人物传记，更是一部“百科全书”。

父母送给孩子最好的成长礼物！

方舟◎编著

女生必读的 榜样传奇

改变女孩一生的6位杰出女性传记

成长的启示+知识的荟萃

◎一百余条启迪成长的名人名言

◎两百余个青少年应知应会的知识点



海伦·凯勒



居里夫人



邓肯



南丁格尔



宋庆龄



撒切尔夫人

朝华出版社

父母送给孩子最好的成长礼物！

女生必读的 榜样传奇

改变女孩一生的6位杰出女性传记

方舟◎编著



海伦·凯勒



居里夫人



邓肯



南丁格尔



宋庆龄



撒切尔夫人

朝華出版社

图书在版编目(CIP)数据

女生必读的榜样传奇 / 方舟编著. - 北京:朝华出版社,
2009.1

ISBN 978-7-5054-2031-1

I. 女… II. 方… III. 女性 - 名人 - 生平事迹 - 世界 -
青少年读物 IV. K818.5-49

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2009) 第 002043 号

女生必读的榜样传奇

作 者 方 舟

选题策划 杨 彬 王 磊

责任编辑 王 磊

责任印制 张文东

封面设计 大象设计工作室

出版发行 朝华出版社

社 址 北京市车公庄西路 35 号

邮政编码 100044

订购电话 (010)68413840 68433213

传 真 (010)88415258(发行部)

联系版权 j-yn@163.com

网 址 www.mgpublishers.com

印 刷 北京朝阳印刷厂

经 销 全国新华书店

开 本 787mm×1092mm 1/16

字 数 300 千字

印 张 20

版 次 2009 年 3 月第 1 版 2009 年 3 月第 1 次印刷

装 别 平

书 号 ISBN 978-7-5054-2031-1

定 价 36.00 元

版权所有 翻印必究·印装有误 负责调换

前言

成长需要榜样

培根有这样一句警句：“读史可以明智。”而历史，恰恰是由千千万万个杰出历史人物组成的。他们是某一个时代的骄傲，是一个民族的杰出灵魂，他们在自己的领域最大限度地发挥自己的灵性，守护着自己的理想，他们的名字将永远写在历史上……

因此，对于青少年来说，阅读人物传记不仅可以增长知识、了解历史、陶冶情操，还可以学习这些成功人士身上的优秀品质，使自己变得富有智慧。更重要的是，当我们走近名人，感受他们的心跳、感受他们的高尚情操、感受他们永恒的精神力量——在无形中，你会重塑崭新的自我，使得自己的意志更加坚强、精神更加高尚、思想更加出众。

许多伟大的历史人物，在确定自己人生坐标的青少年时期，都曾经从传记文学中寻求榜样、汲取动力。

毛泽东在上学的时候，就常常阅读人物传记。他从一位同学那里借来《华盛顿传》，全神贯注地细读，认真地记读书笔记。有时激动起来，把感想体会就写在书页上面，到了归还时，只好向书的主人说“对不起”。但正是

因为阅读这些人物传记,他的军事战略思想才得以形成。

全球“软件大王”比尔·盖茨小时候最喜欢读的书,不是故事书、儿童读物,而是人物传记《拿破仑传》等。通过这些书籍,比尔·盖茨大大地扩展了眼界,同时对自己的未来充满了信心,他在18岁那年发出了这样的豪言:要在25岁之前成为百万富翁。

……

很多当代成功人士也都一致认为,阅读人物传记,可以使青少年获得一个虚拟的“老师”和一个虚拟的“偶像”。这个“老师”可以使青少年眼界开阔、思想成熟;而这个“偶像”,则可以促使青少年以名人为榜样,从而约束或改正自己的不良行为或习惯……最终使青少年达到一个完满的目的:激励自己,认识自己,提高自己!

无数成长和成功的事实证明,人物传记不仅是促使青少年品质完善、心智成熟的一种方式,更是青少年课外阅读的最佳选择。

为满足青少年的阅读需要,本书将呈现以下“三大特色”:

第一大特色:这是一本属于女生的传记读本

女生的成长与男生的成长所需要的榜样和偶像是完全不同的,任何一位女生的内心世界中,无不充溢着一种完美情节,更梦想着成为某一领域的优秀女性。实践证明,女性人物的传记更能给予女生们这样的启示。

在本书的女性人物传记中,你将看到:

什么才是真正的优秀女性;

什么才是真正的巾帼英雄;

女生的成功需要具备什么品质;

对于女生来说,什么样的人生才是最有意义的人生;

……

第二大特色:人物的选择——对女生影响最大的历史人物

针对女生的心理需求,我们特挑选了人类历史上影响最大、同时也是女生最易以其为榜样的六位人物。

海伦·凯勒 她不仅让我们明白了生命的真谛，更以她自身的成长经历告诉我们：每个人的生命体中都蕴涵着我们并不自知的一种神秘力量！

居里夫人 她的刻苦求学、她对工作的满腔热忱、她的淡泊名利……她用大写的“女性”二字，为我们展现了一个伟大女性充盈、完满的一生！

邓肯 她的愈挫愈勇、她的勇敢执著、她的坚持不懈……她的成长经历本身，就是一种奇迹。

南丁格尔 她的故事告诉我们：女性的伟大，往往与爱心——爱己更要爱他人，是紧密相连的！

宋庆龄 她用充满波折与斗争的一生，告诉我们这样一个真理：女性也可同男性一样胸怀国家，进而创建丰功伟业！

撒切尔夫人 她的故事告诉我们：在男性为主导的世界，只要女性勇于进取、敢于拼搏，就没有什么奇迹不可能发生。

她们的人生经历必定会成为你成长过程中的巨大财富！

第三大特色：这不仅是一本人物传记，更是一部百科全书

在本书的编写过程中，凡是涉及到的历史知识、科学问题，以及一些常用成语的用法，我们都以“知识点”的形式，在每小节的下面进行详细的解释。

此外，在每个人物的故事中，还分别附有该人物的名言警句，以加强对人物内心世界的理解。

另外，在每一个人物的故事后面，都附有一篇“成长的启示”，当你阅读全篇之后，它们能够与你的感情达成共鸣，从而给你带来最大的启示。

女生的成长，需要一种杰出女性风范！

希望本书能成为你成长的朋友，行为、品质的导师，心灵成熟的引路人！

前

言



海伦·凯勒

第一章 从童年出发	002
塔斯甘比亚镇	002
难以言说的不幸	003
童年的记忆	005
一个新的希望	007
第二章 与命运抗争	010
安妮·莎莉文老师来了	010
困难重重的学习	012
最美好的圣诞节	014
认识世界的开始	015
人生后花园——语言	018
晴空中的乌云	020
继续求学之路	022
第三章 学习之旅	025
向哈佛大学冲击	025
四年的大学生活	027
连载《我的一生》	029



第四章 海伦的幸福时光..... 031

人生之路的选择	031
人生的演讲台	032
新的起点	034
重著书稿	037
荣誉来临	038

第五章 海伦的内心世界..... 040

感谢安妮老师	040
关于三天光明的种种设想	043



第一章 聪慧的少女..... 048

天才玛妮亚	048
悲哀的日子	050
厄运来临	052
生活依然美丽	054
家庭教师	055
短暂的初恋	056

第二章 巴黎岁月..... 058

进入索尔本大学 058

巴黎穷女孩 060

救命的奖学金 062

寒窗苦读 063

第三章 居里夫人..... 065

遇见比埃尔·居里 065

科学伴侣 067

第四章 镭的发现..... 070

妻子、母亲和学者三职合一 070

惊人的发现 072

“英勇”的四年 074

设法改变艰难的生活 076

不可思议的镭 078

一个伟大的决定 080

荣誉的来临 081

第五章 更艰难的时期..... 084

难言的不幸 084

孤军奋斗 087

梦寐以求的实验室 089

为了第二祖国,她成了战士 090

第六章 晚年的辉煌..... 094

美国之行 094



挚爱的祖国	096
继续工作	097
离世	098



第一章 穷困的童年生活	104
天生的舞者	104
小小舞蹈家	106

第二章 走出旧金山	110
芝加哥的重重困境	110
机遇来临	112
纽约的艰辛	113
再见,纽约	115
伦敦的日子	116
巴黎的感悟	119

第三章 永不停歇的追求	122
初露锋芒	122

希腊之行	124
无数的肯定与非议	126
俄国之旅	127

第四章 在艰难中前行..... 130

开办舞蹈学校	130
成为母亲	132
成功缘于坚持	134
为了理想的选择	135
失去孩子的痛苦	137

第五章 红色邓肯..... 142

披上红色革命的舞衣	142
一个勇敢的决定	144
来到红色的苏联	146
与叶赛宁的婚姻	149
巡回旅行	151
充满艰辛的美国之行	153
灵魂的分离	155

第六章 最后的岁月..... 158

依然是困境	158
突然的离世	160



南丁格尔

第一章 倔强的女孩	166
弗罗伦丝	166
父亲的教育	167
欧洲之旅——听到神的召唤	168
心灵的抉择	170
等待黎明	173
为梦想而义无反顾	174
第二章 坚实的步伐	177
命运,不再踩住裙角	177
主动请缨	179
接受使命	181
赶赴战场	182
第三章 意想不到的艰难	185
走进野战医院	185
开始艰难的工作	186
胆战心惊的事实	187
困难重重	189

伟大的南丁格尔	191
---------------	-----

工作中的南丁格尔	193
----------------	-----

第四章 得到众人的敬仰..... 195

义无反顾的护士	195
---------------	-----

一个新的打击	196
--------------	-----

美名的传颂	198
-------------	-----

为士兵们谋福利	200
---------------	-----

争取完全的胜利	202
---------------	-----

为下级军人服务	205
---------------	-----

皇家调查委员会	207
---------------	-----

关于事业的写作	208
---------------	-----

第五章 护校的诞生..... 211

建立护士学校	211
--------------	-----

陆军部的忠实顾问	213
----------------	-----

红十字会的设立	214
---------------	-----

第六章 不朽的殊荣..... 216

家庭与工作	216
-------------	-----

搭上天国的船	218
--------------	-----





宋庆龄

第一章 不平凡的童年	224
来到人间	224
快乐的大家庭	225
过人的品行	227
第二章 革命之路	229
美国求学	229
总统秘书	231
与孙中山结为伴侣	232
总结革命的道路	235
广州脱险	236
与苏联携手	237
丈夫去世	237
第三章 孙中山离去后的日子	240
坚决捍卫丈夫的遗志	240
不畏强暴,高压面前不屈服	242
直面白色恐怖	244
与中国共产党在一起	248

第四章 抗日战争中的宋庆龄..... 251

- 三姐妹携手抗日救国 251
- 继续抗争国民党官场 253
- 迎来抗日战争的最后胜利 255

第五章 为新中国而奋斗..... 257

- 再起硝烟 257
- 解放后,关注妇女和儿童 258
- 人生的最后时刻 260

撒切尔夫人

第一章 贫民之女..... 264

- 继承父母的美德 264
- 父亲独特的教诲 266
- 特立独行 267
- 投考牛津大学 268
- 初到牛津 269
- 在炼狱中成长 270



第二章 初试锋芒的女政治家..... 273

- 175 初涉政事 273
- 175 当选后步入婚姻的殿堂 274
- 175 婚姻、家庭和法律 275
- 天生政治家 277
- 175 政坛波折 278
- 175 击败政坛元老 279

第三章 英国历史上的第一位女首相..... 281

- 首次荣登英国首相宝座 281
- 唐宁街 10 号的新女主 284
- 巨大的精神压力 285
- 一位母亲的泪水 287
- 顽强捍卫英国的利益 288

第四章 第二次出任英国首相..... 292

- 竞选与连任 292
- 强硬——胜利的资本 294
- 不间断的暗杀事件 296

第五章 第三次蝉联英国首相 298

- 145 奇迹——首相“三连冠” 298
- 145 激流勇退 299



海伦·凯勒

20 世纪，一个独特的生命个体以其勇敢的方式震撼了世界，她——海伦·凯勒，一个生活在黑暗中却又给人类带来光明的女性，一个度过了生命的 88 个春秋，却熬过了 87 年无光、无声、无语岁月的弱女子。

然而，正是这么一个幽闭在盲聋哑世界里的人，竟然毕业于哈佛大学雷德克利夫学院；并用生命的全部力量处处奔走，建起了一家慈善机构，为残疾人造福，被美国《时代周刊》评选为 20 世纪美国十大英雄偶像。

她不仅是作家，也是卓越的社会活动家，曾到美国各地以及欧洲、亚洲发表演说，为盲人、聋哑人筹集资金。二战期间，她又奔赴各地访问了多所医院并慰问失明士兵，她的精神受到人们的崇敬。1964 年，海伦·凯勒被授予美国公民的最高荣誉——总统自由勋章，次年又被推选为世界十名杰出妇女之一。著名作家马克·吐温这样评价她：“19 世纪出现了两个了不起的人物，一个是拿破仑，一个就是海伦·凯勒。”

◎ 女生的阅读提示：

海伦·凯勒 她，让我们明白了生命的真谛，以及人生的美好。她的故事告诉我们：每个人的生命体中都蕴涵着我们并不自知的一种神秘力量！