

【卢勤教育文集4】
与孩子们的知心对话

孩子成长成才的秘密



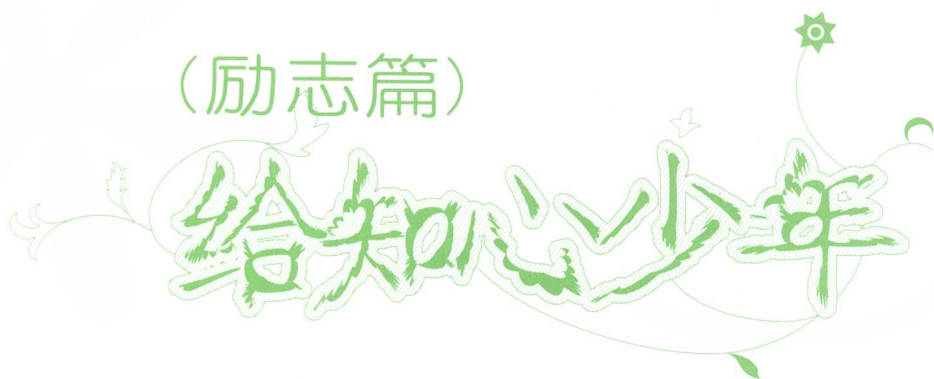
(励志篇)

给知心少年

卢勤 著

◆ 漓江出版社

(励志篇)



图书在版编目 (CIP) 数据

给知心少年: 励志篇 / 卢勤著. —桂林: 漓江出版社, 2008.5

(卢勤教育文集4)

ISBN 978-7-5407-4255-3

I. 给… II. 卢… III. 家庭教育 IV. G78

中国版本图书馆CIP数据核字 (2008) 第052149号

卢勤教育文集4: 给知心少年 (励志篇)

- 作 者 卢 勤
责任编辑 文龙玉
美术编辑 罗 云
责任校对 徐 明 章勤璐
责任监印 唐慧群
资料整理 卢锦华
图片提供 卢 勤 卢锦华 李 斌 张志刚 等
出 版 人 李元君
出版发行 漓江出版社
社 址 广西桂林市安新南区356号
邮 编 541002
发行电话 0773-3896171 010-85893190
传 真 0773-3896172 010-85800274
邮购热线 0773-3896171
电子信箱 ljcb@163.com
http://www.Lijiang-pub.com
印 制 山东新华印刷厂德州厂
开 本 720×980 1/16
印 张 19
彩 页 2
字 数 285千字
版 次 2008年5月第1版
印 次 2008年5月第1次印刷
印 数 1—25000册
书 号 ISBN 978-7-5407-4255-3

全套(共4册)定价 112.00 元

本 册 定 价 28.00 元

知 心 热 线: 010-64060999 (周二至周五晚 17:30—20:30)

知心姐姐网: www.zxjj.com.cn

漓江版图书: 如有印装质量问题, 可随时与工厂调换

＜在2005年“六一”全国少先队员代表大会上，胡锦涛主席
与卢勤握手，旁边还有航天英雄杨利伟



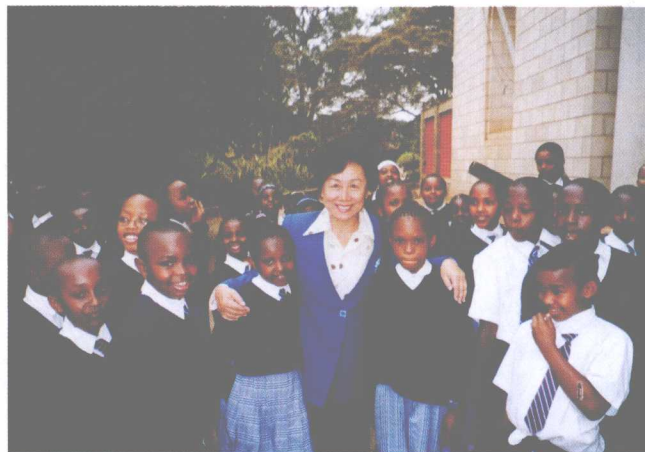
＜卢勤、徐惟诚和
孩子们在一起





<在长城，我们豪情满怀

<卢勤和非洲孩子们在一起



<卢勤和夏令营营员在一起

总序：写书的感动

读书会感动。作者写的一个故事，一个细节，一句话会让你感动得热泪盈眶；写书也会感动。读者说的一句话，一个反馈，一个问候，也会让你心热热的，眼酸酸的。

“你好！你是卢勤吧？我认识你，你的书我全买，出一本买一本，我们全家都爱看你的书！”在马路边，在商场里，在飞机场，在火车站，有人群的地方，常常会有人认出我，向我微笑，主动向我打招呼，不同的人在不同的地方几乎说的是同样的话。

遇到这样的场面，作为书的作者，谁都会被感动。

一次，我去甜水园的京客隆买东西，东逛西逛，六神无主，不知买点什么好。忽然一位女售货员走过来，她像发现了新大陆：“哇！你是卢勤吧？我看过你的书！我和女儿都是你的粉丝，你过来，我给你说个事。”我随她走到一个清静的地方。

“我女儿上五年级。一天，她拿回一本书，认真地对我说：‘妈，今天老师给我们留了作业，让我们俩共同看这本书中的一个故事，我看过了，您也看看吧！’我一看正是你写的《把孩子培养成财富》，其中第46页折了一个角，我急忙读起来，读着读着我眼泪就流出来了，后来竟大哭起来。书中讲的是一位妈妈，她始终对被列为差生的儿子充满信心，不断地鼓励。最终，儿子考上了清华大学。儿子把录取通知书交到妈妈怀里，大哭起来，边哭边说：‘妈妈，我知道我不是个聪明的孩子，就是您一直相信我行！’我明白了，女儿让我读这个故事，是希望我多鼓励她。她在学校很优秀，可我老瞧不上她，觉得她不如别人，女儿很委屈，我知道了教育孩子鼓励比指责重要……”说到这里，这位妈妈哭了。

一个月后，北京电视台《悦读会》栏目请我去以“把孩子培养成财富”为主题做节目时，我邀请她们母女俩参加了。当主持人问女儿为什么要让妈妈读这本书时，女儿趴在妈妈肩头哭了。

泪水常常是感动的心河里流淌出的精华。人被理解的时候最容易被感动。聪明的女儿对母亲无端的责怪有意见，但她却没有直接表达，而是用一本书，一个故事为自己说话。效果出奇地好，没有正面冲突，没有直接对

抗，而是“借力”达到对话与沟通的目的。

这就是书的魅力，这也是我写书的动力。

其实，我不是作家，我只是一个记者，获得过“韬奋新闻奖”的记者。我在《中国少年报》工作近三十年，是广大孩子与父母让我拿起笔写书的。

作为《中国少年报》的知心姐姐，我几乎天天都在与家长和孩子打交道。我了解爸爸妈妈的苦衷，我知道爷爷奶奶的心情，我懂得孩子们的心，我知道他们需要什么。这些年，我去了全国许多地方，一次又一次登上家教讲台，面对成百上千的满脸焦虑的家长，我强烈地感受到做父母的多么渴望了解孩子，多么渴望家教新知，多么渴望看到好书！同时，我也走进一所又一所学校，面对成千上万的充满困惑的孩子，我同样强烈地感受到孩子们多么需要理解信任，多么需要鼓励肯定，多么渴望与成年人沟通，多么需要有人替他们说话！

正是百姓这火热的渴望，正是广大父母与孩子日益增长的需求，逼着我拿起笔，从1994年开始，利用业余时间写书。13年中，我撰写了《写给年轻妈妈》《写给世纪父母》《知心姐姐告诉你——做人与做事》《告诉孩子，你真棒！》《告诉世界，我能行！》《好父母 好孩子》《把孩子培养成财富》等书。其中三本获得中宣部“五个一工程奖”，一本获得“国家图书奖”，还有一本被新闻出版总署推荐为“百种爱国主义教育图书”。

有需求便会有市场。13年来，我撰写的七本书，总发行量超过700万册。有几十万读者做你的后盾，你说你能不感动吗？

可我也有困惑。

这几年大量盗版书、假的文集和精华本出现在市场上。每当签名售书时，我只要发现了盗版书，都会用新书去换回来，因为那些书错字连篇，误人子弟。

一次，一位妈妈拿了一本厚厚的《知心姐姐卢勤家教精华四合一》让我签字，我拒绝了，我告诉她这是一本假书。她请求我说：“你就帮我签个名吧，这本书很方便，我需要。”最后我用了五本正版书，才换下她手中的假书。

从中我看到了，匆忙的父母们需要文集和精华本，于是这套书诞生了。

感谢漓江出版社的同志满足了我的心愿，正式出版了这套精华本；感谢曾经为我这个非作家出版书的各家出版社给予我的帮助；更感谢长期以来信任我、支持我、爱我的读者，没有你们就没有这些书，我爱你们。

卢勤

2008年4月

目录 / contents

第一章 太好了—— 改变心情就改变了世界 001

面对得失——消极不如积极 001
太好了！

面对痛苦——逃避不如奋起 005
“失恋了就去自杀？我真傻！”

面对生命——放弃不如珍惜 013
你是生命，你是奇迹！

面对长相——嫌弃不如满意 018
恭喜你，长高了！

面对艰苦——痛苦不如痛快 024
苦变乐有魔法

面对生活——悲观不如乐观 030
快乐享受每一天

面对父母——对立不如对话 034
从改变自己开始

第二章 我能行—— 改变态度就改变了命运 039

面对挫折——有信心才有成功 039
我能行！

面对自己——有梦想才有作为

做最好的自己 045

面对胆小——有胆量才有机会

我怕什么？ 049

面对非议——有胸怀才有气量

冷静是金 056

面对歧视——有志气才有出息

我是女孩，我能行！ 061

面对贫困——有抱负才有毅力

上学的道路有多远 065

面对诱惑——有自制才有精神

征服自己，就征服了一切！ 070

面对理想——有追求才有希望

农民工子女有志气 075

面对失足——有行动才有前途

冰雪正在融化 081

第三章 我帮你—— 改变情感就改变了生活 087

面对伙伴——需要帮助更需要真诚

我帮你！ 087

面对快乐——需要感受更需要分享 093

学会分享，就拥有了快乐！ 093

面对弱者——需要同情更需要理解 098

将心比心 098

面对恩情——需要知恩更需要感恩 101

别忘说声“谢谢你” 101

面对老人——需要孝敬更需要读懂 107

你懂老人的心吗？ 107

面对单亲——需要坚强更需要快乐 111

你快乐所以我快乐 111

面对冲突——需要谅解更需要奉献 118

点燃你的爱，熄灭你的火 118

第四章 你真棒—— 125

改变角度就改变了关系 125

面对他人——激励才能悦纳 125

你真棒！ 125

面对陌生——付出才能融入 132

转学带来的烦恼 132

面对后妈——善待才能融合 138

后妈也是伟大的 138

面对老师——悦纳才能共处

以师为友 143

面对女生——自强才能服人

我是男生，我最棒！ 150

面对暗恋——忽视才能重视

别太在乎他 154

面对评价——宽容才能和谐

谁当班长 159

面对凡人——有爱才懂尊重

我向父母学尊重 166

面对名人——努力才能成功

凡人的不平凡 171

面对长大——有心才能长大

这世界是有心人的 175

第五章 我要学——

改变内存就改变了未来 182

面对学习——乐学不厌学

我要学！ 182

面对放弃——慎重不轻率

弃学请三思 189

面对青春——理智不盲动	
认识我自己	194
面对手淫——放松不恐慌	
女孩悄悄话	200
面对伤害——勇敢不鲁莽	
有种拥有叫平安	206
面对缺失——弥补不放弃	
从今天开始	210
面对阅读——坚持不间断	
每天阅读十分钟	216
面对命运——认学不认命	
改变命运靠自己	221
面对文明——学习不放松	
访日的刺激	225
面对别人——尊重不轻慢	
要想到别人	228
面对规章——遵守不违背	
懂家规，知国法	233
面对习惯——学好不学坏	
良好习惯早养成	236
面对责任——担当不推卸	
少年强，则国强	241

第六章 我思考—— 改变头脑就改变了人生 248

面对选择——思考比盲从重要
我思考! 248

面对机会——经历比名次重要
哈佛看中她什么? 253

面对攀比——人品比物品重要
人和人比什么? 258

面对追星——清醒比狂热重要
Fans在追什么? 264

面对手机——自律比自由重要
手机的利与弊 268

面对网络——冷静比沉迷重要
“老鼠爱大米” 273

面对吸烟——拒烟比戒烟重要
吸烟是害不是酷 279

面对叛逆——冷静比冲动重要
经历叛逆年代 286

面对世界——祖国比什么都重要
我就是中国! 291

第 一 章

太好了——改变心情就改变了世界

面对得失——消极不如积极

太好了！

我们生活中，每天都要发生很多事。而每件事都有正反两面，这样看也许是快乐，那样看没准儿就是烦恼。如果能够及时调整心态，积极乐观地对待每件事，可是个大本事呢！记住吧，遇事都往好的方面想，好运自然来到。

我来讲个故事——

有个老奶奶，有两个儿子，大儿子卖盐，小儿子卖伞。

如果遇到天阴下雨，老奶奶就发愁了：“太糟了！大儿子的盐卖不出去了！”可是等到晴天出太阳，她又发愁：“太糟了！小儿子的伞又卖不出去了！”所以，她成天愁眉苦脸，担惊受怕，一直很烦恼。结果，两个儿子也受她影响，心情很糟糕，生意自然做不好。

老奶奶遇到一个智者，告诉她：“您不如换个心境想问题。下雨时想：‘太好了！小儿子的伞可以卖出去了！’出太阳时就想：‘太好了！大儿子的盐又可以卖出去了！’”老奶奶真的照智者的话去做了。果然，她的心情变了：不论天

气怎样，她都很高兴，每天活得开开心心，乐乐呵呵。两个儿子的生意也红火了起来……

你们看，虽然两个儿子的生意没啥变化，天气也还是老样子：雨照下，天照晴，但老奶奶的心情变了，世界就变得大不一样了。

所以，当你在生活中或是学习上碰到困难，先别急着灰心丧气发脾气。教你一句妙语吧，百试百灵的，那就是，高高兴兴地对自己大喊一声：“太好了！”

我每次和同学们去野外夏令营，或者到农村采访，都会给他们讲人生第一课——“太好了！”

记得有一次，我带着30个小记者去河南信阳光山县王大湾手拉手希望小学采访。出发前，我就告诉他们：“从现在起，你们就要离开爸爸妈妈，自己独立生活了。如果你说：‘太糟了！我没有爸爸妈妈照顾了！’那你就会天天不高兴，甚至还会哭鼻子呢。如果你说：‘太好了！我有机会学会自己照顾自己了！’那你就会天天高兴，最后学到很多本领。你们愿意天天说哪句话呢？”

“太好了！”声音震耳欲聋。

“好！从今天开始，我们每个人都要试着换一种心态：无论遇到什么事情，都要从好的方面去想，真心实意地说一声太好了！如果下雨了，我们正在野外，又没有雨伞，大家就要说：‘太好了！太好了！今天可以挨雨淋了！这样，我们才可以经风雨见世面。在家时想淋雨，爸爸妈妈肯定不答应呢！’如果进村子踩了一脚粪，我们就想：‘太好了！我终于踩着粪了。换作平日在城里，想踩还踩不着呢！’”

小记者们一听，高兴得直拍手。他们个个跃跃欲试，想自己喊一声：“太好了！”

机会果真一个个来了。

进村的第二天就下起了大雨。刘漫兮，一个漂亮的北京女孩，也是小记者采访团的团长，她悄悄告诉我：“知心姐姐，出问题了，我的鞋底断了，鞋里全是水。”我蹲下身来看，果然，鞋底横向裂开一条深深的大口子。于是，我请团县委的干部帮她买了双新鞋。可是过

了两天我发现，刘漫兮还是穿着那双断了底的旅游鞋。我赶忙问她怎么回事。漫兮神秘地告诉我：“叔叔买的鞋太小了，我穿不上，就送给我的手拉手农村小伙伴了。”

“那你自己呢？”我很担心她的脚吃不消。

“本来我觉得挺倒霉的。可后来想起您说过的话，来这里就要换一种心态，于是我就想：太好了！我的鞋坏了，我可以自己处理这件事，不用再听妈妈唠叨了！心里自然高兴起来。我左想右想，找不出好办法，就去请教一位带队老师，她告诉我：先用塑料袋把脚包严实，再穿进鞋里就OK了！”说完，她还得意地伸出脚来给我看。果然，两只脚都好好的，什么问题也没有。

我真为她高兴！因为不久前，漫兮还是一个爱哭的娇娇女，可是经过几天锻炼，她战胜了自己的眼泪，快乐而自信！

刘漫兮现在已经在清华大学读大四了，还当过中央电视台少儿节目和清华大学电视台的节目主持人。但只要一提起这段经历，她都会激动地告诉我：“是王大湾的那一课，让我学会了寻找快乐的方法！”

要知道，生活中总会遇到很多事情。当你得到的时候，要倍加珍惜；当你失去的时候，也不必懊恼。有时坏事可以变成好事，相反好事也可能变成坏事，就看你用什么心态面对了。

传说，有个人死后来到了地狱，惊讶地看到那里放着一口巨大无比的铜锅，里面煮着各种各样的美味。可奇怪的是，地狱里的人都面黄肌瘦、愁眉苦脸地站在锅旁发愣，每个人的手里都拿着一把长柄勺子。说真的，那勺柄实在是太长了，可以用它舀得到食物，却没法送回自己的嘴边！

于是，他又去了天堂，同样看到了一口盛满美食的大锅和许许多多的长柄勺子。但天堂里的人们都在幸福快乐地舀着锅里的食物，然后高高兴兴地送到其他人的嘴边……

这场景真是耐人寻味！它告诉我们：只要心态好，办法总会有；只要乐观、积极地面对一切，你就会生活在快乐的天堂里！

如果你这次考试成绩不错，就该这样想：“太好了！努力没白费！也不看看咱是谁！”可是如果考得不理想，你也可以这样想：“太好了！新的考验，新的开始！走着瞧吧，虽然这次 over 了，下次一定成功拿下！”

如果你回家看到妈妈已经把饭菜做好了，就该这样想：“太好了！有妈的孩子就是好！吃完饭就可以抓紧时间写作业了。”可是，如果爸妈因为加班没能回家给你做饭，你也可以这样想：“太好了！危难之中显身手，该出手时就出手！大侠登场亮相的机会终于来了！咱也要蛤蟆打立正——露它一小手，给老爸老妈一个惊喜！”

其实，我们每个人都随身携带着一个看不见的法宝，它的一面写着“太好了”，另一面写着“太糟了”。

要知道，这个法宝会产生两种惊人的力量：它能让你获得财富，拥有幸福，享受快乐；也能让这些东西远离你，让你整天和烦恼纠缠不清，让你一生都不快乐。

所以，面对得失，享受快乐，不是得到得多，而是计较得少。



“手拉手”夏令营在天安门广场放飞飞机模型。