

21世纪少丰完美素质故事丛书

塑造全新自我
运筹完美人生

阳光心境

中外经典EQ情商故事

编文：陈孔国

情商故事

情绪智商EQ

自我管理情绪的心灵力量

EQ的高低

决定人能否获得成功和幸福



湖南少年儿童出版社



【EQ】

情感智商

本书依据EQ主流理论的内容，用讲故事的手法，诠释EQ理论的精髓。本书中隽永的EQ情商故事，涵盖认识自我、调节自我、激励自我、认知他人及人际关系等EQ强调的五个方面，有助于读者提升EQ，塑造全新自我，运筹智慧人生。

（书末附有EQ自测题）

责任编辑：陈笑月 李丹颖

封面设计：喜悦堂

ISBN 7-5358-2408-0



ISBN7-5358-2408-0/I · 594

全套4册定价:40.00元 本册定价:10.00元

21 世纪少年完美素质故事丛书

阳光心境

〔EQ 情商故事〕

陈孔国 编文 黄 坚 插图



湖南少年儿童出版社

图书在版编目(CIP)数据

阳光心境: 中外经典EQ情商故事/陈孔国主编.-长沙:
湖南少年儿童出版社, 2003

(21世纪少年完美素质故事丛书)

ISBN 7-5358-2408-0

I.阳... II.陈... III.儿童文学—故事—作品集—世界 IV.I18

中国版本图书馆CIP数据核字(2003)第030495号

21世纪少年完美素质故事丛书

阳光心境

中外经典EQ情商故事

陈孔国 编文

湖南少年儿童出版社出版 湖南省新华书店发行
(长沙市展览馆路66号) 湖南省化工地质印刷厂印刷

字数: 14万 开本: 850 × 1168 1/32 印张: 7

2003年5月第1版 2003年5月第1版第1次印刷

责任编辑: 陈笑月 李丹颖

封面设计: 喜悦堂卡通工作室 印 数: 1—8000

ISBN 7-5358-2408-0/I · 594 定价: 10.00元

全套4册定价: 40.00元

本书若有印刷、装订错误, 可向承印厂调换。

承印厂地址: 长沙市青园路4号 邮编: 410004

目 录

QINGSHANGGUSHI/QINGSHANGGUSHI/QINGSHANGGUSHI

- 1** 女王敲门
- 3** 铅笔与人生
- 5** 将军与帝国剑
- 7** 爱撒谎的孩子
- 9** 人与人之间
- 11** 吃谁的饭
- 12** 学会生活
- 14** 母爱如山
- 16** 鞋匠的儿子
- 18** 富兰克林的书价
- 20** 冠军与苍蝇
- 21** 成吉思汗与猎鹰
- 24** 王冠顶上的利剑
- 26** 自己是自己的镜子
- 28** 敬器
- 30** 萧伯纳和小女孩
- 31** 生活的理由
- 33** 一个人有两条生命
- 35** 绝境逢生
- 37** 爱睺目与强盗
- 39** 西绪弗斯受罚
- 41** 青蛙试验
- 43** 褒曼的“自信”

QINGSHANGGUSHI/QINGSHANGGUSHI/QINGSHANGGUSHI

- 45 猫头鹰与鸾凤
- 47 王安石清心治本
- 49 郑板桥“难得糊涂”
- 51 庭院里的钻石
- 53 愈学愈觉无知
- 54 “给”永远比“拿”愉快
- 56 盲人音乐家
- 57 再试一次
- 59 秉烛之明
- 61 薛谭学歌
- 62 秋天的菊花
- 64 曹操容人
- 66 一览众山小
- 68 真诚测试
- 70 选择
- 72 上帝没有轻看卑微
- 74 亲密的论敌
- 76 心里的锁
- 78 沙漠中打水
- 80 寻找快乐
- 81 奇妙的不眠之夜
- 83 多看了一眼
- 85 生命的支柱

- 87 人生三法则
- 89 纺纱少女
- 91 两次红脸
- 93 一根手指的奇迹
- 95 忍耐成就功业
- 97 饮酒
- 99 打好手里的牌
- 101 生命的价值
- 103 不怕人笑
- 105 请握我的手
- 107 生命的奇迹
- 109 有裂缝的水罐
- 111 最大的财富
- 113 人性的掌声
- 115 一生的回顾
- 116 时间老人
- 118 爱因斯坦落榜之后
- 120 阿基瓦 40 始学
- 122 马太效应
- 124 三条忠告
- 126 拿破仑和裁缝
- 129 瞥见快乐
- 131 螳螂捕蝉，黄雀在后

- 133 黄公好谦
- 135 独具慧眼
- 136 空白招牌
- 137 谁动了我的奶酪
- 139 一袋宝石
- 141 穿越最高峰
- 142 遇难的原因
- 143 希雷尔不发火
- 145 鞋带的故事
- 147 红墨水
- 149 转圈的战马
- 151 浪子回头
- 153 可怜的理查德历书
- 155 太阳明天还会出来
- 157 克努特国王在海滨
- 159 磨砖造镜
- 161 时光与金币
- 163 最好的球是下一个
- 164 天下没有白吃的午餐
- 166 巨树和甲虫
- 167 忧愁的老太太
- 169 沙漏哲学
- 171 国王和老农

- 172** 一杯羹与一壶食
- 174** 富翁与穷邻
- 176** 最优秀的是谁
- 178** 知识与生命
- 180** 断指的国王
- 183** 富人与总督
- 185** 比老虎还厉害
- 187** 岛边的旅客
- 189** 越过阿尔卑斯山
- 191** 人生的秘诀
- 193** 和克里萨斯一样富有
- 197** 亚述的大钟
- 201** 约拿单和大卫

附录

- 206** EQ 自我测试题
- 206** 试题 A 人际关系自我测定
- 209** 试题 B 情绪调控能力自我测定
- 213** 试题 C 认知他人

[EQ 名人警句]

公平处理人与人之间的关系确是一种平等，而不能公平处理这种关系便是一种不平等。

——[古希腊]亚里士多德



女王敲门

维多利亚女王和她的丈夫阿尔培托亲王相处和睦，互敬互爱，但有时也发生一些不愉快的事情，原因就是亲王的妻子是至高无上的女王。



的妻子是至高无上的女王。

一天晚上，皇宫举行宴会，女王忙于接见贵族和各国来宾，却把她的丈夫冷落在一边。阿尔培托很不高兴，就悄悄回到卧室了。

不久，有人敲门，阿尔培托冷静地问：“谁？”

敲门的人高声答道：“我是女王！”

门没有开，房间里面没有一点动静。女王很生气地离开了。

女王走了一半，又回过头来，再去敲门。阿尔培托在房内又问：“谁？”

女王和气地说：“维多利亚。”

可是，门依然紧闭。女王气极了，想不到身为女王竟然还敲不开一扇房门！她极为恼火地走开了。

可是走了一半，她想想不对，还是回去，又重新敲门。阿尔培托仍然冷静地问：“谁？”

女王亲切地说：“是我，你的妻子！”

话音刚落，门就开了。

[EQ 画外音] 故事说明了这样一个道理：地位高贵的人，也应当平等地待人。女王吃了丈夫的闭门羹，就是因为她忘记了这种平等。维多利亚女王知错即改，很有涵养。

[EQ 名人隽语]

只要有生命，就不断有光亮。

——[捷克]夸美纽斯



铅笔与人生

在纽约里士满区有一所名为圣·贝纳特学院的穷人学校，它是贝纳特牧师在经济大萧条时期创办的。1983年，一位名叫普热罗夫的捷克籍法学博士在写毕业论文时发现，50年

来，从这所学校毕业的学生犯罪率最低。

为了弄清楚这所学校是如何对学生进行教育的，普热罗夫设计并进行了一次问卷调查活动。调查表中



有这样一个问题：“圣·贝纳特学院教会了你什么？”在3756份答卷中，有74%的人回答说，他们知道了一支铅笔有多少种用途。

接着，普热罗夫走访了其中的一名学生，这个学生这时已成了纽约市最大的一家皮货商店的老板。老板向普热罗夫介绍道：

“贝纳特牧师教会了我们一支铅笔有多少种用途。我们入学的第一篇作文就是这个题目。当初，我认为铅笔只有一种用途，那就是写字。谁知铅笔不仅能用来写字，必要时还能用来做尺子画线；还能作为礼品送人表示友爱；能当商品出售获得利润；铅笔的心磨成粉后可做润滑粉；演出时也可临时用于化妆；削下的木屑可以做成装饰画；一支铅笔按相等的比例锯成若干份，可以做成一副象棋；可以当玩具车的轮子；在野外时，铅笔抽了心能当吸管喝石缝中的水；在遇到坏人时，削尖的铅笔还能作为自卫的武器……总之，一支铅笔有无数种用途。

“贝纳特牧师让我们这些穷人的孩子明白，有着眼睛、鼻子、耳朵、脸和手脚的人更是有无数种用途，并且任何一种用途都足以使我们生存下去。我原来是个电车司机，后来失业了。现在我是一位皮货商。”

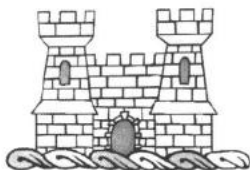
普热罗夫后来又采访了一些从圣·贝纳特学院毕业的学生，发现他们都有一份职业，生活得非常乐观。有趣的是，他们都能说出一支铅笔至少有20种用途。

[EQ画外音] 我们每个人都有自己的价值，只要充分相信自身的价值，我们一定会成为生活的主人。

〔EQ 名人隽语〕

老骥伏枥,志在千里 烈士暮年,壮心不已。

——[中国·三国]曹操



将军与帝国剑

1968年,蒙哥马利将军已是81岁的高龄老人。这一年,将军提出了一个令人吃惊的要求:一定要佩戴帝国剑参加国会开幕典礼。

帝国剑是英国政府给予功勋卓越的军官的一种崇高而特殊的荣誉,但按照礼仪方面的规定,佩戴国剑有一套严格的要求。国剑很长而且非常笨重,佩剑



人员必须举着它从皇家画廊走到上议院。在女王讲话时，佩剑人也要将它举起并不能有丝毫的摇晃。要完成这一整套仪式，就是一个身强力壮的年轻人也感到非常吃力。

将军周围的人都劝这位81岁的老人放弃这个想法，但蒙哥马利拒绝了。

将军说：“我没有老，我要试一下自己的体力。”

将军佩剑出场。他手中举着的是一柄剑，但在他自己的心中和别人的眼里，这柄剑却是一个象征：它象征着一个军人对荣誉的尊敬和对自己的军人本色的骄傲。

英雄和美人一样，都是有敌人的。而英雄和美人的敌人也是一样的——都是岁月。将军毕竟老了，英雄战胜不了的敌人就是时间。

在女王讲话的时候，蒙哥马利手中的剑不由自主地晃了一下，接下来，晃动的不仅是将军的剑，而且还有将军本人了。女王停止了自己的讲话，将军被人扶到椅子上坐了下来……国会开幕典礼在继续进行，而蒙哥马利却从会场上消失了。

[EQ画外音] 这则故事耐人寻味：一方面，蒙哥马利将军不甘服老，勇于挑战自己，不怕失败的形象十分可敬；另一方面，将军毕竟年迈，不再有年轻时“力拔山兮气盖世”的风采。时间能改变一切，我们必须接受。

[EQ 名人警句]

一个人的实质，不在于他向你显露的那一面，而在于他所不能向你显露的那一面。因此，如果你想了解他，不要去听他说出的话，而要去听他没有说出的话。

——[黎巴嫩]纪伯伦



爱撒谎的孩子

达尔文上学前，是不大撒谎的。上小学后，不知怎么搞的，突然变得喜欢撒谎。

有一回，他在山边拾到一块小化石，回来后跟姐姐说：“这是一块宝石，价值连城呢！”又有一回，他拾到了一枚硬币，又一本正经地告诉姐姐：“这是古罗马造的。”姐姐拿来一看，那不过是一枚压变了形的18世纪的旧币罢了。还有一次，他信誓旦旦地向同学保证，说他发明了一种“秘密液体”，注射进植物中可以改变花果的颜色。

达尔文的姐姐对他的说谎很恼火，几次向父亲告状，要父亲狠狠教训他几下。可是当医生的父亲听后却淡然一笑：“这算什么撒谎！达尔文这个孩子倒挺有想像力，说不定哪一天他会把这种才能用到事业上去呢！”

事实正像达尔文的父亲估计的那样，达尔文长大以后并没有撒谎成性，相反，倒把“尊重事实”作为自己的座

右铭，创立了进化论学说，在科学上作出了不朽的贡献。

想像同撒谎是两回事。

〔EQ画外音〕俗话说：知子莫若父。达尔文的父亲能够从孩子的撒谎中看出孩子的优点——想像力丰富。这个故事说明，我们要学会从别人的“短处”中看到别人的长处。

