

沈石溪 著

动物小说大王

沈石溪
感悟生命
书信集



成长 不必烦恼

1

聆听大师心语
解开成长密码
悦读动物小说
感悟生命智慧



童趣出版有限公司编 人民邮电出版社出版

动物小说大王

沈石溪
感悟生命
书信集

成长 不必烦恼

沈石溪 著

1

童趣出版有限公司编 人民邮电出版社出版
北 京

图书在版编目(CIP)数据

成长不必烦恼. 1 / 沈石溪著 ; 童趣出版有限公司
编. — 北京 : 人民邮电出版社, 2014.6
(动物小说大王沈石溪感悟生命书信集)
ISBN 978-7-115-35793-9

I. ①成… II. ①沈… ②童… III. ①儿童文学—书
信集—中国—当代 IV. ①I287.6

中国版本图书馆CIP数据核字(2014)第105594号

动物小说大王沈石溪感悟生命书信集

成长不必烦恼 1

沈石溪 著

策划编辑: 叶 瑛
责任编辑: 王丽雅
执行编辑: 胡莹莹
封面设计: 7拾3号工作室
版式设计: 姜 婷
封面摄影: 刘 静
内文插图: 胡志明
责任校对: 刘文芳
排版制作: 沈 琳

编: 童趣出版有限公司
出版: 人民邮电出版社
地址: 北京市丰台区成寿寺路11号邮电出版大厦(100164)
网址: www.childrenfun.com.cn
读者热线: 010-81054177
经销电话: 010-81054120
印刷: 北京朝阳新艺印刷有限公司
开本: 890×1270 1/16
印张: 18.5
字数: 140千字
版次: 2014年6月第1版 2014年6月第1次印刷
书号: ISBN 978-7-115-35793-9
定价: 25.00元

版权专有, 侵权必究; 如发现质量问题, 请直接联系读者服务部: 010-81054177。



智慧生存（序）

我一向倡导智慧生存。

地球上很多生命体，经过千百万年激烈而残酷的生存竞争，都有一套令人刮目相看的生存智慧。比如有花植物，开出鲜艳芬芳的花朵，以吸引昆虫前来采撷花蜜，借助昆虫的力量，将花粉传播到更远的地方，以繁衍后代。还有一种名叫“猪笼草”的灌木，开出的花形如笼子，散发出一股浓烈的香味，当昆虫被香味吸引钻进去后，花瓣会突然关闭，将倒霉的昆虫抓住并吞食掉。植物如此，动物更是如此。变色龙会随着环境的色调而改变自己皮肤的颜色，就像穿了一件迷彩服，以迷惑天敌或猎物的视线，使自己不易被天敌发现，也使自己

更容易捕获猎物。还有一种在地面筑巢的名叫红颈鹑的鸟，在育雏期间，当狐狸、豺狗或灵猫靠近鸟巢时，母红颈鹑便会冲出巢去，翼羽反转，脖颈扭曲，一只脚还缩进腹羽，装出一副受了重伤飞不起来的可怜模样，瘸瘸拐拐地在地面奔逃，让天敌觉得自己是一顿唾手可得的美餐，引诱天敌来追赶自己。这样，母红颈鹑巧妙地将危险从鸟巢引开，以保护没有任何防卫能力的雏鸟。一旦远离鸟巢，母红颈鹑便一拍翅膀轻盈地飞走了，让天敌目瞪口呆。

所谓智慧生存，就是在自己实力不强、能力不足时，以聪明才智来应对生活中的各种困难和挑战。

人类无疑是所有生命中最具智慧的一种高级动物。

遗憾的是，并非人人都懂得智慧生存。特别是很多青少年朋友，智商不低，学习成绩也不错，但却不懂得如何机智地面对生活中遇到的各种问题，结果往往把自己弄得很被动。比如想让父母替自己买一件心仪已久的东西，有的孩子直截了当地提出来，态度很生硬，就像父母上辈子欠了自己的，非

买不可。如果父母不答应，他就不高兴，就发脾气，就不吃饭，就摆脸色给父母看，结果跟父母闹得很不愉快，目的还不一定能达到。也有的孩子，会找个合适的时机，比如下周要考试了，他会在周末抓紧时间复习，父母见他这么用功，自然满心欢喜。这个时候，他就表态说，这次一定要考出个好成绩来！父母更高兴了，就会说：“好啊，你这次考好了，我们奖励你。”这时，他就可以趁机说出自己心仪已久的东西。当优秀的成绩摆在父母面前时，相信不用再多说什么，父母就会主动买来孩子想要的东西。这样既能激发自己的学习动力，又能让父母高兴，还能得到自己喜欢的东西，何乐而不为？

智慧不是油滑，不是玩世不恭，不是见不得阳光的恶作剧，而是充分运用交流能力，以一种和善的态度和委婉的语言，因势利导，巧妙周旋，机灵应对，既增进彼此的感情，又达到自己的目的。

我为孩子写动物小说，经常收到青少年读者的来信，询问我关于阅读和写作的问题；也有的读者会把我当作知心朋友，向我诉说命运的不济和成长的烦恼，向我请教如何应对在学习和生活中遇到的



各种问题。我总的感觉是，很多困扰青少年朋友的问题，其实并不难解决，只要动动脑筋，变换一个角度去处理，便能打开心结，让问题迎刃而解。

我从事儿童文学创作已三十余年，与读者的信件往来也持续了三十余年。每收到一封读者来信，我心里都会感觉沉甸甸的，即使工作再忙、时间再紧张，我也会抽出时间及时回信，以不辜负读者对我的信任。粗略统计，这么多年来，我给读者的回信应该达到上万封了。虽说几经搬家，大部分读者来信都遗失了，但至今我的书房里仍珍藏着上千封不同时期、不同年龄段的读者来信。这一捆捆有点儿泛黄的信札，对我而言，是一笔极有价值的精神财富，激励我、鞭策我、鼓舞我、催促我在文学道路上艰难跋涉，不彷徨，不动摇，不停顿，永远奋力前行。读者的需要，就是我最大的写作动力。

童趣出版有限公司邀请我在《帮作文》的“心语答疑”中回复读者来信，读者反应还不错。于是，编辑提出要将多年来与读者的通信做一个整理，挑选出有现实意义的一批信件，集辑成两本书。我想，作为一个作家，作为一个成年人，我有

责任也有义务为青少年答疑解惑。收进这两本书的读者来信，虽然是发生在某一个青少年身上的事情，但这些事情具有一定的典型性，相信很多青少年朋友也会碰到类似的问题。倘若我的回信能给在人生道路上苦苦探索的青少年朋友带来一点儿启发，能给在成长过程中陷入无尽苦恼而又无力自拔的青少年朋友带来一丝慰藉，我也就深感欣慰了。

谢谢大家能读完这两本书。是为序。



沈石溪

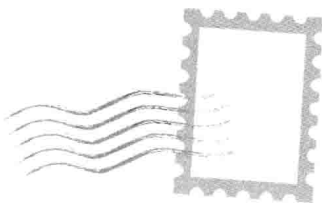
2014年3月30日

写于上海梅陇寓所

目录

成长烦恼 1

我不是美女	02
Re: 不要失去对美的自信	04
.....	
09 天生丽质有罪吗	
11 Re: 给美扎一道篱笆	
.....	
为什么社会如此复杂	16
Re: 面对现实, 洁身自好	18
.....	
22 我是不是在做白日梦	
24 Re: 梦想的力量	
.....	
为什么她总是比我强	30
Re: 请大声说, 我一定行	32
板子猴	37
.....	
71 我讨厌攀比	
73 Re: 正确的攀比	
78 烈鸟	
.....	
我想改掉坏习惯	90
Re: 精神的富有才是永恒的	92



该不该较这个真儿 96

Re: 学会维权 99

灰夫妻 104

.....

112 这个城市属于我吗

114 Re: 融入城市, 融入社会

118 妹妹狐变色

.....

我想做英雄 130

Re: 你就是英雄 132

.....

五彩青春 137

喜欢她有错吗 138

Re: 跨越青春期的考验 140

一对老龟 147

.....

154 崇拜偶像错了吗

156 Re: 青春的标杆

.....

好心为何没好报 161

Re: 告别市侩 163

灾之犬 168

朋友为什么疏远我	182
Re: 像爱护眼睛一样爱护朋友的自尊心	185
猫狗之间	192

205	我失去了最爱的亲人
208	Re: 把思念酿成生活的蜜

我想帮助贫困的他们	215
Re: 不要怜悯要握手	218

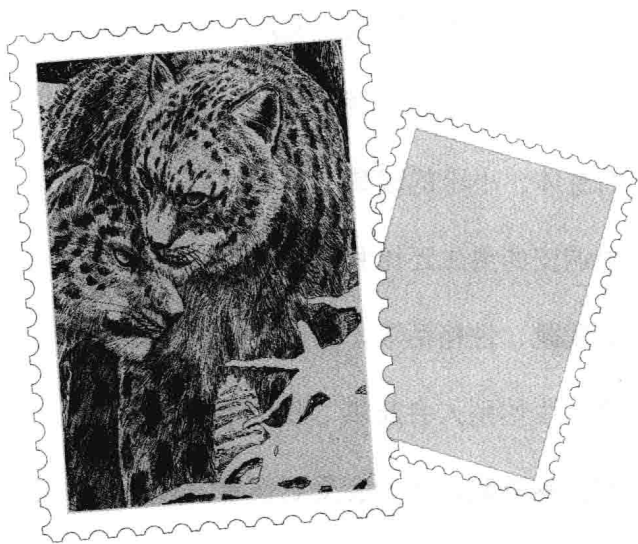
224	父母离异了,我该怎么办
226	Re: 找准自己的情感坐标

为什么我总是倒霉	232
Re: 提高自己的抗击打能力	234
神獠效应	240

249	自控能力差怎么办
251	Re: 用理智去浇灌培育

我的爷爷爱收废品	255
Re: 血浓于水——尊敬长辈	257
尊敬	264

成长烦恼



我不是美女

尊敬的沈石溪老师：

您好！

我是一名小学六年级的女生，生活在一个小康之家，不愁吃穿，学习成绩也还可以。但是，我一点儿都不快乐，因为我长得不漂亮。每当我看到镜子中的自己——胖胖的身体、小小的眼睛、扁扁的鼻子，我就很自卑。班里调皮的男生还给我起绰号，让我很难受。我原本爱唱爱跳、性格活泼，但因为长得丑，所以不敢登台表演，生怕别人会起哄；我也不敢跟男孩子交往，怕他们会嫌弃我，更怕会受到伤害。因此，



我的性格变得内向、孤僻，每天生活在自己的“套子”里，没有朋友，感觉很苦闷、很寂寞。更可怕的是，我会嫉妒那些长得漂亮的女孩。她们一个个骄傲得就像小公主，男孩子们总围着她们转。我时常想：为什么命运这么不公平？为什么不能让我长得漂亮一点儿呢？

沈石溪老师，我很喜欢读您的动物小说，一直把您当成我的良师益友。我鼓起勇气给您写这封信，希望能得到您的指点。

浙江读者：殊悦



Re: 我不是美女

不要失去对美的自信

殊悦同学：

你好！

爱美之心，人皆有之。对一个女孩子来说，长得不美，或者说长得有点儿丑，的确是一件令人沮丧的事。你的苦恼，我完全可以理解。

有人说，一个女孩子，只要自信、快乐地生活，就会变得漂亮、可爱；还有人说，心灵美重于容貌美。这些话说得都不错，但现实生活中，有些行业就需要“以貌取人”，比如空姐。相貌的不公平，如同财富的不公平，不能比，一比就要气死人。

在这个问题上，要敢于面对现实。生活有时候很不公平，有时候还很残忍。

我认为，要改善自己的处境，很重要的一条原则就是不嫉妒。这的确很难做到，因为嫉妒是人的



一种自然本性。别说像你这样十三四岁的女孩子了，就连我这个已到花甲之年的大男人，想到自己累死累活爬了一年格子所得的稿费，还不抵商贾巨富在饭桌上的一次消费，也会嫉妒得牙根流酸水。可是，我还是要真心地劝告你，别去嫉妒身边那些长得漂亮的女孩子，要下定决心、咬紧牙关，就像和尚不沾荤腥一样地戒掉嫉妒，尤其不能把嫉妒溢于言表。因为嫉妒不会改变你不漂亮的事实，更不会给你换一张娇美的脸蛋儿，恰恰相反，你会因为嫉妒而拉大和同学之间的距离，还会因为嫉妒变得心胸狭隘、孤僻冷漠、疑神疑鬼。这对你来说，无疑是雪上加霜，会严重损害你的整体形象。在这方面，我有刻骨铭心的教训：有很长一段时间，我没有调整好心态，沉溺于对那些一掷千金的大款的嫉妒之中，结果搞得自己无心写作，连原本微薄可怜的稿费收入也没有了，生活比过去更窘迫。其实，克制嫉妒就是在陶冶性情，这会使你变得豁达大度、开朗活泼，人际关系也会变得更融洽，你会因此养成美的性格。虽然性格美无法转化成容貌美，但你的整体形象肯定会向前跨一大步。



美是相对的。俗话说，“十六、十七无丑女”，中国民间还有“一俊遮百丑”的说法。绝对的丑女孩是极少的：或许你的眼睛长得不够大，但鼻子小巧玲珑；或许你的嘴巴不够美观，但牙齿洁白整齐；或许你的五官不够端正，但身段婀娜优雅；就算你的五官和身材都不怎么样，起码你还有少女的纯情、青春的风采和含苞待放的仪态。所以，你不要太自卑。请注意，我在“自卑”前用了一个“太”字作为状语。对一个长得不漂亮的女孩子来说，自卑是难免的，但切忌过度。生活中不乏这样的女性，她们因为自身的条件不好，就自暴自弃，破罐子破摔。久而久之，头发也不梳了，衣服也不讲究了，卫生也不理会了，整天蓬头垢面、邋邋遢遢，把自己糟蹋得更加丑陋不堪。你千万不要陷入这样的恶性循环，要学会一分为二地看待自己：虽然整体不够漂亮，但局部还是有动人的地方。发现自己的美，保持并优化这种美感，对你来说十分重要。我的意思是，较之那些天生丽质的女孩，你更要珍惜美、看重美、追求美。那些漂亮的女孩可以轻视美、浪费美、糟蹋美，但你不能。

