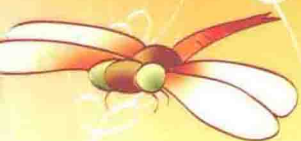


不一样的优秀生

林佩环 编著

优秀女孩的

智慧小背囊



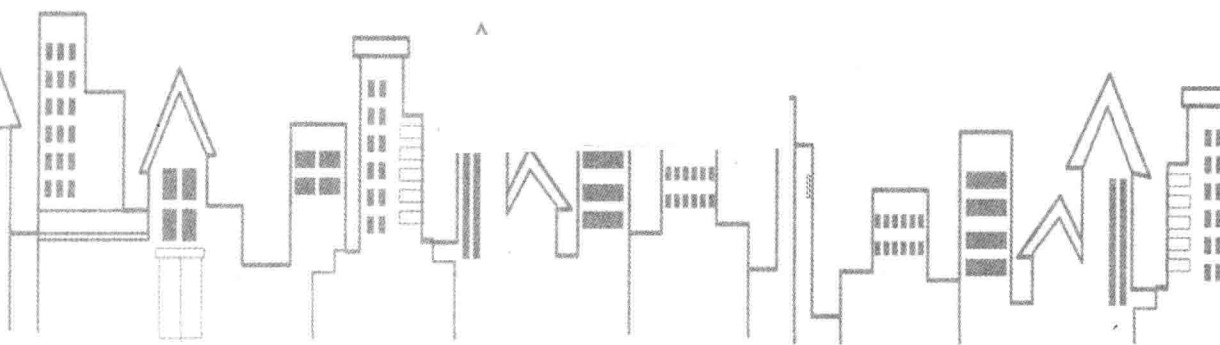
新世界出版社
NEW WORLD PRESS

优秀女孩的

智慧小梦囊

林佩环◎编著

新世界出版社



图书在版编目 (C I P) 数据

优秀女孩的智慧小背囊 / 林佩环编著. -- 北京 :
新世界出版社, 2014.4
(不一样的优秀生系列)
ISBN 978-7-5104-4408-1

I. ①优… II. ①林… III. ①故事—作品集—世界
IV. ①I14

中国版本图书馆CIP数据核字(2013)第152344号

优秀女孩的智慧小背囊

策 划: 北京华语世图图书中心
作 者: 林佩环
责任编辑: 李颖怡 王虎斌
责任印制: 李一鸣 刘学伟
出版发行: 新世界出版社
社 址: 北京西城区百万庄大街24号 (100037)
发 行 部: (010) 6899 5968 (010) 6899 8733 (传真)
总 编 室: (010) 6899 5424 (010) 6832 6679 (传真)
<http://www.nwp.cn>
<http://www.newworld-press.com>
版 权 部: +8610 6899 6306
版权部电子信箱: frank@nwp.com.cn
印 刷: 北京龙跃印务有限公司
经 销: 新华书店
开 本: 720mm×1000mm 1/16
字 数: 220千字
印 张: 12
版 次: 2014年4月第1版 2014年4月第1次印刷
书 号: ISBN 978-7-5104-4408-1
定 价: 20.00元

版权所有, 侵权必究

凡购本社图书, 如有缺页、倒页、脱页等印装错误, 可随时退换。

客服电话: (010) 6899 8638

前言

有人说，女孩是水做的，如水般温润似玉，又不失灵性。聪明的女孩大多散发着独特的气质，只可远观不可亵玩，唯有走近方能发觉其文雅。她们热情且单纯，眼睛里闪烁着智慧的光芒，总能使人在不知不觉中受到吸引。

世间并无平庸的女孩。张小娴说，我们无法选择岁月，却有权选择过怎样的生活。无论贫穷富足，无论面容美丑，在接受了良好家教和修养教育后，在任何场合、任何时间，女孩都能由内而外地散发出一种优雅的气息，在一个个细节之间，让人感受到春风拂面般的舒爽。优雅是对生命最好的化妆，你的不俗谈吐，你的素雅温和，你的善良单纯，便成就了独一无二的你。

女孩的气质如同香水，荟萃花蕊之精华，却不再与美颜有关。气质美可赏、可嗅、可识、可触。一个人举手投足间，无不透露着气质内涵。其中蕴藏的亲和力如同磁场，总是让人不自觉地想去靠近。这种力量可以将世人灵魂净化，也能消融冷漠，让社会充满友爱与祥和。然而聪明的女孩不仅仅拥有优雅的气质。她们拥有的直面困难的勇气、挫败艰险的决心、乐观向上的个性、拼搏进取的精神等等，都是其人生中不可或缺的部分。

世人往往对那些遭遇不幸的人抱以同情，但对那些敢于面对困难的女性却是抱以崇敬。其实幸福与悲伤是伴随出现的，一如阳光与阴影交错重叠，我们没有必要因为黑暗而哭泣。很多事情与很多人的出现不过是我们成长必须经历的，我们不能停留，但可以小憩。

前

言

聪明的女孩还要常怀感恩之心。感恩生活，让我们懂得了知足；感恩命运，让我们学会了自省。知足者常乐，知恩者长心，知耻者勇进，知悔者不负众望。感恩之心让我们泰然处世，做明媚如花的女子，行文里尽是恬适风光，言谈间做最真实的自己。

岁月流转，那些真实与幻想，那些欢乐与痛心，那些感动与憎恶，都会随着时光淡然而去。聪明的女孩该如何把握，如何取舍，相信本书会令读者受到些许启迪。年轻人的路还很长，不要犹豫，把握当下。

前

言

目 录

第一章 美好生活源自良好心态

- 快乐是一种心灵修养 / 2
- 坚定信念，创造奇迹 / 3
- 绝境之中须泰然，为己及人留希望 / 5
- 用心发现生活的美 / 6
- 知足者常乐 / 7
- 找回自我，本色生活 / 9
- 接受生活的不公平 / 10
- 做人要自知 / 12
- 透过现象看本质 / 13
- 珍惜拥有，感恩生活 / 14
- 无欲无求，从容生活 / 15

第二章 朴素才是真正的美丽

- 注意积累，有备无患 / 18
- 用节俭来修养身心 / 19
- 行动践行节俭，赢得他人尊重 / 21
- 小钱积累成大富 / 22
- 简朴的居里夫人 / 24
- 美国人的勤俭节约 / 26
- 小钱不把握，何以成大富 / 27
- 节俭是笔无形资产 / 28

第三章 热忱让女孩绽放最美的青春

- 热爱生活，你不再平凡 / 32



- 别丢掉能够点燃事业的火种 / 34
- 热情的魔力 / 35
- 用心对待自己的工作 / 37
- 原一平的“转运” / 38
- 热忱让人生之树不枯萎 / 40

第四章 用行动成就梦想

- 踏着失败走向成功 / 44
- 你想成功，还是你一定要成功 / 45
- 为梦想全力以赴 / 47
- 有所行动，方有所得 / 49
- 今日事今日毕 / 50
- 在实践中成就自我 / 51
- 成功需要持之以恒 / 53

第五章 优秀的女孩应当心有主见

- 不要盲目附和别人 / 56
- 塑造你独一无二的品质 / 57
- 坚持己见，勇敢前行 / 58
- 明辨他人的毁誉 / 60
- 新生活从选定方向开始 / 61
- 自主选择，成就完美人生 / 62

第六章 勇气会赐予你无穷的力量

- 即使前途泥泞，我自吟啸徐行 / 66
- 在斗争和困境中培养胆识 / 67
- 不经一番寒彻骨，怎得梅花扑鼻香 / 69
- 坦然接受金酸梅奖 / 70
- 巧驯烈马，智勇无双 / 72

顶着嘲讽去冒险 / 74

第七章 拥有天使般的气质

和气对待他人 / 78

别丢失了应有的礼仪 / 79

用爱心铸就你的气质 / 80

用音乐陶冶情操 / 81

自信让女人更美丽 / 82

第八章 优雅是对生命的化妆

时时保持谦和之心 / 86

优雅让人生美感永驻 / 87

优雅不仅仅属于富人 / 89

整洁的仪表是一张名片 / 90

发现自己身上的美 / 92

勿让他恶污己之善 / 93

第九章 镇定是一种杰出的品质

艺术可以安抚人心 / 96

从容的力量 / 97

镇定之心助你摆脱困境 / 99

巧用智慧化解危机 / 100

面对危险要冷静 / 102

第十章 学会选择是一种智慧

敏锐观察，抓住机遇 / 106

环境再苦也挡不住学习的脚步 / 107

目

录

懂得自制才能收获更多 / 109

不要輕易生气 / 110

无法弥补的伤害 / 112

别轻视了自己 / 113

莫论他人长短 / 114

第十一章 责任感是走向成功的开始

学会承担 / 118

责任感可以创造奇迹 / 120

英国最优秀的女特工 / 121

修车女工的骨气 / 123

禅师的建议 / 124

心中有爱，人人都是慈善家 / 126

第十二章 用勤奋把时间留住

用双手去实现梦想 / 130

只要决心成功，世界将为你让路 / 131

点滴拼搏，成就文豪 / 133

抓紧每一天来学习 / 135

要想成功就要充分利用每一分钟 / 136

业精于勤荒于嬉 / 138

勤奋努力，永做第一 / 139

第十三章 宽容让你拥有公主般的风采

宽容化解仇恨，将爱播撒世间 / 144

常怀大度之心 / 145

终结报复，不妨以德报怨 / 147

换位思考，包容他人 / 148

以人心打动人心 / 149

- 别让报复吞噬纯洁之心 / 151
梅妇的故事 / 152
严于律己，宽以待人 / 154
大度处世得人心 / 155
宽容比责骂更有力量 / 157
不要轻视了他人 / 158
别让自己错过人生的美好 / 159

第十四章 和谐的人际关系比美貌更重要

- 打造人脉换来精彩人生 / 162
换个方式提意见 / 163
学会借力 / 165
友谊是一辈子的财富 / 166
倾听是成功的法宝 / 168
双赢互利，共谋发展 / 169
记住别人的名字也是一种尊重 / 170
交友需慎重 / 172
“跳槽”的路婷 / 173
友情也需要空间 / 175
互谅互让，化解矛盾 / 176
与人为善，远胜貌美如花 / 178
培养受欢迎的个性 / 179

优秀女孩的智慧小背囊

第一章

美好生活源自良好心态



快乐是一种心灵修养

露西莉的生活一直非常忙乱：她在亚利桑那大学学风琴，在城里开了一间语言学校，还在她所住的沙漠牧场上教音乐欣赏的课程。她参加了许多应酬，很少有时间休息。一天早上，她的心脏病发作，整个人身体就垮了。“你得躺在床上静养一年。”医生居然没有鼓励她，让她相信她还能够康复起来。

在床上躺一年，做一个废人，也许还会死掉。她简直吓坏了，不知道为什么她会碰到这样的事情，可是她还是遵照医生的话躺在床上。她的一个邻居鲁道夫先生是个艺术家，他对露西莉说：“你现在觉得要在床上躺一年是个大悲剧，可是事实上不是的。这一年你运用思想得到的成长，会比你这大半辈子以来得到的多得多。”她平静了下来，开始想要充实新的价值观念。她看过很多能启发人思想的书。一天她听到一个无线电新闻评论员说：“你只能谈你知道的事情。”这一类的话她以前不知道听过多少次，可是现在才真正深入到她的心里。她决心只想那些她希望能赖以生活的思想——快乐而健康的思想。每天早上一起来，她就强迫自己想一些她应该感激涕零的事情：她没有痛苦，有一个很可爱的小女儿；她的眼睛看得见，耳朵听得到收音机里播着的优美音乐；她有时间看书，吃得很好，有很好的朋友。她非常乐观，每天来看她的人多到不得不让医生挂上一个牌子告诉探病者：房里每次只许有一个探病的客人，而且只许在规定的时间内。

从那时候开始，到露西莉痊愈已经有9年了，她过着丰富而又生

动的生活。她非常感激在床上度过的那一年，那是她在亚利桑那州所度过的最有价值也是最快乐的一年。她现在还保持着当年养成的习惯：每天早上算算自己有多少值得感激的事，这些都是她最珍贵的财产。她觉得很惭愧，因为一直到她担心自己会死去之前，她才真正学会怎样生活。

露西莉·布莱克所学到的这一课也正是撒姆耳·约翰博士在几百年前所学到的：“养成看每一件事理想的一面的习惯，比每年赚 1000 多镑更值钱。”

智慧宝箱

很多事情，从不同的角度看就会有不同的结果，当你一直以高目标、高要求来约束自己，那么只要出现任何不好的情况，都会让你觉得人生不如意。但是，如果你把自己放低一点儿，融入生活，以大众的生活标准来衡量自己，你就会得到更多额外的快乐，这是一种知足，也是一种心灵的修养。

坚定信念，创造奇迹

1989 年发生在美国洛杉矶一带的大地震，在不到 4 分钟的时间里，使 30 万人不同程度受伤。

地震过后，一个年轻的父亲安顿好受伤的妻子，便冲向他 7 岁的儿子上学的学校，眼前那个昔日充满孩子们欢声笑语的漂亮的三层教学楼已变成一堆废墟。

他顿时感到眼前一片漆黑，大喊：“阿曼达，我的儿子！”他跪在地上大哭了一阵后，猛地想起自己常对儿子说的一句话：“不论发生什

么，我总会跟你在一起。”他坚定地起身，向那片看起来毫无希望的废墟走去。

他每天早上送儿子上学，知道儿子的教室在教学楼的一层左后角，他疾步走到那里，开始动手清理。

在他清理挖掘时，不断有孩子的父母急匆匆地赶来，看到这片废墟，他们痛哭并大喊：“我的儿子！”“我的女儿！”哭喊过后，他们就绝望地离开了，有人上来拉住这位父亲：“太晚了，他们已经死了。”

“这样做无济于事，回家去吧。”

“冷静些，你要面对现实。”

这位父亲双眼直直地看着这些好心人，问道：“你是不是来帮我的？”没人给他肯定的回答，他便埋头接着挖。

救火队长挡住他：“太危险了，这里随时可能起火爆炸，请你离开。”

这位父亲问：“你是不是来帮我的？”

警察走过来：“你很难过，难以控制自己，可这样不但不利于你自己，对他人也有危险，马上回家去吧。”

“你是不是来帮我的？”

人们都摇头叹息地走开，认为他精神失常了。

这位父亲心中只有一个念头：“儿子在等着我。”

他挖了8小时、12小时、24小时、36小时，没人再来阻挡他。他满脸灰尘，双眼布满血丝，浑身上下到处是伤痕和血迹。到第38个小时的时候，他突然听见底下传出孩子的声音：“爸爸，是你吗？”

是儿子的声音！父亲大喊：“阿曼达！我的儿子！”

“爸爸，真的是你吗？”

“是我，是爸爸！我的儿子！”

“我告诉同学们不要害怕，说只要我爸爸活着就一定会来救我们，因为他说过：‘无论发生什么，我总会跟你在一起！’”

“你现在怎么样？有几个孩子活着？”

“我们这里有14个同学，都活着，我们都在教室的墙角。房顶塌

下来架了个大三角形，我们没被砸着。我们又饿又渴又害怕，现在好了。”

父亲大声向四周呼喊：“这里有 14 个孩子，都活着！快来人！”

智慧宝箱

生活中没有信念的人，犹如一个没有罗盘的水手，在浩瀚的大海里随波逐流。试想，如果不是对孩子承诺的信念支撑着他，这位父亲不可能坚持到最后，最终救出自己的孩子。信念是最坚不可摧的动力，是可以创造奇迹的品质。女孩们，任何时候，如果你想做成一件事，就一定要有坚定的信念。

绝境之中须泰然，为己及人留希望

1920 年 10 月，一个漆黑的夜晚，在英国斯特兰腊尔西岸的布里斯托尔湾的大西洋洋面上，发生了一起船只相撞事件。一艘名叫“洛瓦号”的小汽船跟一艘比它大 10 多倍的航班船相撞后沉没了，104 名搭乘者中有 11 名乘务员和 14 名旅客下落不明。

艾利森国际保险公司的督察官弗朗哥·马金纳从下沉的船身中被抛了出来，他在黑色的波浪中挣扎着。救生船这会儿为什么还不来？他觉得自己已经奄奄一息了。渐渐地，附近的呼救声、哭喊声低了下来，似乎所有的生命全被浪头吞没，死一般的沉寂从周围扩散开去。就在这令人毛骨悚然的寂静中，突然，出人意料地，传来了一阵优美的歌声。那是一个女人的声音，歌曲丝毫没有走调，歌唱者简直像面对着客厅里众多的来宾在进行表演一样。

马金纳静下心来倾听着，一会儿就听得入了神。教堂里的赞美诗都没有这么高雅；大声乐家的独唱也没有这般优美。寒冷、疲劳刹那

间不知飞向了何处，他的心境完全复苏了。他循着歌声，朝那个方向游去。

他靠近一看，那儿浮着一根很大的圆木头，可能是汽船下沉的时候漂出来的，几个女人正抱住它，唱歌的人就在其中。她是个很年轻的姑娘，大浪劈头盖脸地打下来，她却仍然镇定自若地唱着。在等待救生船到来的时候，为了让其他妇女不丧失力气，为了使她们不因寒冷和失神而放开那根圆木头，她用自己的歌声给她们增添着精神和力量。

就像马金纳借助姑娘的歌声游靠过去一样，一艘小艇也以那优美的歌声为导航，终于穿过黑暗驶了过来。于是，马金纳、那位唱歌的姑娘和其余的妇女都被救了上来。

智慧宝箱

在艰难的环境中，才能展现出一个人的气节；当命运的铁拳击中要害的时候，只有大智大勇的人，才能够处之泰然。黑暗中的歌声，是自己的希望，更是他人的希望。女孩们，在生活中，你们若是遇到了紧急情况，在危险的时刻，能保持这样的泰然自若吗？

用心发现生活的美

有这样一个女孩，她从小心灵手巧，在幼儿园里手工做得最好。长大之后，她还栽种花草，养小动物。她在充满阳光和爱的世界里成长，但在她16岁那年，突然患上了后天性心脏病：她的头发枯黄得如秋后的野草，脸蜡黄得像一张陈年的旧报纸，唯一有神的是她的眼睛，虽然深陷了许多，但仍不停地忽闪忽闪。从小女孩的脸上，并不能发现

她生病的痛苦，每天她的笑声都洒满了病房，她真是个天真无邪的孩子。

一天傍晚，她看见清洁工正拎着七八只花篮往外走，小女孩从中拣出了9朵还没有完全凋零的菊花。她把花儿小心翼翼地放在床上，然后忙开了：洗罐头瓶，试着插花，足足忙了20分钟。之后，她擦着额头的汗水让大家看，顿时，人们全瞪大了眼：背阴的窗台上的罐头瓶中，被小女孩用9朵菊花插成了一个黄圈。她无不自豪地说：“这是一轮菊花太阳，今后，我们不会再冷了。”一下子，病房里的人们感觉心里暖融融的，仿佛冬天的太阳正灿烂地照耀着整个病房。小女孩手术前对一个病友说：“叔叔，你能不能在我手术期间照顾好我的菊花太阳，病房里的爷爷奶奶需要它来暖心。”

小女孩身患重病之际仍然能发现鲜花的美，发现生活的美，真是可贵。一个人如果具备了发现美、享受美、创造美的能力，那么他的心灵的世界里就会充满阳光、爱、愉悦、和谐和恬静。

智慧宝箱

世界上从来都不缺少美，生活中也不缺少，唯一缺少的是我们发现美的眼睛。虽然身患重病，但小姑娘依然用自己那美丽的眼睛发现了生活中的美，并用心给别人也带去了一份温暖和美丽。女孩们，你们能发现身边的美吗？你们能用心给别人带去温暖和美丽吗？

知足者常乐

一位知名学者在他还是单身汉的时候，他和几个朋友一起住在一间只有七八平方米的小屋里。但是，他一天到晚总是乐呵呵的。

