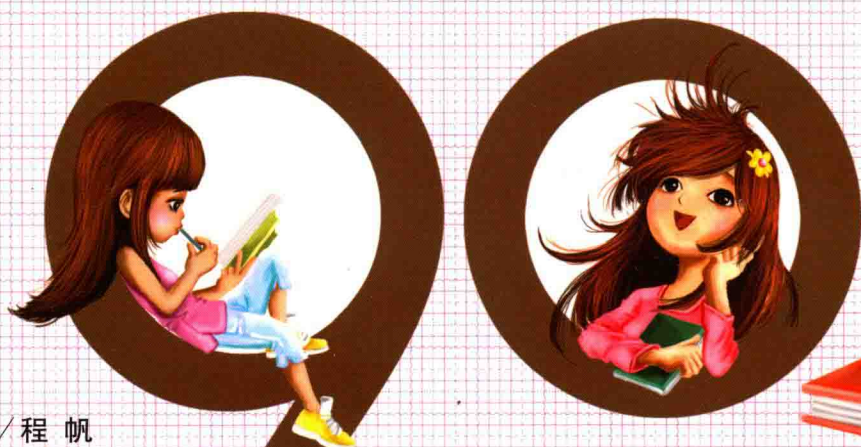


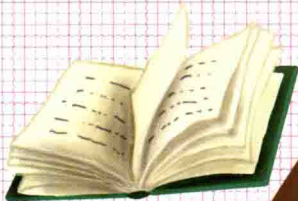
新成长胜经系列

汲取优秀女性成功的人生启示，
成为善良、独立、优雅的小女生。

优秀女孩 心灵成长的



主编 / 程帆



个故事

Youxio Nühai Xinling Chengzhang De 90 Ge Gushi

阅读优秀女性的成功故事，为女孩的成长指明方向、提供动力！



北京出版集团公司
北京教育出版社

新成长胜经系列

优秀女孩 心灵成长的



主编/程 帆
编者/刘迎春

Youxiu Nihai Xinling Chengzhang
De 90 Ge Gushi



北京出版集团公司
北京教育出版社

图书在版编目(CIP)数据

优秀女孩心灵成长的90个故事 / 程帆主编. — 北京: 北京教育出版社,
2012.12

(新成长胜经系列)

ISBN 978-7-5522-1576-2

I. ①优… II. ①程… III. ①儿童故事-作品集-世界 IV. ①I18

中国版本图书馆CIP数据核字(2012)第294102号

新成长胜经系列

优秀女孩心灵成长的90个故事

主 编 / 程 帆

*

北京出版集团公司 出版
北京教育出版社
(北京北三环中路6号)
邮政编码: 100120

网址: www.bph.com.cn
北京出版集团公司总发行
全国各地书店经销
北京市艺辉印刷有限公司印刷

*

800mm × 1020mm 16开本 14印张 220千字
2013年1月第1版 2013年1月第1次印刷

ISBN 978-7-5522-1576-2

定价: 26.00元

版权所有 翻印必究

质量监督电话: 13911108612 (010) 62698883 58572393



从故事中汲取力量，铸就优良品质，
成为优秀小学生！

热爱学习

坚定目标

敢于担当

自信乐观

诚实守信

独立自主

孝顺父母

合群友善

宽容大方

珍惜时间

自律自制



阅读《新成长胜经系列》丛书， 让男孩更杰出，让女孩更优秀！

《杰出男孩心灵成长的90个故事》，讲述90个经典故事，挖掘西点校训精髓，成就杰出男孩。

《优秀小学生全面发展的12个习惯》，展现106种人生，帮小学生养成12个好习惯，改变小学生的一生。

《小故事大道理：成功父亲送给小学生的20句忠告》，展现118种人生，送给小学生20句忠告，帮小学生铸就远大前程。

《优秀女孩心灵成长的90个故事》，讲述90个故事，展现90种人生，打造智慧人生，成为优秀女孩。

《优秀小学生爱学习会交往的90个故事》，讲述90个故事，培养正确的学习态度，传授与人交往的技巧，让你爱上学习，学会交往。





目录

Contents

第 1 章

八位成功女性给优秀女孩的启示

特蕾莎修女：博爱·····	002
撒切尔夫人：坚定·····	004
南丁格尔：执着·····	006
奥黛丽·赫本：优雅·····	008
桑兰：乐观·····	011
杨澜：智慧·····	013
阿曼达：自信·····	015
海伦·凯勒：坚强·····	017
女孩必看电影推荐·····	020

第 2 章

我不是野蛮公主——善良温婉、善解人意的女孩最迷人

优秀女孩必修课 ·····	022
快乐的秘密·····	023
卷帘门上有四季·····	025
一杯水的友谊·····	027
六个馒头·····	029
一副手套一双鞋·····	031
粉红色的风衣·····	033



埃尔莎的阳光·····	035
是她为我关了窗·····	037
慈善的不是钱，是心·····	039
一枚开花的硬币·····	041
一碗馄饨·····	043
感恩节的礼物·····	045
墙壁上的那道线·····	047
怕你心疼·····	049
一朵玫瑰花·····	051
爱的纽带·····	052
趣味小测试·····	054

第 3 章

我的世界我做主——独立自主的女孩最有个性

优秀女孩必修课 ·····	056
没有一句台词的奥斯卡影后·····	057
不盲从的伊伦·····	059
把饭馆开在菜棚里·····	061
不放弃自己的那颗痣·····	063
记住冬天里的一只蚊子·····	065
咖啡馆里的作家·····	067
让自己站出来·····	069
带我去看天堂鸟·····	071
小蜗牛的壳·····	073
为自己埋单·····	075
做一件属于自己的事·····	077
一个女孩的作家梦·····	079

四条毛毛虫的故事·····	082
十年磨一剑·····	084
“杯具”天使——宾果·····	086
寻找塔木里的短信·····	088
趣味小测试·····	090



第4章

我不会输在学习上——爱学习的女孩离成功最近

优秀女孩必修课 ·····	092
徐静蕾学书法·····	093
对着墙壁唱歌的金嗓子·····	094
爱书的冰心·····	096
下一次就是你·····	098
李清照买书·····	100
用自己的脑子思索·····	102
怎样计算灯泡的容积·····	104
动脑的结果·····	106
掉进米缸里的老鼠·····	108
莫泽斯老奶奶的画·····	110
十二个第一名·····	112
我的智慧锦囊·····	114

第5章

美丽的不仅是外貌——有气质的女孩最美丽

优秀女孩必修课 ·····	116
玻璃窗上的阳光·····	117



与书籍做伴的童年·····	119
胡萝卜、鸡蛋和咖啡豆·····	122
别让心灵蒙尘·····	124
有龅牙并不是罪过·····	126
要能够看到天上的星星·····	128
固执的“铁娘子”·····	130
怎么看自己·····	132
自信的考试·····	134
我的“女王时光”·····	136
别碰落花瓣·····	138
莎拉与莫娜·····	140
尊重身边的每一个人·····	142
趣味小测试·····	144

第 6 章

天高任我飞——善于交际，为未来打基础

优秀女孩必修课 ·····	146
失而复得的生意·····	147
柯小洁的绰号·····	148
传给“白雪公主”的字条·····	150
嘴上功夫也很重要·····	152
别把栅栏门带上·····	153
天鹅与黑鹰·····	155
三头牛和一只狮子·····	156
温暖的圣诞节·····	158

分享花园·····	160
说理只要三分·····	162
一个苹果一生情·····	164
怀揣两块糖·····	166
越分享越美丽·····	168
母亲的哲学·····	170
我的智慧锦囊·····	172

第 7 章

智慧是走向成功的行囊——聪明机智造就精彩人生

优秀女孩必修课 ·····	174
推动社会进步的秘密·····	175
丢失的骆驼·····	177
老师的腰围·····	179
四颗钉子的启示·····	181
学会等到明天·····	183
一支桨也可以遨游沧海·····	185
坦然面对尴尬·····	187
美术系的女生·····	188
“被遗忘的女人”服装公司·····	190
自己的未来自己做主·····	192
女孩必看电影推荐·····	194



优秀女孩必修课	196
宽恕伤害过自己的人	197
要学会尊重别人	199
赎回你的灵魂	201
爱发脾气的大小姐	203
收起你的坏脾气	204
失而复得的珍珠项链	206
宽容与友善	208
谦虚是最好的老师	210
趣味小测试	212



第1章

八位成功女性 给优秀女孩的启示





特蕾莎修女：博爱



名人名片

姓名：特蕾莎（别名：德兰修女）

生卒年：1910.8.27~1997.9.5

职业：修女

评价：她把一切都献给了穷人、病人、孤儿、孤独者、无家可归者……

1979年12月8日，该年度诺贝尔和平奖得主——特蕾莎修女飞抵挪威首都奥斯陆。时任诺贝尔和平奖评委会主席的萨涅斯亲临机场迎接，并高兴地向特蕾莎修女宣布国王将在典礼宴会上接见她。特蕾莎修女一震：“宴会？”“是颁奖典礼后举行的盛大宴会，135名贵宾应邀参加，有各级政要、名流。”萨涅斯介绍道。

特蕾莎修女沉思片刻：“这次宴会得花多少钱？”

“7000美元。”

萨涅斯不以为然。

“什么？7000美元！”特蕾莎修女

睁大眼睛，眼中流露出无限的惋惜。她鼓起勇气说：“尊敬的主席先生，我有一个请求……请求您取消……取消这次宴会。”

“取消典礼宴会？”主席十分惊诧，

几乎不敢相信自己的耳朵。

从1901年设立诺贝尔和平奖以来，第一次有人请求取消典礼宴会。

“是的，我请求主席先生取消这次宴会，把省下来的钱交给我去救助那些饥寒交迫的穷人。”特蕾莎修女激动了，声音有些颤抖：

“要知道，这7000美元足够3000名印度乞丐饱肚一天啊！”





特蕾莎修女不敢再看萨涅斯，她低下头紧张地等待这个大人物的决定。

萨涅斯举目打量面前这个老修女。

她一生为穷人服务，过度的操劳和奔波，使她那干瘦的身躯已经佝偻。深深的皱纹布满她那慈祥的脸，也记录了她维护穷人权益的艰辛。即使来参加这样世界级的盛典，她身上穿的仍是那件伴她出入贫民窟的粗布纱丽。在寒风中她显得那样单薄。那双裸露的光脚板已被风寒扭曲，脚趾也已完全变形，可她从不舍得为自己买一双袜子……

是她没钱吗？不！她创建的仁爱传教修女会已有4亿美元资产。可她的卧室里，除了电灯，只有一部实在不能没有的电话，此外没有一件现代家电。她没有办公室，即使是尊贵的客人也只能在走廊里接待。

萨涅斯低下头，紧紧咬着嘴唇。

特蕾莎修女有些歉意：“主席先生，我的请求是不是让您为难了？”“不，不！”主席仰起脸，热泪满面，这位严峻得有点冷酷的权威此时泣不成声。他向特蕾莎修女深

深地鞠了一躬：“我亲爱的会长，您的请求深深地感动了我，感动了世界，我代表世界上所有的穷人和善良人谢谢您了。”

一个感动世界的请求之后，便是一个震撼世界的行动。

19万美元的奖金她一分不留地全部捐给印度麻风病基金会，7000美元捐给了穷人。就连那块代表至高荣誉的和平奖章也让她卖了，卖得的钱捐给了穷人。凡是能捐的她都捐了出去。

1997年，当她离开这个令她牵肠挂肚的穷人的苦难世界时，除了两件换洗的粗布纱丽和一双旧凉鞋，她一无所有。你能不为之感动吗？你能不为之痛哭吗？加尔各答哭了，罗马哭了，巴黎、纽约、柏林、地拉那……哭了。穷人哭了，善良的人哭了……世界哭了！

当人们悲痛的泪水和天上突降的暴雨同时倾盆而下时，世人才真正领悟了什么叫感动世界，什么是震撼心灵。

爱，是人类各种美德的灵魂。特蕾莎修女，就是我们人类永恒的灵魂之一。



成功启示

特蕾莎修女身上体现的是一种无私的博爱精神。我们的世界，如果能够充满这种无私的爱，该是多么美好啊！一个感动世界的请求，会让世界永远铭记；一个好人的离去，会让人们永远怀念。



撒切尔夫人：坚定

名人名片



姓名：撒切尔（别名：铁娘子）

出生日：1925.10.13

职业：英国前首相

评价：英国保守党第一位女领袖，也是英国历史上第一位女首相，是20世纪最优秀的首相之一。

1925年10月13日，一个叫玛格丽特的女孩出生于英格兰。玛格丽特从小就受到严格的家庭教育，她的父亲罗伯茨是一家杂货店的店主，父亲经常向她灌输这样的思想：无论做什么事情都要力争一流，永远走在别人前面，而不要落后于人，即使是坐公共汽车，也要永远坐在前排。

父亲从来不允许她说“我不能”或者“太困难”之类的话。

对于一个年纪尚小的孩子来说，父亲的要求可能太高了，但在以后的岁月里，实践证明他的这种教育是非常宝贵的。正是由于从小受到爸爸“残酷”的教育，玛格丽特才养成了积极向上的心态。有了父亲这样一个“人生导师”，玛格丽特在成长的道路上走的是如此踏实。

在以后，无论是学习，还是生活和工作，她时刻牢记爸爸的教诲，总是抱着一往无前的精神和必胜的信念，尽自己最大的努力去克服一切困难，无论什么事情都必争一流，以自己的行动实践着“永远坐在前排”。





玛格丽特在上大学时，学校要求学生学五年的拉丁文课程。不过，玛格丽特并没有按部就班地按照学校的安排来学习，而是凭借惊人的毅力，努力拼搏，在短短的一个学期内就学完了全部的课程。更令人难以置信的是，她的考试成绩竟然在全校名列前茅。

但玛格丽特并不是一个只知道读书的书呆子，她不仅仅在学业上出类拔萃，在体育、唱歌、演讲以及其他活动方面，也都是走在前面。

正因为如此，40多年后英国的政坛上才出现了一位明星，她就是被称为“铁娘子”的撒切尔夫人。

在作为保守党领袖竞选期间，她马不停蹄地到全国各地进行演讲，早上7点起床，忙到次日凌晨两三点才就寝。

撒切尔夫人对事物有自己独特的见

解，在牛津大学学生辩论会上，她总能提出自己的独特见解并坚持到底。1970年，她任内阁教育部大臣时，坚决废除工党政府的综合教育计划。为减少政府经济开支，取消了向小学生免费供应牛奶的政策，而且还提高了伙食费。因为这样，她成为英国当时最不受欢迎的女人。在1975年她批评西方对苏联的缓和政策，是持批评意见的为数不多的政治家之一。

撒切尔夫人任英国首相长达11年之久，不仅在英国，而且在世界政治舞台上都发挥了一定的影响。

“无论做什么事情，你的态度决定你的高度。”撒切尔夫人的成功给了我们深刻的启示。“永远争坐第一排”是一种积极的人生态度，激发你一往无前的勇气和争创一流的精神。



成功启示

她出身平民家庭，没有显赫的门第，但靠着不断的努力追求和顽强的奋斗，终于在英国这个重门第的国度里，在被视作“男人的领地”的政治斗争旋涡和激流中，一步一步地沿着成功的阶梯攀登。



南丁格尔：执着



名人名片

姓名：弗洛伦斯·南丁格尔（别名：提灯女神）

生卒年：1820.5.12~1910.8.13

职业：护士

评价：她是世界上第一个真正的女护士，欧美近代护理学创始人。南丁格尔怀有崇高的理想，认为生活的真谛在于为人类做一些有益的事情。

南丁格尔是生在意大利的英国人，家境优裕，受过高等教育，年青时由于常协助父亲的老友（一位医生）精心护理病人，逐渐对护理工作产生了兴趣。她曾到

德国、法国、希腊等国考察这些国家的医院和慈善机构，充实阅历，坚定了她立志于护理事业的决心。她自学有关护理的知识，积极参加医学社团关于社会福利、儿童教育和医院设施的改善等问题的活动。

1850年，她在30岁时去德国学习护理。33岁时，她又去巴黎学习护理组织工作，回国后任伦敦一家医院的护理主任。1853年8月12日，在慈善委员会的资助下，南丁格尔在伦敦哈雷街1号成立了看护所，开始施展她的抱负。她采取的许多措施，令当时的人们大吃一惊，如采用病人召唤拉铃，在厨房设置绞盘以运送食物给病人。她强调：“任何妇女，不分信仰、贫富，只要生病，就可收容……”她在工作中表现出非凡的能力，大家对她无不钦佩。

