



刘枫 编

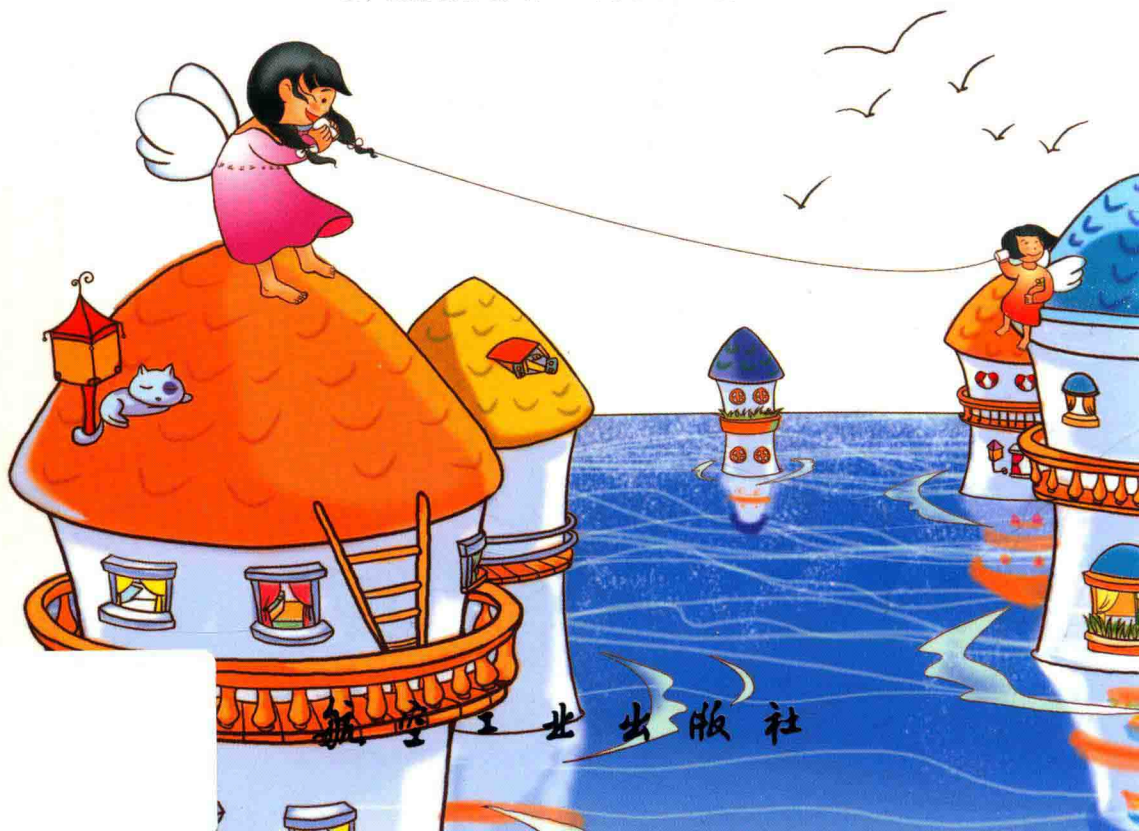
一句话的力量

——沟通篇



YANGGUANG XINLING

一句话会是你成功的开始，一句话会是你明天的希望。学会倾听别人的心声，学会让别人理解自己，这会使你受到他人的尊重和欢迎。



航空工业出版社



航空工业出版社

北京

内 容 提 要

沟通是为了一个设定的目标，把信息、思想和情感在个人或群体间传递并且达成共同协议的过程。沟通是家长、老师和社会信息、思想和情感交流的纽带。本书收录了寓教于学、寓教于乐64个关于沟通的经典小故事，通过幽默简洁的文字和直观形象的画面，让孩子们阅读故事、启发心灵。故事中的主人公各具个性，书中的故事，以孩子们的生活经验为基础，风趣幽默，融入了孩子必须了解的相关生活道理。孩子将从中看到如何与不同的人打交道，了解人际交往的规则，养成积极的社会性人格。

本书适合中小学生学习以及图书馆收藏。

图书在版编目(CIP)数据

一句话的力量：沟通篇/刘枫编. —北京：航空工业出版社，2017.8

ISBN 978-7-5165-1283-8

I. ①一… II. ①刘… III. ①心理交往—青少年读物
IV. ①C912.11-49

中国版本图书馆CIP数据核字(2017)第190125号

一句话的力量——沟通篇 Yijuhua de Liliang——Goutongpian

航空工业出版社出版发行

(北京市安定门外小关东里14号 100029)

发行电话：010-64815615 010-64978486

永清县晔盛亚胶印有限公司印刷

全国各地新华书店经营

2017年8月第1版

2017年8月第1次印刷

开本：710×1000 1/16

印张：8.75

字数：90千字

印数：1—5000

定价：29.80元



阳光是世界上最光明、最美好的东西，阳光也代表着一种对待生活的积极态度。为了丰富孩子们的业余生活，开阔眼界，在科学地分析了青少年朋友的阅读心理和习惯后，我们精心编写了《阳光心灵》这套丛书，相信它在培养孩子健康成长和树立崇高理想方面会起到积极作用。

这是一套专门为青少年朋友们量身打造的心灵类丛书，本套丛书从八个方面分别阐述阳光的心灵，分为自信、乐观、诚信、感恩、坚持、理想、沟通、勇气八册，每本书中都收录了我们精心挑选的经典故事，让孩子们在享受乐趣的同时也学到做人的道理、成长的真谛。丰富多彩的故事内容，生动形象





的漫画设计，在每一个孩子的心灵里都洒满阳光的种子，让他们的身体和心理都能够健康成长，培养他们树立崇高理想和远大志向的坚定信念。

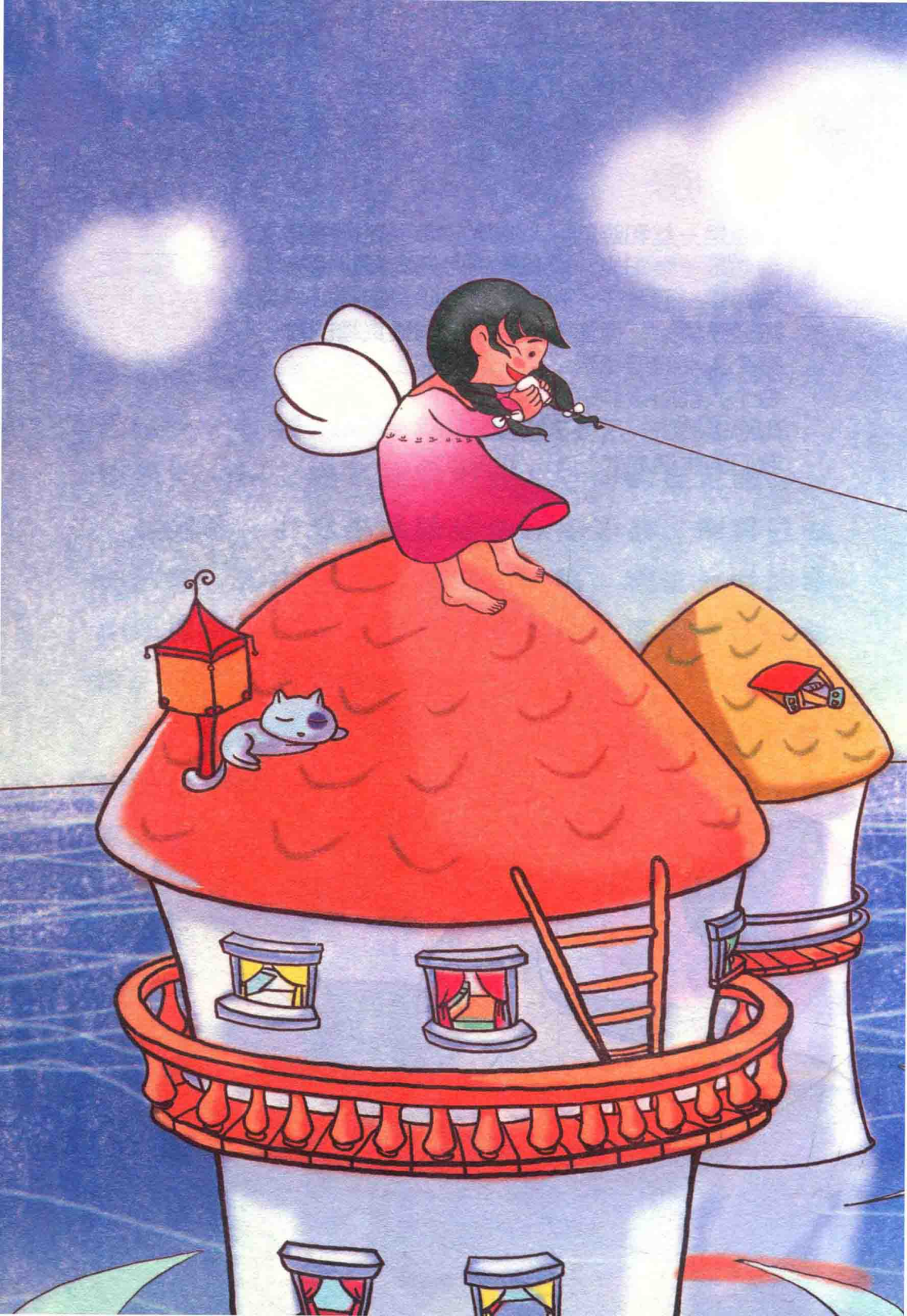
另外，此套书以轻松幽默的语言、别具匠心的创意，形成了独具特色的风格，把这一时期青少年应具有的基本素质淋漓尽致地展现在读者面前，可谓是小故事中蕴藏着大智慧。

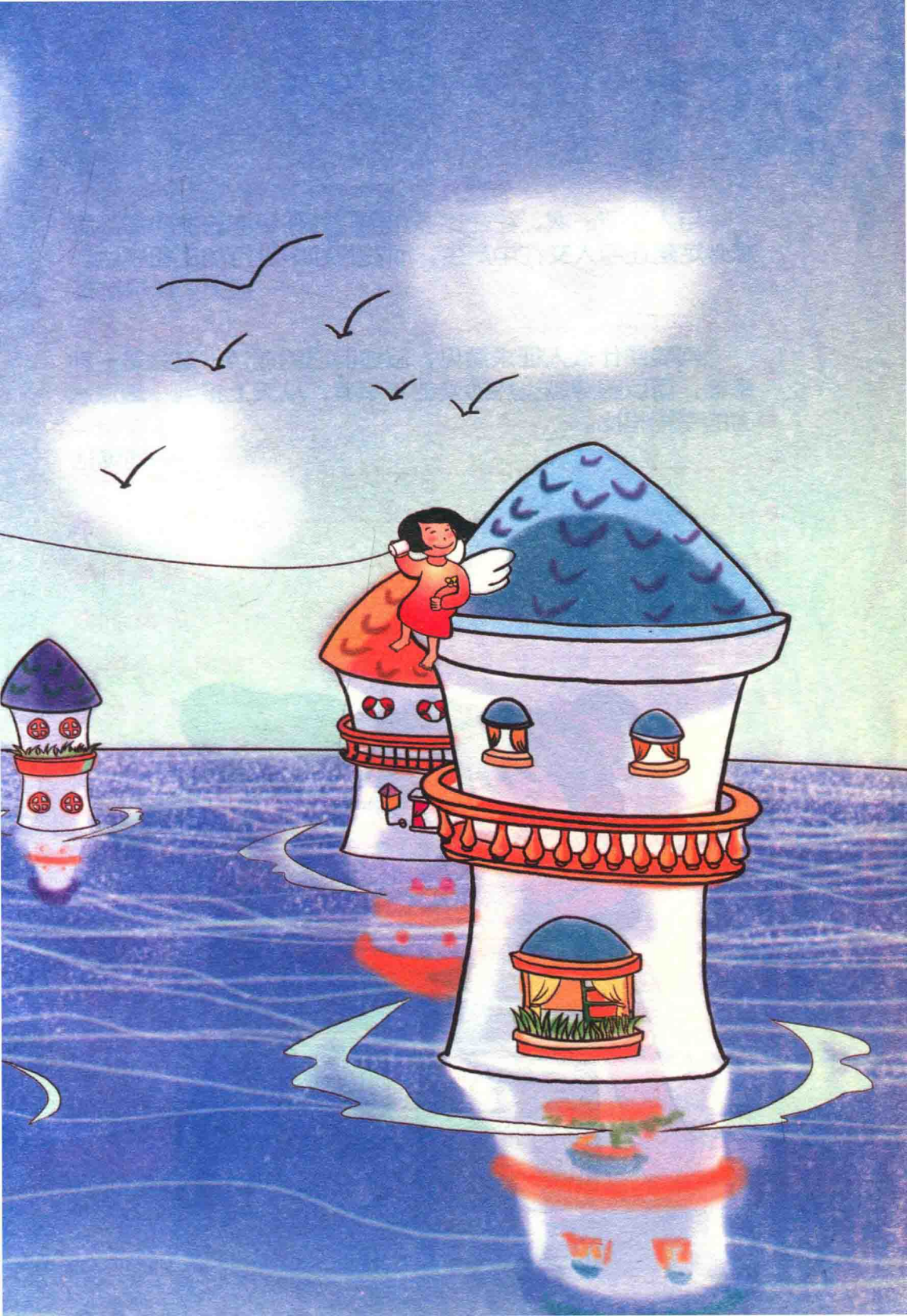
《阳光心灵》给我们带来阳光般灿烂的心情，相信这套精美的丛书定会吸引读者朋友们的眼球。寓意深刻的故事，惟妙惟肖的插图，让孩子们在知识的海洋中体会到成长的快乐。



沟通是一丝和煦的风，吹散了心灵迷惘的雾水；
沟通是一缕阳光，使孤寂的心充满温暖与光明；
沟通是一面镜子，映照出我们心灵的美好、纯真；
沟通是桥梁，传递着人与人之间最真挚的爱……
每个人都渴望倾诉，
每个人都应该倾听。
用心去聆听，用爱去感受，
我们的生活充满阳光，溢满欢笑。







与人交谈一次，往往比多年闭门劳作更能启发心智。思想必定是在与人交往中产生，而在孤独中进行加工和表达。

—列夫·托尔斯泰

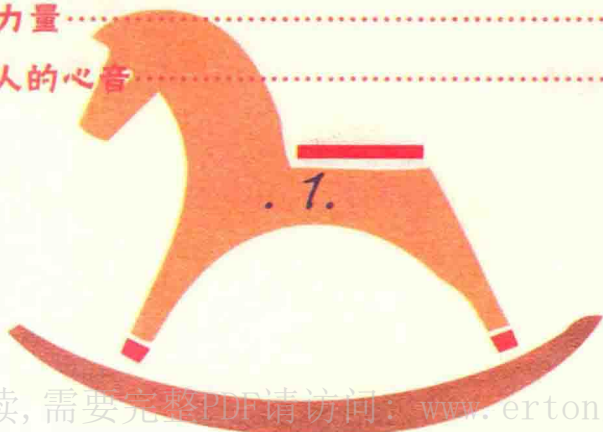
向随便什么人征求意见，叙述自己的痛苦，这会是一种幸福，可以跟穿越炎热沙漠的不幸者，从天上接到一滴凉水时的幸福相比。

—司汤达

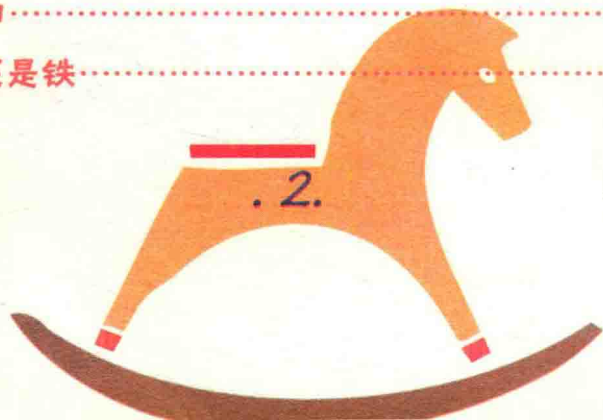


目录

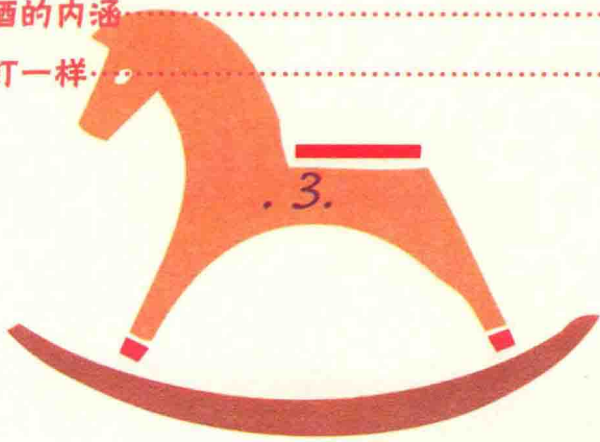
一只盐罐的力量·····	1
公车里的问候声·····	2
一泡童子尿·····	4
铁杵与钥匙·····	7
给别人钥匙·····	8
倾诉与倾听·····	10
将心比心·····	12
从陌生人开始·····	14
聪明的富兰克林·····	15
沟通带来的荣誉·····	17
采撷阳光·····	20
把阳光投射给别人·····	22
普鲁斯特的气度·····	24
开启心门·····	26
倾听的力量·····	27
聆听别人的心音·····	29



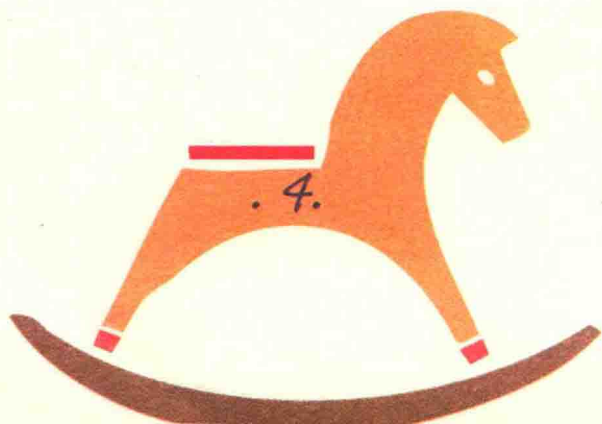
听的艺术·····	32
等待那只手·····	33
倾听的意义·····	36
谁都不会拒绝微笑·····	38
师父的点拨·····	40
不够分量的黄油·····	41
瞬间传递的温暖·····	42
让陌生人依偎·····	44
与优秀的人做朋友·····	45
提 醒·····	48
必要的表达·····	50
哈佛永远的痛·····	52
用幽默化解尴尬·····	54
沟通的绝招·····	56
幽默的作用·····	58
偶然的救赎·····	59
未发出的讣告·····	62
强盗的良知·····	65
沉默是金还是铁·····	67



赢了将军的士兵·····	70
保留那份本真·····	72
别和凸起的地砖较劲儿·····	74
希尔顿首席经理的传奇·····	77
沟通从“心”开始·····	79
芬克斯酒吧·····	81
用一辈子学会鼓掌·····	83
老师，我站着呢·····	85
最美的原谅·····	87
一堂关于“信任”的课·····	88
永远的伤口·····	90
信任是一种美德·····	92
如果错了就承认·····	94
礼貌与机会·····	97
尊重别人的好意·····	99
你鼓掌了吗·····	100
虚荣的椅子和嫉妒的脚印·····	102
一瓶啤酒的内涵·····	103
像螺丝钉一样·····	105



科恩的购物心得	107
你会很快交上朋友	111
杰克的微笑	113
别用眼睛伤害他	116
真正的朋友	119
胃的功劳	121
记住别人的名字	122
最伟大推销员的秘密	124
戴着面具的爱	126
老教授的魅力	128



一只盐罐的力量

有一家老式旅馆，餐厅很窄小，里面只有一张餐桌，所有就餐的客人坐在一起，彼此陌生，都觉得不知所措。

突然，一位先生拿起放在面前的盐罐，微笑着递给右边的女士：“我觉得青豆有点淡，您或者右边的客人需要盐吗？”女士愣了一下，但马上露出笑容，向他轻声道谢。她给自己的青豆加完盐后，便把盐罐传给了下一位客人。不知什么时候，胡椒罐和糖罐也加入了“公关”行列，餐厅里的气氛渐渐活跃起来，饭还没吃完，全桌人已经像朋友一样谈笑风生了，他们中间的冰被一只盐罐轻而易举地打破了。

第二天分手的时候，他们热情地互相道别，这时，有人说：“其实昨天的青豆一点也不淡。”大家会心地笑了。

有人曾慨叹人与人之间的隔膜太厚，这隔膜其实很脆弱，问题是敢于先打破它的人太少。只要每人都迈出一小步，你就会发现，一个微笑，一句问候，就会化解这层隔膜。人与人的交往需要点积极的行动。

公车里的问候声

威甘德登上了 121 号公共汽车。凭窗而望，芝加哥的冬日景色实在是一无是处——树木光秃秃的，地上因积雪融化而变得泥泞不堪，汽车就在这污水泥浆中前进。

公共汽车在风景区里行驶了几公里，可是谁都没有朝窗外看。乘客们穿着厚厚的衣服挤在一起，全都被单调的引擎声和车厢里闷热的空气弄得昏昏欲睡。

谁都没作声。这是在芝加哥搭车上班的不成文规定之一。虽然威甘德每天碰到的大都是这些人，但大家都宁愿躲在自己的报纸后面。这一举动的意义非常明显，彼此在利用几张薄薄的报纸来保持距离。

公共汽车驶近密歇根大道一排闪闪发光的摩天大厦时，一个声音突然响起：“注意！注意！”报纸哗哗作响，人人伸长了脖子。

“我是你们的司机。”

车厢里鸦雀无声，人人都瞧着那司机，他的声音很威严。

“你们全都把报纸放下。”

乘客们慢慢地放下报纸，折好，放在大腿上。

“现在，转过头去面对坐在你身旁的那个人。转啊。”

令人惊奇的是，乘客们全都这样做了。但是，仍然没有

一个人露出笑容。他们只是盲目地服从。

威甘德面对着一个年龄较大的妇人。她的头被红围巾包得紧紧的，他几乎每天都看见她，他们四目相对，目不转睛地等候司机的下一个命令。

“现在跟着我说……”那是一道用军队教官的语气喊出的命令，“早安，朋友！”

他们的声音很轻，很不自然，对其中许多人来说，这是今天第一次开口说话。可是，他们像小学生那样，齐声对身旁的陌生人说了这四个字。

威甘德情不自禁地微微一笑，完全不由自主。他们松了一口气，知道不是被绑架或抢劫；而且，他们还隐约地意识到，以往他们怕难为情，连普通礼貌也不讲。现在这腼腆之情一扫而光。他们把要说的话说了，彼此间的界限消除了。“早安，朋友。”说起来一点也不困难。有些人随着又说了一遍，也有些人握手为礼，许多人都大笑起来。

司机没有再说什么，他已无需多说。没有一个人再拿起报纸，车厢里一片谈话声，你一言我一语，热闹得很。大家都听到了笑声，一种以前在121号公共汽车上从未听到过的温情洋溢的声音。

其实只要我们轻轻地一声问候，就可以打开彼此的心门。放下外表伪装的冷漠，我们便能窥见发自内心的微笑，享受彼此传递的温暖。

一泡童子尿

说实话，我不敢去打开水，因为列车已经行驶半个小时了，对面那两个相貌粗鲁的汉子竟然一言不发，懒散地靠在座位上眯缝着眼，不知道是打瞌睡还是在谋划什么。他们旁边坐着一个怀抱孩子的妇女，而我旁边坐着一对老年夫妇。谁也不搭理谁。这个窗口边的小社会，不安全。

乘警来检票了。车厢里有点儿嘈杂，我听见一个逃票的被逮着了，我想：如果对面这两个家伙也是逃票的就好了。老年夫妇默默地找出票，那个抱孩子的妇女也从怀中摸出票，我想：我不该把票放进钱包，现在，我是掏还是不掏呢？我实在不想暴露钱包的位置。眼角的余光中，我总觉得那两个汉子在瞟我。我也不想离开座位去掏票，因为，椅子下放着我的重要包裹。

乘警来到我们座位边。老年夫妇首先递上票，接着是抱孩子的妇女。我注意着对面两个家伙，只见他们随手从口袋里捏出票，交给乘警——他们捏票的姿势活像贼。也就在这时，我迅速掏出钱包，将票递上。

乘警走了，我们的小社会恢复了安静。我身边的老年夫妇偶尔嘀咕两句，也不知道在说什么，给人小心翼翼的感觉。抱孩子的妇女很茫然的样子，眼睛看着车顶，或者窗外。“啵