



心有多大 世界就有多大

悠然

主编

带着梦想上路
使自己的人生不留遗憾

人因梦想而伟大
人更因实现梦想而成为自己
没有人可以阻碍我们的成长
使我们倒下的只有我们自己
在自己努力的奋斗中
你就是自己的奇迹

267.1

147

心有多大 世界就有多大

悠然 主编

陕西师范大学出版社有限公司

图书在版编目(CIP)数据

心有多大,世界就有多大 / 悠然主编. -- 西安: 陕西师范大学出版总社有限公司, 2012. 5

ISBN 978-7-5613-6153-5

I. ①心… II. ①悠… III. ①成功心理—通俗读物
IV. ①B848.4-49

中国版本图书馆CIP数据核字(2012)第079353号

图书代号: SK12N0223

心有多大,世界就有多大

责任编辑: 周宏

装帧设计: 开言神韵

出版发行: 陕西师范大学出版总社有限公司

(西安市长安南路199号 邮编 710062)

印刷: 北京飞达印刷有限责任公司

开本: 787mm×1092mm 1/16

字数: 280千字

印张: 15

版次: 2012年9月第1版

印次: 2012年9月第1次印刷

ISBN 978-7-5613-6153-5

定价: 28.80元

[代序]

你的心有多大，你的世界就有多大

你的心有多大，你的世界就有多大。

带着你的梦想上路，让你的人生没有空白。

一位非洲农村贫困的家庭妇女，三十多岁，仅有小学一年级的学历、抚养着五个孩子并长期忍受着身患艾滋病丈夫的家庭暴力，试想一下，她还能有多少人生追求、多少人生梦想和学业成就？然而特莱埃·特伦恩德颠覆了世上所有童话大师最灿烂的灵感和最狂野的梦想。据《纽约时报》报道，2009年12月，44岁的特莱埃在美国西密执安大学获得了哲学博士学位。

其实，特莱埃的梦想再简单不过，就是受教育的渴望。1965年生于津巴布韦一个小村落的她只上了一年小学便被父亲打发回家。毕竟家里还有未来能为父母挣钱养老的哥哥需要上学，又何必在终有一日被扫地出门的女孩身上浪费学费呢？

辍学的特莱埃却偷偷地让哥哥教她识文读字。在她做功课的石头上，特莱埃用一张小纸条写下了自己的四个伟大梦想——出国留学、读完学士、硕士和博士。然后，她按照非洲人的传统将写着这四个梦想的纸条放进一个瓦罐里，埋在家门口的那块大石头旁。

年仅11岁的时候，父亲便把特莱埃嫁给了在整个婚姻生活中不断使用暴力

的丈夫，特莱埃一直默默忍受着。机会的缺失让这位渴望受教育的女孩跻身于发展中国家因为贫困辍学而提前荒废学业的7500万人中的一员。

时光流逝，一晃十几年过去了，她已经是五个孩子的母亲，年过三十仍然在贫困线上挣扎。正当梦想将被深埋于非洲大地之时，她等来了改变命运的非常时刻。一个国际援助组织的志愿者团队路过她居住的村庄，在与村里妇女交谈中，特莱埃向带头的一位志愿者乔·拉克女士说出自己内心埋藏已久的四个梦想。

幸运的是，乔·拉克女士并没有对这位小学一年级文化程度的家庭妇女和这四个“荒谬透顶”的梦想轻描淡写地例行公事，而是告诉特莱埃一句话——只要你心怀梦想，就一定可以实现。

千里之行，始于足下。特莱埃从为国际援助组织工作开始，攒下工资攻读函授课程。1998年在国际援助组织的大力帮助下，她被美国俄克拉荷马州立大学录取而有幸进入本科学习。怀揣录取通知书迈出国门，对今天绝大多数中国留学生来说是易如反掌的事情，然而对这位三十多岁的非洲女性而言却异常艰难。

“我不能丢下五个孩子不管。”特莱埃回忆，“要不，她们很可能就被我的丈夫给随便嫁人了，我不能这样做。”为了不丢下孩子，特莱埃不得不带上丈夫一行七人到美国留学。家里卖牛卖地，邻居们卖羊，终于凑了4000美元放在最贴身的衣袋里，特莱埃的美国留学梦想终于实现了。

梦想是美好的，现实却是残酷的。很快，留学梦变成了一场噩梦，非洲的贫困生活变成了美国式的贫穷。微薄的助学金、上学的孩子、加上无所事事的丈夫，一家人被迫挤在冰冷、残破的车式房子里。没有办法特莱埃只好到家门

前的垃圾桶里找邻居丢弃的食物。丈夫用拳打脚踢发泄着不满，孩子总是饥寒交迫，吃不饱肚子。

她不得不打几份工，利用一切时间进行学习，不仅缺少睡眠，还要忍受可怕的家庭暴力。虽然心知自己身上承载着非洲妇女和众多帮助过她的人们的期望，但特莱埃还是差点就坚持不下去了。不过可喜的是，她的善良和才智打动了身边的人们，正当俄克拉荷马州立大学因为她交不起学费准备要开除她时，一位学校官员亲自干预并发动老师、学生伸出援助之手。这位官员说：“我看到她身上有一股巨大的潜能。”

当地的慈善组织定期捐出食品，国际援助组织提供房租补助，一位好心的沃尔玛超市员工总是用心地将刚刚过期的水果定点放在超市外边留给特莱埃。就这样，她实现了自己的两个梦想——留学美国和完成学士学位。

当特莱埃在美国俄克拉荷马州立大学开始学业时，不得不重新面对之前因家庭暴力而被美国移民局解递出境的丈夫。这时她的丈夫已因患艾滋病到了生命的最后时分。在近一年的时间里，特莱埃边上学，边照顾孩子，还要服侍从非洲接回美国的丈夫，这种生活一直持续到 he 去世。

非洲大陆艾滋病的现状激发了她完成了关于非洲艾滋病预防的博士论文，并开始为改变她命运的国际援助组织担当项目评估专家。而且，她在改变自身命运的过程中找到了属于自己的爱情。她与俄克拉荷马州立大学认识的一位病理学家马克·特伦恩特结为夫妻。

就这样，用毅力和智慧抗拒着生命中的一个个“不可能”，特莱埃实现了自己的全部梦想。2009年11月至今，她成了美国媒体聚焦的人物。来到美国最著名的日间谈话节目“奥普拉秀”向世人讲述自己的故事，相信这个时刻，她

将感动非洲、感动世界。

每个人从小就怀着许多梦想，并为未来勾画着一个个美丽的蓝图。如何拥有一个成功的人生，成为一个成功的人士，能够事业有成，这是人人都向往的，然而真正能够如愿以偿的人却寥寥无几。为什么总是事与愿违？

首先要想到达目的地，方向路线必须正确，一旦方向路线错了就不可能达到终点，就像南辕北辙，结果只能离目标越来越远。俗话说“缺者为贵，物以稀为贵”，而人生也需要这种思想，想在人群中崭露头角，必须追求人类精神中稀有缺乏的东西。你的心有多大，你的世界就有多大。

目录

CONTENTS



代序 你的心有多大，你的世界就有多大 / 1

第一辑 幸福是生命开出的一朵花 / 1

- 2 用爱做人，为爱做事
- 4 一段温暖的路程
- 7 打开心里的那扇窗
- 8 等一下，让心灵先到达目的地
- 11 生命的柠檬茶
- 14 有一种幸福叫做守候
- 16 给心灵穿上温暖的衣裳
- 18 “金手臂男人”的爱心传递
- 20 感动奥巴马的华裔女子
- 23 水晶心
- 25 祝福的价值
- 27 有生命就会有希望



第二辑 让爱的阳光照耀人生空白 / 31

- 32 爱情的阳光会拐弯
- 34 留守儿童的美丽妈妈
- 38 直抵心灵深处的爱
- 41 照亮美国的蜡烛
- 43 隔着光阴的爱情
- 46 谁是你拿来爱的人
- 50 学会拉自己一把
- 54 幸运是挖尽最后一锹土
- 56 感动中国的平凡洗脚妹刘丽
- 58 在黑暗中点亮一盏小灯
- 61 仁爱无敌



第三辑 让梦想照进现实 / 65

- 66 命运是那个不认输的梦
- 68 写下你的梦想，哪怕在一张便笺上
- 70 出色的人生需要填满空白
- 72 别让任何人偷走您的梦
- 74 像烟花那样灿烂
- 77 机会只给那些善于等待的人

- 79 人，因梦想而伟大
- 81 莫让人生留空白
- 83 不要仅限于梦想，去实现它吧
- 85 一条骄傲的咸鱼
- 89 只要有梦想
- 92 丑小鸭更要为了梦想而奋斗



第四辑 没有谁能阻挡你出人头地 / 95

- 96 你就是自己的奇迹
- 98 巴菲特也曾被拒门外
- 100 改变，就从这一刻开始
- 103 战胜自我，你将赢得世界
- 106 机会是靠自己争取的
- 109 心有多大，舞台就有多大
- 111 为何不多努力一次
- 113 能力只是能耐的二分之一
- 116 7987次磨砺
- 118 不要以为自己从未得到机会
- 120 带着梦想上路，让人生没有空白
- 123 不要让梦想偏离轨道

- 125 缩小自己才能翱翔苍穹
- 128 把理想的海拔降低
- 130 人生真的是希望无敌
- 133 生命因磨炼而美丽



第五辑 人生，随时可以重新开始 / 137

- 138 别让瑕疵影响你一生
- 139 你的眼里有什么
- 143 带着目标上路
- 145 人生没有彩排
- 147 跳起来摘苹果
- 148 相信自己是最棒的
- 150 把人生的苦难放在远处欣赏
- 152 好走的都是下坡路
- 154 点燃心中的圣火
- 156 “男前豆腐”的成功秘诀
- 158 别再为打翻的牛奶哭泣
- 161 没有最好，只有更好
- 163 一个著名的失败者
- 166 马云是如何成功的

目录

CONTENTS



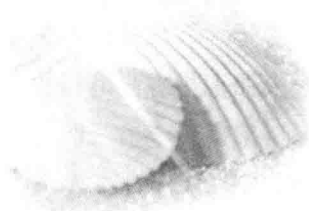
第六辑 把生活的时代变为最好的时代 / 169

- 170 人也需要水的智慧
- 172 性定菜根香
- 173 和低手较量越多，自己越臭
- 175 把生活的时代变为最好的时代
- 177 起家于八小时之外的富翁
- 179 别忙得连思考的时间都没有
- 182 不妨把事情做到极致
- 183 果断放弃你人生的7%
- 185 让生命沸腾起来
- 187 试着把订单分给对手
- 189 输什么也不能输了心情
- 192 留住心中的“希望种子”



第七辑 发现属于自己的位置 / 195

- 196 人生没有下脚料
- 198 做自己喜欢并擅长的事情
- 200 发现属于你自己的位置
- 202 决胜在意料之外
- 204 始终留一只眼睛看自己
- 207 把负重变成人生的梯子
- 209 学会冒险，人生才会精彩绝伦
- 211 打好你手中的牌
- 212 错出来的成功
- 214 凡事可以“赶”但不要“急”
- 217 别让偏见影响你的视野
- 219 人生没有迈不过去的坎
- 222 梦想是人生唯一的行李
- 224 大有大的优势，小有小的长处



第一辑

幸福是生命开出的一朵花

对人生而言，幸福快乐是最好的药。幸福快乐是生命开出的一朵花，它不仅能延缓我们生理机能的衰老，而且还可以让我们通过快乐这扇心窗，在逆境中，依然看到世界的美丽和阳光。

那些胸襟开阔的人始终生活在幸福和关爱之中，这些幸福和关爱既来自于别人，也来自于他们自己。



用爱做人，为爱做事

哲学家说，爱是一种特殊材料制成的媒介物，它使人容颜焕发，青春常在；文学家说，爱是一首激动人心的抒情诗，让人心潮涌动，热情澎湃；医学家说，爱是一剂千古难觅的心理良药，令人经络疏通，忧愁不在；教育家说，爱是一种无与伦比的教育手段，使人学业有成，精神百倍……

2010年6月8日，菅直人上任日本新首相，成为日本第94任首相。令人激动的是，在他的新内阁成员名单中，有一位名叫莲舫的女子。虽然如今女性从政的并不少见，但她却是日本历史上首位跻身内阁的华裔女子！

莲舫在1967年出生于日本东京，她的父亲是一位中国商人，母亲是日本人。1990年，莲舫大学毕业后在朝日电视台做了一位新闻主持人，这让她亲身接触到了许多青少年犯罪的新闻事件，令她心痛万分。至于东京街头，更是随时可能看见警车带走一位又一位青少年的情形。莲舫深深感到要重视对下一代的教育，否则将来的社会会令人堪忧。

有一天，莲舫下班了，正走在回家的路上。此时，一个大约只有十三四岁的小男孩从一边窜出来，飞快地抢走了莲舫的手提包。当然，最后那个小男孩还是被街上的人给抓住了，有热心的围观者还打电话报了警。然而，当警察赶到这里时，莲舫却对警察撒了一个大谎：“这是我的远房表弟，他在和我开玩笑，虽然这个玩笑过分了一点。对不起大家了！”

其实，莲舫心里有自己的想法，这位青少年一旦被警察带走，将意味着他有了法律上的“污点”，而莲舫却认为，这只不过是一个小小的错误，并不是什么污点！犯不着因为这样的小错误而毁了他的美好前程。

警察虽然觉得此事有点蹊跷，但好在没造成什么太恶劣的影响，于是警告了他们一下，就打道回府了。旁边的那位小男孩用不解和感激的眼神看着莲舫。莲

舫对那位小男孩说：“不用怕，带我去你家！”

到了小男孩家里，莲舫才知道他是一位不喜欢读书、成绩也不太好，而且经常瞒着学校和家长逃课、玩耍、打游戏的男孩。从那以后，莲舫一有空就拿着一些少儿书籍和励志讲座的光盘送到他家，并且还时常对他讲一些对人生有益的故事和哲理，在小男孩家长的配合下，不到半年的时间，那位小男孩就像完全变了一个人一样，学习成绩也提高了，同学间相处也变得更加友善和融洽了，每逢节假日，除了在家看书或者参加一些集体活动外，再也不到处疯玩了。

莲舫为他的改变而开心，同时也受到了极大的鼓舞，于是走近了更多的“问题青少年”，努力教育和改变他们，然而，繁忙而紧张的工作使她越来越觉得力不从心了。

到了1995年，几经思量，莲舫决定辞掉电视台的工作，专心参与到青少年的保护和教育工作中去，她甚至希望自己能够步入政界，因为只有这样，在一些政策的制定上，她才能做一般人所做不到的事。朝日电视台的台长得知此事后很惋惜，对她说：“要知道，你现在放弃，等你重新想要拥有这份工作时就难了！再说，你的工作表现非常好，有什么辞职的理由呢？”

“我只为爱！爱我们的下一代，爱整个社会，爱我们的未来！”莲舫这样回答。她心里明白，她的打算谁也无法改变！

辞职后，莲舫先是“寻根”到了中国，进入了北京大学汉语中心学习中文和儒学，留学期间，她一有机会就到各地旅游，了解当地的风土人情，她的足迹遍及内蒙古草原、甘肃、四川，并且吸收了大量的精神营养。

回到日本后，莲舫开办了一家小小的青少年教育机构，短短的时间里，她取得了令人瞩目的成绩，她自己也由衷的高兴。

奋斗了几年后，在一名先辈的介绍下，莲舫终于加入了日本民主党，正式进军政界，当选为日本国会参议员，成了国会中唯一一位华裔政治家，参与教育与福利委员会的工作，并随后出任厚生劳动省副大臣。

在2009年的一次国家预算会议中，一位经济产业大臣提出要用一大笔资金开发世界一流的电脑，莲舫为此提出抗议：“你们为什么一定要争着做世界第一呢？做第二就不行了吗？”接着，她把一系列青少年犯罪资料摆了出来，“我们

真正最应该考虑的是怎么教育和保护我们的下一代，而不是如何争做世界第一！只想着赚钱而缺少爱和关怀的民族，不是一个好民族！”

最终，莲舫的提议得到了国会的认可，把很大一部分开发电脑的费用转移到了对青少年的教育和保护等措施上，也正如此，莲舫的影响力得到了进一步地提升！2010年，菅直人政府再次在原有的基础上，又任其为消费者及少子化大臣和行政刷新大臣！

一位华裔女性，在日本内阁以独特的人格魅力闪耀光芒。谈到自己一路走来的旅程时，莲舫说：“用爱做人，为爱做事！只要心中有爱，理想就能成真，因为爱是一个任何人都无法抗拒的东西！”

特别值得一说的，在莲舫出任新内阁成员的同时，国会里又多了一位名叫山界男的年轻参议员，而这位参议员，正是十多年前，被莲舫用一句“谎言”从警察手里“救”下来的那位小男孩！

古人说：“纯洁的心是女人最高的财产。”培根也说：“形容表现不出的部分，正是美中的最美之处”。

★心灵感悟★

心灵美是潜于内心深处的美，那是用化妆表现不出来的。一个妇女有高尚的品德、广博的知识、善良的心地、纯洁的灵魂、为人处世有道、坦诚的胸怀，这样的女人才是最有魅力的天使。

一段温暖的路程

在中国，发生在小人物身上的事迹有时却蕴藏着无穷的力量。比如陈玉蓉，她只是一位普通的母亲。米尔说：“母爱是世界上最伟大的力量。”她把最无私、