



每册精选50篇正能量满满的暖心文字
每页特别奉献一句改变你心情的哲言思语

If you are Sunshine

不管什么天气，随时带上自己的阳光；
不管什么遭遇，内心装满开心的童话，就能过好这一生。

愿你是阳光
明媚不忧伤

《哲思》编辑部



我们是自己的太阳，
无须凭借谁的光。

总有一天，我们会站在最亮的地方，
活成自己曾经渴望的模样。



中原出版传媒集团
大地传媒

文心出版社

愿你是阳光
明媚不忧伤

▼《哲思》编辑部

 If you are Sunshine

中原出版传媒集团
大地传媒

文心出版社

图书在版编目 (CIP) 数据

愿你是阳光, 明媚不忧伤 / 《哲思》编辑部编. —

郑州: 文心出版社, 2014.11

ISBN 978-7-5510-0928-7

I. ①愿… II. ①哲… III. ①故事—作品集—世界

IV. ①I14

中国版本图书馆CIP数据核字(2014)第259899号

愿你是阳光, 明媚不忧伤

作 者 《哲思》编辑部 / 编

选题策划 王春地 郭 丽

责任编辑 齐占辉

责任校对 张瑞芳

封面设计 阿鬼设计

版式设计 孙 波

出 版 社 文心出版社

地 址 郑州市经五路66号

(邮 政 编 码 450002)

发行单位 全国新华书店

承印单位 北京同文印刷有限责任公司

开 本 880mm × 1230mm 1/32

字 数 200千字

印 张 7.5

版 次 2015年1月第1版

印 次 2015年1月第1次印刷

书 号 ISBN 978-7-5510-0928-7

定 价 19.80元

声 明

本书由《哲思》编辑部组稿、编写。由于部分文章由读者推荐,我们绕了地球一圈,也未能找到作者的联系方式,由此给您带来不便,我们深感抱歉。

若您看到此消息,请及时与我们联系,我们将第一时间让稿酬飞向您的手中。再次向您致以诚挚的歉意,并深深地感谢您为读者奉献了一场文字的盛宴!期盼与您的再次合作!

联系电话: 010-52860577


《哲思》编辑部



Sunny_

不要再追逐光明了，让自己发光吧。让未来的你，感谢今天你所付出的努力。

如果 只是 向往， 远方 依旧 是 远方。



有一天你将破蛹而出，成长得比人们期待的还要美丽。
但这个过程会很痛，
会很辛苦，
有时候还会觉得灰心，
面对着汹涌而来的现实觉得自己渺小无力，
但这也是生命的一部分。
做好现在你能做的，
然后，一切都会好的，我们都将孤独地长大，不要害怕。



为自己勇敢一次

无论去哪儿，
什么天气，
记得带上自己的阳光。

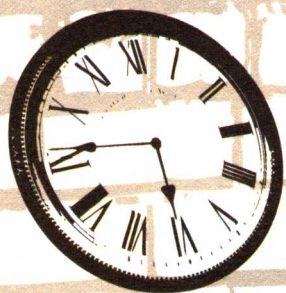
Sunny_



总

与其担心未来，
不如现在好好努力。
人生这条路上，
只有奋斗才能给你安全感。
不要轻易把梦想寄托在别人身上，
未来是你自己的，
只有你自己能给自己最大的安全感。
别忘了答应自己要做的事，
别忘记自己想去的地方，
不管那有多难，有多

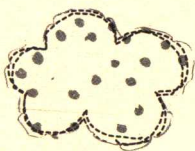




目 录

第一季 为梦想勇敢： 成长都是一个时辰一个时辰熬出来的

— 谁的青春一直步履轻盈 —	002
— 没有迷惘的青春是荒凉的 —	004
— 成长是一个时辰一个时辰熬出来的 —	007
— 别在最能吃苦的年纪选择安逸 —	012
— 没有天生好命，只有咬牙奋斗 —	014
— 不要让潜力始终沉睡 —	016
— 寻找夜空中最亮的星星 —	018
— 你的逆袭，难以复制 —	020
— 请相信这是一个美好的过程 —	022
— 迷茫就是才华配不上梦想 —	025
— 成功的路，从来不会那么容易 —	027
— 把自己逼成超人 —	032
— 深夜痛哭的人 —	036
— 人生无小事 —	040
— 害羞，让我们来克服它 —	043
— 年轻时的苦难，出钱也该买 —	046



第二季 为自己努力：

不要让未来的你，讨厌现在的自己

_ 最伟大的预言师 _	050
_ 你在找借口，我在想办法 _	053
_ 是生活无趣，还是你无趣 _	056
_ 不要让未来的你讨厌现在的自己 _	060
_ 不要只是希望，你要决定 _	063
_ 在成熟之前，承受时光的黑暗 _	065
_ 命运就算恐吓你，别心酸流泪 _	068
_ Hi，新搬来的你 _	071
_ 上大学有什么用 _	077
_ 别找借口了，你只是不够努力 _	082
_ 当电视机坏了 _	085
_ 岁月会成就最好的自己 _	088
_ 你只需深信不疑 _	091
_ 如果兔子拼命奔跑，乌龟怎么办 _	094
_ 全力绽放的青春 _	097
_ 成为流星的方法 _	100
_ 浮萍人生 _	103
_ 进个圈子锻炼自己 _	105
_ 接纳不完美的自己 _	108
_ 化窘境为笑声 _	110



第三季 为希望前进： 开始了就别停下，追逐梦想的路上永无遗憾

- _ 梦想，不只是说说而已 _ 114
- _ 大泽梦想奇遇记 _ 117
- _ 没人在意你遭遇过什么 _ 121
- _ 梦想不是一日看尽长安花 _ 124
- _ 一直跑，直到阴霾笼罩不了 _ 126
- _ 坚持下去，你才有幸福的资本 _ 128
- _ 即便输了起点，至少我们还有拐点 _ 130
- _ 每一步转弯，原来都暗藏方向 _ 132
- _ 每个人都有自己的机会前传 _ 135
- _ 我们身边都会有这样一个“异类” _ 138
- _ 没那么难，只需下功夫而已 _ 141
- _ 拼的不是天赋，是努力 _ 144
- _ 如果你够惊艳 _ 148
- _ 让有趣的人生扑面而来 _ 151
- _ 不要让任何人偷走梦想 _ 154
- _ 你必须找到你所爱的东西 _ 156
- _ 不放弃梦想，是青春唯一的出路 _ 161



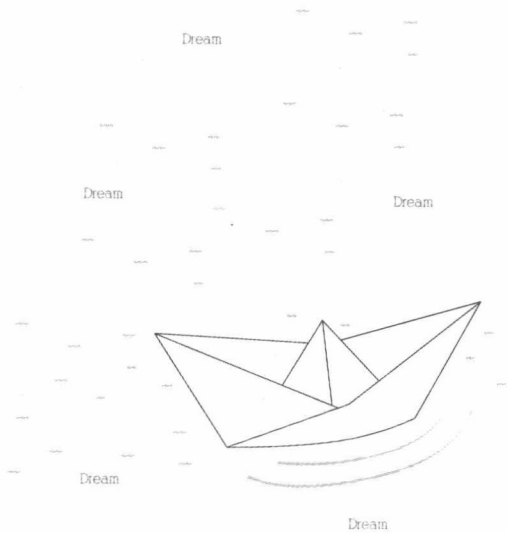
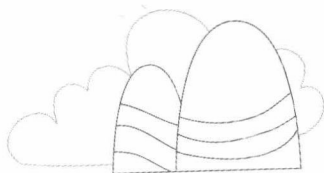


第四季 为美好付出： 坚持那些不变的，才能去适应变化着的

- | | |
|--------------------|-----|
| _ 最奢侈的梦，是不忘初衷 _ | 166 |
| _ 让笑话你的人成为笑话 _ | 169 |
| _ 让生活彻头彻尾地改变 _ | 172 |
| _ 和自己相处，真棒 _ | 175 |
| _ 孤独是你的必修课 _ | 177 |
| _ 走一步路不需要勇气 _ | 180 |
| _ 不再做 Yesbuter _ | 182 |
| _ 带着感激走，我看好你 _ | 185 |
| _ 嘘，别紧张 _ | 188 |
| _ 让每一个今天都有意义地度过 _ | 191 |
| _ 你永远想象不到你的未来 _ | 196 |
| _ 当坚持成为一种信仰 _ | 198 |
| _ 暂且把理想放一放 _ | 202 |
| _ “不可能”这句话没意义 _ | 204 |
| _ 从小舞台到大舞台 _ | 206 |
| _ 时光的魔法棒 _ | 209 |
| _ 比梦更遥远的地方 _ | 212 |
| _ 向下弯腰，向上攀登 _ | 215 |
| _ 梦真重，像沾满了那些年的雨滴 _ | 218 |

第一季 为梦想勇敢：

成长都是一个时辰一个时辰熬出来的



碰到一点压力就把自己变成不堪重负的样子，碰到一点不确定性就把前途描摹成暗淡无光，碰到一点不开心就把它搞得似乎是这辈子最黑暗的时候，大概是只因为不想努力而寻找的最拙劣的借口。

— 谁的青春一直步履轻盈 —



这是一个浮躁的社会，大家以为只有速成，才是走向成功的唯一标准。我们仿佛都忘了一个词语，叫作“水滴石穿”。

从古至今最传统的成功，是“天将降大任于斯人也”的坚持和执着。

俞敏洪，两次落榜，第三次才考上北京大学，在大学里情场失意，他的理想是读哈佛，但3次都被拒签。

当时“新东方”还远没有现在的规模，只是北京地区一个小有名气的英语教学机构。俞敏洪当时租的房子因为租金不高，盛夏酷暑的夜里老是停电，于是他们就用蜡烛点灯上课。实在热得不行了，就托人找来一米多高的冰块摆在教室里驱热。有一夜北京高温三四十摄氏度，台上的老师中暑晕倒了。在把老师送到医院后，俞敏洪回到教室看到这样的环境，看着挥汗如雨的学生和老师，看着看着，就哭了。

李安大学毕业后，有一段长达6年的失业期。每天李安能做的就是目送妻子林惠嘉开车去工作，然后自己独自回家写剧本、做家务。终于有一天，李安实在无法忍受这种生活，就瞒着妻子去当时的社区大学报名学电脑以改善自己的处境。那天他惴惴不安地送妻子上班，林惠嘉站在台阶上对李安一字一句地说：“安，要记得你心里的梦想。”那一刻，李安心里突然像起了一阵风，那些快要淹没在庸碌生活中的梦想，像那个早上的阳光，直射进他的心底。妻子开车走了，李安拿出包里的

课程表，慢慢地撕成碎片，丢进口口的垃圾桶。世间不缺少一个电脑员，却缺少一个名叫“李安”的导演。

龙应台的18岁，是在一个海边渔村里度过的。那些18岁的回忆，远远撑不起一个青春少女完美的梦想。但是，那个渔村、那些回忆，却成了让她从容面对黑白价值颠倒、权力更迭、帝国瓦解、围墙崩塌还有城邦兴衰的力量。让她在事物被颠倒，被渗透，被解构，被操纵到难辨真假、难分是非时保持清醒的“锚”，可以最原始的面貌存在与面对。那个18岁的小渔村，没有给她足够的知识和背景，却给了她一种能力：悲悯的能力；同情的能力。

其实，不是每个人的成功，都是一剂良药，冲水即食；不是每个人的成功，都是一条咒语，默念即灵。但是，每个人的成功，都曾是在青春里呐喊过、失望过、彷徨过、失意过，却未放弃的对理想的坚持。他们可以摒弃一切外在的纷扰和杂念，只倾听自己内心的向往和执着。就算是痛彻心扉的失败和挥之不去的烦恼，甚至身体上的折磨，都没有内心的空虚和空洞来得无力与可怕。

我们不必在青春的舞台上叹息着属于自己的那一刻还未到来。因为，不是所有的成功都是急功近利的模仿，不是所有的梦想都是人云亦云的盲从。青春，是一场自编自导的独幕剧，唯有最艰苦的等待以及最长久的坚持，才能在人生的红毯上走得步履轻盈，才值得获得最经久不衰的掌声。

_ 没有迷惘的青春是荒凉的 _



二十来岁的青年人，谈得最多的情绪或者心态，可以用两个字来概括：迷茫。

有人很写实：我现在读大一，父母让我考研，我不怎么想，我一直想创业，但感觉现在的我什么都没有，未来很渺茫，我该怎么办？有人很文艺：我就像一只趴在玻璃上的苍蝇，前途一片光明，但又找不到出路……

问题集中在22岁左右，面临大学毕业，真正要单飞了。22岁的荷尔蒙，包括轻狂、迷惘、忐忑、挣扎……

青春特有的迷惘，说明你有强大的生命力与不安分的心。像心电图，有起伏，忐忑，才正常。若一帆风顺成直线，就证明你“挂”了。难过的时候，原谅自己，你只不过是一个人而已，没必要把自己看得那么坚不可摧。

能力与阅历，都是我们要的。将来的你，一定会感谢现在拼命努力的你。

大雨过后，有两种人：一种是抬头看天，看到蔚蓝与辽阔；一种是低头看地上的淤泥，看到的是杂乱与麻烦。或疯狂或迷惘，青春的色谱绚烂而丰富，可以单纯但是不要单薄，没有迷惘的青春，要么很假，要

么很荒凉。

优米网在微博里搞了个句式接龙：我不是×××，我不会×××，我只要×××的梦想。在青春年少的年代，常常无法豪迈地说“我是什么”，而是一句否定句“我不是什么”，这有些悲哀，不过，也很励志，毕竟青春不轻易服输，因为我们有时间的成本和理想的资本。应者云集，大家都用“我”造句，自我鼓励。撑不住的时候，可以对自己说声“我好累”，但永远不要在心里承认说“我不行”！

如新精英生涯发展中心的佟海宝造句：“我不是奥特曼，我不会拯救地球。我只要做我自己，和与众不同的梦想。”更多的人喊着“我不是Sheldon（谢尔顿），我不会三国杀”“我不是刘谦，我变不出梦幻”……总之，我不是你想的那么坚强，我只要坚持照顾好自己的野心就是我的梦想。

“天增岁月人增肉，春满乾坤肉满身”，洒脱的“地主小豆”在微博里写道：2005年的我，本命年，刚毕业，过得非常不好，感情乱七八糟，工作稀里糊涂。无数次坐在出租房门外楼梯间哭……并不爱哭的我，眼泪在那一年里都快流干了……当时，一年搬7次家换3份工作不觉得有什么，现在反而好同情那时的自己；更惨的是第二年还动了大手术，男友那期间跟人跑了。我应该叫“豆小强”才对。那时日志写得也很消沉，朋友在里面留言都是：希望下次进来，悲伤不再是你空间的主旋律。所幸我们现在都越来越好，正面能量和气场会给我们带来更多幸运！

柏拉图告诉弟子自己能够移山，弟子们于是纷纷请教方法。柏拉图笑道：“很简单，山若不过来，我就过去。”

哈佛大学有一调查说，人一生平均只有7次决定人生走向的机会，两次机会间相隔约7年，大概25岁后开始出现，75岁以后就不会有什么机会了。这50年里的7次机会第一次不易抓到，因为太年轻。

最后一次也不用抓，因为太老。这样只剩5次，这里面又有两次会不小心错过，剩下的只有3次机会。所以，迷惘归迷惘，别忘记更重要的事情：抓住机会。

踮起脚，我闻到了太阳的味道。

