

读懂人生，点亮智慧心灯

The Bed Time Story on Philosophy

Classic books
19.9元
超值典藏

人生哲理 枕边书

胡洁萍◎编著

通达人生的睿智，从容入世的淡然
于无声中感受幸福的温度
绽开的是那一抹会心的微笑



吉林出版集团有限责任公司

超值典藏

人生哲理 枕边书

胡洁萍◎编著



吉林出版集团有限责任公司

图书在版编目(CIP)数据

人生哲理枕边书 / 胡洁萍编著. —长春: 吉林出版集团有限责任公司, 2011.6

ISBN 978-7-5463-5477-4

I. ①人… II. ①胡… III. ①人生哲学—通俗读物
IV. ①B821-49

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2011) 第 090027 号

人生哲理枕边书



【出版策划】

孙亚飞

【责任编辑】

郝秋月

【责任校对】

王媛

【特邀审校】

佳文编校 慧眼文化

【文图编辑】

若水

【封面设计】

罗雷

【版式设计】

阮剑锋

【美术编辑】

何冬宁 张日河

【插图绘制】


孙至付

出 版: 吉林出版集团有限责任公司 (www.jlpg.cn/yiwen)

(长春市人民大街4646号, 邮政编码 130021)

发 行: 吉林出版集团译文图书经营有限公司 (http://shop34896900.taobao.com)

电 话: 总编办 0431-85656961 营销部 0431-85671728

制 作:  (www.rzbook.com)

印 刷: 北京联兴盛业印刷股份有限公司

开 本: 889×1194mm 1/16

印 张: 15

字 数: 250千字

版 次: 2011年6月第1版

印 次: 2011年6月第1次印刷

定 价: 19.90元

前言

人生是一个追寻的过程，我们追求事业、追求成功、追求温情、追求幸福。时光在指尖流转，生活在光阴中继续。每个人都希望自己的人生是完美的，虽然这一点很难做到，但是我们却可以让自己的人生少留遗憾，这样的一生同样是完满的。

我们这一生，希望做一个自己满意的人。我们希望自己优秀出色、获得成功、赢得精彩，于是我们努力拼搏着。

我们这一生，希望做一个别人满意的人。我们希望获得更多的支持与帮助，获得更多的爱和关怀，于是我们努力经营着。

我们这一生，希望获得更多的财富和成就。我们希望自己的人生是富足而顺畅的，于是我们努力耕耘着。

我们这一生，希望得到最多的快乐和幸福。我们希望自己的每一天都过得愉悦和惬意，希望身边的每个人也能跟自己一样，于是我们努力付出着。

……

虽然我们这一生有蹉跎、有悔恨、有懊恼、有不快，但当走完它时，我们总希望自己留下的是欢乐、是美好、是牵挂、是无悔。可是在这个过程当中，我们免不了迷茫，避不开彷徨，我们的心灵需要不时的慰藉才能继续前行，所以需要时时翻开一本心灵的大书来给我们温暖与抚慰，无论是有所感还是有所得，都算是一种收获。

每个人都希望拥有一个完满而难忘的人生，并为此付出努力。虽然生活当中总有一些不如意，但是我们的信念却从不停歇。因为我们知道，生活总要继续，还有许多美好的人和事在未知的前方等待着我们。为了能够见到他们和它们，我们不能停下来，当然我们也停不下来。因为我们已经在生活中了，所以请跟着它快乐地走下去吧！

人生哲理枕边书

目录

第一章

活着是一场修行

9

- ◎生活就是哭着生，笑着活 9
- ◎生活是镜子，你笑它才笑 10
- ◎给平淡加一点热情 12
- ◎感谢挫折才能成长 13
- ◎庸人自扰最浪费时间 14
- ◎没有生不逢时这回事儿 16
- ◎挫败感在年轻时就该用光 17
- ◎随手关上你身后的门 18
- ◎“志大才疏”的人才有“怀才不遇”的困扰 19
- ◎放下过去才能举起未来 20
- ◎后悔换不来任何东西 22
- ◎别害怕经历，任何经历都是资本 23
- ◎人生没有退路可言 24
- ◎生命结束前，每一天都是开始 25



第二章

你是自己唯一的主人

27

- ◎做自己的“皮格马利翁” 27
- ◎拒绝平庸，做最好的自己 28
- ◎你的潜能就是宝藏 29
- ◎每个人都有自己的角色，演好它 31
- ◎学会自省才能清醒 33
- ◎相信“能”，你就“能” 34
- ◎发光是自己的事，不要等别人磨亮 35
- ◎专家的话只能参考，不能迷信 36
- ◎缺点有时是一种另类的优势 37
- ◎作为将军，你要学会给自己下命令 39
- ◎自卑不能产生任何价值 40
- ◎别忘了时时奖励自己 41
- ◎相信命运，你就是自己的命运 42

第三章

你可以变得更卓越

44

- ◎没有人能阻止你成功 44
- ◎给自己一个目标，然后完成它 45
- ◎做你喜欢和能做的 47
- ◎让敬业成为习惯 48
- ◎撕掉身上的“旧标签” 49
- ◎想要晋升，就得忠诚 51
- ◎学会做职场中的“懒蚂蚁” 52

- ◎机会不等人，抓住它 53
- ◎时刻更新自己的脑存储 55
- ◎人的差别是从业余时间开始的 56
- ◎勇于尝试才能与众不同 57
- ◎被淘汰的都是“全才” 58
- ◎让别人无法离开，才能让自己无可替代 60

第四章

做事之前先做人

61

- ◎做人要诚信，但不能太老实 61
- ◎“滥好人”是做不得的 63
- ◎先把自己的事做好 65
- ◎坚持你认为对的事情 67
- ◎“善始善终”的道理要知道，更要做到 69
- ◎君子慎独：高尚是不分人前人后的 70
- ◎斤斤计较，痛苦的只有你自己 71
- ◎为别人喝彩，由衷的 73
- ◎“拍马屁”不如“有能力” 74
- ◎人要有野心，但不能太贪心 75
- ◎小人得志的人永远不能得大志 77
- ◎目标不是目的地，这一点要牢记 79
- ◎如果错了，请认错 80
- ◎刚柔并济才能进退有度 81

第五章

成功是可以被创造的

83

- ◎有规划的人生才能走得更远 83
- ◎一切成功都是从失败开始的 85
- ◎独木难成林，学会与他人合作 86

- ◎钓大鱼需要放长线 87
- ◎站在前排才能被关注 89
- ◎不找借口，不留后路 90
- ◎穿合脚的鞋才能走更远的路 91
- ◎“树挪死，人挪活”的道理要谨记 93
- ◎心动不如行动，行动才能成功 94
- ◎聪明的人都懂得未雨绸缪 96
- ◎思路决定出路：培养与众不同的思维模式 97
- ◎好习惯是成功的基石 98
- ◎练就口才，成就好未来 100
- ◎对于理想：不抛弃，不放弃 101

第六章

懂得善待才能赢得爱戴

103

- ◎学会欣赏别人 103
- ◎别做流言传声筒 104
- ◎常怀感恩之心 106
- ◎原谅别人就是原谅自己 107



- ◎守时是一种美德 109
- ◎倾听的魔力有多大 110
- ◎过分谦虚并不招人喜欢 112
- ◎海阔天空只是退一小步的事 114
- ◎别总想着能得到什么,先看自己能给予什么 115
- ◎不要吝啬你的举手之劳 117
- ◎被需要是件幸福的事 118
- ◎让忠言别那么逆耳 120
- ◎尊重才能换来尊重 121

第七章

你的世界可以无限大

123

- ◎总得与人交往,不如主动点吧 123
- ◎人脉是存折,需要勤储蓄 124
- ◎发掘你身边的贵人 126
- ◎让自己成为受欢迎的人 127
- ◎够朋友才能有朋友 129
- ◎任何时候都不要太早下结论 130
- ◎幽默是人际关系的润滑剂 131
- ◎安全距离和有效沟通并不矛盾 132
- ◎韬光养晦是为了脱颖而出 133
- ◎铸就你的“铜钱性格” 135
- ◎亲和力和是一种超能力 136
- ◎人有好坏之分,学会慧眼识人 137

第八章

驾驭财富是一种能力

139

- ◎钱也是有性格的 139
- ◎金钱最大的好处是让你不做不想做的事 141

- ◎苦难是人生的巨额资产 142
- ◎财富观越早树立越好 143
- ◎“奢侈”有时才是一种理财方式 144
- ◎钱是挣出来的还是攒出来的 145
- ◎让自己增值,你就是自己最大的财富 146
- ◎时间就是金钱,不要浪费资源 148
- ◎财富是身外之物,但没必要挥金如土 149
- ◎投机如偷鸡,当心蚀把米 150
- ◎钱是工具,需要你的合理运用 151
- ◎让自己富裕地退休 153
- ◎驾驭财富需要强大的内心 154

第九章

身体有活力,人生有动力

156

- ◎钱追人,人追健康 156
- ◎身体无论何时都是革命的本钱 157
- ◎谁“亚”了你的健康 158
- ◎用命换钱还是用钱换命 159
- ◎好习惯永远是身心的最爱 160
- ◎放纵自我最不明智,透支哪有不还的道理 161
- ◎身、心、灵平衡,生命才能平衡 162
- ◎“生命在于运动”永远都不过时 163
- ◎给健康的保险才是真正的财富 164
- ◎防微杜渐,把小病扼杀在摇篮里 165
- ◎心情可以慵懒,身体不能偷懒 166
- ◎讳疾忌医,耽误的只有你自己而已 168
- ◎压力让你的身体不堪重负 169
- ◎好心态才有好身材 170
- ◎为生活做减法就是为健康做加法 172

第十章

有爱的人生才圆满

174

- ◎爱情不会妨碍你的成功 174
- ◎不要苛求自己和别人 175
- ◎恋爱吧，如果你还没爱过 176
- ◎面对爱情，该放手还是该下手 178
- ◎恨是因为爱得还不够 179
- ◎爱和钱，你要选择谁 180
- ◎真爱是不需要条件的 182
- ◎爱你的人和你爱的人，你要哪个 183
- ◎“人生若只如初见”只是种理想 184
- ◎不是每个爱情故事都有美好结局 186
- ◎爱是付出，请相信 187
- ◎爱要大声说出口 189
- ◎亲情、爱情、友情，一个都不能少 ... 190
- ◎任何情感都需要宽容 191
- ◎请将爱情进行到底 192

第十一章

家是你永远的港湾

194

- ◎婚姻改变人生，不管是好的还是坏的 194
- ◎爱情是两个人的事，结婚是两家人的事 196
- ◎结了婚，更要学会谈情说爱 197
- ◎家庭是种责任，我们需要负责 198
- ◎再亲密的夫妻，也需要保持适当距离 200
- ◎别把你的坏情绪带回家 202
- ◎幸福的家庭源于良好的沟通与互动 ... 203
- ◎别让唠叨腐蚀你的情感堡垒 205

- ◎控制你的情绪，别控制你的爱人 207
- ◎婚姻是围城，需要保卫战 209
- ◎婆媳关系是最复杂的人际关系 211
- ◎你可以是“双面胶”，也可以是“万金油” 212
- ◎为人父母，你准备好了吗 214
- ◎每个孩子都是好孩子 217
- ◎幸福的家庭是成功的保证 218

第十二章

有福之人的幸福处方

221

- ◎幸福是条相对论 221
- ◎你的幸福，可以左右 222
- ◎取悦自己，享受人生 223
- ◎所谓惬意，就是别为难自己 224
- ◎做你自己就好 226
- ◎要从容，就要学会放空 227
- ◎放过自己，走出不幸 228
- ◎快乐会传染也会生长 230
- ◎人生有很多路可以走，幸福也是 231
- ◎若要有滋有味，需有小情小调 232
- ◎别因为赶路，忘了欣赏风景 233
- ◎给生活加点创意，你也可以与众不同 234
- ◎如果可以，请换一种活法 236
- ◎快乐越分越多，幸福也一样 237
- ◎幸福需要自己寻找 238

第一章

活着是一场修行

活着是一场艰苦的修行，也许是意识到了未来要经历的磨难，所以每个人都是哭着来到这个世界上，但是却必须要笑着面对生活。因为，虽然我们无法选择自己的出身，但是我们却可以选择自己的人生，唯有我们对生活笑的时候，生活才会对着我们笑。所以，无论如何，请微笑着活着吧，即使是苦涩的修行，也要笑着面对。

生活就是哭着生，笑着活

人都是哭着出生，但是“哭”并不代表我们的人生，因为人的终极追求永远是“笑”。哭着生，笑着活，这才是我们该有的生活！

卢梭说：“人有两次诞生。一是出现在这个世界的诞生，一是进入生活的诞生。”所以我们的人生应该是有两种选择的：“哭”或者“笑”。我们的第一次诞生已经不得已选择了“哭”，第二次的诞生难道还要让它继续吗？当然不，我们需要的人生永远都应该是充满欢笑的。

当然，“笑”并不是一件容易的事，因为生活给了我们太多的挫折、不幸与苦难，这些充满苦涩的东西吃到任何人的嘴里都会让人觉得不愉快，所以总有一些东西让我们泪流满面。然而，我们更加确信我们不喜欢那种苦涩，我们需要将它摆脱，然后才能拥有快乐的生活。

地中海的一艘游轮上，坐满了许多快乐的乘客，他们大都是成双成对来度假的年轻夫妇和情侣。这让出现在这些人当中的一位老妇人显得非常打眼，她看上去已经六十多岁了，而且形单影只。可是，这位老妇人的脸上却没有一丝的尴尬和落寞，她脸上洋溢的是快乐的微笑，甚至比那些年轻人看上去更加春风得意。

老妇人是一个寡妇，这是她第一次到海上旅行，而且没有任何人的陪伴。但她却并不觉得难过，相反一种新鲜和刺激充斥着她的心灵，她已经走出了人生中最悲惨的时光。现在她是来

寻找快乐的，她已经完全能笑着面对生活了。

在失去伴侣的那段日子里，她曾经一蹶不振，终日以泪洗面。孩子们都有自己的生活，没有人能够每天陪着她，她一度觉得自己是这个世界上最不幸的人，她的人生已经完了。

但是无尽的悲伤没有带给她任何好处，她发现很快自己就成了不受欢迎的人。因为没有人愿意跟一个愁眉苦脸、自怨自艾的人待在一起。甚至，有一天连她自己都开始讨厌这样的自己了。于是她决定改变，她要让自己快乐起来，她的生活还没有结束，她不能让自己以后的日子在灰暗当中度过。

丈夫曾是她的爱和生命。她长相平凡，也没有钱，在最初那段时间，充满怀疑和绝望的她不肯出门，羞于见人，但她必须让这一切过去。她必须重新进入自己的生活，而且是快乐的生活。她要重新被人们所接受，并对她表示欢迎。

她捡起曾经一度很热衷的绘画，这个兴趣不仅陪伴她度过了那段悲伤的日子，而且还给她带来了最大的回报，让她拥有了独立的事业。

在失去丈夫之后，她居然获得了第二次的生命。她辛勤地作画，用微笑代替悲哀。出门拜访朋友，她会提醒自己露出欢乐的表情，用最自然的状态跟朋友们谈笑风生。于是，慢慢地，她成了大家欢迎的对象，朋友们开始争相对她发出邀请，社区的活动中心也邀请她去办画展。一切似乎都变得不一样了。

几个月后，她登上了这艘游轮，并且很快就成为船上最受欢迎的游客，她对所有人都表示友好，但这种友好带着一份超然，她从不介入别人的私人领域，也绝不依附于谁。所以，无论走到哪儿，她都能营造出和谐的氛围，受到大家的欢迎。

这位老妇人重新拥有了愉快的生活，因为她对生活笑了。她知道不幸永远不会自己走掉，但是只要幸福的信念住进来，不幸便无处藏身了。而那个能让你幸福的人正是你自己。所以，无论我们的生活中遇到的是什么，无论生活给了我们怎样的苦难，我们必须自救，让自己幸福起来，然后笑着活下去。你可以做到，而且必须做到！

哲意人生

笑着生活是一种理想的人生状态，虽然它看上去很难，但是它并非不能做到。只要你拥有一颗强大的心，让自己不受阴霾的左右，那么你的人生终会充满阳光。



生活是镜子，你笑它才笑

生活从来就是公平的，我们给生活什么，生活就会还给我们什么。你对它哭，它就对你哭；你对它笑，它便对你笑！

每个人都希望自己的生活是顺风顺水，一条坦途走到底。然而，愿望和现实之间总会有差距，总会有一些人、一些事让我们痛苦不堪，甚至泪流满面。由此我们以为生活是苦的，然而真实的情况却是：我们自己忘了笑，忘了对着生活笑！如果我们很讨厌一个人，相应的，对方也不会喜欢我们，因为我们自身所发出的信息是不友善的，对方的第六感完全能够感受到这种不友善。所以，我们给对方什么，就会得到什么样的回报。生活也是如此，你想让它对你笑，你需要自己先笑才行。

某个郊外小镇的路口，一位老人静静地坐在那里晒太阳。这时，有一个年轻的陌生人开车驶向这里。他在老人身边停下车，走出来向老人询问：“老先生，我正在准备搬家。请问这个小镇叫什么名字？风土人情如何？这里的人是怎么样的？好相处吗？”

老人闻言抬起头来，看了一眼这个陌生的年轻人，淡淡地说道：“在回答你这些问题之前，你能不能先告诉我，你之前住的那个小镇都是怎样的人，他们好相处吗？你住在那里快乐吗？”

年轻人回答道：“哦，别提了，那简直太糟糕了！我原来住的地方都是粗俗无礼的人。他们自私市侩，简直让人难以忍受，更别说什么快乐了，我真想赶快逃离那里，这也是我想赶紧搬家的原因。”

老人听完年轻人义愤填膺的回答后，平静地对他说：“很遗憾，年轻人，这次你恐怕又得失望了，我们这个小镇上的人跟你原来住的地方的人简直一模一样……”

年轻人听了之后非常失望，只好黯然驱车离去。

几天以后，老人在同样的地方碰到了另外一个问路的年轻人，他向老人问了同样的问题，老人也像上次问之前那个年轻人一样问了他。

令人惊喜的是，这位年轻人的答案却完全不同。他说：“我之前住的那个地方，镇上的人都非常友善，而且待人热情慷慨，我在那里过得非常愉快。要不是因为这次工作的原因，我还真舍不得离开那里。所以我想找一个和那里一样好的地方定居。不知道这个小镇是不是这样？”

老人笑着回答道：“年轻人，你真幸运，这里正是你想找的地方。这里的人跟你原来住的地方一样，慷慨热情，而且友好善良，欢迎你到这里定居！”

于是年轻人开心地搬了进来，他又能像以前一样拥有一群热情友好的新邻居了……

这就是我们的生活，它就像一面镜子，你笑，它也笑；你哭，它也哭。不管是对人或者对事，都是这个道理。这个道理几乎所有的人都懂得，然而真到了用的时候却又不自觉地打了折扣，忘了对生活微笑。常见人们经常抱怨生活，觉得是它在跟我们作对，却从来没有认真想过，对生活先摆出一张臭脸的其实是我们自己。



哲意人生

生活是面镜子，你看到的其实是你自己的样子。如果我们想让自己的生活充满阳光，那么就必须先去做那个太阳。当我们将温暖洒向四周时，幸福的光芒才会折射出来。



给平淡加一点热情

成长有时候是一个残酷的过程，它让我们原本有滋有味的生活变得平淡如水。岁月的流逝冲刷掉了我们儿时的好奇、少年的活力、青年的血气，每天周而复始的生活、疲于奔命的工作让日子越来越寡淡无味、平凡无奇，曾经属于我们的那些美好时光似乎离我们越来越远了……

乔治·萧伯纳说：“生活是一支光芒四射的火炬，我要尽可能地使它燃得更亮，然后传给下一代。”然而我们的火炬似乎在还没有传给下一代之前就已经奄奄一息了，燃料不足的症状越来越明显。于是人们一边抱怨生活的平淡，一边又安于这种平淡，不敢再有任何新的尝试，日子便也如一潭死水般周而复始着！

一个水手和刚认识的朋友在一起聊天。朋友问：“你是水手，水手的工作怎么样，有意思吗？危险吗？”

水手没有正面回答他的问题，而是说：“我的爷爷是水手，他最后死在海上；我的爸爸也是水手，他最后也死在海上。”

朋友非常震惊地看着水手说：“这么说来大海一定是很危险的了，那你为什么还要做水手呢？”

水手笑着反问：“那么，请问你的爷爷死在哪里？”

朋友答道：“死在床上。”

“那么你的父亲呢？”水手又问。

“当然也是死在床上。”朋友答。

水手看着他的朋友笑着说：“这么说来，床也是非常危险的了，你为什么还要每天躺在上面呢？”

这当然是个笑话，不过在这个看似玩笑的对话中我们得到了怎样的感悟呢？生活就像是我们的床，我们明知自己会在上面画上人生的休止符，可是我们还是要每天睡在上面。我们一方面选择了它的舒适安稳，一方面又抱怨着它的百无聊赖。

周而复始的生活的确让人觉得乏味，可是我们又不愿意冒险离开安逸的大床奔向波涛汹涌的大海。我们离不开生活，虽然我们知道生活最终的目的地是哪里。既然如此，为什么我们不

能让自己过得好一点呢？只要我们愿意为平淡的生活里加一些热情的燃料，我们的生活就会立刻变得光芒四射起来。

南希就是这样。在周围人的眼里，南希无疑是个幸运的女人，从出生到长大成人，步入社会，结婚生子，南希几乎是一帆风顺的。所有的一切都照着最平稳的方向前进着。然而，或许是一切都太过顺利了，反而让南希觉得生活毫无乐趣。每天周而复始地工作、生活，让她觉得自己的人生很没有意思，脸上的笑容越来越少，越来越郁郁寡欢，甚至患上了忧郁症。

丈夫无奈之下带南希去看心理医生。医生对南希说：“从明天开始，你每天都争取第一个进入办公室，然后以最快的速度把当天要用的文件准备好，然后泡一杯最喜欢的花茶等待同事们来上班，并且笑着跟他们每一个人打招呼！”

奇迹发生了，当第二天南希下班回家时，她整个人都变得光彩四射起来，她跟丈夫讲述今天一整天自己的工作完成得多么出色，讲述今天自己的同事如何热情友好地对待自己，讲述自己此刻的心情是如何的愉悦……

这一切的改变其实并不难理解。因为南希有意识地让自己变得热情，然后她发现周围的事物也因自己的热情变得不一样了。她的工作、生活，以及周围的人被那种热情感染了，于是全都变得美好起来。

其实，像南希一样，我们每个人都可以是生活的艺术家。只要我们愿意让自己热情起来，生活马上就会焕然一新。因为我们开始变得专注于生活，专注于我们所做的事，专注于身边的人，而不再一味只把目光放在生活给了我们什么，如何让我们不快乐。

哲意人生

热情是一种发自内心的情绪，发挥热情能带给人真正的自信，能够让人更加投入地生活和工作，变得更成功、更有亲和力、更加受欢迎……一个成功和处处受欢迎的人还会觉得自己的生活毫无意义、百无聊赖吗？



感谢挫折才能成长

挫折从来都不招人待见，但却是成长者的阶梯。挫折带给庸人的是苦难，却是杰出者最宝贵的财富。上帝永远是一个精明的生意人，在他给你一分天才的同时，也必然搭配几倍于天才的苦难。

挫折和苦难就像是一条狗，总在不经意时向我们扑过来。如果我们选择畏惧和躲避，这条“势利”的狗就会凶残地咬着我们不撒嘴。但如果我们直面它并直起身子，朝它挥舞拳头大声吆喝，它就会灰溜溜地夹着尾巴逃走。

格连·康宁罕是美国体育运动史上一名伟大的长跑运动员，他的光辉成就被载入史册，保存于美国人的记忆中。而这位伟大的运动员却是在挫折当中成长起来的。

一场爆炸事故为年仅八岁的康宁罕带来了巨大的痛苦，他的双腿严重受伤，两条腿上连一块完整的肌肉都没有。医生甚至断言，他今生再也无法行走了，对还是个孩子的康宁罕来说简直是太残忍了。但小小年纪的他面对如此重大的挫折并没有掉一滴眼泪，而是大声对着自己的父母宣誓：“我一定会重新站起来的！”

在这种信念的支撑下，康宁罕在手术之后的两个月后便开始自己尝试下床走动。为了不让父母看到自己的样子难过，他总是背着父母练习走路。虽然钻心的疼痛一次次将他击倒，但是在他的意识里从来都没有过放弃的念头，即使摔得遍体鳞伤也毫不在意，因为他一直坚信自己还可以站起来，可以走路，可以奔跑。

坚持了两个月之后，康宁罕的腿可以慢慢屈伸自如，这个成就让他无比兴奋。他想起自己家大约300米以外的一个小湖泊，那是他经常和小伙伴玩耍的地方，他向往再一次跟伙伴们一起在碧蓝的湖水里游泳嬉戏。为了这个目标，康宁罕站起来奔跑的决心更加强烈了。

两年后，他终于完成了这个目标，他可以自己走到那个小湖旁了。但这还并不算完，这个被医生断定会残废的孩子开始练习跑步。他每天追着农场上的牛马跑，数年如一日地坚持，让他的双腿奇迹般地强壮起来。他不仅能跑能跳，还成为美国历史上非常著名的长跑运动员。童年的挫折不仅没有成为毁掉他一生的磨难，反而成为成就他辉煌的契机，可见，上帝还是公平的。

挫折就是这样一种东西，它能让强者更强大，弱者更懦弱。唯有那些在挫折中成长的人才懂得挫折的可贵，才懂得是挫折让自己成长，才懂得感谢挫折。越是这样的人，才越容易取得辉煌的成就，有时候成功的法则就是这样简单，虽然你为此付出了很多艰辛，但你毕竟是成功了，不是吗？

🔪 哲意人生

挫折有时候并没有那么可怕，其实我们害怕的不是挫折本身，而是挫折带给我们的变化，我们不适应那种无所适从的感觉，所以我们排斥，我们痛哭，我们难过，这当然不会给事情带来任何帮助。改变能改变的，接受不能改变的——这才是面对挫折该有的态度！



庸人自扰最浪费时间

烦恼会造成人的失败，破灭人的希望，使天才流于平庸，所以没有人喜欢烦恼。所有人都不愿意被烦恼缠身，然而人们却又不自觉地被烦恼左

右，在庸人自扰中蹉跎了岁月、消磨了光阴。

没有人能计算清楚烦恼究竟给我们造成了多大的损失与灾祸。我们把过多的时间用在了烦恼上，浪费了解决问题的时间，眼看着最坏的结果在我们眼前呈现。然后我们以为自己烦恼的事情终于应验，其实我们只不过是被动无谓的烦恼打败了而已。

当一个人烦恼时，就没有办法正常思考，没有办法为解决问题提供一个正确的思路，我们心甘情愿地为烦恼所困而不能自拔，犹如饮鸩止渴般让问题一步一步走到崩溃的边缘……其实，任何事情都远没有我们想象的那么糟糕，只要不被烦恼纠缠，我们就有足够的时间想出解决问题的方法，更何况我们所烦恼和担忧的事情绝大部分是不会发生的，就像下面的兰特先生一样。

1943年的夏季对兰特先生而言似乎充满了各种灾难，让他整个夏天都深陷在烦恼当中无法自拔：因为第二次世界大战，男孩们都入伍作战去了，所以他创办的商业学校面临严重的财务危机；他的长子也在军中服役，兰特先生对儿子的安危充满担忧；他的房子位于市政府正在征收准备建机场的土地上，而他能得到的赔偿金只有市价的十分之一；更惨的是，因为市内的房屋数量不足，他们一家人可能无家可归；他农场上的水井因为附近正在开凿的运河而干枯了，他需要再花一笔大价钱来挖个新井，而他的土地在政府征收之列，这笔投入很可能会打水漂；他的大女儿高中毕业要读大学，而作为父亲，他却筹不出学费……

所有的这一切都让他烦恼不堪，他甚至烦躁得不知该从何下手去解决这些问题了，他所能做的只是把它们写下来，然后去做他能做的事情。

一年半之后，兰特先生在整理东西时无意之间发现了记录他烦恼的纸条，而他惊奇地发现那些曾让他无比烦恼的事情竟然没有一项真正发生过：因为政府拨款训练退役军人，他的商业学校不仅得到了政府的支持，而且很快人满为患；他的大儿子安然无恙地从战场回来了；他房子附近的地方因为发现了油田，所以没有被政府征收；因为土地没有被征收，他就不会无家可归，也不用担心挖井的钱打水漂；大女儿在入学前得到了一份稽查工作的兼职，学费的问题迎刃而解……

那些烦恼的事情根本不曾发生，即使让他一度很烦躁的老爷车，在他的精心维护下也很少抛锚。所有的烦恼都成了庸人自扰，忧虑的事情根本没有发生。

不仅是兰特先生，我们自己也一样。其实很多时候我们也会发现那些曾经困扰的烦恼不仅没有发生，反而耽误了我们办正经事的时间。那些真正有成就的人是没有时间烦恼的，就像丘吉尔所说的那样：“我太忙了，没有时间去烦恼。”

的确，一个致力于把事情做好的人是永远没时间烦恼的，因为他非常清楚杞人忧天对事情本身是没有任何价值可言。聪明人会这样说：“有烦恼时不必去想它，在手掌心里吐口唾沫，让自己忙起来，你的血液就会开始循环，你的思想就会开始变得敏锐。”而这些人最后才成为生活的主导者，游刃有余地驾驭着工作，享受着成功。

哲意人生

让我们烦恼的事情往往都是不会发生或者无可挽回的事情，而这些事情对于一个用心生活、渴望成功的人来说无疑都是小事，就像狄士雷里说的那样：“生命太短促了，不能再只为小事烦恼。”



没有生不逢时这回事儿

任何时间，任何地点，任何人都有成为卓越人物的可能。“生不逢时”只是失意者的借口，那些让自己发光发热、努力生活的人总是有办法让自己闪闪发光的。

人们喜欢用“时势造英雄”来评判历史当中那些有卓越贡献的伟人，于是很多“志怀远大”的“有为之士”开始抱怨自己的生不逢时，认为自己只是生错了时间，错过了机会，自己今天的不幸和平庸都是因为在错的时间、错的地点，由错的人造成的，自己一点责任都没有。

弯弯就是这样，她说自己出生时正好赶上了计划生育，差点小命不保；然后中考加上了体育分，结果自己差点连高中都读不成；后来是高考赶上自费，家里因为没钱差点断送她的前程；好不容易大学毕业，还不管分配了，只好自己找工作，结果没有有一个工作适合自己的，那帮“黑心”的老板几乎耗尽了她的青春，结果自己还是一事无成；至于家庭更是没影的事儿，她说那是因为现在的男人都不喜欢她这种类型的，所以自己才失去了市场……

弯弯一直认为自己之所以这么倒霉，完全是因为自己生不逢时，如果一切还按照原来的态势发展，她现在的生活保证是衣食无忧、潇洒惬意，孩子都该上小学了！

她从来不知道，在她还在为自己的生不逢时感慨万千时，一个跟她经历几乎完全相同的女同学已经是一家上市公司的 CEO 了，而且还有了一个好丈夫和一个好女儿！

关于“生不逢时”，这本来就只是失败者的一个借口而已。如果自己真的足够优秀，又怎么可能不脱颖而出呢？请相信：是金子总会发光的！不信请看下面的故事。

曾经有一个自认非常有才而不得重用的人，在愁肠百转、百思不得其解之后决定去质问上帝：“为什么命运对我这样不公平，让我的才华得不到展现？”上帝没有正面回答，只是捡起一颗非常不起眼的小石子将它扔到了乱石堆当中，然后对他说：“现在，你去把我刚才丢的那个石子找回来。”

很显然，在翻遍整个乱石堆之后，这个人并没有找到那颗小石子。接着，上帝又从自己的手上摘下一枚金戒指，并以同样的方式扔到乱石堆让他去找。结果，很快这个人就找到了那枚金戒指。

现在，他已经不再需要上帝给他答案，因为不用上帝说，他也明白：如果自己只是一颗石

子而不是闪闪发光的金子，那就永远不要抱怨自己生不逢时或怀才不遇。

生活的道理其实就是这样简单，上天对每个人没有什么亲疏之分，人们的差别最终取决于自身的努力程度。外部环境提供的只是一个契机而已，能够抓住契机的人自然能够成就自己！

哲意人生

世界上没有生不逢时这回事儿，任何时代都有自己的英雄，卓越的人物无论何时都有办法让自己变得卓越。



挫败感在年轻时就该用光

失败难免让人有挫败感，很多时候我们并不是被失败打败，而是被挫败感困住了前进的脚步。所以，挫败感不是一件好东西，早点把它用完，我们才能更从容地应对失败，才能越挫越勇，才能迎接成功。

坎坷和失败对于一个人的成长来说是一件好事。孟子说过：“天将降大任于斯人也，必先苦其心志，劳其筋骨，饿其体肤，空乏其身，行拂乱其所为，所以动心忍性，增益其所不能。”这并不是什么冠冕堂皇的大道理，而是一种对人生的感悟。人生太顺利了其实对成长并没有好处。挫折和失败在人生当中总是难免的，它出现得越早，我们的内心才能在抗击它的过程中变得越坚固，也才能让以后的人生走得更坚定。就像下面的这个故事：

有一个小男孩儿在草地上玩耍时发现了一个蝶蛹，他觉得很好玩，于是就把它带回了家。妈妈告诉他，过几天这只蛹里就会钻出一只美丽的蝴蝶，于是孩子热切地等待着。

几天以后，小男孩儿终于发现蝶蛹上出现了一条小裂缝，他看到缝里的蝴蝶在挣扎，一只美丽的蝴蝶就要诞生了，这让他很是兴奋。可是，几个小时以后，他盼望的事情仍然没有发生，蝴蝶依然在里面挣扎着，它的身体好像被卡住了，一直钻不出来。孩子很想帮这只可怜的蝴蝶一把，因为它看起来好像越来越虚弱了，他真怕它还没出来就闷死在里面。于是，小男孩拿来一把剪刀，非常小心地剪开厚厚的蝶蛹，蝴蝶终于出来了。但是这只蝴蝶并不像妈妈说的那样美丽，它翅膀干瘪、身躯臃肿，根本就飞不起来，而且没有多久就死去了。

小男孩儿很伤心，他跑去问妈妈这是为什么，妈妈告诉他，是他帮了倒忙，他用剪刀剪开蝶蛹让蝴蝶失去了成长的机会。因为蝴蝶的成长必须在蛹中经过痛苦的挣扎，直到它的翅膀强壮了，才会破蛹而出，才能展翅飞翔。

蝴蝶是这样，人也是这样，成长本身就是一个痛苦的过程，我们需要经历各种各样的痛苦、挫折、磨炼，才能脱颖而出。所以，人越年轻越不能害怕挫折与历练，因为那是我们成长的阶梯，是它让我们的翅膀变得坚强，让我们拥有振翅高飞的力量。