

典藏版·心灵鸡汤

你不勇敢， 没人替你坚强

我们要在安静中，不慌不忙地坚强



墨 非◎编著

路若是自己选择的，就算爬着也要把它走完。
宁愿跑起来被绊倒无数次，也不愿安稳迟缓地走一辈子。
就算跌倒也要豪迈地笑。

中国华侨出版社

典藏版·心灵鸡汤

你不勇敢， 没人替你坚强

我们要在安静中，不慌不忙地坚强



墨 非◎编著

中國華僑出版社

图书在版编目 (CIP) 数据

你不勇敢，没人替你坚强 / 墨非编著. — 北京：
中国华侨出版社，2014. 6
ISBN 978-7-5113-4675-9

I. ①你… II. ①墨… 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 (2014) 第 111679 号

● 你不勇敢，没人替你坚强

编 著 / 墨 非
责任编辑 / 筱 雁
责任校对 / 王京燕
装帧设计 / 昇昇设计
经 销 / 新华书店
开 本 / 710 毫米×1000 毫米 1/16 印张 / 19.5 字数 / 271 千字
印 刷 / 大厂回族自治县德诚印务有限公司
版 次 / 2014 年 8 月第 1 版 2014 年 8 月第 1 次印刷
书 号 / ISBN 978-7-5113-4675-9
定 价 / 36.80 元

中国华侨出版社 北京市朝阳区静安里 26 号通成大厦 3 层 邮编：100028
法律顾问：陈鹰律师事务所 编辑部：(010) 64443056 64443979
发行部：(010) 64443051 传 真：(010) 64439708
网 址：www.oveaschin.com E-mail: oveaschin@sina.com



前言

PREFACE

在漫漫人生旅途中，每个人都会遇到许多无能为力的事，在迷茫中看不到一丝光亮，有时举步维艰，甚至悲观失望。

我们为明天努力地奋斗，在前进的道路上，我们苦闷于生活的平庸，可又没有改变自己的勇气。我们害怕徒劳无功，担忧自己的努力付之东流，畏惧人生路上的艰险挑战，恐惧那个未知的世界，未知的自己。我们开始惴惴不安，没有了继续坚强下去的勇气。

其实，我们需要的是许下一个坚定的梦想，来填补空虚，去除心中的恐慌。勇敢地开辟一片梦想的花海，走进一个广阔的世界。

我们亦需要认知一个真实的自己，来消释内心的畏惧不安。认识自己，是让你脱离忧伤的唯一法宝。静下来，勇敢地审视自己的内心，你会发现思考的力量能带你走出平庸，打开一扇丰富多彩的生活之门。

我们需要停下脚步，关心身边的世界，感恩爱我们的人，宽恕那些不友好的人。用饱满的热情奉献自己的爱，这会给你的内心注入无尽的力量，让你战胜自己的恐惧，勇于直面生活中的一切，美好或阴暗。

我们还需要一颗智慧的心，在“乱花渐欲迷人眼”的环境里，

用一双慧眼把世界看得清楚明白。

我们更需要一颗满含感情的丰富之心，在沐浴别人给我们的爱时，发现爱的永恒，勇敢地去爱，让自己的心豁然开朗。

《你不勇敢，没人替你坚强》正是一部给内心注入力量，给生命补添热情的力作。它精选编入近二百个故事，将梦想、心态、目标、思维、自律、博爱、善良、感恩、宽恕、奉献、智慧、情感，像深海里的珍珠一样一个个打磨发光，给你照亮成长奋斗的道路，给你战胜恐惧的力量，让你知道冰雪固然寒冷，也是一道绮丽的风景。

在这本故事里，坚强、勇敢、乐观、自信、得失……不再仅仅是一个个没有生命力的词语，它们会生动地对你说：勇敢，心有所向，如此美好！

希望你从这亦如晨光的故事里，汲取最饱满的光能与水分，找到勇敢前进的密码。



目录

CONTENTS

辑一 梦想——装点人生的美妙风景

寄存梦想	1	如梦花开	17
女孩的梦想之光	2	实现梦想的公式	19
梦想需要什么	4	梦想有多远	20
真正的百万富翁	7	做一天贵妇人	21
关键的第一步	9	上帝播种的梦	23
不怕冷水的志愿	11	一朵白色的金盏花	24
将梦想缩小	13	从平凡走向成功	25
聪明的脑瓜	14	相信会有光	26
农场永不荒芜	15	火红的米粒	27

辑二 心态——成就未来的境界

家有中等生	29	被困的章鱼	43
最后一枚核桃	31	内心的颜色	45
女儿的漫画	33	你还不是最惨	46
看轻自己	35	一辆车赔两元	47
认识镜子里的人	36	烦恼人	48
谁说你丑	38	令人苦恼的水杯	50
伊莎贝拉的花	39	傲慢的跌落	51
亮出你自己	41		

辑三 目标——指引生命的方向

一只手也能鼓掌	53	死亡给出的目标	64
有没有足够的柴火	54	密林里的宝箱	66
预见三年后的自己	56	别无选择的时候	67
你尽力了吗	57	看得起自己	69
拐弯遇到成功	59	没人能拖累你	70
一线生机	60	想要 50 元	71
从不告诉他	62	地震带来的奇迹	72
种子的渴求	63	假如掉进热水里	73

辑四 思维——通向真理的捷径

最明智的放弃	75	没有做不了的事情	86
一场特殊的葬礼	76	人之有别	88
三个二的成果	78	一个故事的效应	89
拾荒者的转机	80	园子里的顽石	91
山脚下也有星光	81	大赢家	92
找到最好的一只碗	82	制胜的强光	93
种下一个意念	83	不一般的旅馆	94
悬崖边上的抉择	85	扎根自己的土地	96

辑五 自律——遏制欲望的神奇力量

进入天堂的活人	99	寒夜里的美景	112
梦里的酒店	101	明天快来	113
镜片里的世界	102	胆小的兔子	114
带来成功的问号	103	与“卑贱”相交	116
我不要变成乌鸦	104	让恐惧摔落	117
泥土背后的真相	106	制造一笔奖学金	118
人，要有志气	107	给自己挖井	120
认识脚印	109	错失的一万元	121
人生的三段路	110	第十枚金币	122

辑六 博爱——抚慰众生的悲悯

不用谢	125	最美的钢琴曲	126
-----------	-----	--------------	-----

等待骑马过河的人	127	爱的碎片	137
救命的问候	128	记住爱	139
一次地震	129	走错房间	141
你需要拥抱吗	130	卖“菩萨”的店铺	142
当一天的消防员	132	离婚后的礼物	144
奶奶的一束光	134	不放弃，不抱怨	145
美丽的奇遇	136	天使之光	147

辑七 善良——朴厚温纯的心念

迟到的忏悔	151	吉尔的秘密	162
最贵的“笨蛋”	154	百元天使	164
民工小伙儿在北京	155	一天，一人生	166
长出一双心眼	156	难忘的一堂课	167
最美丽的一朵花	158	我们是朋友	168
带洞的牛仔裤	159	妈妈和洗衣机一样高	170
他是盲人	160		

辑八 感恩——珍惜万物的慧心

晚上盛开的花	173	感谢微笑	185
蝴蝶的答谢	174	一瓶活命水	187
感谢乌鸦的老鹰	176	谢谢你等我	188
怎么开启可乐	177	不起眼的问候	189
拳击台上的感恩	178	天使的幸福	190
快乐的感恩节	180	平凡土地上开出的花朵	192
门票	181	孔子的感叹	194
感恩一元钱	183	在沉睡里遇见	195
珍藏千疮百孔	184	一蜘蛛一慈悲	197

辑九 宽恕——容天纳地的博大胸怀

宽恕真相	199	红的礼品	207
帕比的白衬衫	200	一片树叶	208
多三根手指	201	怎样成为高手	210
路上的三个弯	202	让我们再走过花园	211
点灯人的奇迹	204	顺从心底的声音	212

质问上帝	214	战争中的孩子们	219
走进别人心里	215	找到哥哥	221
最可爱的老人	216	拾起一只海星	222
公交车上的拯救	217	再看你一眼	223

辑十 奉献——热心付出的快乐价值

管用的帮助	227	朋友给的惊险	237
改变单词印记	228	没有见过的朋友	239
救人的小男孩	229	继父与牛	241
生命的寄望	231	生命的极限	242
神父的水壶	233	送给弟弟的礼物	244
为爱勇敢	234	找到身边的钻石	245
给奶奶找乐趣	236	不会死去	247

辑十一 智慧——呈现意志的张力

不能送给儿子的礼物	249	借一把梯子	260
三个药方	251	没有尽头的练习	260
五万怎么变百亿	252	最后一个问题	261
生命中除去的时间	253	不是你想象的那样	263
最平常的智慧	254	不好看能救命	263
羊毛皮下的拿破仑	256	借用一束灵光	265
最聪明的傻瓜	257	吃珍珠的鸟	266
森林遇险	258		

辑十二 亲情——蕴藉心灵的良药

宝贝，会有人替我爱你	267	快点回家	286
一个听来的故事	269	喊一声——娘	287
来自天堂的一封信	272	替妈妈吃饺子	289
秘密的盒子	274	妈妈的香水	291
爱不孤单	277	会犯错的母亲	293
最坚强的形象	278	一封没有字的信	295
十块五毛钱	280	狼心至情	297
谁是最重要的人	282	教儿子卧倒	298
母亲的力量	284		

辑一

梦想——装点人生的美妙风景

寄存梦想

曼陀迪是一名退休的小学教师。有一次在整理储物室里的旧物时，她发现一沓语文试卷，上面有一个作文题目叫：我有一个梦想。

她意外地发现当年同学们稚嫩的梦想，竟然还安然地躺在自己家里，并且一躺就是30年。她本以为这些纸张早已荡然无存，也就永远停留在了30年前每个孩子幼小的心里。

曼陀迪坐下开始翻阅那意外的发现，满心的惊喜很快便被孩子们当年五彩纷呈的梦想给迷住了。有个叫大卫的小男孩说，未来要做一名潜水冠军，因为有一次他在游泳池里，不小心喝了两升水都安然无恙；还有一个小家伙说自己的梦想是成为英国首相，因为他可以快速准确地背出英国30个城市的名字；最让人惊叹的是，一个叫彼得的盲童，他写道，自己将来必定是英国的议会大臣，因为英国内阁里面还没有出现一名盲人会员。孩子们在作文中都将自己的未来进行了千奇百怪又充满希望的设计。

曼陀迪阅读着这些作文，她突然冒出一个念头：把这些梦想重新发到孩子们手中，让他们重温一下30年前憧憬未来的自己，看看30年后，“未来”的自己梦想实现了吗？现在过上了自己当年所想的生活吗？想到这里，曼陀迪几乎再也抑制不住那股冲动的力量，顺着内心的召唤，她立刻行动起来。



你不勇敢，
>>>>没人替你坚强

曼陀迪联系到一家报纸媒体，说明想法后，双方一拍即合，报纸为她刊登了“还梦”启事。没几天，书信便从四面八方的城市飘向了这个英国小乡村。

从当年同学们激动的来信中得知，有的成为了商人、教师、学者，有的进入了政府部门，这些信件则更多的是来自没有身份的人。他们都表示，很想知道自己小时候写下的梦想，并且很想收到自己的那份试卷，曼陀迪一一按地址给他们寄了回去。

半年后，曼陀迪家里只剩下彼得的“梦想”没人索要。她想，可能这个孩子已经遭遇了什么不测。毕竟30年过去了，30年的时间里可能会发生很多事。

就在曼陀迪放弃等候，准备将它送给一个喜欢私人收藏的朋友时，她收到了内阁财务大臣哈里斯托的一封信。信中说：那个叫彼得的孩子就是我，感谢您还保存着我们儿时的梦想。不过，我已经不需要那份试卷了，因为从写完的那一刻起，我的梦想就长在了心里，我从未忘记过。现在，可以说我的梦想已经实现了。一路上，我懂得了，只要一直保持着追逐梦想的心，饱满的梦想之帆就一定能抵达美好的远方。

◎·小故事大道理

有梦想，就要把它种在心里，但要时刻牢记，时常浇灌。保持一颗充满热望的心，去创造、追逐，梦想彼岸花开。

女孩的梦想之光

洛丽塔13岁的时候就卖出了一万美金的蛋挞，帮妈妈实现了环球旅行的梦想，如果说她是最伟大的推销员，不如说她是最伟大的女孩儿，因为她更会推销自己的梦想。

洛丽塔七岁时，也有着小姑娘的害羞腼腆，可她后来竟变成卖饼

干的高手。这一切都起始于梦想——丰盈饱满的梦想。

对于洛丽塔和她的母亲来说，环游世界是她们共同的梦想。洛丽塔的父亲在她三岁的时候就抛弃了她们母女，之后，洛丽塔的母亲便努力工作养家糊口。有一天母亲对她说：“虽然做服务生挣钱不多，但等你大学毕业后可以赚钱时，我们一定能够攒到足够多的钱去环游世界。”

后来将梦想牢记于心的洛丽塔，在13岁时从一本杂志上看到：出售蛋挞最多的孩子可以带另一人免费环游世界。她决定尽全力卖出活动提供的蛋挞，她要赢得比赛，实现自己和妈妈的梦想！

但仅有想法是不够的，为了实现愿望，洛丽塔知道她必须有个计划。

洛丽塔的老师向她建议：“首先衣着打扮要合宜，穿上带有活动标志的制服，显示出生意人的专业精神。然后在合适的时间去推销，一般可以定为晚上人们下班后。最后要有足够的热情，尤其是在去公寓的住户家里推销时，一定要面带微笑，不管他们买不买，你都要很有礼貌。请他们为你的梦想投资，而不是仅仅只让他们买你的蛋挞。”

参加活动的孩子都想环游世界，或许他们也都有自己的计划，但只有洛丽塔每天放学后都会穿着专门的衣服，随时随地且坚持不懈地推销蛋挞，请人投资她的梦想。她会笑着对开门的人说：“你好！我有一个梦想，你愿意投资我和妈妈环球旅行的梦想吗？订购一些蛋挞吧？”

那一年洛丽塔卖出了最多的蛋挞，并赢得了免费的环球之旅。从那时候开始，她又卖掉了三万多盒的蛋挞，并被邀请到全国各地的销售大会上演说，分享自己不平凡的经验。此外，她的经历还被制成电影放映，她还跟人合作出版了与销售相关的畅销书。

世界上有不计其数的人都心怀梦想，跟他们比起来洛丽塔并不很聪明，也不见得更优秀。差别在于洛丽塔发现了梦想的秘诀，那就是需要、需要、再需要。许多人还没开始就失败了，因为他们没有足够



你不勇敢，
>>>>没人替你坚强

强烈的实现梦想的欲望。与洛丽塔相反，不管我们销售的东西是什么，我们总是在给别人拒绝的机会之前，就先否定了自己，只因为我们害怕被拒绝。

在实现梦想时，我们少不了别人的给予，但在向别人提出需求之前，我们需要勇气，勇气不仅是不恐惧，而是尽管内心害怕，但仍然相信这是对的，并坚持去完成。正如洛丽塔所体会到的——只要你的需求够强烈，你就越容易得到你要的东西，而且还能从其中获得更多乐趣。

◎小·故事大道理

“世上无难事，只怕有心人”，洛丽塔生动地为我们阐释了它的深意，只要你的想法够强烈，就没有到达不了的远方，实现梦想更是如此，只要你想，只要你敢，只要你的梦想够坚定。

梦想需要什么

凌晨五点，马克·奥特开车时睡着了，车子飞出马路，撞毁在一棵树上。在接下来的半年时间里，他不得不停止一切活动包括上学，住院静养。此时，马克有充足的时间回望自己19年来走过的路，自己的生命得到了什么？思考生命，这是学校的教育从来不会指引他的。出院的那一天中午，他回到家竟发现母亲昏迷倒地，她是因难以承受生活的烦闷而喝药意图放弃生命。马克再次体会到正规教育的缺陷，它从来不会教给人们如何处理生命中人际及情绪方面的问题。

后来的一段时间里，马克每次想到母亲就总会不由自主地思考生活究竟出了什么问题，慢慢地他酝酿出一个想法：开展一套教给学生独立思考自我价值感，使他们学会处理人际关系及生活应急事件的课程。马克开始研究这样的课程应包含什么内容，这时，他看到一份报社调查报告。报告中显示，在受到访问的100名25岁人员中，有超过

85%的人回答，学校教育没有教给他们走向社会生活所需要的技能。当被问到他们希望过去能学到什么技能时，93%的答案是如何处理人际关系——有什么技巧和同事甚至合租者和谐相处？如何找到工作而且不被炒鱿鱼？遇到冲突时该怎么办？学校里学到的和现实中所见不同怎么办？如何了解、教育自己的孩子？如何管理财务及生活和学习中如何做出有意义的判断、选择。

马克做出了自己成熟的设想：开创一套传授解决以上问题的技能课程。受到此想法的激励，马克停止了大学的学业，为了搜集资料，确立课程内容，他开始奔走在美国各个中学访问学生。他用同样的问题调查询问了全国 200 所中学的 3000 名学生：列出你希望在学校或家中被妥当处理的生活中十个首要问题；如果让你设计一门能够帮助你解决以上问题的课程，这个课程应该包含哪些内容？

受访的学生差异悬殊，有的是来自贵族的私立学校，还有市内的种族区，也有的来自乡下或郊区，但他们的答案竟很是相似：孤单及讨厌自己位列最大问题的榜首，而他们希望学到的技能也和那些 25 岁的受访者所列出的一样。

调查访问的六个月里马克大多数时候都睡在车上，每天只有十美元的生活费，他不得不靠压缩饼干来果腹，有几天他甚至没东西充饥。马克几乎没有任何资源，但他对自己的梦想非常执着。

马克走访考察后的第二步就是列出一张美国横跨教育界、心理界、商界的顶尖教育家及领袖人物名单。他准备登门拜访名单上的每个人，请求他们对生活技能课程给予指教和支持。这些人非常感动马克所做的考察工作，但他们所能提供的帮助却微乎其微。

他们都认为马克太年轻了，并劝告他继续大学学业，然后进修硕士，拿到学位才可能有资历自办培训课程。马克的梦想被那些社会精英泼了冷水，但他却毫不动摇，决心坚持到底，相信自己的梦想是对的，他就不会放弃。

当他快 20 岁时，他已卖掉了自己所有值钱的东西，并欠下了



你不勇敢，
>>>>没人替你坚强

3000 美元的债务。有位亲戚建议他去找基金会筹钱。

他跨进当地一个基金会的会长办公室，害怕得发抖，他顾不上察看那位会长的脸色，就开始讲述他的母亲、3000 个孩子及发展新课程的有关计划。那位会长是个体形魁梧、肤色偏暗、一脸严肃的男子，他听着马克整整半个钟头的讲述时，一直坐在那里，不发一言。

当马克讲完之后，这位会长抽出了一叠档案并说自己在这里工作已经快 20 年了，他们为无数的教育计划提供资金，可几乎每个都失败了！他告诉马克新课程计划也会面临失败的命运，原因便是马克一无所有：年纪轻轻，没有经验、没有钱、没有大学文凭……

走出那位会长的办公室，马克大失所望，他发誓自己一定要用结果推翻会长的论断。马克开始关注并研究对服务青少年有兴趣的基金会，然后他花了数月的时间，针对每个会所的要求和理念，认真撰写申请提案，请求他们提供资金补助。马克整整花了一年半的时间，从早到晚不眠不休地小心撰写。他每次抱着很高的期望寄出每一份提案，但一封一封申请提案寄出去了，却又一封一封地被退了回来。

最后，当马克的第 201 封寻求支持的希望也被拒绝时，所有支持他的人都开始动摇了。父母乞求他回去念大学；帮他撰写提案的戈恩老师也说：“马克，我现在身无分文了，而我还要养家糊口，我只能再等一份提案的结果，最后一份，如果还是被拒绝，我就不得不回去教书了！”但马克还是满怀热望和信心，在自我的激励下，马克争取到了最后一次机会：他设法通过一家大型基金会的几位秘书，约见到了他们的执行会长罗伯斯先生，得以与他共进午餐。

路上，他们经过了一个卖雪糕的小店。罗伯斯问马克说：“要不要吃根冰棍儿？”马克点点头，但他实在太紧张了，以至于把刚拿到的雪糕握碎了，奶白的汁液流满了他的指缝间。马克试着不被人发觉，急忙把手藏到后面，气急败坏地想甩掉手上的汁液，但罗伯斯先生还是看到了，他噗嗤一笑，掏出一块手帕递给马克。

年轻的马克爬入车内，满脸羞涩，可怜兮兮。连一个雪糕都拿不

好，还怎么指望别人支持他的新课程呢？

三周后，罗伯斯打电话给他说：“很抱歉，股东们否决了你要求的六万元赞助。”马克听后心都空了！三年来，他一直为这一梦想坚持努力、拼搏，到头来却是一场空。

“但是，”罗伯斯接着说，“股东们却一致决议拨给你十万元的赞助金。”

马克激动地哭了，感激得说不出一句话。

从那时候起，马克·奥特已为他的梦想募到了两亿美元，将生活技能新课程推广进了全美两万多所学校，并且还建立了青少年新课程专项基金。他的执着不仅使梦想得以实现，给自己带来了惊人成就，还使不计其数的青少年学生得以学习到重要的生活技能。

◎·故事大道理

只要能坚持理想，且有不达目的绝不罢休的意愿，便能产生惊人的力量。坚持就是胜利，有梦想，只要相信是对的，就坚定地实践探索。这既是一个缺少梦想的时代又是一个美梦泛滥的时代，它们的差别就是那一份执着。

真正的百万富翁

十年前，我和太太在美国的一个市中心广场经营服装店时，有一个印度人每天都会过来向我们兜售新鲜的面包。他几乎不会讲英文，但他总是很热情，通过灿烂的微笑和手势，我们慢慢地认识了，他的人生经历叫我惊叹不已。

他和他的太太白天在一家面包店工作，晚上就在小店后面房间的简易床上听录音带学英语，当然那儿也是他们睡觉的地方。

在印度，他的家族可以说是当地的富豪之一，他们拥有很多土地，包括房地产及金属制造业的巨额股份，然而，他的父亲死于战乱，后来他和母亲搬到另一座城市，他在那里完成学业成为一名法官。



你不勇敢，
>>>>没人替你坚强

凭着渊博的学识，他一路平步青云。可这时他放弃了政府的职位，转行进入房地产业，他的直觉告诉他有一个重要的机会：建造房屋，以容纳越来越多的居民。没多久，他就像他父亲一样飞黄腾达，他成为了印度最成功的建筑商之一。

后来，他被冤枉入狱，受到了五年的刑罚。

刑满出狱后他又斗志昂扬地开了家建筑材料公司，在几年时间内从毫不起眼做到了风生水起。

当他知道有一支美国军队从一个小国撤退途径印度时，他做了一个改变自己一生的决定。

他把所有的钱换成黄金，然后带上所有的财富和太太乘坐一条渔船奔往泊在港口的美国大船，他用所有的黄金和美军做了一笔交易——把他们带到梦想中的美国土地上。

但在前往美国的途中，他变得心慌意乱，想到自己两手空空必须又从头再来，就像他太太所说的，那时看见他走近船头，几乎就要跳下去了！

她对他说：“如果你跳下去，你才是失去了一切。我们经历了这么多苦难，不就是梦想开创一片自由的天地吗？我们一定可以再苦尽甘来的。”这正是他所需要的鼓励。

当他和太太在 20 世纪 70 年代来到芝加哥时，他们真是一贫如洗，而且不会讲一句英语。他们找到同家族的一个堂弟，在堂弟面包店后面的小房间安顿下来，也就是距离我们那时开的服装店不远的一家面包店，只不过那时面包店已归他们所有。

原来他和太太在堂弟的面包店里工作，堂弟告诉他们只要垫付五万美元的头期款，就愿意把面包店转让给他们，堂弟愿意先用十万元的支票支付余额。上税之后，他每周可以领到 200 美元，他太太则拿 150 美元，也就是说他们一周的收入有 350 美元。虽然这样的收入足够租一间公寓，但他有自己的如意算盘，他后来解释说：“如果我们住在公寓里，首先是必须缴付租金，可是然后我们当然要采购家具，并