

写给迷茫焦躁的
年轻人▲

RENSHENG
ZAIKU

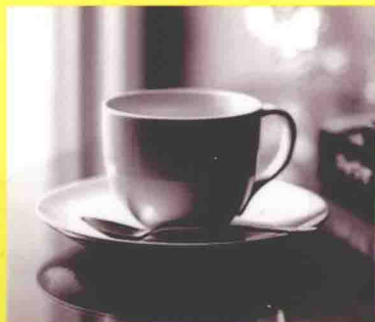
YEYAO
XIANGZHE

YANGGUANG
DESHI

人生再苦 也要想着 阳光的事儿

刘文献 / 著

阳光不会总被乌云遮挡，这静好的岁月
总会眷顾每一个发现温暖阳光的人。



人生总要经历
吃亏、疼痛、流泪，



吉林出版集团有限责任公司

人生再苦 也要想着 阳光的事儿



刘文献 / 著



写给迷茫焦躁
的年轻人



吉林出版集团有限责任公司

图书在版编目 (CIP) 数据

人生再苦 也要想着阳光的事儿 / 刘文献著. —长春: 吉林出版集团有限责任公司, 2014.9

ISBN 978-7-5534-5287-6

I. ①人… II. ①刘… 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 (2014) 第 169357 号

人生再苦 也要想着阳光的事儿

著 者 刘文献
责任编辑 顾学云 奚春玲
封面设计 书舟设计
开 本 710mm × 1000mm 1/16
印 张 18
版 次 2014 年 9 月第 1 版
印 次 2014 年 9 月第 1 次印刷

出 版 吉林出版集团有限责任公司
地 址 北京市西城区椿树园 15-18 号底商 A222 号
邮编: 100052
电 话 总编办: 010-63109269
发行部: 010-51582241
印 刷 北京市昌平开拓印刷厂

ISBN 978-7-5534-5287-6

定价 32.00 元

版权所有 翻印必究

举报电话: 010-63109269

前言

偶然的机会，一位十几年不见的小学同学打通了我的电话，聊了十几分钟后，同学很温暖地笑着说：“你还是像以前那么阳光，那么积极上进。这正是我千方百计要找到你的原因。以后一定要常和我联系，说什么都行，只要是正能量的！”是啊，走出社会之后，生活中、工作中不如意的事情实在太多太多，很容易就会心生不快，堆积负面情绪。这时候正能量就可以像一味特效药一样让你顿时神清气爽，活跃起来。

记得刚走入社会时，有位同学工作屡遭不顺，感情生活也是诸多坎坷。那是我最好的朋友，虽然身在不同的城市，可我们每天都会通半小时电话。电话那端几乎每天的内容都差不多，抱怨同事的，抱怨生活的，抱怨工作的。而我的责任是告诉她努力走过漆黑就会迎来光明。这期间也有其他同学说：“她就是一个忧郁症患者，你说什么也没有用，得看心理医生。”我没有理会这些话，只是日复一日，坚持了大半年的时光，每天都告诉她人生是充满希望的，不论什么时候，我们都还有可以珍惜的美好，还有许多关心着我们的人，还有许多可以憧憬的未来。说不清是从什么时候起，同学改变了，积极了，阳光了，遇到问题也不抱怨了，而是笑着说：“这算什么事呀，这难不倒我。”闲谈时，她感慨：“你这没心没肺的家伙确实感染了我，这样活着真好，我还有很多想去吃的、想去玩的、想去实

现的呢！”

是的，在很多人看来，我就是个从来不会抱怨的人，一个浑身充满阳光的人。我觉得这都归功于我喜欢读书，喜欢看喜剧电影，喜欢听奋斗励志的故事。滚滚历史长河，我们渺小如尘，处境比我们艰难的、遭遇比我们凄惨的人比比皆是。然而，面对困境，面对挑战，我们是消极放弃，选择逃避撤退，还是积极应战，选择努力克服，迎难而上呢？理智者都会尽自己所能选择后者，因为只有这样，人生才不白活，人生才能继续，人生才有无限希望。

在这里，我将再一次结合自己与身边朋友、同事以及我读到的故事来给大家讲述如何做一个阳光的人，一个能够温暖大家的人。

目 录

前 言

第一章 懂得珍惜与感恩，生活也会变得更加阳光

莎士比亚说：“一个浪子所走的路是跟太阳一般的，可是他并不像太阳一样周而复始。”人生何其短，应当珍惜的时候就一定要珍惜，一旦错过就是永远，你是买不到后悔药的。应当感激报恩的时候就一定要及时答谢，否则很可能会抱憾终身。

不珍惜就会失去——【你的一切都来之不易】/ 003

懂得感恩，接受自己的全部——【爱自己，接纳自己】/ 005

做个热情的努力者——【热情加努力方能成功】/ 008

珍惜工作，为自己而努力——【机会隐藏在工作中】/ 011

用心做好身边的事，必有厚报——【把小事做到极致就是了不起】/ 012

开心愉悦就是幸福——【幸福其实很简单】/ 015

不要辜负默默为你付出的人——【得到别人的付出就要想到回报】/ 018

不要找借口，要努力解决问题——【成功者找方法，失败者找借口】/ 020

从容面对失去，担起自己的责任——【失去的不会再来，但你可以得到更多】/ 022

慢慢来，一口吃不成胖子——【要有耐性，为人生翻盘做准备】/ 026

第二章 要聪明又别太精明，单纯又不失智慧

托尔斯泰说：“没有智慧的头脑，就像没有蜡烛的灯笼。”智慧来自你吸取前辈所做的一切，结合你的人生经历，不断观察、理解和判断，然后按照自己独特的思维往前走。面对一次次的受伤，一次次的受挫，我们要在智慧的光芒下更加呈现出经历沧桑之后的美丽，更显示出成熟的内涵、修养与智慧。

为什么会这样——【多问几个为什么】/ 031

此路不通，回头吧——【不让他人决定你的行为】/ 033

要多做，避免多说——【事以默成】/ 037

你羡慕别人，别人也羡慕你——【做好自己的老本行】/ 040

嘿，好机会呀——【大胆抓住机会】/ 042

多做准备，打败坏运气——【噩运降临之时要淡定】/ 044

事实并非我们看到的那样——【透过现象看本质】/ 045

每天都忙得不可开交——【留出时间思考】/ 048

计划与目标都有了，接下来就是行动——【努力是石头到金子的桥梁】/ 050

积累够多，奇迹便出现了——【生命是一个积累的过程】/ 052

第三章 人要懂感情，世界才会五彩缤纷

柳青说：“每个人的精神上都有几根感情的支柱。对父母的、对信仰的、对理想的、对朋友和爱情的感情支柱。无论哪一根断了，都要心痛的。”人有了感情，世界才五彩缤纷；人若失去了感情，整个世界都将变得黑暗。

世界之大，我就是孤零零一个——【其实你并不孤单】/ 057

别辜负了用心护着你的人——【珍惜默默为你付出的人】/ 058

- 到底扶还是不扶——【有一分光就发一分热】/ 060
- 为什么我就没有朋友呢——【朋友来自你主动的关怀】/ 063
- 最珍贵的不是钱，是心意——【心比钱更贵重】/ 065
- 你昨晚去哪儿了——【爱就给他自由】/ 067
- 想当年多亏了他呀——【生命里的贵人】/ 069
- 有没有一个真心爱着我的人——【最无私的爱是父母的爱】/ 070
- 这世上真有上帝吗——【真正的上帝是我们的爱心】/ 072
- 你喜欢，那给你吧——【成人之美，乐在物外】/ 074

第四章 习惯形成性格，性格决定命运

性格是你言行举止的基础，性格是决定你命运的舵手，性格是人生的一座宝藏。催化成功、成就一生的性格有哪些呢？我们要怎样让自己拥有良好的性格呢？就从养成良好的习惯开始吧！

- 我只爱玩，不喜欢做事——【克服慵懒的袭击】/ 079
- 衣来伸手，饭来张口——【消除依赖的阻碍】/ 083
- 我每天都活得提心吊胆——【摆脱你的忧郁】/ 085
- 当面一套，背后一套——【走出虚伪的埋伏】/ 089
- 不急，明天再说吧——【和拖延说再见】/ 092
- 要是白日梦成真就好了——【终止空想的愚昧】/ 096
- 没人值得我信任——【打败多疑的困惑】/ 098
- 我见不得人家比我强——【远离嫉妒的陷阱】/ 100
- 孤独寂寞时刻伴随我左右——【挣脱空虚的魔爪】/ 103
- 三点一线何时了——【抛弃机械的生活】/ 108
- 我简直就是一无是处——【擦去自卑的烙印】/ 110

第五章 办公室通关秘道，轻松搞定职场关系

同事之间最好不要过于亲近，也不要过于疏远。多听少说，不传话，不说用不着的。不谈任何实质问题，更不要交心。因为说不定哪天你们的位置和关系就会发生改变，到时有些往事便可能给你带来诸多头疼的问题。

想与同事讲和吗？我来帮你——【巧妙化解同事不和】/ 115

借债容易收债难——【不要跟同事有金钱往来】/ 117

喂，别把同事关系搞僵了——【影响同事关系的言行】/ 120

管你冷言冷语，我才不稀罕听——【理智对待同事冷言冷语】/ 121

想与我抢功，你休想——【灵活处理同事与你抢功】/ 123

别错把直率当作自信，这是两码事——【避免直率成为职场毒药】/ 125

同事，我帮你，但我不告诉你——【助人不要说出来】/ 129

与同事聊天，信口开河可不好——【不要在同事面前信口开河】/ 131

指出同事缺点，请你委婉些——【对同事缺点委婉交换意见】/ 133

别怕，面对不同性格使不同的招——【如何与不同品性的同事打交道】/ 135

第六章 要把上司当回事，升职加薪才容易

聪明的员工一定要学会恰当处理与上司的关系，做一件小事搭一级台阶，逐渐博得上司的好感、赏识和帮助。这不仅有利于自己做好工作、取得进步，升职加薪也会更容易。

领导忙，我只说重点——【向上司汇报工作把握重点】/ 141

用漂亮话搞定你的“老大”——【学会给上司戴高帽】/ 143

摆正位置，休要抢了上司的风头——【不能抢了上司风头】/ 145

快去，一个与上司闲谈的好机会——【抓住与上司闲谈的机会】/ 148

不会赞美上司吗？我教你怎么说——【赞美上司的语言技巧】/ 149

领导，我有个好“点子”——【向上司推销你的点子】/ 152

我反对，我会让领导接受——【如何让上司接受反对意见】/ 154

老板，其实我很能干——【让老板看见你的情商、眼界与能力】/ 157

老板，我想涨工资——【希望老板给你加薪怎么说】/ 162

第七章 甩掉压力，让你在工作中左右逢源

生活上，你的朋友可以买车、买房，四处旅游，可你掏空口袋连首付也交不上；工作上，你的同事步步高升，工资水涨船高，他做一个月，你要做一年。这时候，你敢说你没有压力吗？我告诉你：人只有在很努力工作的时

候，机会才会不断出现，压力才会迎刃而解。

够了，别说个没完没了——【自我介绍，轻松呈现优秀】/ 167

我都不知道怎么办了，教教我啊——【尽量避免说“不知道”】/ 170

拒绝上司的意见还硬来？恐怖——【拒绝上司不能硬来】/ 172

这领导总喜欢玩猜谜，玩就玩吧——【与猜忌、多疑的上司相处】/ 175

那恶人上司又没事抽我了——【对付出言不逊的上司】/ 178

真麻烦，上司又发脾气了——【对付脾气大的上司】/ 180

快站起来，当众讲话才能充分施展你的才能——【充分施展当众讲话的才能】/ 183

挨上司批了，咋办——【当受到上司批评时，如何自我消化】/ 185

错了没关系，我会让你自觉地改正——【让下属自觉地改正错误】/ 189

唉，坏消息，怎么向下级通报呢——【巧妙向下级通报不好的消息】/ 192

喂，做不到就不要许诺嘛——【不要轻易许诺】/ 194

第八章 自救者天救，自助者天助

勤奋是催化事业花朵的甘露；勤奋是实现人生目标的直接功臣；勤奋是理想通向现实的桥梁。在艰难的事业征途中，我们都应当善于利用勤奋，做自己最好的救星。自己动手，丰衣足食。你的明天一定要靠自己去争取、去打拼。

兄弟，你走错方向了——【努力的方向一定要正确】/ 199

我每天只求吃饱睡好——【有追求才有进步】/ 200

我不会，干不了这个工作——【机会只给有准备的人】/ 203

为什么别人能行，我就做不好——【摸索成功的窍门】/ 207

倒霉，这事怎么让我遇上了——【风雨后必有彩虹】/ 210

前方可能更凶险，还是算了吧——【惧怕前方的不明】/ 213

今天种豆，明天收豆——【美好的生活要靠自己来创造】/ 215

量出来了，质就容易跟上了——【量变产生质变】/ 218

加油，我一定行——【为自己不断加油】/ 220

第九章 个人投资与理财，要学会“狡兔三窟”

“你不理财，财不理你”。不要觉得钱少不必理财，其实每天付账、缴保费、到银行存取款等，都是理财活动。你无时无刻不在理财，只是理得好不好而已。有规划的理财方式，可以帮助自己顺利地累积财富，逐步实现梦想。

不是吓你，记账改变你一生——【理财，从记账开始】/ 225

理财并不等于省钱——【专注挣钱才是理财的核心】/ 227

到底要不要买保险——【中国人不买保险的理由与误区】/ 230

养老靠什么才安全——【买房养老还是保险养老】/ 234
怎么选择投资形式——【选择股票、基金还是定期储蓄理财】/ 237
你可以休息，但别让钱休息——【钱赚钱，越来越有钱】/ 240
家庭不同，理财方式也不同——【几种家庭的理财模式】/ 242

第十章 拼命为别人打江山，不如做自己的小事业

你今天帮老板赚到钱了，老板愿意给你发工资；明天你没帮老板赚到钱，老板就不养你了。我们在为他人打拼的时候，一定要记得把自己的后路拓宽一点，再拓宽一点。拥有自己的事业，不管大与小，都是最可靠的。

我想创业，做什么好呢——【有心人处处是商机】/ 247
我喜欢，累死也心甘——【做喜欢的事业，再累也幸福】/ 252
顾客想要什么，你就提供什么——【抓住顾客的心，你就抓住了钞票】/ 255
再穷也能致富——【穷孩子逼上梁山之东山再起】/ 259
挫折都将成为铺路石——【曲折经历造就别样人生】/ 262
好好利用自己的专业——【在专业领域寻找利润空间】/ 266
没有一蹴而就的成功——【成功者身后必定是一条曲折之路】/ 270
商机无处不在——【工作中也能发现商机】/ 274

人生再苦
也要想着
阳光的事儿

>>>第一章

懂得珍惜与感恩，生活也会变得更加阳光

莎士比亚说：“一个浪子所走的路是跟太阳一般的，可是他并不像太阳一样周而复始。”人生何其短，应当珍惜的时候就一定要珍惜，一旦错过可能就是永远，你是买不到后悔药的。应当感激报恩的时候就一定要及时答谢，否则很可能会抱憾终身。

不珍惜就会失去

——【你的一切都来之不易】

机不可失，时不再来，所以，当我们面临好的机遇，除了要懂得识别之外，还要懂得及时抓住，不能让它溜走。

面对好机会，我们一定要珍惜，不能草率决定，我们做每一个决定、每一个选择，都要平静地倾听自己内心的声音。选择自己喜欢的、适合我们自己的，然后珍惜自己的选择。

我是一个爱好读书的人，在学校念书的时候就会想尽办法弄些书来看。走入社会之后，也花过很多钱购书来看。我记得在我工资 1500 元一个月的时候，就曾一次性购书 800 元以上。这在许多同学看来是有病。是的，我痴心于读书，并且病得不轻，三日不读就会内心莫名地慌张。

后来，因为工作调迁，我来到了一个山区的软件园上班。那时候几乎有一年多没项目，然而这个软件园的福利却非常好，除了吃得好、住得好之外，旁边还有一个大型的图书馆，收藏的书籍林林总总。我逛了一遍，心中窃喜，以后我的闲暇时间有着落了。可是，事情的发展并非如此。同事们下了班，这个约我去逛街，我去了；那个约我去看电影，我也去了。有的时候，大家还会一起出去喝啤酒。一年多下来，我就这样浑浑噩噩跟着大众的脚步把时间都给打发了，去图书馆的次数居然屈指可数，图书馆的书不能外借，睡前读的也只能是自己买的书。

每当忆起那段时光，我都很后悔，后悔自己不仅没成长，反而在各方面都退步了。离开那儿的第一年，也是我最发狠的一年。我很幸运地发现居住的旁边有个书吧。以前白吃的午餐，我没珍惜，现在花钱也在所不惜，不然

以后我还将付出更大的代价。我像弥补自己的过失一般，每天下班后，如果时间充足便读一本书，如果时间不够便读一本杂志。就这样，一年下来，除了小说之外，我几乎读完了这个书吧的藏书。也正是那段时间的知识积累，解决了很多我在生活中、工作中遇到的各种问题。

机不可失，时不再来，所以，当我们面临好的机遇，除了要懂得识别之外，还要懂得及时抓住，不能让它溜走。我失去过一次免费好好读书充电的机会，后来花点小钱还是弥补了自己的过失。可是，人生中大部分的机遇只会出现一次，来了之后，你如果不珍惜，就很难有第二次了。

大家都不难发现，身边总会有一些大龄的单身男女苦苦寻觅，却总找不到合适的对象。其实我敢说：不是没有，而是他们没有珍惜，让那些合适的对象白白错过了。我的同学小帆就是如此。

小帆二十出头的时候，追求者非常多，于是她开始眼花缭乱了。有一位追求者还是我们的同学小张，长相英俊潇洒，待人接物都很稳重，家庭条件也很不错，很受大家喜爱。原本小帆对小张也很满意的，他们试着交往了三年，可正打算结婚的时候，小帆的姐姐说了一句：“难道你打算将来嫁去农村吗？”小帆受这句话影响，断然向小张提出了分手。

小帆与小张分手之后，痛苦了一段时间。然而，她看看身边那么多有城市户口的男士向她献殷勤，她便很快从痛苦中走出来了。就在小帆挑选她的如意郎君之时，小张也找到了合适的对象结婚生子。

时间过得很快，转眼小帆三十出头了，可她的城市户口的如意郎君还没有出现。她回到家乡过年，看着家乡的同学都是拖家带口，这儿聊聊，那儿坐坐，很幸福。并且有同学对她说：“我觉得女孩子就要嫁得近一点，城市有什么好呢，像坐牢一样，不自由，回趟家都不容易。像我，每天两边跑，一个电话就可以回娘家吃饭。”

小帆想想这些年的城市生活，她也发现自己其实并不喜欢城市的环境与生活习惯，她也想以后生活在农村。可是当初她却因为一句话，失去了最佳的机会。

最后，我只想说，你的人生是你自己的，别人的标准永远证明不了你的

优秀。面对好机会，我们一定要珍惜，不能草率决定，我们做每一个决定、每一个选择，都要平静地倾听自己内心的声音。选择自己喜欢的、适合自己的，然后珍惜自己的选择。

懂得感恩，接受自己的全部

——【爱自己，接纳自己】

只要你能够用积极的眼光看问题，你的问题终将不是问题。“天生我材必有用”，你总会找到自己的长板，继而找属于自己的春天。

有时候乍一看是缺陷，可如果你不放弃，努力一把，也许这个缺陷就会为你带来好运。

努力认清自己，不要管别人怎么说，我们始终要爱自己，懂得接纳自己。

著名导演王潮歌读初中时，除了语文，别的啥都不好，每学期的考试，语文接近满分，其余的都不及格。

王潮歌很想努力让自己在期末考试时少一门功课不及格，可是她的目标却从来没有实现过。每次上数理化的课，她总是想入非非。

有一次，那是在春天的时候，数学课上，教室的窗户是打开的，王潮歌歪着小脑袋，完全被窗外春的气息吸引了，思绪飞出了窗外，飞着飞着就睡着了。她正在做美梦，突然一个惊雷把她吓醒了，数学老师叫她站起来，让她把老师的话复述一遍。她愣在那儿。老师怕她的态度影响其他学生，说了她几句就让她继续站着。她虽然被罚站了，但还是无法认真听课，又歪头看到了窗外。她发现这样看窗外的视线更好，可以看到更远处了，她就这样看了一节课。课后，她在本子上开始写诗。

秋天，王潮歌参加作文比赛，抒写窗外的春天，她描述了自己的感受，从学校的第一名，到全西城区第一名，到全北京市的第一名，到全国的第一