



转角 即是光明

这样想，人生就会不一样。

一米阳光 / 著

有孤独相随是好的，如此你才有机会认识自己；
没有光明也是好的，如此你便学会了走出黑暗。

生命中总有挫折，那不是尽头，只是在提醒你，该转弯了！

写给现实中梦想远大但焦躁不安、困惑迷茫的你。
给所有钻牛角尖、走进死胡同的人指一条出路。

中国华侨出版社

转角即是光明

一米阳光 / 著



中國華僑出版社

图书在版编目(CIP)数据

转角即是光明 / 一米阳光著. —北京:中国华侨出版社,
2014.5

ISBN 978-7-5113-4607-0

I. ①转… II. ①一… 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096009 号

转角即是光明

著 者 / 一米阳光

责任编辑 / 月 阳

责任校对 / 孙 丽

经 销 / 新华书店

开 本 / 787 毫米×1092 毫米 1/16 印张/19 字数/249 千字

印 刷 / 北京建泰印刷有限公司

版 次 / 2014 年 6 月第 1 版 2014 年 6 月第 1 次印刷

书 号 / ISBN 978-7-5113-4607-0

定 价 / 35.00 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

“我来到你的城市，走过你来时的路，想象着没我的日子，你是怎样的孤独……你会不会突然地出现，在街角的咖啡店……”每当听这首《好久不见》都有一种恍如隔世的感觉，过去的纷纷扰扰都在脑海里闪现。爱是甜蜜的，却又如此地折磨着我们，即使过去已经很久，今天还是会心情激荡。那么人生呢？人生又何尝不是。

智者说：“水声亦作琴声听，黄连可当蜂蜜品。”意在引导我们在行进的路途中，遇到类似爱情的挫折，饱受心的折磨，在遭遇痛苦的生涯里，我们应当有“转念”的智慧。生活并非直线，心思也需机变。无论爱恨情仇，无论事业生活，在转念中，我们才能学会蜕变，学会对抗不期而至的种种破败，让心依旧高贵，让心在更新中越发洁净、透彻，散

发出王者的气度和光华。

最真的道理看起来都是最朴实的，但依旧逃不过“说来容易做起来难”的桎梏。我们皆凡人，如何做到“转念”呢？那么，请打开此书吧。她会轻柔地抹去你晶莹的泪水，告诉你如何在挫折中蜕变；她会助你一扇风的力量，在你破茧之时，乘风御行；她会在你顿悟之时，送你一朵迷香的玫瑰；她会在你承担的英雄气概中，让你绚烂如虹；她会在你再度泪水成冰的遭遇中，送上一杯暖茶，唤起你清醒的睿智，给你如磐石般的信念。唯此，你手握利剑，披荆斩棘，走向彼岸，收获属于你的人生至宝。

世上没有相同的叶子，也没有相同的人，但还是要承认，即使我们经历千辛万苦，我们还是要一天天过平凡的人生，但是我们没有被平庸打倒，这就是一种骄傲。《易经》中说：“阴极阳生，穷则变，变则通。”这不仅道出了变化的意义，更启示了我们生存的智慧。人与人的差别其实很小，最大的差别就在于思维。面对变或不变，你的心作何想？这是一个值得深思的问题。

目 录

C O N T E N T S



第一章

在挫折中“蜕变”

黑色巧克力 003

杂草和野花 007

痛苦如刀 011

晶莹的泪水 015

风飞 019

咀嚼 022

痛的极点 025

她的 AB 面 028

指尖的完美 032

学会看戏 035

第二章

在折磨中“破茧”

磨刀 039

至柔至刚 042

屈爱 046

鞋里的沙子 049

曲折之美 052

有你才有我 056

新生 060

破茧成蝶 063

“鲶鱼效应” 066

在磨难中前行 069

碎玉之美 072

心的“风暴” 076

目 录

C O N T E N T S



第三章

在转变中“精彩”

- 情绪是杯茶 081
- 快乐小主人 084
- 莫钻“牛角尖” 087
- 玫瑰无痕 091
- 砖的艺术 096
- 每一片叶子 099
- 生命之可贵 103
- 新径 107
- 破云见月 110
- 改变己心 113
- 静气 116
- 顿悟 120

第四章

在承担中“辉煌”

- 唱响 127
- 摊开你的掌心 133
- 细处见爱 137
- 挑大梁 141
- 王者 145
- 池中物 148
- 绚烂如虹 152
- 弯腰的稻子 156
- 秀木 160
- 直面失败 163
- 一马当先 167
- 不做鸵鸟 171



第五章 在遭遇中“换新”

- 泪水成冰 177
- 火凤凰 181
- 驰骋 185
- 爱惜羽毛 188
- 一碗水 191
- 茶香 194
- 昔日风景 197
- 忘却的意义 201
- 时间的手 204
- 一扇门 208
- 一笑而过 211

第六章 在清醒中“掌舵”

- 脱兔 217
- 百面娇娃 221
- 背后的眼 224
- 山水 227
- 人生探戈 230
- 摘月亮 233
- 变通 237
- 输得起 240
- 一米阳光 243
- 耳语 247

目 录

C O N T E N T S



第七章 在信念中“成就”

彼岸 255

信念如磐石 258

梦颜 261

花会开 264

一步一生 267

黑暗之眼 271

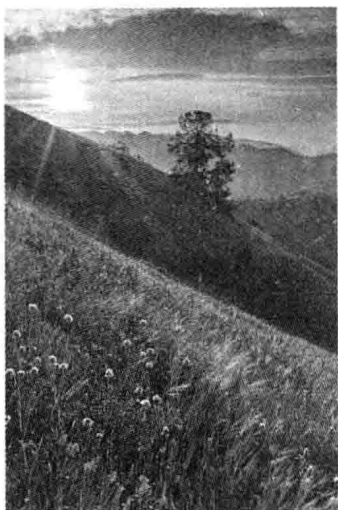
一棵树 274

你是自己的宝 278

永远不晚 281

养心 285

破釜沉舟 289



第一章 在挫折中「蜕变」

走着走着就摔倒了，这是人生的常态。没有挫折，焉能成长？就像萨克雷说的那样：『只要你勇敢，全世界都会为你让路。』

黑色巧克力

生活是一盒巧克力，在没有打开之前，我们并不知道它的味道，也许是苦的，也许是酸的，还有可能是涩的，但是无论是哪一种味道，都是生活最真实的存在。我们不能总是奢求生活是快乐的，生活的美好也许就在于它的多姿多彩。所以，我们要在痛苦中寻找希望，不轻言放弃，不任意抱怨，不妄自菲薄，时时刻刻给自己快乐的机会。

很多时候，痛苦来源于不自信，来源于我们不能挑战自己。

美国的布鲁金斯学会多年来以培养世界上最杰出的推销员著称于世。该学会会有一个传统，那就是每期学员毕业时，会给他们出一道最能体现推销员实战能力的实习题。

在布什当政时期，学会出了这样一个实习题：请把一把斧子推销给布什总统。

由于很多年时间里无数前辈都无功而返，许多学员都放弃了角逐金靴奖的机会。他们抱怨说，这个任务非常难，因为现任总统根本不需要斧头，即使需要也用不着亲自购买。

直到 2001 年，一位名叫乔治·赫伯特的推销员的出现，才再次打破了这一推销极限。然而，用乔治·赫伯特自己的话说，他却没花多少工夫。他说：

“我认为把一把斧子推销给布什总统是完全有可能的，因为总统在得克萨斯州有一个农场，里面有许多树。于是我给他写了一封信，信中说：‘总统先生，有一次我有幸参观了您的农场，发现里面长着许多大树，有些已经枯死了。我想您一定需要一把斧头。眼下我这里正好有一把非常适合砍伐枯树的斧头，如果您有兴趣的话，请按这封信上的地址给予回复。’后来，他就给我汇来了买斧头的钱。”

曾经有记者这样问过布鲁金斯学会的负责人：26年的时间里，学会培养了数以万计的推销员，也造就了数以百计的百万富翁。难道说他们的能力真的不如乔治·赫伯特吗？为什么不把金靴奖发给他们？换言之，布鲁金斯学会不公平。对此，该负责人回答道：“这只金靴子之所以没有授予其他的学员，是因为我们一直想寻找这么一个人，这个人不因有人说某一目标不能实现就放弃，不因某件事情难以办到而失去自信。”

其实，生活中很多事情就是如此，当接到任务的时候，我们觉得这是不可能的，可是世界上的事情，只要我们肯做就没有不可能的，更多时候成功就是来自于我们的自信，生活有时候就需要不断地承受苦难，聪明的人能够在苦难中不断寻找出口，不断找到自己的不足，然后继续前进。但很多时候

感悟心语

每颗巧克力都很美味，尤其是黑色苦味巧克力。

苦痛就是一剂良药，它会告诉我们，我们的不足处在哪里，所以正确运用苦痛的人，才是善于改正缺点的人，上帝不会轻易放弃一个人，只有爱你才会让你觉得痛苦，因为只有有在苦痛中我们才能最快成长。

不管遇到什么大风大浪，我们都要以乐观

的心态看待问题，即使是挫折，也有可能成为我们成长的沃土。罗兰说，一个人如能让自己经常维持像孩子一般纯洁的心灵，用乐观的心情做事，用善良的心肠待人，光明坦诚，他的人生一定比别人快乐得多。

乐观其实就是能不被生活的灰尘蒙蔽，始终保持一颗干净的心，面对任何事情，我们都能以全新的眼光去看待，始终对生活存有热情。

春秋末期，吴国（今江苏南部）和越国（今浙江北部）互相接壤，互相仇怨，经常打仗。公元前494年，吴王夫差大败越兵，越王勾践只剩下五千多士兵，被围困在公稽山。

为了报仇复国，勾践奋发图强，采取了富国强兵的种种措施，鼓励百姓生养儿女，减轻赋税劳役，制定一系列有利国计民生的政策，对那些孤儿寡妇、生病的、穷苦的，由官府代养他们的儿女，对那些有名望有特长的人，国家在物质上给予优厚的待遇，鼓励他们为国出力。勾践自己也亲自参加耕种，不是亲自种出来的粮食，勾践就不吃，不是他夫人织出来的布，勾践就不穿。十年之内，不向老百姓收税。因而，他受到全国百姓的爱戴，老百姓纷纷请求和吴国作战，复国雪耻。

勾践一看时机已经成熟，就说：“我不需要那单枪匹马的勇气，我要的是万众一心，同进同退。奋勇向前时想到国家的赏赐，畏缩后退时想到军令的刑罚；如果前进的时候不出力不听指挥，败退了却不知羞耻，这样就会受到应有的刑罚。”老百姓斗志昂扬，互相勉励，都说：“看一看谁是我们的国君，能不为他去拼死杀敌吗？”

于是，勾践指挥他决心为国报仇的人民，袭击了吴国，攻入吴都姑苏（现苏州市），他的“水师”又从海道进入淮河，断绝了吴军的归路，公元前

473 年，终于灭了吴国。

如果没有上次的失败，也许勾践永远不会知道自己的弱势在哪里，永远不能发愤图强，他的国家也许会承受更多的苦痛。正是勾践能够在痛苦的时候还能不放弃，他才能再找回当年的威风，我们在生活中也应该如此，遇到困难的时候我们要有从困难中爬起来的勇气，要及时排除苦痛的情绪，迅速调整，去寻找解决问题的方法，以更加饱满的良好情绪投入到完善自我的努力中来，唯有如此，我们才能成为生活的强者。

失败是成功之母，既然如此，要获得成功，那就先拥抱失败吧。正如有人所说，世界上没有永远的成功。而即使是面临着失败，对于有志于成功的人来说，也只是成功的暂时停止，并不是失败的真正到来。

其实，有时候短暂的失败，也是自然规律起作用的结果。失败是自然寻常的事情，就如同我们会感冒一样。一旦认为失败是自然规律的一部分，那就没有真正的失败，只有暂时停止成功。所以，我们说，没有失败，只有暂时停止成功。

人生在世，不可能永远成功，永远的成功会让你觉得生活很没有趣味，失败了是常有的，但是不代表着我们就常常被打败，我们必须有这样的信念，暂时的失败只是成功想歇歇脚，并不代表我们就永远失败了。我们要始终对自己抱有希望，对生活抱有信念，唯有如此，我们才能更好地乘风破浪，滑向更加美丽的世界。

杂草和野花

“万事如意”只能是一种美好的祝愿，在每个人的一生中，一点挫折没有的情况几乎是没有的。挫折就像一个擅长恶作剧的孩子说不定藏在某个角落，等着我们的到来。

诚然，当我们和挫折相遇，总会感到委屈和无助。可是，上天并不会因此就对我们格外眷顾，因为我们的委屈和无助而将挫折清除。当然，上天也从来不会故意和谁过不去，它总是将幸福的甘霖和挫折的风暴洒到每个人身上。

幸福的顺境自不必说，单对于挫折来讲，有的人能够把它看淡，甚至当作上天赐给自己的礼物，让自己经受心灵的洗礼，重新振作。而有的人则会感叹命运不公，并为此感到难过。无疑，相对于前者，后者缺少了一颗勇于拼搏的心。否则，也可能会像前者那样，把挫折看成成功路上的帮手了。

对于这一点，两位名家的话或许能提供一些启示。爱默生说：“每一种挫折，都隐藏着让人成功的种子。”普希金说：“在那些曾经遭遇挫折的地方，最能长出思想来。”从这两句话中，我们可以体味到：挫折是有价值的，它能让我们在反思后获得思想，并最终走向成功。

说来容易，然而要想跨越挫折，委实不是一件轻松的事，它需要我们拥有顽强的斗志和坚定的信念。

既是小说家，又是诗人、戏剧家、历史学家的巴威尔·利顿爵士早已为人们所熟知。原本，出身不凡的巴威尔·利顿大可以和其他贵族一样享受自由自在的奢华生活，但是他最终还是走上了另外一条人生之路——写作。写作是个苦差事，需要经常熬夜，所以他的这一举动让当时很多人感到不理解。

然而，巴威尔·利顿却一如既往地坚持了下来，经过很长时间没日没夜地煎熬，他终于创造了自己的首部诗作《杂草和野花》。可是辛苦劳作并没有换来相应的回报，这部作品一面世，即被当时的文学界批为败笔。甚至有文学家讥讽说：“这就是真正的‘杂草和野花’。巴威尔那个家伙还真是自不量力，以为凭一句‘啊，美好的生活’就能进入作家行列，真是太可笑了。”

尽管遭人嘲笑，但巴威尔却没有因此放弃，他继续创作着。又经过一段时间的辛勤写作，小说《福克兰》问世，这次的结局依然是第一部著作的延续，以遗憾收场。连续两次惨败，这让那些看不惯他的文学家更加肆无忌惮地嘲笑了，认为他在文学界取得地位根本是不可能的事。

换作其他人，可能早就知难而退了，可倔强的巴威尔却没有放弃，他仍然伏案写作，笔耕不辍。

日月如梭，转眼一年过去了，此时，巴威尔又发表了一部新的作品《伯

尔哈姆》，正是这部作品，让读者以及文学家一改之前的认识，大家纷纷认为这是一部难得的好书。

终于苦尽甘来，从失败的阴影中走出来的巴威尔继续自己的文学创作之路，一直持续了30多年。这30年里，他发表了大量优秀的作

感悟心语

对于生命中的一些杂草和野花，我们可以无视，也可以欣赏。