

要相信努力奋斗的意义
你不辜负青春，青春就不会辜负你



青春不荒芜，人生不迷茫

张小川◎著

向上吧，少年
别在最能吃苦的年纪选择安逸
总有一天，你会感谢现在拼命的自己

中国华侨出版社



青春不荒芜，人生不迷茫

张小川◎著

中國華僑出版社

图书在版编目(CIP)数据

青春不荒芜,人生不迷茫 / 张小川著. —北京:
中国华侨出版社, 2015.7

ISBN 978-7-5113-5564-5

I. ①青… II. ①张… 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(2015)第158775 号

青春不荒芜,人生不迷茫

著 者 / 张小川

责任编辑 / 叶 子

责任校对 / 孙 丽

经 销 / 新华书店

开 本 / 710 毫米×1000 毫米 1/16 印张/17 字数/203 千字

印 刷 / 北京建泰印刷有限公司

版 次 / 2015 年 8 月第 1 版 2015 年 8 月第 1 次印刷

书 号 / ISBN 978-7-5113-5564-5

定 价 / 32.00 元

中国华侨出版社 北京市朝阳区静安里 26 号通成达大厦 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

“当你不去旅行，不去冒险，不去拼一份奖学金，不过没试过的生活，整天挂着 QQ，刷着微博，逛着淘宝，玩着网游，干着我 80 岁都能做的事，你要青春干吗？”一个人曾在网上说过这样一句话。

很多人在抱怨生不逢时、怀才不遇、财运不济，终日愁眉苦脸，却宁愿选择安逸，整日沉迷网游、懒惰拖延、无所事事，也不愿在能吃苦的年纪去努力拼搏。如果你是珍珠，终究会有绽放光彩的一天，但需要岁月的沉淀。如果你是金子，也终有一日会发光，只需忍受短暂的灰暗。如果你贪图安逸、追求享乐、害怕艰苦，一味地

追求潇洒和时髦，未来的你一定会厌恶现在的自己。

既然你想变成自己喜欢的模样，就应该选择一条属于自己的道路，为了目标，付出别人无法企及的努力，永远不要奢望跨越吃苦的底线。

岁月蹉跎宜珍惜，年华易逝莫辜负。一个人想寻求安逸很容易，但却容易将自己陷入停滞不前的危险境地。不要在最能吃苦的年纪选择安逸，趁年轻努力拼搏，不求将来富甲一方，也不至于晚年落魄。如果在最能吃苦的年纪选择安逸，在未来就要受苦。

所有幸福、成功的人，都要经历一段苦痛和迷茫，熬过了就是成长。跳出安逸圈，才能拥有精彩生活。选择安逸生活还是奋斗坚持？关于梦想与渴望，其实是一个寻找自我的过程。借助温柔的警策和平和恬淡的人生见地，如暗夜中的明灯，助你接纳并欣赏属于自己的绚烂人生。

目录

Contents

Part1 成长就是，痛并快乐着

当你开始“装聋作哑”，那些伤害都不成为伤害 / 003

再阴郁的生命也会遇到春天 / 006

自我调适，是对心灵的救赎 / 009

放大快乐，缩小痛苦 / 012

痛苦有解脱的可能，就看你愿不愿意 / 014

Part2 再艰难的人生，也不能磨灭梦想

你的梦想就是你的主人 / 019

有所期待的人生，不会黯淡无光 / 022

有梦就去追，哪怕披荆斩棘 / 025

心若在，梦就在 / 028

别让你的梦想只是梦想 / 031

给生活以时间，去把梦想实现 / 033

自强不息，为了生命而奔跑 / 035

Part3 有梦想，就能活过来

在现实面前，别忘记自己的梦想 / 041

栽种梦想，收获希望 / 047

梦想，什么时候开始都不晚 / 052

不畏嘲笑，做坚强的梦想家 / 057

Part4 做你喜欢的事，什么时候都不晚

多去尝试，人生会大不相同 / 065

放弃固执，果断去发现你的新奶酪 / 067

当机会来临时，立刻抓住它 / 070

花开堪折直须折 / 073

冲出青春的迷雾，你总会成熟 / 076

有勇更有谋，才能笑傲群雄 / 079

Part5 没有下一次，珍惜每一次

无法改变的，请你坦然接受 / 087

只要选择了，就不要后悔 / 090

没有下一次，珍惜每一次 / 092

现在，是不能遗失的美好 / 096

专注于眼前的事情 / 100

随手关上身后的那扇门 / 104

拿得起，也要放得下 / 107

错过，有时不是遗憾 / 110

明天一定会更好 / 112

Part6 珍惜当下，坚信幸福就在前面

弦断了，也要把曲子演奏完 / 117

冬天过去了，春天还会远吗 / 120

得志时不忘乎所以，失意时要淡然以对 / 123

“知足者”才能够“常乐” / 126

打好手中的坏牌 / 129

那些想不开的事情，不妨交给时间 / 132

Part7 让未来的你感谢现在的自己

等待百年，只为花开的瞬间 / 137

坚持不懈，总有水滴石穿的一天 / 140

每天进步一点点 / 143

十年磨一剑，厚积薄发时 / 146

说服自己再来一次 / 149

Part8 你认为没有的，可能在来的路上

不怀疑的力量——坚信自己能业有所专 / 155

年轻不怕失败，一切从头再来 / 161

逼自己一把，你就优秀了 / 167

戒除浮躁，谦虚谨慎 / 172

创造机遇，表现自己 / 178

Part9 你该庆幸自己没有抱怨

认清工作的价值，实现自己的价值 / 185

保持乐观的心态，不抱怨不埋怨 / 191

敢于接受别人的批评，提高自己的综合能力 / 196

服从，也是一种方式 / 202

Part10 丢不掉偷不走的才是真本事

一技之长，立身之本 / 211

博览十艺，是为了择一而精 / 217

脚踏实地，不好高骛远 / 223

认识自我，做你最擅长的事 / 229

Part11 年轻时受的苦，终将照亮未来的路

痛苦无须回避，只需领会 / 237

输什么也不能输了心情 / 240

彩虹闪耀在风雨之后 / 243

跌倒了，别急着站起来 / 246

只要你还在微笑，一切苦难都会绕行 / 250

即使长着最苦的叶子，也要开出最香的花 / 253

在煎熬中等待蜕变 / 256

没有过不去的坎儿，只有过不去的心 / 259

青春不荒芜
人生不迷茫

Part 1

成长就是，痛并快乐着

当幻想和现实相遇时，总是会令人感到迷茫、失落、痛苦。成长就是这样，痛并快乐着。要么你被痛苦击倒，要么你把痛苦踩在脚下。所以，学着接受这个世界带给你的所有伤害吧，然后无所畏惧地长大。

当你开始“装聋作哑”， 那些伤害都不成为伤害

漫漫人生中，我们会遇到各种各样的人。其中有些人总是喜欢揪着别人的“尾巴”来嘲笑别人，面对这些人的时候，我们该怎么办呢？

我们应该主动地把他们对我们的嘲笑视为赞赏。因为嘲笑就好像一条狗，如果它不认识你，你又从它身边经过的时候，它便会对你吠叫和追赶你。但是，它认识了你或者你回转头对着它的时候，狗便不再吠叫了，反而摇着尾巴，让你来抚摸。这就说明只要你主动地迎击嘲笑，到头来它反而会为你所克服。

英国有一句谚语：“请每天和你所相信的价值一起前进。”环顾四周我们会发现，其实生活里有许多看似荒唐的行为中都存在着巨大的商机。其实哪怕被全世界嘲笑，只要自己认准了，就一定要执着地坚持下去。也许，人生的第一桶金就出现在这一看似让人啼笑皆非的“荒唐”行为里。

受了伤，感觉到痛，我们就要学着转化，将受到的伤痛以另一种形式发挥应有的力量。别人伤害我们或许是无心，或许是有意，如果一个人故意伤害我们，那么只能说明他居心叵测，如果我们倒下了，那么正是我们

的敌人所期待的反应。

在伤害我们的人面前，我们为什么要示弱？又怎么能示弱！他们之所以能够伤害我们，并不代表着我们能力的不足。可能是他们见缝插针，也可能是我们过于信任他们。只要找到问题的根源，反击并不难。

嘲笑我们的人，大都心无定力、朝三暮四，或者心怀叵测、嫉贤妒能。被这样的人嘲笑，我们应该一笑了之，这是最大的智慧。

一群青蛙在高塔下玩耍，其中一只青蛙建议：“我们一起爬到塔尖上去玩玩吧。”众青蛙都很赞同，于是它们便呼朋唤友地相伴着往塔上爬。

爬着爬着，有只平时很聪明的青蛙说：“我们这是干吗呢，又干渴又劳累，费劲爬它有什么用！”大家都觉得它说得有理，于是一只青蛙停下来了，两只青蛙停下来了，五只、十只，慢慢地，几乎全部青蛙都停下来了。

只剩下一只最小的青蛙还在缓慢地坚持着。它不管众青蛙在下面怎样鼓鼓噪噪地嘲笑，小青蛙就是坚持不停地向着塔尖爬。

过了很长时间，它终于爬到了塔的最高处。这时，所有的青蛙都不再嘲笑它了，而是在内心暗暗佩服。

原来，小青蛙是一个聋子！它根本就听不见众青蛙的任何议论和嘲笑。

小青蛙想要大家一起去见识一下不曾见识过的景色，但是却遭到了非议。如果它真的能够听到其他青蛙的声音的话，那么它还能坚持一路走下去吗？这个时候我们或许为小青蛙庆幸，幸好它是个聋子。仔细想想看，

只有小青蛙看到了最美的风景，这对于其他的青蛙来说是一种什么感觉呢？

在生活当中，我们不妨偶尔“装聋作哑”，在他人用语言攻击我们的时候，我们装作听不到就好，继续走自己的路，他们的几句话伤不到我们，而我们也没有义务为他人的伤害埋单。

学会转化自己的伤痛，如果困难挡住了我们前行的路，那么我们就偏不如它所愿，偏偏要迎难而上。当我们战胜这一切的时候，任何的痛苦都会被成功的喜悦所替代，任何的非议都会随风消逝，我们会站在成功的顶端俯视那些曾经伤害过我们的人，而我们的成功是对自己最大的证明，也是对伤害我们的人的最有力宣言。

再阴郁的生命 也会遇到春天

谁不爱温室中优雅的百合？清新芬芳，美丽淡雅。但是每种花都有别样的美，有一首歌叫作《野百合也有春天》。我们的人生之路很漫长，正所谓“风水轮流转”，即便眼下的境遇不太好，但不可能一辈子都厄运缠身，再阴郁的生命也会遇到春天。

每天都有昼夜之分，没有永恒的白昼，自然也没有无尽的黑夜。我们之所以在困境中挣扎，觉得痛苦，是因为我们只看见了自己的黑夜和别人的白昼。而我们一帆风顺的时候，总是想不到厄运的降临。

布里奇是一个美国人，他的父亲是汽车经销商，家境还算不错。在一个良好的环境中，他健康地成长，活泼开朗的他喜欢很多运动，也是长辈眼中的好孩子，老师眼中的好学生。在他长大后，他成为了一名士兵。他的成长之路没有阻碍，但有一天，厄运降临了。

在一次军事行动当中，他受委派驻守一个山头。战况很激烈，在双方对峙的时候，有一枚炸弹投入了他们的阵地。布里奇用最快的反应扑向了

炸弹，想要将炸弹扔开。然而他终究不是时间的对手，在他扑向炸弹的那一刻，炸弹爆炸了，他受了重伤，失去了知觉。当他醒来后，整个世界都变了样子。

虽然他还看得见，但这也是很残酷的，因为他看到了自己残缺的身体——右腿和右手已经离开了他。他没有叫嚷，因为他失去了叫嚷的能力，他的喉咙被弹片穿透了。唯一值得庆幸的是，他活了下来，生命还在。

在多年之后，布里奇才告诉别人，当他面临死亡的威胁时，他反复地在心里告诉自己：“如果你懂得苦难磨炼出坚韧，坚韧孕育出骨气，骨气萌发不懈的希望，那么苦难会最终给你带来幸福。”就是靠着这样的信念，他逃脱了死神的魔爪，并在之后振作了起来。

布里奇没有绝望，他虽然无法自由行动，但是他凭借自己的头脑和思想开始了新的人生——他进入了政界。从政后的他首先进入了州议会，之后竞选副州长，但并没有成功。对于普通人来说，这无疑又是一次沉重的打击，但他仍然坚信着春天会降临，开始学习驾驶。身体残缺的他靠着自己的毅力驾驶着特制的汽车，并以自身的经历展开了支持退伍军人的活动。

34岁的大好年华，他成为了美国复员军人委员会的负责人，在历任负责人当中，他是最年轻的一个。当他从委员会负责人的岗位离开之后，他回到了家乡，没多久，就成为了他家乡州议会的部长。

布里奇以自己的经历告诉世人，没有永恒的灾难，也没有永远的伤痛，命运不会一直压制你，总有一天幸福会向你招手。布里奇虽然身体残