



读者文摘 精华

(原创励志版)

你的努力，
终将成就最好的自己



红素清 ©主编

所有努力都将带来幸运
所有悲伤都将成为过去

北京工业大学出版社

读者文摘 精华

(原创励志版)

你的努力，
终将成就
最好的自己

DUZHE WENZHAI JINGHUA YUANCHUANG
LIZHI BAN
NI DE NULI
ZHONG JIANG CHENGJIU ZUIHAO DE ZIJI

红素清◎主编

北京工业大学出版社

图书在版编目(CIP)数据

读者文摘精华:原创励志版. 你的努力, 终将成就最好的自己 / 红素清主编. —北京: 北京工业大学出版社, 2016.11

ISBN 978-7-5639-4938-0

I. ①读… II. ①红… III. ①文摘—世界 IV. ①Z89

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2016)第 236133 号

读者文摘精华(原创励志版)·你的努力, 终将成就最好的自己

主 编: 红素清

责任编辑: 翟薇薇

封面设计: 壹诺设计

出版发行: 北京工业大学出版社

(北京市朝阳区平乐园 100 号 邮编: 100124)

010-67391722(传真) bgdchs@sina.com

出版人: 郝 勇

经销单位: 全国各地新华书店

承印单位: 三河市兴国印务有限公司

开 本: 880 毫米×1230 毫米 1/32

印 张: 8.375

字 数: 156 千字

版 次: 2016 年 11 月第 1 版

印 次: 2016 年 11 月第 1 次印刷

标准书号: ISBN 978-7-5639-4938-0

定 价: 28.00 元

版权所有 翻印必究

(如发现印装质量问题, 请寄本社发行部调换 010-67391106)

目 录



第一辑 你若流泪,先湿的是我的心

- 如果有一件小事,是你全力以赴的 尔雅 2
- 我希望有一个人,如你一般好 尔雅 7
- 我们总在不懂爱的年纪,遇上最美好的爱情
..... 彼岸花主 13
- 如果可以的话,不要用恨来结束一段爱 白枫麟 20
- 你的眼睛,是我永生不会遇见的海 亭后西粟 26
- 那一首没有写完的歌 尔雅 33
- 请珍惜那个为你擦去眼泪的人 玛瑙石 39

第二辑 太多人有太好的演技,却不知道是在演戏

- 不要亏待每一份热情,不要讨好任何冷漠 ... 花底淤青 46
- 伤口是别人给予的耻辱,自己坚持的幻觉 红素清 52



比贪婪更可怕的,是不知道自己想要什么	红素清	58
我们的生命里,藏着曾经吃过的苦	花底淤青	64
向阳花永远把阴影留在背后	彼岸花主	70
那些总是很虚伪的人	亭后西粟	77
陷入困境,也要镇定和从容	希洛	83
爱是付出,不是索取	好心	89

第三辑 谁说我不能再次微笑,谁说我不能活得很好

喜欢就去拥有它,不要害怕结果	彼岸花主	96
会过去的,就会过去的	好心	102
感情总是善良,残忍的是人会成长	花底淤青	109
你不迈出那一步,怎知道前面的精彩	隗学芹	115
总有一种痛,让我们瞬间成长	黑白格的时间	119
愿你以后所有的泪水都是喜极而泣	安雨	124
我只是喜欢装傻,不是真傻	亭后西粟	130
在走向完美的路上,可以有点不完美	张绛	137

第四辑 一个不经意,你的笑容就成了谁的整个世界

我们可以没钱,但不能认为自己穷	黑白格的时间	147
牵夹在小镇里的回忆	张绛	152



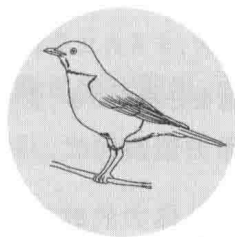
你不用害怕,一切都还来得及	张绛	157
不仅要丽质,还要励志	花底淤青	161
一个人的梦想也许不值钱,但一个人的努力很值钱	安如墨	168
有些路,终究需要一个人去走	张绛	173
就这样,骄傲地活着	玉凡瑶	178
每一次重逢都是相见恨晚	青鸟飞肥鱼	186

第五辑 趁着你我都还年轻,一起出去走走可好

愿我在旅途中与你 不期而遇	玛瑙石	194
离开,比谁都勇敢	白枫麟	200
远方有我昨天期待的梦	青鸟飞肥鱼	207
你的青春岁月,我的半暖时光	张绛	212
时间会老去,而我在想你	亭后西粟	220
所谓旅行,就是从 一个城市向另一个城市逃离	彼岸花主	227
如果你要走,请带上我	希洛	232
你只负责精彩,上天自有安排	章珈琪	239
慢慢来,才是你人生该走的那条捷径	张绛	247

第一辑

你若流泪,先湿的是我的心



我希望有个人,如你一般好。这个“你”,我更愿意
把它理解为“改变后的自己”。



如果有一件小事,是你可以全力以赴的

尔 雅

或许你现在仍不得志,默默地在自己的岗位上奋斗;或许你现在仍不强大,辛苦的功劳被别人抢走也无可奈何。但请别着急,踏实一点,全力以赴地做好那件小事,坚持住,你想要的,岁月最终都会给你。

伟大的教育学家陶行知曾经说过:“点滴的创造固不如整体的创造,但不要轻视点滴的创造而不为,呆望着大创造从天而降。”

我们赤手空拳来到这个世界上,一生中要经历如何的人生轨迹,遇见如何的人生机遇,很大程度上由自己决定。

年少时分,我们往往充满激情,耳濡目染成功者的事迹,豪情壮志地宣告,总有一天会打拼出自己的天地,出任 CEO,迎娶白富美,走上人生巅峰。

宣布理想的同时,却忽略了一个最重要的事实:这世界上的事情,莫不是从小事延伸积累而来;这世界上成功的人,也莫不是从做好每一件小事开始。

成功并非一蹴而就,它需要你拥有异于常人的忍耐与坚持;



它需要你对大势有长远独到的见解；它需要你忍受平凡，将每一件看似枯燥的小事做到极致，慢慢成长。

曾经看过这样一篇报道，一家电视台做了一期人物访谈，受访嘉宾是娃哈哈品牌的集团创始人——宗庆后。

这个42岁才开始创业的杭州人，在短短20年时间内，将一个连他在内只有三名员工的校办企业，打造成了中国饮料业的巨无霸，创造了属于他自己的商业奇迹。

访谈现场座无虚席，气氛热烈。宗庆后安静地坐在那里，面对主持人提出的诸如创业的艰辛、如何组建团队、如何铸造民族品牌等问题，对答如流，从容坦然。

在访问快要结束时，主持人忽然从身后拿出了一瓶普通的娃哈哈矿泉水，考了宗庆后三个问题。

“请问您知道这瓶娃哈哈矿泉水的瓶口，有几圈螺纹吗？”

“四圈。”

“那么矿泉水的瓶身，有几道螺纹呢？”

“八道。”

主持人见两个问题都没有难倒宗庆后，拧开矿泉水瓶，看着手中的瓶盖，沉吟片刻，提了第三个问题。

“您能告诉我们，这个瓶盖上有几个齿吗？”观众们不知道主持人提问的意义何在，一时之间，讨论声、嘘声不绝于耳。

宗庆后看着主持人，微笑着说：“你观察得很仔细，问题很刁



钻。我告诉你,一个普通的矿泉水瓶盖上,一般有 18 个齿。”

主持人惊讶地瞪大眼睛,仔细数了数瓶盖上的齿数,果然是 18 个。感叹一声,站了起来做最后的节目总结。

“关于财富的神话,总是让人充满好奇。一个拥有 170 多亿元身家的企业家,管理着几十家公司和两万多人的团队,生产了几十个品种的饮料产品,每日需要决断处理的事务何其繁杂。可是,他连他的矿泉水瓶盖上有几个齿,都了如指掌。也许我们可以从中看到,他是如何一步一步走向成功的。”

如果将你正在从事的事业比喻成一瓶矿泉水的话,你知道你的瓶盖上,有多少个齿吗?

古语有云:不积小流,无以成江海;不积跬步,无以至千里。很多时候,一件看起来微不足道的事情,或是极其细微的变化,恰恰最能反映问题存在的意义。

在生活中,很多人觉得工作枯燥琐碎,大部分人渴望自己能够升职加薪,却以敷衍的工作态度,过一天是一天,为了完成任务而完成任务,不去想是否还有更好的解决方案,不去思考策划方案中是否还存在问题。

你觉得工作简单无聊,毫无创造性可言。可是总有人在这极其平凡的职业中,找到蕴藏在其中的巨大机会。于是,他们成功了,你依旧在原地幻想着,抱怨着,不做任何改变,一生庸碌无为。

上帝是公平的,我们所得的果,是自己造成的因。生命的价



值之一在于,我们可以选择以自己喜好的方式度过一生,也可以选择用竭尽全力的态度做好每一件事。所有的事情都有其存在的意义,不管我们在困境中走得是否艰难,都能锤炼出乐观、坚强这些闪光的品质。而这些是属于你的,独一无二的财富。

大学的时候我曾经担任过活动的负责人,由于是校级活动,需要联系下属十三个院系的老师同学,从拟定主题到撰写策划、通知,再到现场人员安排、善后工作事无巨细都得一一想好。

由于完全没有经验,所有细节都需要自己摸索。那段时间压力很大,在事情没敲定之前,我总是失眠,生怕搞砸了活动。

在做好一切准备后,活动当天原本晴朗的天空突然乌云密布。我站在宿舍阳台上,心情复杂,忧愁地做好善后准备,跟老师请示延期举行。

再次举办的时候,特意注意了天气的变化。活动的举办结果很好,不仅受到了学校领导的夸奖,同时也被刊登在日报上。

事后老师问我,是不是感觉累死了。我笑笑,因为有压力,所以事无巨细都得特别仔细地考虑并且决断。若自己没有用心到这种程度,结果虽不会大打折扣,但肯定不会完美。

所以,做好每一件事,其实也没有你想象中那么难。在刚开始的时候,你要相信自己可以做好这件事。潜意识对于人有着强烈的刺激作用,正确的心理暗示能够无比积极地引导事物的发展。



其次,你必须脚踏实地。脚踏实地地做事,保持良好的精神状态和正确的做事方法,始终把承受挫折、克服困难当作是对自己人生的挑战和考验。

最后,你要甘于寂寞。你得时刻做好承受压力的准备,学会调试痛苦。从旧事中找出新方法来,学会创新,发挥自己的本领。这一切,都需要你用心去做,才能达到自己想要的效果。

或许你现在仍不得志,默默地在自己的岗位上奋斗;或许你现在仍不强大,辛苦的功劳被别人抢走也无可奈何。但请别着急,踏实一点,全力以赴地做好那件小事,坚持住,你想要的,岁月最终都会给你。



我希望有一个人,如你一般好

尔 雅

不对谁有所期待,不需要以取悦他人为生。我们消耗掉的每一天,都是无法重来的,既然已经浪费掉了小半生的时间为别人而活,剩下的人生更要以对自己好为目标犒赏自己,努力活出属于自己的精彩。

在现代职场生涯中,人们习惯用“领子”的颜色来划分不同的人群。按照知识层次、职业特点、职务高低、职场地位及薪酬厚薄等条件,划分出金领、白领、粉领、灰领、蓝领五种不同的职业类别。

随着生活水平的飞速提高,人们的生存压力也越来越大,女性不仅需要承担一部分家庭收入,更要努力协调好职场与家庭的关系。

要想做到两者兼顾,实在有些困难。在职场中,你可能面对上司的斥骂嘲笑;在家庭中,你可能面对家人的抱怨和不理解。

一年中你有百分之九十的时间在忙碌,却不知道自己在忙些什么。你很久没翻过书,不关注最新上映的电影,休息时间宁愿待在家里睡觉,很少逛街,不再旅游。身心俱疲时,觉得人生太



无趣,生来就是受苦,你不开心,对生活再没有激情的态度。

造成这些情况的原因是什么呢?很简单,你为别人而活,所以注定不快乐。

你自以为已经很努力在取悦别人,满足身边人的期待,却忽略了一个真正强大的人,不会把太多的心思花在取悦别人上面。所谓的圈子和资源都只是衍生品,只有花时间努力修炼并取悦自己,才能赢得别人的尊重;而只有平等的对待,才能让你的心不卑不亢。

对于职业选择,我曾经一度倾向于白领阶层,以为那些朝九晚五打扮光鲜亮丽的白领丽人们,处理事情聪明果断,能够很快完成一天的工作,剩下的时间都在某个很小资的咖啡店里喝下午茶,活得恣意悠闲。

然而这些认知,都从电视剧或者电影中总结而来,大部分是虚构的,那时候我对真正的白领生活尚且不知,等我意识到,周围已经流行起“粉领”的概念。

“粉领一族”是指在家上班的SOHO(家居办公)族丽人。在形式上,她们不用早起,不用看上司的脸色,不需观察同事的反应;在环境中,她们可以穿着睡袍或内衣在房间里穿行,敷着面膜上网搜寻信息,收发邮件,完成工作。她们受过高等教育、追求经济独立、寻求个人价值,面对生活平淡从容。

曾经看过一篇报道,专门采访过“粉领一族”,印象深刻。报



道选取了五六个来自不同行业的粉领女孩,或从事广告创意,或从事职业撰写,虽然收入没有职业白领高,但时时刻刻都在陶冶生活。

桃子小姐是一位资深粉领,由于不堪忍受复杂的人际关系,毅然辞去了令人羡慕的工作。得知桃子小姐辞职后,同处广告界的同学就让她帮忙做些创作,并给出一定的酬劳。

“可能我本身也比较擅长做这些吧,看到我的作品后,越来越多的朋友找上门了,广告创意的范围也越来越广。”

为此,桃子小姐还专门换了台电脑,购买了相关的设备,工作环境也从严肃的办公室变成了自由的小窝。

桃子小姐不爱运动,上班的时候,一坐就是一天。小腹上的赘肉日益明显,原先引以为傲的好身材不复存在,最令她忧心的是,健康状况也亮起了红灯。

成为粉领一族后,桃子小姐与身边的粉女孩们组成了一个小团体,大家约好一起健身、定期去泡温泉蒸桑拿,周末找个咖啡厅讨论书籍电影,交流工作心得,有了更多的时间陪伴家人,慢慢找到了来自自身的归属感。

并非我刻意提倡“粉领”,我只是欣赏“粉领”的生活方式和工作态度,有足够的时间经营生活。每件事情都有a面和b面,粉领固然很好,但是也存在一些问题。诸如,伴随自由的是工作与收入的不稳定性,社会保险、医疗保险这些都得自己操心。



有些人会盲目草率地选择生活,见粉领舒适,便辞了白领的工作,不久后由于种种问题而重回白领行业。并不是每个女性都适合做粉领,也并非每个粉领都能过得舒适。

虽然粉领较白领的确多些自由,但白领也有一套自己的休闲模式,重要的不是职业的变化,而是心灵和选择。

每一个人活在世上都不可能只为自己而活,作为子女,我们有义务为年迈的父母提供赡养;作为丈夫或是妻子,我们又需要为家庭贡献力量;作为父母,我们有责任培养孩子长大成人。

你可能会问:我上有老下有,生活压力大。若不做到取悦上司,很可能丢了工作;若不做到取悦同事,很可能失去合作机会;若不做到将空余时间用来整理家务,很可能招来丈夫或婆婆的斥责。取悦自己需要投入时间与精力,有如此多的担忧,对生活常常感到难以忍受,还如何做到取悦自己?

首先我想说的是,取悦自己并非需要满足某些特定条件。从表象来看,它可以指一切能使身心获得满足的方式,从具象来看,它可以指一顿大餐、一本书籍、一部电影,或者是给自己制订一个追求的目标。

的确,你上有老下有,你需要完成上司指定的任务,你需要和同事处好关系,你需要做好家务以求更好地经营家庭。但是你有没有想过,当你用“忍受”一词的时候,你就注定不能享受生活了?



你只看到了消极的一面,将岁月随机赠予你的挑战与机会通通忽略,不停地否定自己,否定人生。

上司指责你,你就越挫越勇,努力提升能力,而不是唯唯诺诺担惊受怕。同事漠视你,你就拿出真诚助人的心情,用心待人与有目的待人的交友绝对不一样。家人埋怨你没有做好家务,你可以利用闲暇时间带他们出门散心,家务可以一起做,重要的是与家人在一起。

所以说,取悦自己与他人无关,与时间无关,与地点也无关。它在于你是否有渴望,在忙碌生活中调试自己至步履淡然;它在于你是否有激情,是否能在平淡生活中活出不一样的精彩。

选择一份爱好,或者选择一份挑战。生活是平淡的,但我们做的是努力让它保持热情,让它不变得平庸。

美国电影《追梦赤子心》中,鲁迪将“加入圣母大学橄榄球队”作为自己的追求,在追求的过程中,他提高了自己的球技,获得了学历,收获了满足和幸福。

做自己喜爱的事情,给自己设定一个目标。爱运动,就会尽可能利用时间来锻炼;爱看书,就会尽可能多地去阅读;爱看电影,就尽可能多地观看喜欢的影片。给自己设定一个目标,让自己保持一颗“想要”的心,才会不断拥有热情,以及在热情中迸发出愉悦。

席慕蓉在晚年的《独白》中有这样一段深刻的话:“在一回首