

Happiness is
a kind of power



幸福 是一种 动力



幸福有一种力量
使孤独退让，触摸梦想

幸福不是人生目标，
而是生活动力

希
微
◎ 著

幸福无处不在，就像空气一样
围绕在我们身边，成为每个人生活的动力

生活在此，幸福不远，就在左右。

只有找到生活的快乐，我们才能收获成功

民主与建设出版社

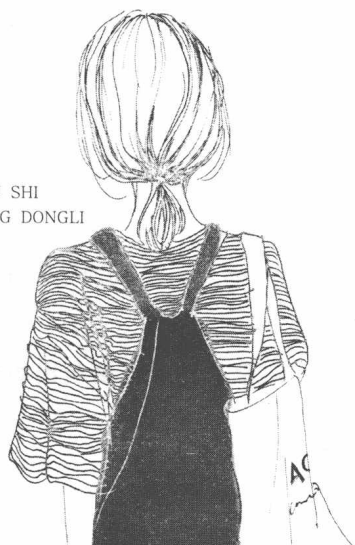
Happiness is
a kind of power

幸福 是一种 动力

希微
◎ 著

XINGFU SHI
YIZHONG DONGLI

民主与建设出版社



图书在版编目(CIP) 数据

幸福是一种动力 / 希微著. -- 北京: 民主与建设出版社, 2016.8

ISBN 978-7-5139-1231-0

I. ①幸… II. ①希… III. ①幸福—青年读物

IV. ①B82-49

中国版本图书馆CIP数据核字(2016)第180101号

© 民主与建设出版社, 2016

幸福是一种动力

出 版 人 许久文

著 者 希 微

责任编辑 刘树民

装帧设计 李俏丹

出版发行 民主与建设出版社有限责任公司

电 话 (010) 59417747 59419778

社 址 北京市朝阳区阜通东大街融科望京中心B座601室

邮 编 100102

印 刷 三河市天润建兴印务有限公司

版 次 2017年1月第1版 2017年1月第1次印刷

开 本 880mm × 1230mm 1/32

印 张 8.5

字 数 180千字

书 号 ISBN 978-7-5139-1231-0

定 价 35.00 元

注: 如有印、装质量问题, 请与出版社联系。

目 录

CONTENTS

越相信美好，它就越接近你



003 越相信美好，它就越接近你

008 幸福是很简单的事

011 我们想要的幸福，只不过是阳光静好

015 沸腾地活着

019 她的努力，只是想活得更自由

025 美好人生，从一个人开始

029 女人，并不是水做的

034 我是一只快乐的蜗牛

036 我相信奋斗的意义

042 相信淡定平和的力量

045 我只是想做一个随心所欲的女孩子

目 录



不要因为错过太阳而哭泣

055 做一个“有趣”的人

058 重要的是喜欢

060 不要因为错过太阳而哭泣

063 请对生活微笑

065 粗枝大叶，畅意生活

067 当下即是幸福

070 等待花儿的开放

073 缺憾的美丽

075 做一条小溪

077 做一名生活家

082 自己寻开心

085 只要一米阳光

087 真实人生不完美

090 至美本应无华

093 活就要活得漂亮

CONTENTS



我只要我的幸福

097 盛开的荷兰菊

100 听得懂的阳光

102 投进阳光的怀抱

106 我甘心是我的茧

110 我是幸福的

113 心怀美好的阳光

116 我以为的幸福

119 我只要我的幸福

122 心灵的明媚

124 心藏一朵莲花

127 小城的桂花香

130 像莲花般盛开

133 心是快乐的根

136 选择自己的生活

138 幸福是在茅房里喝汽水

目 录



此刻，我很富有

143 此刻，我很富有

146 春天的使者

149 此刻即幸福

152 边看风景边等待

155 读懂最美的花朵

158 读书的幸福

160 等一棵草开花

162 给小草让路

165 花店里的幸福草

168 简单的幸福

171 今天最开心的事

173 让眉毛飞

177 心中向往美好

CONTENTS



尽情美给自己看

- 181 爱需要等待
- 184 灿烂的心灵阳光
- 187 藏在心里的幸福
- 190 从 容
- 193 大于 36 块钱的安宁
- 196 等待葱花的盛放
- 198 凋败之美
- 200 发出杂音的不是芭蕉
- 203 耳根清净
- 207 放慢你的脚步
- 211 富贵竹的重生
- 214 给我一天光明
- 217 尽情美给自己看
- 221 脸上的风景
- 224 美好的一天

目 录



找到想要的生活

229 只因喜欢

232 重见阳光的欣喜

235 找到想要的生活

239 别让心里长棵树

242 等候星光

245 多想像树一样活着

248 发现自己的隐形福利

251 分享你的美好

254 画一扇心灵之窗

256 怀念一碗米线

260 积攒小幸福

262 寂寞中的丰盈

越相信美好，
它就越接近你

我们要尽量去相信美好的东西——
相信真爱存在，
相信生活很精彩，
相信他人的善意，
相信自己的能力，
相信努力有意义，
相信事情会变好，
相信幸福会来敲门……

越相信美好， 它就越接近你

这世上，悲观的人很多。他们总觉得，凡事往坏处想，才会对坏事有应对能力，才不会遭遇突如其来的打击。这当然有道理，但这个悲观，应该建立在客观的基础上。事实上，大部分人是过于悲观了，而正是由于这份悲观，导致了坏结果。

其实，一个人能不能过得好，一定程度上取决于他相不相信自己能过好。因为相信是有力量的。你相信自己是什么样，你就很可能活成什么样。

[1]

初中时，我和父母去一个远房姑姑家串门。姑姑家境不太好，我们一进门，她就讲起了烦心事：姑夫醉酒后骂她，大儿子该订婚了但她家根本付不起彩礼，二儿子初中毕业一直没找到合适的活干，家里穷得年三十儿的饺子都没舍得放肉，打三个鸡蛋凑合了……

我看着姑姑一脸悲苦，心里特别替她发愁，几乎掏出压岁钱

来给她买肉包饺子。这份愁，一直印在我脑海里好多年。直到去年，我妈有次告诉我：你姑姑的房子拆迁，补偿了三百万，现在她可有钱了。我莫名觉得心里一块大石头放下了，欢快地说：太好了，这下姑姑可美了吧？妈妈摇头：也没有。

没多久，姑姑来我家串门，脸上没一点喜气，还是写着一个大大的“愁”字。坐下来，她还是诉苦：两个儿子为了钱打架；姑夫把钱借给了不靠谱的人；大儿媳妇平白给了娘家三万块；二儿子投了四十万做生意，也没看到赚回来多少……总之，虽然吃上肉了，但吃得一点也不香。

我听着，又开始替她发愁，只是又隐隐觉得不应该愁。后来我妈跟我分析说，其实姑姑家以前也没那么苦，但她好像就那样的心态，就是觉得日子过不好。比如以前她说付不起儿子的订婚彩礼，其实他们最后没给多少，也照样把媳妇娶进门了。说年三十的饺子没放肉，其实她买得起，只是舍不得放。当时她家俩儿子都成年赚钱了，日子还是说得过去的。

还有这次，她说二儿子投了四十万的生意，刚开始做，当然不会马上有太大盈利，赚钱的时候还没到呢。姑姑就是太悲观太没信心，总觉得什么事都没好结果。不是日子真的苦，而是姑姑心里认定了日子就是苦的。不是真过不好，而是她发自内心地相信不会过好。于是本来不苦的日子，也过得分外愁苦了。

一个朋友说：有些人，有钱没钱都过不上好日子。可能真是这样。如果一个人对生活的心理预设就是“苦”，对所有事情的预期都是“坏”，那么就算日子不苦不坏，他也必然会沉浸在愁苦里。

[2]

曾经有个高富帅的男同事，是典型的花花公子，女朋友嗖嗖地换，换得我们眼花缭乱。

有次我问他：这么多姑娘，就没有一个是你特别满意，想跟她长久交往的吗？他说没有，因为总是相处没多久就发现她们根本不爱我。我说，不是有个高个子姑娘对你很好吗，你都又换好几轮了，人家还给你买礼物，还哭着给你打电话，我觉得她对你真爱。他说，姐你真逗，这世上哪有真爱啊，她找我就是图我钱，我心里明镜似的。

这个玩世不恭的家伙，到现在还没结婚，我想他是还没有遇到真爱。可是，一个不相信真爱的人，会遇到真爱吗？恐怕遇到了，也会觉得对方是图他钱、图他帅，于是并不珍惜，也不做长久打算，然后受到轻慢的姑娘就受了伤，不得已收回真心，忍痛撤退。

你不相信她爱你，她最后就真的不爱你了。

[3]

以前看过关于狼孩的故事：人类的幼儿，被狼掠去抚养，于是就养成了狼的习性，白天睡觉晚上活动，怕水怕火怕光，不吃素食，吃肉也是放在地上用牙齿撕开吃，每到午夜就像狼一样引颈长嚎。就算后来回到人群中间，狼孩的这些习性也很难改变。因为他骨子里就相信自己是一只狼，就应该像狼一样生活。

虽然他本质上是一个人，但他不相信，自然也就没办法活得像个人。我想，可能世上很多人也是这样，因为错误的“相信”，而活成了不该成为的样子。

一个能力很强的人，因为相信自己是弱者，就照着弱者的方式生活，最后真的成为弱者。一个很有才华的人，因为相信自己平凡，才华得不到提升和展露，最后就真的变得庸常。

[4]

很多时候都是这样：你相信什么，就会看见什么，就会遇到什么，就会成为什么。

你相信日子过不好，日子就很可能真过不好。你相信世间没

有真爱，就很可能遇不到真爱……你的相信，未必一定应验，但常常对结果有重大影响。

你相信一株花会开，就会愿意悉心浇水施肥，最后它可能就真的开了。你相信这花不会开，就懒得管它，任其自生自灭，最后它可能就真的开不成。

你相信一份工作有意义，就会尽职尽责、全力以赴，就比较容易获得收益，这工作就真变得有意义。你相信这工作没意义，就潦草敷衍、三心二意，于是赚不了多少钱，也得不到提升，这工作就真没意义了。

事情的结果通常都不是注定的，有无数可能性，关键在于你朝哪个方向走。而你的认知决定了你的意志，你的意志又指引着你的行为，你的行为就决定了你的生活。

因此，如果你想要得到什么，只要是现实可行的愿望，就应该相信自己能得到。你的信念应该与愿望保持一致，这样才可能心想事成。所谓信心，就是一颗相信的心。它会给人勇气，给人力量，给人耐心。

所以，我们要尽量去相信美好的东西——相信真爱存在，相信生活很精彩，相信他人的善意，相信自己的能力，相信努力有意义，相信事情会变好，相信幸福会来敲门……

这些美好，你越相信，就越接近。

幸福是很 简单的事

我的电脑桌面上，一直保存着一张图片：寂静苍穹下，一条蜿蜒的山路，通往山顶。湖蓝色的夜空，呈现出丝绸的莹莹光泽，非常细腻柔软。圆月高悬，星子璀璨，指引着孤独的赶路人。如同看到某个时光切片里的自己。

记得初中时，不在学校寄宿的那一年，我几乎每天都要经过那样一条山路。头顶是湖蓝色的天空，星子闪烁，像剥落的鱼鳞吸附在上面。我在星空下行走，拎着装咸菜的麦乳精空罐子，清瘦的背脊飕飕发凉，身边是薄坟、山塘、土地，还有无尽的小灌木和虫鸣。直到听到“笃笃”的打铁声，心里才安稳下来。那个时候，没有人知道，那种声音，对于一个夜行的少年来说，是怎样的一个温暖所在。

村里的老铁匠在他的小屋子里打铁，从清晨，到夜深。他的哑妻，陪在他身边，给他纳鞋底，或拉风箱。红色的炉火，发出耀眼的光亮，升腾至屋顶，然后又化作轻薄的雾气，消弭于夜空之中。像童话中的小屋子，被神迹光顾。

我远远地路过他的小屋子，一路踩着打铁声，飞快前行。不