

读者文摘

大全集

权威版本·年度焦点·一世珍藏

(2016版)

这是一本包罗万象的书 汇集了感人至深的故事

浓缩了世间种种奥秘与精髓 引发了全球亿万读者的心灵共鸣

杨晖 主编

推陈
出新



北京工业大学出版社



读者文摘

大全集

(2016版)

DUZHE WENZHAI
DAQUANJI 2016 BAN

杨晖 主编

北京工业大学出版社

图书在版编目 (CIP) 数据

读者文摘大全集: 2016 版/杨晖主编. —北京: 北京工业大学出版社, 2016. 12

ISBN 978 - 7 - 5639 - 4968 - 7

I. ①读… II. ①杨… III. ①故事—作品集—世界 IV. ①I14

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2016) 第 257242 号

读者文摘大全集 (2016 版)

主 编: 杨 晖

责任编辑: 马潇潇 翟雅薇

封面设计: 新纪元工作室

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) bgdcbs@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: 787 毫米 × 1092 毫米 1/16

印 张: 27

字 数: 473 千字

版 次: 2016 年 12 月第 1 版

印 次: 2016 年 12 月第 1 次印刷

标准书号: ISBN 978 - 7 - 5639 - 4968 - 7

定 价: 38.00 元

版权所有 翻印必究

(如发现印装质量问题, 请寄回本社发行部调换 010-67391106)

前言

在人生的旅途中，最糟糕的境遇往往不是贫困、不是厄运，而是精神和心境处于一种无知无觉的疲惫状态：感动过你的一切不能再感动你，吸引过你的一切不能再吸引你，甚至激怒过你的一切不能再激怒你。这时，你就需要寻找另一片风景。

畅销全球的《读者文摘》杂志的创始人华莱士曾说过：“只有人性的东西才能征服人心，即使在一个物欲横流的社会里，人们还是会敬畏些什么？那就是看似简单朴素的真、善、美。是真、善、美在拯救和平衡人的内心。”

生命，需要鼓舞与希望；心灵，需要温暖与滋润。幸福并非来自物质的充盈，它是一种通过奉献牺牲所获取的愉悦和满足感。

本书精选了几百篇至善至美的故事，这些故事曾经影响了许多人的心灵。用心去看去领悟，或许某些故事会给你以深刻的启迪，有的会让你感动落泪，有的会让你有特别的感受，有的则会让你会心一笑。你会感受本书如同春风轻轻吹拂你，帮你从乏味的生活中找到一份舒畅和甜美。阅读本书将会使你活得激情满怀，爱得深沉博大；会使你更加自信地去追逐内心的憧憬与梦想。当感到痛苦、惶恐和失落时，它将给你以慰藉；在遭到打击、挫折时，它将给你以力量。

毫无疑问，本书会成为你的终生益友！

目录

第一辑 逆转人生,改变命运

不染 / 3

看见自己的天才 / 5

聪明要刚刚好 / 7

漂洋过海的马仔 / 8

龙套人生 / 10

1% 成就 100% / 12

Rain 的成功之路 / 14

“看见”柴静 / 15

跑出我的未来 / 19

谋取成功的诀窍 / 20

把“烂牌”打好 / 23

非主流少年的成功求学路 / 25

那一年,不得不长大 / 26

不只是你从贫穷中长大 / 29

不抛弃梦想就能创造奇迹 / 32

俞敏洪:自比蜗牛,坚信奋斗改变命运 / 35

第二辑 把青春献给拼搏,不让年华虚度

你穷,因为你没有野心 / 43

蚁穴求生,梦想的天空 / 45

舒适区终有一天会毁掉青春 / 47

你追求的平淡其实是平庸 / 50

让我们如此享受的慢性毒药 / 52

迷茫不可怕,可怕的是没有面对迷茫的

勇气 / 54

你不是岁月静好,你就是懒 / 57

别让五年后的你瞧不起自己 / 60

还年轻,不能就这样吧 / 62

写给 23 岁的自己 / 64

二十多岁的你需要的正能量 / 66

仗着年轻,你们究竟干了些

什么 / 68

一个人的未来,没有谁可以施舍给你 / 70
谁不是一边受伤,一边成长 / 73

一切看似是终结的,终将被证明只是
过程 / 75

第三辑 要始终相信努力奋斗的意义

活着要一直前进 / 81
我们为什么要努力 / 82
坚持真的那么难吗 / 87
说你“天才”,那是嘲笑 / 90
我始终相信努力奋斗的意义 / 92
花开花谢,犹如人生 / 96
天亮总是从自己的窗边开始的 / 97
那群读大学的保安们 / 99
阮小美的梦想地图 / 102
陈士骏:他们都对我说“不行” / 105
“天生丽质”的人比你还努力 / 107

你要的不是面子,而是尊严 / 109
把每个睡醒的早晨都当成一件礼物 / 112
我的岁月是我未完成的路 / 115
深圳打工的日子成就了我 / 117
这世上,从来没有一无所获的付出 / 120
人生只有走出来的美丽,没有等出来的
辉煌 / 123
我花了 18 年时间才能和你坐在一起喝
咖啡 / 125
梦想照进现实的时候,是没有讨价
还价的 / 127

第四辑 做事坚持,做人坚强

坚持 / 133
960 次失败 / 134
给坚强一个理由 / 136
你能赢 100 次 / 138
做坚强的自己 / 141
送报的少年 / 143
原来,你叫袁坚强 / 144
跑着跑着就到了 / 148

金字塔顶上的蜗牛 / 150
生命充满奋斗和辉煌 / 151
成功的秘密 / 153
我的求职经历 / 154
成功贵在坚持不懈 / 159
500 封书信的神奇力量 / 160
这一生,至少为一件事疯狂 / 162

第五辑 感谢曾折磨过自己的一切

希望无敌 / 167

飞翔的“大白菜” / 168

半块砖的用途 / 170

生命因磨炼而美丽 / 172

人生就是攀登百岳 / 175

班公湖边的鹰 / 176

把苦难变成寓言 / 178

失败告诉我 / 181

跌倒时笑最可贵 / 182

钢化玻璃杯的故事 / 184

走过人生的冬天 / 185

失败只是一个角度 / 188

信念提升人生价值 / 190

苦难是人生必须经历的一课 / 192

走一步,再走一步 / 194

李连杰:一切困难都是为了让我们

更强大 / 196

人生不设限 / 197

滚蛋吧,肿瘤君 / 201

有一个盲女孩在微笑 / 203

迎着缺陷奔跑 / 205

心若向阳,何惧悲伤 / 206

盲女孩的光明世界 / 207

被上帝咬过一口的苹果 / 209

心有多宽,世界就有多大 / 211

刘伟:命运开了个玩笑,而我不能

翻脸 / 214

第六辑 带着梦想去翱翔

梦想,从来不卑微 / 219

人生不能没有梦 / 221

把梦想交给自己 / 222

鞋子可以长着翅膀 / 224

怀揣梦想上路 / 225

梦想,原来永远不嫌迟 / 227

骆驼图书馆 / 228

信念和梦想 / 230

梦想不会老 / 234

有了梦想你就去做 / 237

一张桌子激发的梦想 / 239

时刻铭记你的梦想 / 240

雄鹰小时候也叫菜鸟 / 242

人生最大的风险就是不去冒险 / 244

第七辑 找准方向,只管去做

人生拐点 / 249

成功需要自己去改变 / 251

人生没有标准答案 / 254

重复的价值 / 255

一辈子走好一条路 / 257

商人的基地 / 258

四个人与一个箱子的故事 / 260

找到适合自己的那把刀 / 261

从现在开始 / 263

人生没有如果 / 265

年轻,就是要马上行动 / 266

有一种成功叫速度 / 268

你一定要敢于行动 / 269

生活中没有“后退”键 / 271

眼睛盯住高处,行动从脚下开始 / 272

生活,每天都在给你改变命运的机会 / 275

是那些微小的改变,让我们越来越好 / 277

第八辑 抵达成功的N种路径

你有一分钟吗 / 283

功夫在诗外 / 284

端盘子端出风景线 / 286

从一粒米成功 / 289

传媒大亨尽干小事 / 290

鸟巢的首席电工 / 292

做人生的“时间冠军” / 294

九把刀:我真是个幸运的混蛋 / 296

为草有竹心 / 299

先当种树人 / 301

卓越是一种态度 / 302

没有人拒绝微笑 / 304

把你的真诚与热情表现出来 / 306

我凭什么要相信你 / 308

让美丽自己站出来 / 311

偷懒与经典 / 313

1%的可能也绝不放弃 / 314

天赐良机 / 315

并不可怕的示弱 / 317

和那些能给你鼓励的人在一起 / 319

沙栗的企业复苏计划 / 320

1000美元一碗的中国拉面 / 324

在你的领域里成为旗帜 / 326

发挥自己的智慧,您将会是下一个

成功者 / 328

第九辑 为自己而活,做更好的自己

让掌声起来 / 333

人是活给自己看的 / 334

耐得住寂寞才能赢 / 337

内向是上帝赐予的礼物 / 338

相信自己一定会成功 / 341

唤醒沉睡的心 / 343

与猛虎共舞 / 346

灵魂的救赎 / 347

我是丑小鸭 / 350

为自己鼓掌 / 351

学会自己欣赏自己 / 353

今日的习惯,明日的命运 / 356

什么决定了你的未来 / 357

宁做水桶不做饭桶 / 360

男人真正的奢侈品是什么 / 362

“过气”不泄气,梦想让我飞 / 364

请你拼尽全力,摆脱对他人的依赖 / 365

人生最难的阶段,是你不懂你自己 / 368

世界上只有一种失败,就是总想成为

别人 / 370

教你如何优秀的人太多,我只能教你

如何孤独 / 372

第十辑 问一问自己内心到底需要什么

学会忘记 / 379

越简单越快乐 / 380

人生是一场抵达 / 383

糕点师的梦想 / 384

人生可以随时开始 / 386

登山人的选择 / 388

人是一只孤独的鸟 / 390

等闲识得咖喱味 / 391

杂草也有它的位置 / 393

不比较,才快乐 / 395

把爱画在岁月的脸上 / 397

有一种姿态能预知你的成功 / 401

低调是一棵站在山顶的矮树 / 403

微笑向暖 / 404

微笑面对世界,坦然面对人生 / 407

不要过打折的生活 / 409

有一种努力,叫追逐喜欢的生活 / 410

除了房子,还有诗和远方 / 416

第●●●章 逆转人生,改变命运

不染

高三生杨直，清华、北大任他选。

老师和同学都这么想。

但杨直家的邻居们却不这么想。

杨直爸爸或妈妈每次开过家长会，回到家里就急不可耐地支起麻将桌，还一边叫：“这家长会，耽误人半天时间。”

被人连坐几庄后，又抱怨：“瞧瞧，这个背，运气都让家长会磨没了。”

杨直家住平房，大门永远敞开着，隔着几条街的邻居无聊了也会奔来，图个热闹，他们在家不被允许抽烟，但在杨直家可以。

其实在杨直家几乎没什么不可以，包括男人女人不忍口的打情骂俏。

大人们的话太不能上台面时，敦厚些的邻居便朝着杨直的小房间努嘴。

杨直家是老少屋，他住一小间。

杨直的房间和父母房间的门隔着一个开放式厨房，但是屋与屋之间却仅有一道薄墙，上面还有一个玻璃窗，不隔音，甚至烟气和人散发出的臭气都会从玻璃窗缝隙进到小屋来。

杨直的妈妈咯咯地笑：“你们随便，我儿子听不见，他学习的时候什么也听不见。”

如果正赶上爸爸和了，他一推麻将牌说：“看到俺家杨直了吧，那就是未来清华大学生。”

邻居们心里狐疑，这环境能出清华大学生？净瞎扯！

当然，邻居们是看着杨直长大的，都认定他是个好孩子，有人甚至气愤不过，说：“杨直简直就不像是这对夫妻生的！”

事实上，杨直的父母从来都是这么不务正业，过去的不说，就说现在，他们等于在家里开着一个最低级的棋牌室。小小的屋子炕上一桌，地上两桌，每天二十四小时几乎连轴转。

客人们玩到深更半夜，杨直的妈妈就给他们煮面条，现成的挂面，吃一碗十元。半夜客人们自带的香烟抽没了，所有的小铺又都关了，杨直爸爸就拿出五元一包的

香烟按支出售，一支五元。

两口子全下岗，吃着低保，心思都用在麻将上，没日没夜地玩麻将，过着不死不活的日子。

邻居老太太说起杨直就叹息：“这孩子，天养活的。”

杨直有时听到了也不说什么，礼貌地笑笑就走过去了。杨直心里想：他吃饭现在还要靠父母，但自己的心灵一定要靠自己“养活”。

高一军训时，杨直由于没有早饭吃、训练强度又大，晕倒了。他知道这样不行，虽然从小到大他几乎没怎么吃过妈妈做的早饭，但他知道高中之后绝对不能不吃早饭，杨直开始自己做早饭。

几天的工夫，杨直能熟练地做饭了，自己吃好不说，爸爸妈妈起床之后竟然也能吃上儿子温在锅里的饭菜了，这惹得邻居老太太又叹息：“我这话放在这儿，将来那两口子必要借儿子的光，等着吃香的喝辣的！”

偶尔得闲，杨直会奔向胡同口吴爷爷摆着的象棋残局桌旁，坐在吴爷爷的对面一眼不眨地盯着残局。吴爷爷就盯着杨直黑发浓密的头顶幽幽道来：“贵人不顶重发。”

“我的头发很多。”

“哈哈，孩子，这‘重’字你以为是‘多’的意思？非也！这说的是不顶着一般俗人的头发，不囿于一般俗人的困难！”

杨直抬起头来，目光炯炯地看着吴爷爷，两人就这么对望着，他们在彼此的眼睛里看到了自己。

转眼两年过去了，杨直迎来了高考。

写高考作文时，根据材料，杨直本打算写一篇议论文，用著名的“天将降大任于斯人也，必先苦其心志……”作论据。就在他要落笔时，突然想起一件事，这件事让他改变了主意，于是写了一篇感人的散文。就在这个春天，杨直在小河边背单词，偶然看见一个芽已经破土，但不幸的是，这颗种子天命使然，落在一块石头下面，杨直心一软，下意识地伸手要拿开那块对芽来说巨大的石头。但杨直最后把手停在了半空中。接连几天，杨直每天早晨必去看望那芽。他忧心忡忡，担心它会夭折。然而第四天，奇迹出现了——芽竟然掀翻了背上巨大的压力，脱胎换骨，由一个鹅黄羸弱的芽变成了一棵翠绿茁壮的苗。

杨直的作文得了满分，杨直也实现了人生的第一个梦想，考入了清华大学。

当然，杨直考入清华大学，并不仅仅依靠他的满分作文。

心灵感悟

一个人成才的关键不在于外界环境,主要看自己是否有颗强大的心,杨直的成功就是一个很好的明证。他没有优越的家庭环境,没有良好的家教氛围,但他靠着个人的不懈努力从近似小赌场的杂乱家庭中走了出来,成为一名时代骄子,令多少人羡慕不已。生活中,只要我们执着于自己的梦想,不怕困难,那么一切阻碍都会为之让路!

看见自己的天才

其实每一个人都是个天才,只是我们天才的地方不一样。

台湾作家卢苏伟,小时候得了脑炎,他父母都是矿工,没有文化,以为他得的是普通的感冒,直到一个多月后他病危才被转到了台大医院救治。医生说他的脑子已经化脓坏死了,即使救过来也是个植物人。救过来之后,他果然和植物人一样,什么都不会,无法自己大小便,无法自己吃饭……后来情况好转,他渐渐地可以控制肢体,可以自己大小便,慢慢地生活可以自理了。

到了五年级,他的父母坚持让他上学,他回到学校,整整一年都在学写自己的名字,直到小学毕业,他还常常把名字中的“苏”字写错。有一次一个老师对他说:“卢苏伟,你是猪吗?老师讲了十多遍,就是猪也听明白了,可你还是不懂!”

他一听老师提到“猪”,立即高兴地问道:“老师,猪在哪里?”老师被气得七窍生烟:“你怎么会笨到别人骂你是猪都不懂,你真是个脑震荡的猪!”放学时姐姐来领他回家,老师还没有消气,又把他姐姐骂了一顿,姐姐当场就被骂哭了。

回到家里,姐姐跟爸爸说:“老师今天骂弟弟是猪。”爸爸说:“如果弟弟是猪,那他就是全世界最聪明的猪。”姐姐说:“比这还严重,老师说弟弟是脑震荡的猪。”爸爸回答:“别人脑震荡是越震越糊涂,你弟弟是越震越聪明。”爸爸挂在嘴上的话就是:“阿伟,你很聪明,你越来越聪明,全世界你最聪明。”

他每次考试自然都是考零分的,有一次破天荒地考了个10分回来,他爸激动地冲出屋子大喊道:“快来看!”全村的人都围过来看那张得了10分的考卷,阿伟班上班长的父亲很不苟同地对他父母说:“哪有你们这么宠孩子的,你们没有看过真正的分数

吗？”妈妈说：“我们就是没看过才高兴嘛！”她当时正好拿着烧鸡拜土地公回来，立即砍下一只大鸡腿递给儿子以示鼓励。

班长在班上考了第一名，他的父亲拿出他的考卷给大家看：“100 分的考卷你们没看过？你看这科是 100 分，你看这一科还是 100 分……”可到了第四科，他生气地问道：“这科怎么只有 90 分？那 10 分跑到哪里去了？”班长的父亲当即翻脸，抽出皮带打了班长屁股 10 下。这件事情定格在：考了 3 科 100 分、一科 90 分的孩子蹲在地上“呜呜”地哭，考了 10 分的孩子蹲在一旁兴高采烈地大啃鸡腿。

而现在，卢苏伟是作家，出版了《看见自己的天才》《赏识自己》《看见孩子的叛逆》等十几本书，同时他也是职场激励专家，他还在法院任少年调查官一职，做犯罪青少年的感化工作，并被邀请至世界各地演讲，通过演讲他感染和鼓励了无数的人活出自己，找到自信。

以世俗的眼光看，卢苏伟是成功的。他从一个白痴小孩成长为一个鼓励别人的智者，靠的是父母对他始终如一的接受、鼓励和无条件的支持。卢苏伟的智商经过很多次测定被评定都只有 70，但是他从来没有怀疑过自己是全世界最聪明的人。凡事他都敢想、敢试，他觉得自己什么事都可以做成，因为从小他的父亲一直都给他灌输着这个观念。

这种自信对孩子非常重要，卢苏伟说：“你认为你的孩子笨，他就笨一辈子给你看；你认为他聪明，他就聪明一辈子给你看；其实每一个人都是个天才，只是我们天才的地方不一样。今天学这东西不会，并不表示没有这个天赋，也许只是方法不对。同时，我们也有很多不足的地方，但是不足又如何呢？我们应该去看我们会的是什么，因为这个世界需要的是我们会的能力。”

心灵感悟

很多孩子缺少的不是能力和天赋，而是来自父母或老师的赏识和鼓励。当孩子在成长中遇到困难时，一句善意的鼓励比什么都重要。它能帮孩子重新树立起信心，从而使他再次建立起对生活的希望，正如温家宝总理所言：“有时候，信心比黄金更重要。”

聪明要刚刚好

她天资聪颖，曾就读于著名的拔萃女书院，是香港第一届十大杰出学生之一。中学毕业后，她获奖学金，到意大利进修，后到伦敦大学主修意大利文学，她精通多国语言，才艺俱佳，活跃于各个领域，获得征文、朗诵等奖项不胜枚举，舞蹈、钢琴、古筝、双簧管都达到专业水平。

她，不是哪个著名的学者，而是香港影视歌三栖明星莫文蔚。

1994年，当时刘镇伟正在筹拍《大话西游》，剧中白晶晶一角找不到合适的扮演者，他想起了好友莫天赐的女儿莫文蔚，便让助手找到了莫文蔚，征询她的意见。莫文蔚此时正在求职，已有多家大公司向她表达了愿意录用她的意向，可她答应了刘镇伟。

莫文蔚家乃香港的名门，祖父是威尔士人，在香港一手创办了圣约翰救护队及英皇书院，父亲是政府官员，母亲则是香港电视台高级管理人员。家人听到了这个消息，都说她读了多年的书，却从事演艺，可惜了；再则演艺的路荆棘丛生、遍布陷阱，读书人难以适应。她对家人说：“读书只是训练人思维的过程，以为单靠读书就能装备整个人生，这也太可怜了。无论前路怎样艰险，我也要尝试一下。”

在剧中，莫文蔚扮演的白晶晶外表泼辣、凶悍，内心却充满了柔情，时常被至尊宝几句情话就忽悠得头晕目眩，是一个傻乎乎的形象。这与平时干练的莫文蔚反差太大，而且《大话西游》没有剧本，所有的台词都靠演员和导演在现场自由发挥。刚出演时，她因设想过多，很难进入到剧情中。但她听取导演和周星驰的意见，收敛了自己的聪明，甚至很多时候，将自己的想法去除得一干二净。最终，白晶晶这个角色获得了成功。

此后，她对装傻扮丑这件事，似乎乐此不疲。拍摄的多部影视作品中，她扮演的角色有剃光头的、有装龅牙的，还有粘胡子的，怎么搞怪怎么来，让人觉得她像梅超风，在银幕上扮演的都是剑走偏锋的诡异人物。她以她独具个性的表演，走进了观众的心里。

如果说收起了聪明的莫文蔚在表演上获得了成功，那么在演唱上，她则将自己的

才智发挥到极致。

她的嗓音并不独特，略带沙哑，发行的第一张大碟销量只有 800 张。1996 年第二张唱片销量仍只有 3000 张。这一度让她自己都觉得她不适合唱歌。在一段时间的沉寂后，莫文蔚机灵地将擅长的表演加入到演唱中，不管老歌新歌，她用她那有点沙哑、有点慵懒、有点漫不经心的声音唱出来，别有一番味道。2003 年她夺得第 14 届台湾金曲奖“最佳国语女演唱人奖”，2008 年在第 19 届金曲奖中一举夺下最佳专辑奖。

娱乐圈是个江湖，风云变幻，有时候甚至你退隐了山林，也会有一场腥风血雨相随。多少人中翘楚跌倒在这里，身心俱伤，只能暗暗流泪，恨当年自己太傻太天真。莫文蔚对自己 23 年的演艺路做的总结是：“聪明要刚刚好。不聪明让人憎，太聪明让人嫉。”

每个人的人生都像一幅画，而人的智慧就如画上的色彩，过多地炫耀色彩，吸引了人的眼球，却流于平庸和艳俗；色彩单调了，画面苍白而空洞，缺乏了韵味。莫文蔚正是凭借刚刚好的聪明，在表演和歌唱上收获丰硕，演艺路上一马平川。

心灵感悟

凡事都要有个度，莫文蔚就是很好地把握住了这个“度”，才使得她能够在不同的领域内干得游刃有余。在现实生活中，我们做任何事都应当遵循适度原则，如果遵循了这条原则，就能把握分寸、掌握火候、量力而行，从而把事情做好。

漂洋过海的马仔

Tony（托尼）是世博期间我在上海虹桥国际机场的候机厅认识的，当时我正忙着赶班机回深圳，在大厅里看见一个年轻的中国人握着手机用一口流利的英文打越洋电话。对于能讲一口流利英语的国人我向来是钦佩与敬重的，等他通完电话我走过去小心地同他搭讪。他倒没有拒绝我，他抬腕看看表，也许觉得时间还够便很礼貌地和我聊了起来。