

不要把这个世界让给我们看不起的人

明知世界冰冷，
也要
尽力燃烧

汤禾

编者



THE FUTURE

被众多成功人士奉为圣经的励志经典
全新修订 再现经典

<<< << <<

生命需要一种硬度

来面对生活中的挫折和不公

光明日报出版社

明知世 也要 尽力燃烧

汤禾

编著

光明日报出版社

图书在版编目 (CIP) 数据

明知世界冰冷, 也要尽力燃烧 / 汤禾编著. — 北京:

光明日报出版社, 2016. 8

ISBN 978-7-5194-1856-4

I. ①明… II. ①汤… III. ①故事—作品集—世界

IV. ① I14

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2016) 第 215773 号

明知世界冰冷, 也要尽力燃烧

编 著: 汤 禾

责任编辑: 杨 茹

责任校对: 张艳婷

封面设计: 仙境设计

责任印制: 曹 净

出版发行: 光明日报出版社

地 址: 北京市东城区珠市口东大街 5 号, 100062

电 话: 010-67021047(咨询), 67078870(发行), 67019571(邮购)

传 真: 010-67078227, 67078255

网 址: <http://book.gmw.cn>

E-mail: gmcbs@gmw.cn

法律顾问: 北京德恒律师事务所龚柳方律师

印 刷: 北京佳创奇点彩色印刷有限公司

装 订: 北京佳创奇点彩色印刷有限公司

本书如有破损、缺页、装订错误, 请与本社联系调换

开 本: 880×1230 1/32

字 数: 160千字

印 张: 10.5

版 次: 2016年 9月第 1版

印 次: 2016年 9月第 1次印刷

书 号: ISBN 978-7-5194-1856-4

定 价: 36.80元

版权所有 翻印必究

前言

那些让你感到不舒服的人，在你的生命中川流不息，让你应接不暇，他们像一根根尖锐的刺扎在你的皮肤里，让你隐隐作痛，让你暴跳如雷，甚至怀恨在心。

你的亲人，你的敌人，你的老板，你的同事，你的爱人，你的对手，他们有的满怀善意，有的心怀鬼胎。这些让你又爱又恨的人们，在你的生命中设置了一个又一个障碍，让你不得不打起精神，拼尽全力赶路。然而，当疲于应对的你仍然追赶不上他们的速度，无法满足他们的要求时，你难免焦虑抱怨，甚至感到痛苦万分，你的人生为何充满了挫折和无奈？甚至，你觉得这些让你不舒服的人应该统统消失。

是的，这些让你不舒服的人是你人生路途上预示着磨难的危险信号，他们会让你感到羞愧愤怒、让你咬牙切齿，甚至痛不欲生。然而，终有一天，当你站在人生的下一个站台回望，所有曾经承受的委屈和压力都将释然。你会发现，他们是你发挥潜能、全力以赴的动力，让你一次又一次地突破自我，让你的人生拥有了更多的可能，他们才是你最应该感激的人。

感谢折磨你的人，正是由于他们的存在，才使得你的生命充满了机遇和挑战，充满了转折和收获。当你能够用这样成熟的心态来面对生活中的起起伏伏时，你就不再是一个面对苦难掩面哭泣的人，而将成长为一个无法战胜的勇士。

有的人在绝望中听到希望的召唤，有的人在幸福中感受失落的凄凉，你看待问题的态度，决定了你生活的质量。

其实，折磨你的人无法真正地打败你，就像没有人能够承认你真的失败了，除了你自己。那些折磨你的人没有你想象得那么可怕，可怕的是你像玻璃一样脆弱的心，把自己推入无法拯救的深渊中，却仍然在抱怨生活给了你太多的磨难。

本书将和你探讨如何用另一种眼光看待这个世界，娓娓道出存在于你心中的那些困惑和烦恼，为你打开那些始终纠缠不清的心结，告诉你该用怎样的方式对待那些折磨你的人，如何才能把人生路上的绊脚石变成垫脚石。

第一章 刀不磨不锋利，人不磨不成器

1. 每处伤疤都代表着成长 / 002
2. 那条路上，最大的果实已被摘走了 / 006
3. 想要少受折磨，先要自我折磨 / 010
4. 不是逆来顺受，而是主动承受 / 014
5. 翻手为“胜”，覆手为“负” / 018
6. 煮沸的水唤醒咖啡的香 / 023
7. 感谢你，让我不舒服的人 / 027

第二章 没有敌人，比没有朋友更可怕

1. 敌人越强大，成长越迅速 / 032
2. 把敌人当成最好的老师 / 036
3. 让“假想敌”成为“助燃气” / 040
4. 挺起腰板迎接新的挑战 / 045
5. 最强的敌人住在你心里 / 049
6. 打不倒的敌人就是朋友 / 053

第三章 接受不公平的爱

1. 先爱自己，别承诺永远 / 058
2. 你的爱情伤口为何不愈 / 062
3. 爱或不爱，又何必追究 / 067
4. 爱错了人，请转身离开 / 071
5. 恨，并不是爱的反面 / 075
6. 被你排除掉的那类人 / 079
7. 如鱼饮水，冷暖自知 / 083

第四章 承受越多折磨，越应感谢上天

1. 出身并不能影响成功 / 088
2. 穷人最怕带上“穷心态” / 092
3. 摆脱情感这个顽固的敌人 / 097
4. 磨难才是你最好的情人 / 101
5. 尘埃中开出花朵，苦难中看到恩赐 / 105
6. 每一次苦难，都可能是一种收获 / 109

第五章 忽略收获，只要还在成长

1. 待遇不公，更要奋发向上 / 114
2. 跌倒了，请爬起来再哭 / 119
3. 抱怨时，幸运已经转身 / 123
4. 别让放弃成为你的遗憾 / 127
5. 失望走开，希望才上门 / 132
6. 在折磨中你会学到更多 / 136

第六章 释放心灵的重重禁锢

1. 自己才能拯救自己 / 142
2. 你在天堂还是地狱 / 146
3. 别让欲望泛滥成灾 / 150
4. 换一个角度去思考 / 155
5. 还差一点点就够了 / 159
6. 放下才能真正收获 / 163
7. 智慧来自磨难之后 / 167

第七章 别把自己太当回事儿

1. 顾及面子，但不是自己的 / 172
2. 不“舍”不“得”，不得不“舍” / 177
3. 叫醒耳朵，不让它沉睡 / 181
4. 把自己当“泥巴” / 185
5. 审视你真正的需要 / 189
6. 把杯子放在茶壶下 / 193

第八章 唤醒你心中的巨人

1. “心盲”是最可怕的事情 / 198
2. 对于你，一切皆有可能 / 203
3. 行动是生命真实的体验 / 208
4. 迎着阳光才能背对阴影 / 212
5. 知之者易，行之者难 / 216
6. 卸下痛苦才能轻装上阵 / 220

第九章 不近人情，不尽的情意

1. 不必抱怨，只需报恩 / 226
2. 父母教你生存的本领 / 231
3. 朋友为你善意的提醒 / 235
4. 折腾你，进步的良方就全了 / 239
5. 对手激发你求胜的信念 / 243

第十章 别用他人的错误折磨自己

1. 调整心灵的空间 / 248
2. 健全成熟的人格 / 253
3. 拓展生命的宽度 / 257
4. 增加缓行的余地 / 261
5. 放弃憎恨的可能 / 265
6. 选择微笑地面对 / 269

第十一章 换一种看待世界的眼光

1. 抬头望天不如低头看路 / 274
2. 为人生寻找另一个起点 / 278
3. 换一种看待世界的眼光 / 283
4. 用你想得到的方式对待别人 / 287
5. 降低对人要求，提高对己标准 / 290
6. 看准拒绝背后隐藏的机会 / 294

第十二章 在坠落过程中学会飞翔

1. 翅膀背负起梦想的重量 / 300
2. 左手阴影，右手光明 / 305
3. 小问题会变成大麻烦 / 310
4. 态度将决定你的高度 / 314
5. 坚守信念不轻易屈服 / 319
6. 没人能决定你的命运 / 323

第一章

刀不磨不锋利，人不磨不成器

受到上帝眷恋的时候，你要相信自己是幸运的，受到上帝捉弄的时候，你更要相信自己是幸运的；因为，上帝是换了另一种方式去磨炼你的意志。生活中，不管发生什么事情，换一个角度去想，尽量为自己找一个快乐的理由，我们应该尽量去笑，而不是哭。不要埋怨任何人，不管任何事情，其实一切选择权都在自己的手上，选择了，不管是错都要面对。

1. 每处伤疤都代表着成长

他们是不受欢迎的人，他们给你的那些痛苦经历如影随形，让你仿佛看到自己的身体被划开一道长长的伤口，那些丑陋的伤口是你的耻辱，你只是感受到疼痛，只是感到绝望，却不曾想到，你的身体还有自动复合的能力。伤口总有愈合的时候，而且当它愈合之后，你的直觉将会告诉你，下一次该如何绕开同样的错误，避免产生同样的痛苦。

伤口并不可怕，可怕的是你纠结的心，迟迟不肯让它愈合。

我们都曾暗暗许愿：希望人生之路能够坦荡无阻，希望得到细心体贴的关怀，希望一切烦恼和痛苦都远离我们。然而，我们的愿望没有被满足，我们仍然在红尘中挣扎，生命中那些源于心灵的痛苦时时折磨着我们，让我们不愿意面对，却又无法逃避。

无论你是位高权重的成功人士，蝇营狗苟的贩夫走卒，天真无邪的蓬头稚子，还是学贯中西的饱学之士，都无法回避生命中那些让你深恶痛绝或是焦头烂额的事件。你将要面对的一切屈辱和不甘，不能重来。对此，有人倍感折磨，有人却能淡然处之。

如果你有兴趣追究这一现象的真相，将会发现道理其实再简单

不过，关键就是，你用何种眼光看待这个世界。如果你愤怒不满甚至试图掩饰，痛苦将会加倍困扰你；如果你接受事实坚定信仰，希望就会在下一个路口等待你。

从一个一掷千金的大商人，变成一个家徒四壁的穷光蛋，洛克在经历了破产的遭遇后，深切体会到生活的冷酷无情，他心灰意冷，萌生了结束生命的想法。

洛克回到了承载着他童年美好时光的乡间小镇，也许这里才是离上帝最近的地方，洛克很想质问上帝，为何偏偏选中他来承受命运的作弄？

走累了的洛克在一片瓜地旁边小憩，这正是丰收的时节，空气里充盈着香甜的味道。好客的瓜农看到风尘仆仆的洛克，豪爽地请他品尝地里的瓜。

瓜农开始喋喋不休地对洛克讲述，前几年收成如何不好，总是遇到天灾虫患，甚至会有突如其来的一场霜冻，让即将收获的成果毁于一旦，一年的辛勤劳作全都白费了。

洛克感到有些意外，他脱口而出：“收成不好你怎么活下去，赚不到钱耕种还有什么意义？”

憨厚的果农咧嘴一笑：“再怎么艰难不都这样挺过来了，你看，这不是丰收了吗？而且，正是之前的歉收，才让这次丰收显得更有意义。”看着这个心事重重的年轻人，果农意味深长地继续说道，“所有的经历都是有意义的，只要你没有放弃继续依靠自己的双手。”

一席话似一阵风吹走了洛克心头的灰尘，让他顿时醍醐灌顶。洛克驱车返回，决定重新来过，5年后他的公司遍及全球，他成了

行业内叱咤风云的人物。

在我们的一生之中，总会遇到一些不愿去面对的事情，给我们带来身心疲惫的感受，让我们像受伤的小袋鼠一样，想要逃回母亲温暖的口袋里。然而，能否在种种折磨和煎熬中挺过来，坚持原本的目标和理想，却是你迈向成功人生的重要一步。

尼采曾说过：“极度的痛苦才是精神的最后解放者，唯有此种痛苦，才强迫我们大彻大悟。”面对生活中种种苦难的鞭策，面对那些让你痛不欲生的经历，如果你就此放弃了，那失败者的头衔将和你如影随形。而如果你能够从心灵的痛苦中解脱出来，主动承受各种折磨带给你的问题，认真审视痛苦的根源，那么，你将知道自己究竟有多强大。

法国著名化学家维克多·格林尼亚年轻的时候，耽于玩乐，曾在一次宴会上遇见一个让自己一见倾心的美丽姑娘。当他走过去跟这个心仪的女孩搭讪的时候，却被高傲的姑娘冷漠地拒绝：“先生，请你站远一点，我最讨厌被花花公子挡住视线了。”

格林尼亚感到羞愧不止，这似乎成了他人生中的奇耻大辱，但姑娘说得没错，那个时候的他，就是一个名副其实的花花公子，只是从来未曾有人如此轻慢他而已。

格林尼亚离开了家乡，独自一人到外地求学，他时刻牢记姑娘的讽刺，发誓摆脱花花公子的形象。他付出常人无法想象的努力刻苦学习，最终获得了1912年的诺贝尔化学奖，成为一个闻名世界的著名化学家。

生活中的磕磕碰碰在所难免，每一个人都要独自处理自己的伤

口，没有人会守在你的身边随时准备为你疗伤。对此，你必须要有清醒的认知，接受苦难的洗礼，并且做好独自承担的准备，为更美好、更丰富的人生积蓄能量。

塞涅卡曾说：“没有谁比从未遇到过不幸的人更加不幸，因为他从未有机会检验自己的能力。”我们的人生不可能像茶杯里的水一样波澜不惊，若是，这样的人生未免太过单调无趣。我们总是在得到与失去的交替中，在渴求与放弃的转变间，经历着痛苦，同时也感受着快乐。

贝尔是一个父母早逝的孤儿，虽然吃了很多的苦，但依然保持着乐观的天性，当他好不容易凭借自己的努力拥有了一个小农场时，持续的干旱让他再次受到破产的威胁，他像一头愤怒的公牛，言辞激烈地质问上帝，为何不留条活路给他。

上帝微笑地回应他：“难道你想自杀吗？”

贝尔愤怒地回答：“我不会自杀的，已经没什么能让我感到害怕，你休想让我结束生命。”

上帝仍然保持着微笑：“那你比他幸运多了。”上帝让贝尔看到地狱里正在受苦的另外一个人，“他一生幸运，但当他遇到你现在遇到的状况时，自杀了。”

要知道，正是这些经历，这些感受，丰富了我们的人生，而且，让我们的性格趋于完善。在成长的过程中，让我们学会了发现，懂得了珍惜，对于那些在心中化解不开的结，对于那些让我们承受痛苦的人，淡淡一笑，学会欣赏，学会包容。

只有洒脱地转过身，才能发现新的风景。成长是一种痛，痛过才知道幸福的真相；成长是一种蜕变，经历了磨难才能破茧而出。

2. 那条路上，最大的果实已被摘走了

成功不能被复制。每条成功的道路都是不一样的，而我们常常忽视了这一点，总觉得别人走过的那条路上还存在着巨大的诱惑。我们试图从别人走过的道路上，顺利地摘取到幸运的果实，可我们却忽视了，环境已经改变了，最大的果实已经被摘走了，而我们也和曾经走过这条路的人有着太多的不一样。

的确，不能否认的是，万事万物都存在着一定的规律，任何事情都是有迹象可循的。可是，我们也并不能因此机械地认为，可以依葫芦画瓢，从别人成功的例子上，省下很多去探索和寻找的力气。

成功不是一个数学公式，它不可能被无限制地套用复制。每个人都是不同的个体，都存在着走向成功的无限可能，关键在于你是否已经为此做好准备。而现在，越来越多的人却走进了一个误区，怀揣着所谓的成功法则，以为这就是自己迈向成功的砝码，甚至，踩着别的成功人士的脚印，亦步亦趋，小心翼翼地向前走。这样做的结果，不但不能靠近理想，反而会离目标越来越远。

轰动世界的投资大师巴菲特有一套独特的投资手段，他是全世界投资者的标杆，世界上想复制他的人比比皆是。然而，世界上仍