

小书本
大世界



崔钟雷◎主编

有一种痛苦叫 成长

CHENGZHANG

youyizhongtongku
jiachengzhang

鹰隼经历了折翼的痛楚，才有了搏击长空的力量；

梅花经历了寒冬的洗礼，才有了傲雪迎霜的芬芳。

可见，成长不是人生路上短暂的形成，

难免会遇到艰难坎坷、风霜雨雪，但只要怀揣着那份坚毅与希望，
就能在痛苦中磨砺出锋芒，放射出生命的华彩。

小书本 大世界

有一种痛苦叫 成长

YOU YIZHONG TONGKU JIAO
CHENGZHANG

主编 崔钟雷



图书在版编目 (CIP) 数据

有一种痛苦叫成长 / 崔钟雷主编. — 长春: 吉林美术出版社,
2010. 8

(小书本大世界)

ISBN 978 - 7 - 5386 - 4562 - 0

I. ①有… II. ①崔… III. ①人生哲学 - 青少年读物
IV. ①B821 - 49

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2010) 第 146490 号

策 划: 钟 雷

责任编辑: 栾 云

有一种痛苦叫成长

主 编: 崔钟雷 副主编: 王丽萍 刘 超 那兰兰

吉林美术出版社出版发行

长春市人民大街4646号

吉林美术出版社图书经理部 (0431 - 86037896)

网址: www.jlmspress.com

北京亚通印刷有限责任公司

开本 787 × 1092 毫米 1/16 印张 9 字数 95 千字

2012 年 4 月第 2 版 2012 年 4 月第 1 次印刷

ISBN 978 - 7 - 5386 - 4562 - 0

定价: 18.00 元

版权所有, 侵权必究。



前言



漫漫的人生被时光所雕琢，留下一些斑驳的影子，那正是人生路上一些宝贵的哲理和智慧。细细地体会这些从平凡人生中所升华出来的道理，让它们伴你走过烂漫的成长岁月，愿它们像一把金钥匙，开启你未来的希望和理想之门。为此，我们精心编写了本套《小书本大世界》系列丛书。

本套丛书版式精致，内文精炼，文辞优美，含义隽永；包括成长哲理，励志故事，性格培养，心灵感悟等内容，一篇篇短小精悍的故事向你所展示的是我们畅游的广阔无垠的大世界，是我们从生命中体会感悟的大智慧，是我们为之不断努力和拼搏的大未来！这些哲理、智慧和感悟，恰如一个个音符，敲响你生命的乐章！拥有它们，会使你受益终生，就像一双羽翼丰满的翅膀，伴你翱翔在未来的天空！



目录

生命的色彩

有一种能耐与生俱来	8
败于自己	10
生命的色彩	12
感谢对手	14
上帝给了你什么	16
别开枪，我有成功的预感	18
樱桃树下的母爱	20
改变生命的三个字	23
笑容不能浪费	25
勇敢来自锻炼	27
生命的活力来自敌意	29
淘汰自己	31
永不放弃你的希望	33
天鹅与黑雁	35

母亲的谜语

现在就做	38
不要做一张白纸	41
飓风骑士	43
17岁半长大成人	45
善待对手	48
母亲的谜语	51
为自己的停留买单	53

盲人和跛子	55
记得那只鸭子吗	57
听妹妹在隔壁唱歌	59
感知渺小	63
内外皆柔软	65

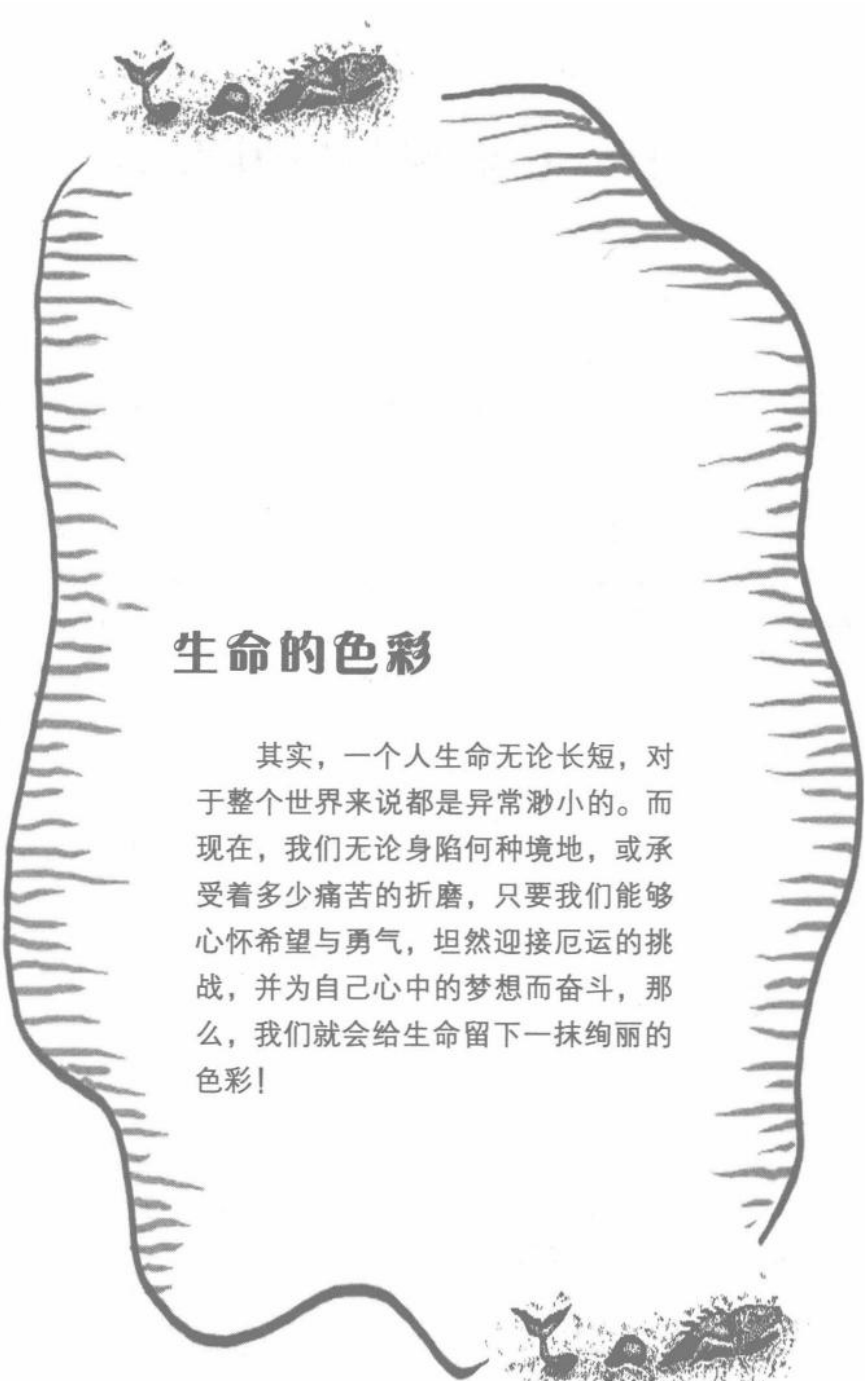
为自己祝福

父亲为我蒙耻	68
简单的希望	72
我的喜剧生涯	75
永远的下午	77
为自己祝福	80
至 爱	83
卡罗尔的天才	86
在爱的阳光下，不再流浪	89
笨小孩	92
你不能施舍给我翅膀	94
司机与拐杖	96
你与之交往的人就是你的未来	98

窗外的天空很蓝

生命的补丁	101
窗外的天空很蓝	103
大火烧出的奇迹	105
每个人都有两扇窗子	106
给人生划分行程	109
因品德而爱	111
此岸、彼岸	113
心灵的漏洞	116
清晰你的人生目标	118
退步原来是向前	121
请先买好一份盒饭	123

咖啡加奶精	126
没有 A，也没有 B 和 C	128
高调做事，低调做人	131
一个苹果	133
另一扇梦想之门	135
珍爱光明	139
最成功的生意	141



生命的色彩

其实，一个人生命无论长短，对于整个世界来说都是异常渺小的。而现在，我们无论身陷何种境地，或承受着多少痛苦的折磨，只要我们能够心怀希望与勇气，坦然迎接厄运的挑战，并为自己心中的梦想而奋斗，那么，我们会给生命留下一抹绚丽的色彩！

有一种能耐与生俱来

尹玉生

儿子在后院的沙坑里玩耍。他手拿一把红色塑料铁锹，要为自己的玩具车开辟一条道路。这时他发现，在沙地的中央，一块大石头横挡在那里。

儿子决心要将石头挪走。他鼓足了劲儿，推呀推，石头却纹丝不动。聪明的他将石头前方的沙子挖掉一部分，然后将铁锹伸进石头下面，使足浑身力气猛撬，石头翻个身，向前面移动了一段距离。儿子依法炮制，居然将这块石头移到了沙坑的边缘。可惜5厘米高的沙坑边缘阻挡了他的进程，无论他怎样开动脑筋想办法，怎样调动全身的力量，也不能将石头弄出沙坑。作了种种尝试之后，受挫的泪水顺着儿子的脸颊悄悄流下。

我目睹了这一切。看到儿子伤心的模样，我赶快走过来，用柔和而坚定的语气对儿子说：“儿子，别哭，你一定能做到的，只是你需要调动你全部的力量。”

“爸爸，我已经用尽了我所有的能耐了，却还是无法弄走这块大石头。”儿子哭泣道。

“不，儿子，”我纠正他道，“你并没有用尽你所有的能耐，至少你并没有请我帮助你啊。你要知道，乖儿子，在你的一生中，有很多人能够帮助你，愿意帮助你，这也是你能耐的重要一部分。”

我说完这话，便用手轻轻地拿起石头，把它远远地扔在了另一边。

其实，不仅是小孩子，纵然是许多成年人，也未必意识得到还有一种能耐可供我们使用，即使是意识到了，也未必能充分有效地使用。

从第一次读《西游记》开始，我脑子里就一直萦绕着一个问题：会七十二般变化的孙猴子其实很一般，他时时会遇上一些厉害的角色，三招两式一过，便败下阵来。每每此时，猴子便筋斗云一驾，不是去求

观音菩萨，便是到玉皇大帝那里搬救兵，甚至连东海龙王、牛魔王都成了求助对象，算得上哪门子英雄？

可随着年龄和阅历的增长，我慢慢体会到悟空确实具有大能耐。这种大能耐不仅仅是他的七十二般变化和筋斗云，而是他能够完完全全地调用出他所有的能耐。

一个人无论有多大的能耐，总是有他力所不能及的地方，孙悟空也不例外，但他最终成功了。西行路上，九九八十一难，妖魔鬼怪一路捣乱，自己能打过的，悟空便挥动金箍棒，战而胜之；打不过的，悟空便使出七十二般变化之外的能耐，上天入海，请来能够帮助自己的战胜妖魔的援兵，借力胜之。

我们在敬佩羡慕悟空成功的同时，切莫忘记：孙悟空七十二般变化之外的能耐帮了大忙。



寻求援助才能壮大自我，有时成功是通过他人帮助和支持来实现的。无论怎样努力，个人的能力总是有限的，善于借助他人的力量帮助自己达到目的的人，才是聪明人。

败于自己

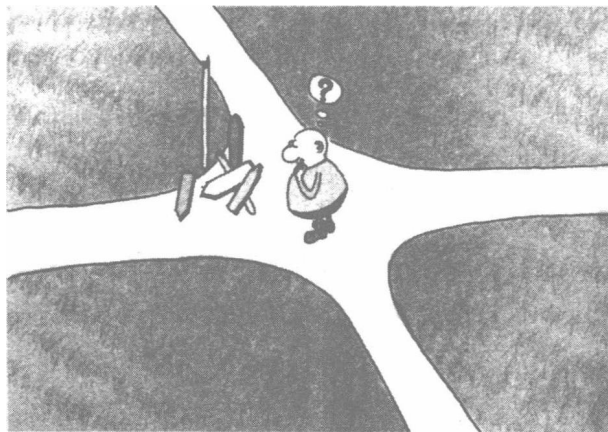
李雪峰

一位棋道高手退下来后被聘请为教练，他培训年轻选手的方式十分特别。

他不教年轻选手们怎样去进攻别人，也不教年轻选手们如何运用谋略，他和徒弟们天天对弈，决出输赢后，让他们记住自己对弈时的每一步。然后，他让棋手们仔细推敲他们自己的每一步落子，找出自己的失误，这就是他布置给那些年轻棋手们的作业。找出自己失误多的，他就表扬，找出自己失误少的，他就十分严厉地批评。

这样教的时间长了，那些年轻棋手们纷纷有了意见。大家都说他的教棋方式太单调，既不能旁征博引讲出令人信服的理论，也没有实战的经验和技巧，虽说他过去是个棋道高手，但他不适宜当教练。同行的几位教练也对他十分不解，怎么能如此教棋呢，不传谋略，不传技巧，只让棋手自察失误，如此怎么能培训出一流的棋手呢？

面对年轻棋手们的不满和同行教练们的不解，他依旧我行我素，还是认真地让棋手们个个体察自己对弈时的失误。有时，他只是给他们



一个简单的提醒，更大的失误，都让年轻棋手们自己去自我发现和体察。刚开始时，每局对弈下来，每个棋手都能找出自己的诸多失误，甚至许多人都觉得自己简直是个臭棋篓子。但天

长日久，棋手们的失误越来越少了，有的甚至一局对决下来竟没有一次失误。这个时候，选手们开始向他要求说：“给我们传点理论和技巧吧，对弈，毕竟是要取胜于别人，不是自己和自己决胜负，没有谋略和技巧怎么行呢？”

他冷冷一笑说：“棋道，没有什么技巧，也没有什么谋略。一个对弈高手，最大的技巧就是能够轻而易举地发现自己的破绽，最高的谋略就是能够避免自己的失误！”后来，他培训的选手参加对弈大赛，和许多顶尖的棋手对决，很多高手都纷纷被他们击败。那些高手们惊讶不已，个个摇着头叹息说：“这些年轻选手们太厉害了，虽说他们没有什么技巧和谋略，但我们却丝毫找不到他们的破绽和失误，他们赢就赢在没有失误上。”

获胜之后，那些年轻选手们欣喜若狂地回来向他报喜，他说：“一个棋手能否赢得别人，技巧和谋略都无关紧要，最重要的是他要赢得自己，杜绝自己的失误。没有失误，就没有破绽，任何人都对你束手无策了。”

是啊，人生难道不是一场对弈吗？那些善于发现自己不足的人，他们及时克服自己的失误，不给自己的对手留下丝毫破绽，稳扎稳打，步步为营，于是他们获胜了。而那些不能发现自己不足的人，他们的失误造成了一个又一个的破绽，给了对手一次又一次进攻他们的机会，于是，在一次次的不慎失误里，他们便会被对手抓住机会彻底击败。

自己的失误，往往就是对手击败自己的机遇。许多时候，我们并不是失败于自己的弱小，而仅仅是失败于自己的失误。

失败，常常是因为自己首先败给了自己。



要战胜对手，首先要使自己的招式无懈可击。在人生的对弈中，我们应不断反省自身的失误和缺点，不给对手以任何的可乘之机，因为失败往往不是败给对手，而是败给了自己。

生命的色彩

矫友田

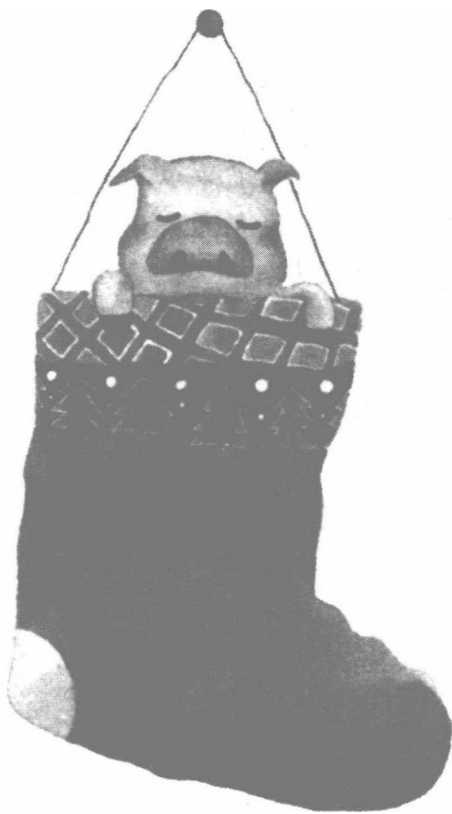
有一个天真可爱的小女孩，在她3岁生日的前两天，被诊断出患有急性淋巴性白血病。此后，虽经过多次住院治疗，可她的病情始终难以控制。

从4岁起，她开始学习画画。因为她最大的梦想就是长大以后能够成为一名出色的画家。她最喜欢画童话故事里的小主人公，喜欢画可爱

的小动物。对于一个稚嫩的孩子来讲，也许她还不能完全理解死亡的意义。

但是，在与病魔抗争的过程中，只要有时间，她就会打开素描本，拿起心爱的彩笔，忍着病痛的折磨，画着脑海中所想象出的美好画面。到7岁时，小女孩已经画了八千多张彩笔画。她凡是认为画得比较好的，就让父母为她保存起来。因为在她幼小的心灵中，一天都不曾放弃过当画家的梦想。

小女孩在与病魔抗争四年之后，怀着对生命的极大渴望，走完了她7年零9个月短暂的生命。然而，她却为全世界儿童留下八千余张美丽的彩笔画，这个小女孩叫三瓶彩子。2000



年9月18日，彩子留下的绘画作品，在美国明尼苏达州的明尼阿波利斯全美骨髓病年度总会的会场中心进行了展出。所有看过彩子画作的人，都被她画里面那不懈的生存勇气和乐观向上的精神感染了，一个个都流下了眼泪。

一个如此年幼的生命，竟能够以如此顽强的毅力，来坦然面对死亡的威胁，并为实现自己心中的梦想而不懈抗争、努力，这是一种何等可贵的人生态度。

其实，一个人生命无论长短，对于整个世界来说都是异常渺小的。而现在，我们无论身陷何种境地，或承受着多少痛苦的折磨，只要我们能够心怀希望与勇气，坦然迎接厄运的挑战，并为自己心中的梦想而奋斗，那么，我们会给生命留下一抹绚丽的色彩！



每个人的生命之初，都如同白纸一样，你的每一次选择都会为人生画卷添上一抹色彩，勤奋的我们会用心、用毕生的精力去完成这幅壮美的人生画卷。

感谢对手

汪金友

雅典奥运会跳水男子三米板冠军彭勃在赛后接受记者采访时说：“我特别感谢两个人，一个是队友王克楠，一个是对手萨乌丁。如果今天没有王克楠到场给我的鼓舞，我的金牌就不会拿得这么顺利。我之所以要感谢萨乌丁，是因为没想到他今天发挥得这么出色。他这么大的年龄还那样拼搏，这刺激了我更努力地去比赛。”

不知你是否听过沙丁鱼的故事。在很久以前，挪威人从深海里捕捞的沙丁鱼，还没等运回海岸，便都口吐白沫、奄奄一息了。渔民们想了很多的办法，但都失败了。然而，有一条渔船却总能带回活鱼上岸，所以船主卖出的价钱也要比别人高出几倍。后来，人们才发现了其中的奥秘。原来，这条船是在沙丁鱼槽里放进了鲑鱼。鲑鱼是沙丁鱼的天敌，当鱼槽里同时放有沙丁鱼和鲑鱼时，鲑鱼出于天性就会不断地追逐沙丁鱼。在鲑鱼的追逐下，沙丁鱼拼命游动，激发了内部的活力，从而才活了下来。

这就告诉人们一个道理，对手是自己的压力，也是自己的动力。而

且往往是对手给自己的压力越大，由此而激发出的动力就越强。对手之间，是一种对立，也是一种统一。相互排斥又相互依存，相互压制又相互刺激。尤其是在竞技场上，没有了对手，也就没有了活力。

在学习、工作、事业、爱情上，谁都可能遇到对手，谁都盼望超过对手。但无论成功



还是失败，都不要忘了感谢对手，因为是他和你一起追逐，一起攀登，一起较量，一起腾飞。



如果没有鳌拜、三番的威胁，康熙的生活必定会无比寂寞；如果没有对手犹他爵士队出色的发挥，乔丹的总冠军戒指也将光彩黯淡。在生活中，势均力敌的对手更胜朋友，是他们，让我们的成功更加精彩、更加辉煌。



上帝给了你什么

杨建华

他是一位失败的统帅，在率领残兵败将溃退到一个小岛后，他沮丧地呆坐于一个破旧的房间里，品尝着失败的痛苦。墙角有一片密密麻麻的蜘蛛网，他没好气地挥剑斩断那些蛛丝。随即，他惊奇地看到：一只蜘蛛出现了，它爬至断头的网线前，重新编织自己的家园。他再次弄断那些蛛丝，而蜘蛛毫不气馁，又从网线的断头处继续编织。

这位统帅就是威灵顿将军。在失败的关头，上帝给了他一只蜘蛛。于是他重振军威，召集队伍，重返战场驰骋冲杀。

一位年轻画家，在屡经挫折后，终于找到了一份工作。他住在废弃的车库里，深夜常常听到一只小老鼠吱吱的叫声。久了，小老鼠竟爬上他的画板嬉戏，他与它享受着相互依赖的乐趣。不久，画家被介绍到好

莱坞去制作一部有关动物的卡通片。一开始，他的工作进度很缓慢，他常常为画什么而冥思苦想。终于，在一个深夜，他回忆起那只在画板上跳舞的老鼠。

这位年轻的画家就是美国极负盛名的沃特·迪斯尼先生，他创造了风靡全球的米老鼠。上帝给了他一只老鼠，让他的大脑储存了珍贵的灵感。

想想看，上帝给予人类的岂止是灵感。知道海伦·凯勒吗？知道保尔·柯察金吗？知

