



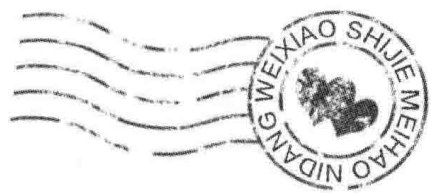
世界美好， 你当微笑

◇ 薇薇 著

「你对世界张开双臂，总会有人来拥抱你。」

在不如意的世界里，
过自己喜欢的生活
于平淡中，走出一片似锦繁花

中国华侨出版社



世界美好，

◇ 薇薇 著

你当微笑

中國華僑出版社

图书在版编目(CIP)数据

世界美好,你当微笑 / 薇薇著. —北京:中国华侨出版社,
2015.4

ISBN 978-7-5113-5410-5

I. ①世… II. ①薇… III. ①人生哲学-通俗读物
IV. ①B821-49

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2015)第087960 号

世界美好,你当微笑

著 者 / 薇 薇

责任编辑 / 嘉 嘉

责任校对 / 高晓华

经 销 / 新华书店

开 本 / 787 毫米×1092 毫米 1/16 印张/17 字数/205 千字

印 刷 / 北京建泰印刷有限公司

版 次 / 2015 年 6 月第 1 版 2015 年 6 月第 1 次印刷

书 号 / ISBN 978-7-5113-5410-5

定 价 / 32.00 元

中国华侨出版社 北京市朝阳区静安里 26 号通成达大厦 3 层 邮编:100028

法律顾问:陈鹰律师事务所

编辑部:(010)64443056 64443979

发行部:(010)64443051 传真:(010)64439708

网址:www.oveaschin.com

E-mail:oveaschin@sina.com

前言

四季，在花开花落中轮回交替，时光，在弹指间如白驹过隙。每一次日出晨曦，每一个黄昏暮起，都是生命赋予我们无与伦比的美丽！世界如此美好，我们又有何理由不微笑面对呢？

著名漫画家朱德庸说：其实幸福就在你的身边，而不在你的对面，你对面的是别人的幸福，但如果你不够珍惜，身边的幸福就会成为对面的幸福。

诚然，当我们在羡慕别人的幸福生活时，往往忽略了自己所拥有的生活，又怎么知道我们所拥有的，恰恰是别人所羡慕的呢？所以，每个人都是幸福的，只是你的幸福通常在别人的眼中。

是啊，每个人都是幸福的，每个人的生活都是

快乐的，屋外是蓝天白云，屋内有浓情蜜意……世界是如此美好，我们理当微笑面对。正如张晓风所说：树在，山在，大地在，岁月在，我在，你还要怎样更好的世界？

微笑吧，渐渐地你的气质会越来越好；适应吧，渐渐地你的处境会越来越顺；理解吧，渐渐地你的知己会越来越多；包容吧，渐渐地你的生活会越来越美；善良吧，渐渐地你的世界会越来越净。

每天清晨，给自己一个希望，不为明天而烦恼，不为昨天而叹息，只为今天更美好；每天清晨，给自己一个承诺，让梦想支撑自己坚持下去；每天清晨，记得早起，给自己一个微笑，努力追逐第一缕阳光，朝着自己的梦想大步前进。

人生不可能总是顺心如意，但只要持续朝着阳光走，影子就会躲在后面。虽然阳光可能会刺痛我们的双眼，但那却证明了我们行走的是正确的方向。

人生，总是在不断的经历中慢慢成长，生命，总是在一次次磨难里历练丰盈。坎坷路途，给身边一份温暖；风雨人生，给自己一个微笑，让自己在人生的旅途中体验一山一水的美景，感悟一点一滴的美好。

微笑着活在当下最美的日子，走过这岁月的悲欢离合，走过生命的潮起潮落，走进自己的雨过天晴，欣赏那一弯绚烂夺目的彩虹。



目录

CONTENTS

第一章

不是没有阳光，而是你没有抬起头

打开窗子，拥抱春天 / 003

新的一天，微笑向前 / 005

今天的幸福，与昨日无关 / 008

挥一挥衣袖，告别昨天 / 010

幸福，就是拥有 / 013

第二章

不是没有机会，而是你没用心把握

明天的成功，来源于今天的努力 / 019

用今天的微笑，迎接明天的美好 / 021

接纳，然后行动 / 024

珍惜，才能感悟 / 026

耕耘今天的希望，收获明天的喜悦 / 030

快乐，就是珍惜当下的点点滴滴 / 032

要做，就从现在开始 / 036

人生没有彩排，每一天都是现场直播 / 038

第三章

不是没有成功，而是你放弃了希望

摆正自己的位置 / 043

别让你的梦想，仅是梦想 / 045

成功，需要计划 / 050

放眼未来，活好现在 / 052

在希望中起步，在希望中成功 / 054

梦想，需要细心的滋养 / 056

每天进步一点点 / 060

第四章

不是没有掌声，而是你丢掉了梦想

人生，因梦想而伟大 / 065

扬起信念的风帆 / 068

享受追逐的过程 / 070

追随梦想，追随人生的奇迹 / 073

为梦想而战 / 075

欲飞蓝天，便要搏击长空 / 078

信念，让梦想成为可能 / 080

面朝太阳，就看不到阴影 / 082

第五章

不是不够幸运，而是你的努力还不够

你怎么对待生活，生活就会怎么对待你 / 087

拥抱苦难，像拥抱幸福一样 / 091

听，是希望在敲门 / 094

忍住了磨难，也就绽放了绚烂 / 097

成功绝非偶然 / 099

小路上才有好风景 / 103

破茧，才能蜕变成蝶 / 106

没有音乐也能跳舞 / 108

第六章

不是没有绿洲，而是你疏于灌溉

别让阴影遮住阳光 / 113

生命的美丽在于希望 / 115

不要预支自己明天的烦恼 / 118

越努力，越幸运 / 120

失去，也是一种获得 / 124

此处无路，那就另辟蹊径 / 127

不一样的心态，成就不一样的人生 / 129

试试吧，反正结果也不会更糟糕 / 131

心若苍老，生活会更加苍白 / 133

第七章

不是没有奇迹，而是你没有坚守

与灵魂独处，感悟心灵的方向 / 139

学会独处，学会成熟 / 141

孤独绽放的美丽 / 143

寂寞是心灵的避难所 / 145

冰雪掩梅梅自香 / 148

低谷，更需要寂寞 / 151

在寂寞中坚守自己的梦想 / 153

第八章

不是没有蓝天，而是你被浮云遮住了眼

平淡，也能收获人生的极致绚烂 / 159

没有最完美，只有最适合 / 162

别让烦恼葬送了心灵的甘甜 / 165

自然的法则 / 167

退步原来是向前 / 169

过程才是最美 / 172

第九章

不是没有从容，而是你想得过于复杂

简单，就是幸福 / 177

慢下来，享受从容 / 180

微笑面对生活，感受阳光的温暖 / 182

不要透支了健康 / 184

幸福的源头，是简单 / 186

每朵乌云背后都会有阳光 / 190

多一分快乐，少一分悲苦 / 192

用简单的心去享受生活 / 194

第十章

不是没有快乐，而是你没有知足

知足，才能常乐 / 201

攀登自己的至高点，无须参考他人 / 204

不必凡事苛求完美 / 207

你原本不需要背负那么多 / 210

欲望也需要经常修剪 / 213

顺其自然，做最真实的你 / 216

心存好意，脚走好路 / 219

得失之间，淡定才是美 / 221

第十一章

不是没有幸福，而是你不知感恩

- 学会感恩，歌唱幸福生活 / 227
- 珍惜你所拥有的，哪怕是不如意 / 229
- 感恩天地，感恩生活 / 231
- 学会包容，让生活更美好 / 233
- 坚持一下，总会遇到晴天 / 236
- 你的心情，决定了生命的风景 / 238
- 相信自己，更相信他人 / 240
- 善待别人，就是善待生活 / 242

第十二章

不是没有真爱，而是你不懂珍惜

- 用含泪的微笑为对方祝福 / 247
- 家庭，需要爱，更需要心 / 249
- 有一种感情，叫甜蜜的负担 / 252
- 没有一百分的另一半，只有五十分的两个人 / 254
- 协调好家庭和事业的关系 / 256
- 乌云已散，等待日出吧 / 259

第一章



不是没有阳光，
而是你没有抬起头



每天给自己一个希望，
给自己一个坚持下去的理由，
不为明天而烦恼，不为昨天而叹息，
只为今天更美好，
只为拥抱生活的阳光。



打开窗子，拥抱春天

走出小巷，你会发现生活的蓝天。

“小巷思维”：是形容为达到一个目的不计代价，也叫一条道走到黑，不撞南墙不回头，不是进，就是退，要么成功，要么放弃，这就是小巷思维！另一种解释也叫“胡同思维”：形容一个人容易把自己的思维定在一个狭窄的空间里，然后形成思维定式，固执地往前走。学术的叫法是：“沉没成本”，是指人们在为了某个决定付出了一定代价后，会做出有利于实现最初那个决定的第二个决定、第三个决定，为的是避免之前所做的努力付诸东流，但其实之前的任何决定都是不可收回的沉没成本。

由于人在小巷当中，不是进，就是退，所以很容易造成压力，压力一多，就容易失控，一旦失控，就面临失败，到底是什么把人推向小巷当中呢？答案是你自己，人们总是想要用最快、最好、最省力的方法来达到目的，结果在不知不觉当中，就走入了小巷当中！

驾驶车辆最重要的不是一味地比速度，而是学会在必要的时候刹车，调整一下，思考一下。也许事情并不像我们自己感受的那样，只要走出小巷就可以看见一片蓝天。所以我们要懂得随时停下来，看看自己是在小巷之中还是处在一片开阔地，小巷里只有进和退，而开阔地四面八方都是路。当我们只是一味往前走，而不是左突右冲地寻找出路时，我们如同在迷宫中逡巡，

是不可能找到出口的。

大千世界，芸芸众生，大富大贵者寡，穷困潦倒者亦少，大多数人都是平常之家，既不太穷，也不太富，在实际生活中，许多事情都是同理，即处在两个极端的人少，而大多数人都居于中间。

当今世界资讯发达，报纸杂志多如牛毛，电视电脑互联网迅速普及，人们接受的信息呈爆炸式的增长，这固然是好事，但由于有时我们接受的某一方面的信息太多，容易对我们的判断造成困扰，所以我们必须正确地梳理我们所接受到的信息，才能得出正确的结论。比如当我们翻开报纸，打开电视，经常看到什么什么人得了什么类似白血病、各种癌症等的不治之症，使人不寒而栗，但细细分析，遭受这种不幸的人是极少数，这和遇到车祸一样是小概率事件，只是可怕罢了。人们听到这些消息，一些心理素质差的人便开始惶惶不可终日，生怕自己或自己的家人遭此不幸，于是开始担心这、担心那，弄得生活很紧张，没有任何乐趣可言，一个人即使拥有很优越的环境，拥有无数的金钱，拥有崇高的地位，但只要他天天处在恐惧之中，那也是毫无快乐可言的，何况对平民百姓而言，生活本身就是平淡的、无味的、艰苦的，如果我们自己不去寻找生活的乐趣，还经常自己吓唬自己，那还能活在这个世界上吗？因此我们不能自己跟自己过不去，自己一定要去找寻生活的快乐，实际上，世上的事情没有绝对的好和坏，没有绝对的生和死，没有绝对的成功和失败，在生和死之间，在成功与失败之间还有很大的一块开阔地，我们考虑事情万万不能陷入这种小巷思维，即我们不能使自己陷入这样一种二选一的境地，只能前进或者只能后退两种选择，我们应该有更多的选择，但你陷入这种小巷思维之后，你会很痛苦，因为你的选择面太窄，回旋的余地太小，非彼即此，这是多么可怕的一种境地，其实这在战场上也是很可怕的事

情，是在没有办法的时候的最后一搏，是没有任何胜算的蛮干，我们钦佩这种勇气，也应该具有这种勇气，但最好还是别把事情搞到这种地步，因为这种境地离绝境很近，我们应该在此之前就把事情解决掉。

在生活中，我们的行为方式应该以大概率事件作为依据作出决策，而不能以小概率事件为依据作出决策，比如当你身体不适时，首先要相信这只是小毛病，并不是什么大不了的事情，决不能想这是什么不治之症，是生和死的问题，不能陷入这种二选一的小巷思维，否则你就会惶惶不可终日，你会异常地痛苦。所以处世之道在于豁达，生活之道在于知足，一个乐观主义者，即使他的物质生活不如悲观主义者，但他的生活质量也会远远地高于悲观主义者，因为他有一颗快乐的心。

新的一天，微笑向前

微笑吧，每一天都是新的开始。

忘记过去的成功，重新开始，你就可能再度成功。著名科学家居里夫人在发现了钋之后并没有骄傲，她把过去的一切成就抛到脑后，又发现了镭，在此之后又提炼出了镭。居里夫人在成功之后忘记了过去的辉煌，从而又一次获得成功，她本人也成为了两次获得诺贝尔奖的科学家。设想一下，如果她被自己第一次的成功冲昏了头脑，也许就不会有镭的发现。

我们不但要忘记过去的成功，也要忘记曾经的失败，重新开始，才会具

有锲而不舍的精神，也才有可能成功。爱迪生在发明电灯的过程中并不是一帆风顺的。他找寻了许多种材料来做灯丝，经过成千上万次试验都失败了，然而他并没有因为这一次次的失败而放弃，他把这一切都忘记了，锲而不舍，最终发明了电灯。尽管以后人们发现了更好的灯丝材料，但他的精神永远值得我们学习。不能因为一两次失败而倒下，要忘记这些失败，重新开始，光明就在不远的前方。如果爱迪生被许多次的失败击倒的话，我们今天可能还在夜里摸索，看不见光明，所以我们要忘记过去的失败重新开始。

忘记过去并不意味着什么都要忘记。忘记成功只是你不能因为成功而骄傲，要把它忘记，你才能从头开始新的奋斗；忘记失败也只是你要忘记失败所给你带来的伤心和痛苦，不能忘记失败的教训，应该牢记这教训忘记伤心上路。不管过去是成功还是失败，我们都要将它忘记，重新开始新的旅途。忘记过去的辉煌，你就不会满足于已有的成就，继续像以前一样为了目标而奋斗；忘记过去的失败，你就不会因为小小的挫折而自暴自弃，你就会拥有比原来更雄厚的自信心，才能经得起失败的考验，才能一步一步走向成功。所以不论过去是美好还是懊恼，将一切留在身后，然后重新开始。

每一天都是新的开始，新的开始一定要给予自己更多的快乐和幸福。就算昨天拥有悲伤、失败和痛苦，这一切都已经成为了历史。现在就是一个新的起点，打开窗户，让清风吹在脸上，让视野再宽阔一些。告诉自己，要把昨天的悲伤变成今天的快乐，把昨天的失败变成今天的成功，把昨天的不幸变成今天的幸福。如果昨天快乐、昨天幸福、昨天成功，那么，为了一个同样的目标，今天也还是一个新的起点。

每一天都是新的开始，许多昨天做着的事需要继续，许多新的想法都要付诸行动，许多发生过的错误都要修正。昨天是今天的动力，因而不能把昨