

世界 那么大 谁 能 不 受 伤

周小半◎著

世界这么大，困难少不了 / 美好那么多，受伤怕什么
只要你的内心强大，世界就还你美好 / 只要你扛得住压力，世界就是你的
不抱怨，不纠结，不放弃 / 即使受伤，生命依旧十分精彩
心灵励志女王给你温暖的力量 / 让你与这个世界温暖相拥！

非虚构



金城出版社
GOLD WALL PRESS

圖書 (910)

世界

那么大
谁
能
不
受
伤

周小半◎著



金城出版社
GOLD WALL PRESS

图书在版编目 (CIP) 数据

世界那么大 谁人不受伤 / 周小半著. — 北京: 金城出版社, 2017.12
ISBN 978-7-5155-1617-2

I. ①世… II. ①周… 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(2017)第311152号

世界那么大 谁人不受伤

作 者 周小半

责任编辑 王秋月

开 本 880毫米×1230毫米 1/32

印 张 8.5

字 数 160千字

版 次 2017年12月第1版 2017年12月第1次印刷

印 刷 三河市龙大印装有限公司

书 号 ISBN 978-7-5155-1617-2

定 价 36.80元

出版发行 **金城出版社** 北京市朝阳区利泽东二路3号 100102

发 行 部 (010) 84254364

编 辑 部 (010) 84250838

总 编 室 (010) 64228516

网 址 <http://www.jccb.com.cn>

电子信箱 jinchengchuban@163.com

法律顾问 陈鹰律师事务所 (010) 64970501

世界那么大，我们何处安身？

这是很多人经常在深夜之时，会问到的自己的问题。现代化的高速生活，带给了我们许多物质上的享受，却也撩动着我们的心弦。“非淡泊无以明志，非宁静无以致远。”如今，这种如茶、如丝一般的心境，已经离我们越来越远。

越来越多的人觉得，生活在这个快节奏的社会中，稍不留意就会被伤害。工作、家庭、学业、友情……稍不留意，自己就会被割得遍体鳞伤。

不可否认，快节奏的现代化生活，带给我们很多物质上的享受，智能手机、智能电视、O2O购物……然而，这些新鲜的事物，却也在不断地扰乱这内心的平静。所以，“现代综合征”也越来越多地出现：烦恼、焦虑、紧张，迷茫，彷徨，失落，懈怠，颓废……

就像在这个夜晚，我们突然感到了一丝迷茫：忙碌究竟是为了什么？为什么会活得如此沉重，远没有小时候的轻松惬意？职场上的人际关系、生活中的各种琐事、爱情中遇到的羁绊、创业路上遇到的困境……

得与失之间，舍与得之间，我们变得越来越犹豫不决，在众多的选择中迷失自己，内心开始慢慢感到疲惫、麻木。似乎这个世界，给自己带来了无限的伤害。

但是，无论世界多么崎岖，我们都要找回属于内心最初的那份纯

净。在忙碌的生活中找到休憩的港湾，让人生的这条长河中掌控自己的航舵，失意时重新振奋，失落时获得慰藉，这样的人生才是丰富多彩的人生。只要能找到恰当的方法，那么你就会感到：那份丢失已久的纯净心灵，又一次灌入自己的体内。

我们被这个世界所伤害，但是，总有人能够笑看风云。为什么，他们总能演绎出完美、雕刻出理想生活？因为，他们无论身在何处，都会不断审视自我，审视内心。做不到这一点，就意味着面对挫折的时候沉湎于伤痛的深渊，从此碌碌无为。

“风未动，幡未动，是心动也。”六祖慧能法师如是说。是被世界所伤害，还是笑看风云变换，这都由内心所决定。“宠辱不惊，看庭前花开花落；去留无意，望天上云卷云舒。”当拥有了这样一份情怀，这个世界怎会伤害到你？

那么，我们该如何达到这一点？此刻，《世界那么大，谁能不受伤》摆在了你的面前。我们遇到的问题有很多，但是，我们需要找到解决的途径，以此消解无尽的贪念、心灵的狭隘、虚无的空念、内心的犹豫、过分的苛求、无用的抱怨。在本书中，我们会看到无数充满哲理的小故事，还有针对性的分析与建议，以帮助读者找到自身的问题所在，重新审视这个世界，活出自己的快乐和幸福。

法国著名作家大仲马曾说过：“人生是一串用无数小烦恼组成的念珠，乐观的人是笑着数完这串念珠的。”在这个纷繁的世界之中，通过一本书找回内心灵魂的所在，让被物质生活困扰的心灵得到一次洗礼，一次升华，重新感受生活细节中的点滴和幸福……



目录 Contents

第一章 世界那么大，受伤又怎样

- 01 原创的你，千万不要活成盗版 /002
- 02 谁不是一边受伤，一边学会坚强 /007
- 03 世界那么大，磕磕碰碰才能长大 /012
- 04 你眼里的伤，其实算不得什么 /018
- 05 受伤又怎样，有命就不怕 /029

第二章 你的内心宁静，世界就不浮躁

- 01 浅相遇，薄相知，淡相忘 /030
- 02 内心如果平静，外在就不会有风波 /037

- 03 懂得宽恕，世界豁然开朗 /043
- 04 学会感恩，世界还你以温暖 /049
- 05 心中有阳光，世界就不会黑暗 /054

第三章 不抱怨不纠结，牢骚太盛防肠断

- 01 改变不了世界，就改变自己 /060
- 02 你的抱怨，让你的世界错上加错 /066
- 03 心念一转，万念皆转；心路一通，万路皆通 /073
- 04 你的人生，一切都是你说了算 /079
- 05 不抱怨不纠结，世界才对你和善 /096

第四章 不惧任何挫折，扛得住世界就是你的

- 01 放弃谁都可以，千万不要放弃自己 /92
- 02 是铁还是钢，被生活捶打过就知道了 /97
- 03 世界那么大，谁没跌倒过几次 /101
- 04 即使跌到谷底，后面全是向上路 /107
- 05 正视挫折，扛得住，世界就是你的 /111

第五章 淡忘人生失意事，人生没有过不了的坎

- 01 失意只是偶然，不是人生的全部 /118
- 02 失去了不会伤心，得到了就是惊喜 /124
- 03 懂得原谅，世界就豁然开朗 /130
- 04 健忘也是一种好习惯 /135
- 05 坚持住，人生没有过不了的坎 /141

第六章 心无旁骛做事，不让世界左右你

- 01 不服输，世界才对你笑颜以对 /148
- 02 比别人努力一点，世界就友好一点 /154
- 03 坚持自己的想法，困难也会为你让路 /160
- 04 保持个性，你就是自己的代言人 /165
- 05 心无旁骛做事，不让世界左右你 /171

第七章 敢于做己所想，你远比想象中强大

- 01 不因别人的质疑而改变初衷 /178
- 02 别害怕错误，只要能在跌倒时勇敢站起来 /184

- 03 保持信念，按照自己的意念做事 /189
- 04 保持谦虚，学到的总会反馈于你 /196
- 05 敢于做己所想，你远比想象中强大 /201

第八章 世界那么大，美好那么多

- 01 敢于超越自我人生，世界更美好 /208
- 02 拒绝孤独，世界需要热情拥抱 /213
- 03 内心踏实，追求更好的自己 /218
- 04 给自己机会，事情并没有那么糟 /224
- 05 美好那么多，何不去看看 /229

第九章 成熟的自己，才是这个世界最好的存在

- 01 成熟的人才会有资格潇洒 /236
- 02 于困苦处看到生活的希望 /242
- 03 自制与自强，让生命拥有厚度 /248
- 04 成熟的自己，才能从心所欲而不逾矩 /253
- 05 成熟的你，世界都为你欢呼 /259

第一章



世界那么大，受伤又怎样

01

原创的你，千万不要活成盗版

关掉手机里老薛的歌，“你还要我怎样，要怎样”的质问依旧在脑海中回荡，久久不能散尽。是啊，这个世界对我们的要求往往太多，而我们常常只能把原先我行我素的自己打到骨断筋折，掺杂着血和肉一起揉捏，才能把自己塑造成一个“完美”的形象，去迎合所谓的大众审美。

这个过程不会开心，甚至会很痛苦，因为你要做的根本不是原创的自己，而是一个盗版，一个根据外界要求而仿制出的赝品。这个结果也不会令你满意，因为哪怕你日后取得了成功，你也不再是你自己了！

而那些坚持要做自己的人，少之又少，毕竟，他们选择了原创的生活，就少不了要面对更多的困难与坎坷，以及来自他人的异

样眼光。不过，但凡是那些坚持到了最后的人，无不是心性坚毅之人，其中还有很多人，翱翔于九天之上，成了别人争相模仿的对象！

那么，如何才能让你成为原创的自己呢？

首先，要坚持你的梦想，只要你想飞，就能飞。

从前，一个穷困潦倒的家庭里有两个孩子，与父亲相依为命，以替别人放羊为生。一天，父子三人赶着羊来到一个小山坡上，恰巧看到一群大雁从他们的头顶略去。

小儿子小声地问父亲：“这些大雁要飞去哪里呀？”

父亲回答：“它们要飞到一个温暖的地方，度过寒冷的冬天。”

大儿子眼里泛光，羡慕地说：“要是我们也能飞起来就好了！”小儿子也随声附和。

父亲沉默了一会儿，没有打击他们，而是转过身对两个儿子说：“只要你们想飞，就能飞起来！”

两个儿子分别张开臂膀，奋力挥动，小脸通红，也没飞起来，于是就怀疑起父亲说的话。

父亲笑了笑，说：“我来飞给你们看。”于是他也张开双臂，努力挥动，当然，他也没能飞起来。

他却笃定地对儿子们说：“我年纪太大了，已经飞不起来了，而你们还小，只要不断努力，坚信自己能飞，将来就一定能飞起来！”

两个儿子把父亲的话放在心底，哪怕周围的人一直在嘲笑他们的梦想，他们却始终坚持并一直努力着。终有一天，在哥哥三十六岁、弟弟三十二岁的那一年，他们成为了翱翔于苍穹的第一人——莱特兄弟。

如果一个人没有梦想，那跟一条咸鱼又有什么区别呢？就算要做咸鱼，也要做最咸的那条！在你很小的时候，你会有很多幻想，当你懂事了，幻想就会演化为梦想，当你长大了，很多人的梦想就会被现实击败而变得一无所有。

那些坚持了自己的梦想的孩子，即便不是每一个都能实现梦想，但至少，他会朝着自己的目标一步一步地前行。

其次，要懂得坚持自己的原则，而非遵循普世的价值观。

三百多年前，英国温泽市要建造政府大厅，莱伊恩成为了总设计师。作为经验丰富且拥有天马行空的想象力的莱伊恩，结合多年的实践和专业的工程力学知识，巧妙地规划了一个在当时人们看来不可思议的构造——庞大的大厅天花板，只用一根柱子支撑！

一年后，市政厅建成，政府人员在验收时，看到这样的建筑，简直惊掉了一地下巴：都说独木难支，这样只用一根柱子支撑的

天花板太危险了！于是，负责人勒令莱伊恩再多加几根柱子。

莱伊恩对自己的设计无比自信，而且根据自己的专业眼光，只要柱子足够坚固，便足以保证大厅的安全。当他这样跟官员们打包票之后，官员们都恼火了，差点儿将他送上法庭。

当时的莱伊恩陷入了进退两难的境地：如果坚持自己原先的主张，他的完美设计一定会被拆掉重建；如果他不坚持，便等若放弃了自己做事的准则。最后，他想出了一个瞒天过海的妙计：在大厅里又增加了四根柱子。只不过，这些柱子的顶端压根没有与天花板接触，只是做做样子而已。

一晃三百多年过去，伊莱恩做的这个手脚始终没有被人发现过。直到前几年，温泽市政府准备维护天花板的时候，才震惊地发现莱伊恩当年原来是“弄虚作假”。这个消息传出后，立刻吸引了大量的建筑专家、游客前来，伊莱恩的名字也在三百年后，成为了建筑史上的一个传奇。

可能作为一名建筑师来说，莱伊恩也许并不是最负盛名的那个。但作为一个能够坚守自己原则的人，他无疑是非常成功的。

不是每一个人，都能顶住来自外界的巨大压力的。有时候我们所向往的、坚持的一些东西，和大多数人的价值观背道而驰，在绝大多数时候，我们都会因为这些不同的声音，而去强制地改变自己。可你有没有想过：一旦你做出让步，势必会失去一些东西，那时候的你，就再也不是自己了。

最后，要有强大的内心，不怕受伤，也无惧失败。

一个人的强大，从来不会体现在他的财富、权势、身家背景等方面，真正的强大，是源自于内心的。

为什么总有太多人在坚持自我的道路上半途而废？因为来自内部和外部的压力实在是太大了！

于内，如果你迟迟没有获得成就，就会开始怀疑自己的道路是否正确，而自我怀疑与自我否定，恰恰是你的大敌。有质疑，就会产生犹豫，而犹豫，就会导致你决策上的失误，从此一蹶不振。

于外，世俗的眼光你嘴上可以不在意，但能够始终保持“我自岿然不动”状态的又有几人？遥想当年柏拉图心心念念理想国，被当成了疯子，可他的作品足以传世；梵高现如今上亿美元的画作，在他活着的时候则被当作垃圾处理……

有很多时候，别人不认可你，是不理解你所做的事情的伟大与意义所在，直到你成功的那天，他们才会“豁然开朗”，实现态度180度的大反转。

所以，别怕受伤，哪怕整个世界都与你相悖，放手去干，去做你想要变成的自己，让你的生活更加非凡吧！

02

谁不是一边受伤，一边学会坚强

白日间，猛虎啸于山林，震动四野，与天斗，与地斗，百兽皆惧。夜间，独自卧于溪边，舔舐遍体鳞伤的残躯。

哪怕是风光无限的百兽之王，也会有受伤的时候。我们不过是肉体凡胎，在尘世里不断经历世间百态，经历人生的起起落落，体味各种人情冷暖，自然会被伤得更多。

也就是说，每个人都会受伤，这是躲不开、避不掉的。

然而，有的人被伤了，就永远背负着伤口。

于消极悲观者看来，命运是由上天安排的，一切皆注定，自己幸运与否，根本无法改变。如果老天爷给我安排了一个挫折，让我受伤，那就是我运气不好，注定一辈子失败，即便是挣扎着再

站起来，前面还会有一个更深的坑在等着我跳。所以，跌倒了，我干脆就这么躺着吧。

还有些人，则是笑着抹平伤口，淡然面对更多的挑战。

1882年的某一个夜晚注定要被载入史册，因为在这一天，美国历史上最伟大的总统之一——富兰克林·罗斯福，悄然诞生于纽约一个显贵的家庭中。

在所有人看来，罗斯福就是上帝的宠儿：有英俊的容貌、完美的个性和极高的天赋。立志于从政的他，是美国历史上最年轻总统、共和党领袖西奥多·罗斯福的侄子。但是，性格倔强的他，不顾家人的反对，顶着滔天的骂声，加入了民主党。

失去了家族支持的他在政界举步维艰，遭受了诸多打击，但罗斯福并没有放弃，他乘着一辆红色的汽车，每天都要到各处进行十多次演说，甚至一度把自己累到虚脱。但他最终还是走出了困境，当选纽约市的参议员。

此后，罗斯福的政治生涯一帆风顺，三十九岁时，他便被提名为副总统候选人，仿佛已经迈上自己的人生峰巅。

就在这时，灾难突然降临了。

一年夏天，罗斯福带着家人度假，结果别墅突发大火。他拼命扑灭火灾后，跳进了冰冷的海水中。后来，罗斯福被查出患上了脊髓灰质炎症。医生警告他：他将逐渐失去运动能力，最后甚至