

心之语 系列

生命中的美丽

给充满爱的心灵注入更多爱的勇气与能量，
也能让缺少爱的心更勇敢、更充实，
体味人生中的精彩和美好。

万虹 主编



吉林出版集团有限责任公司

中国学生
成长必读书

生命的美丽

万虹 主编



吉林出版集团有限责任公司

图书在版编目 (CIP) 数据

生命中的美丽 / 万虹主编. — 长春 : 吉林出版集团有限责任公司, 2011.9

(心之语系列)

ISBN 978-7-5463-5778-2

I. ①生… II. ①万… III. ①人生哲学 - 少年读物
IV. ①B821-49

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2011) 第 128966 号

生命中的美丽

作 者 万 虹 主 编

出 版 人 王保华

责任编辑 孟迎红

责任校对 赵 霞

开 本 710mm × 1000mm 1/16

字 数 250 千字

印 张 15

印 数 1-5000 册

版 次 2011 年 9 月第 1 版

印 次 2011 年 9 月第 1 次印刷

出 版 吉林出版集团有限责任公司

发 行 吉林音像出版社

吉林北方卡通漫画有限责任公司

地 址 长春市泰来街 1825 号

邮 编: 130062

电 话 总编办: 0431-86012915

发行科: 0431-86012770

印 刷 北京通州富达印刷厂

ISBN 978-7-5463-5778-2

定价: 29.80 元

版权所有 侵权必究 举报电话: 0431-86012892



代序

一粒沙最简单。是随波逐流，在历史的长河中将自己的棱角磨平，还是坚持自己的本色，融与沙涛之中，无论顺流逆流，都不失一粒沙的尊严。一朵花呢，她的生命更加丰富、可爱。简单的几片花瓣围成一张笑脸，复杂的几十片花瓣托出一个精致的圆盘。高明的画家在花瓣上勾勒优美的线条，又将彩虹的颜色涂在花瓣上。伟大的建筑师让蜜蜂送来金黄的花蕾。最好的调剂师调配出各具特色的香气。阳光为她沐浴，雨露为她洗礼。每一朵都是一位公主。

人的生命最好有沙的坚硬，花的柔软。前者指行为，后者指内心。生命远比细沙比花朵来得复杂，但倘若坚强与柔软两者兼有之，必定从容、丰富了。生命沿着过去、现在、未来的顺序奔流，奔流之水不复还。用最少的悔恨面对过去。有一个故事讲一个年轻人，他遇到了很多烦恼。他去找牧师。牧师把他带到一间简陋的小房间里。里面布满了灰尘，房子中央有一张桌子，上面有一杯水。牧师让年轻人好好看看杯子。起初年轻人不明白，最后才恍然大悟。原来杯子表面的水之所以很干净，没有灰尘，是因为都沉淀到了杯底。生活中遇到的困惑、烦恼，以及经历的事情不就像落到杯子里的灰尘吗，如果我们不停地摇晃，不仅于事无补，反而会使水溢出。如果让灰尘慢慢地沉淀下来，起初可能反应并不大，真正沉淀下来的时候，杯子里的水是平静而清澈的。现在建立在过去之上。用最多的激情面对现在。孩子的眼里总是充满了对世界的好奇，他们不管“结果”，以“破坏”为己任，将简单的事情当成天职来做，当成快乐来享受。年龄的增长使我们改变了许多，若能保留一份儿时的天真与认真，是件多么美好而值得去做的事！用最大的自信来面对未来。有时我会对自己的未来、前途感到迷茫，自信它帮我坚定了信念，也客观地看待遇到的事情。





目 录

 第一辑 自己先快乐起来 1

快乐的活着就是成功的人生，所以谁都会渴望自己能够更多的拥有快乐，然而快乐却不是人人都能拥有的，于是有的人开始怨天忧人，怪上天不偏爱自己，怪命运多桀，抱怨事业不顺、家庭不和……其实这些都不是你不快乐的决定因素，真正决定你快乐与否的只是你自己！

 第二辑 放大自己的优点 39

我们提倡做人要有一颗谦和的心，但并不是指你要否认自己的一切优点、长处，这样既极端，又对自己的成长不利。所以，在必要的时候，将自己的优点放大，肯定它，正视它，是很有必要的，否则，如果认为自己一无是处，则便会陷入自卑的泥潭。

许多人之所以能在逆境中扭转乾坤，从失败走向成功，就缘于他找到了自己身上隐藏的的优点，并将其放大，使之成为激励自己上进的“秘密武器”。

 第三辑 给自己加油 81

能为自己加油的人一定是强者，因为他敢于接受任何挑战，自强不息，正是这种加油和喝彩给他们带来源源不断的动力，无悔地追求自己的理想，最终实现自己的目标。



第四辑 直面选择 119

选择是世界上最伟大的力量，是改变自然和人类社会的重要杠杆，是撬动地球移动的最佳支点，是决定人生成败的最重要的因素。

要想实现人生价值，就要勇敢地直面选择，千万不要回避选择，因为只有选择才会给你的生命不断注入活力：只有选择才能使你拥有把握人生命运的伟大力量：只有选择才能把你人生的美好梦想变成随手可及的现实。

第五辑 培养成功心态 159

培养成功的心态，以使你的生命按照自己的意图提供报酬，没有成功的心态就无法成就什么大事。记住，你的心态是你唯一能完全掌握的东西，练习控制你的心态，并且利用成功心态来引导你的行为，坚持下去，你的奋斗就一定能够成功。

第六辑 生命的绿意 195

生命的绿意是这样铸成的：任岁月无情，你童贞如初心热如初；任羁旅劳顿，你不歇不辍一如既往；任花季深深喧嚣纷攘，你只属意默守一枝的宁静；任群鸟圆润雨腻云香，你只在契和的旋律里撷取一种风流。纵然是寒凝天边的落雪之夜，你仍无怨无悔以赤烫之浆浇灌不死的信念，塑造活人的筋骨。

第一辑 自己先快乐起来

快乐的活着就是成功的人生，所以谁都会渴望自己能够更多的拥有快乐，然而快乐却不是人人都能拥有的，于是有的人开始怨天忧人，怪上天不偏爱自己，怪命运多桀，抱怨事业不顺、家庭不和……其实这些都不是你不快乐的决定因素，真正决定你快乐与否的只是你自己！





快乐即成功



快乐是世界成本最低、风险也最低的成功，却能给人真实的受用。

上个世纪初，一位少年梦想成为帕格尼尼那样的小提琴演奏家，他一有空闲就练琴，练得心醉神痴，走火入魔，却进步甚微，连父母都觉得这可怜的孩子拉得实在太蹩脚了，完全没有音乐天赋，但又怕讲出真话会伤害少年的自尊心。

有一天，少年去请教一位老琴师，老琴师说：“孩子，你先拉一支曲子给我听听。”少年拉了帕格尼尼 24 首练习曲中的第三支，简直破绽百出，不忍卒听。一曲终了，老琴师问少年：“你为什么特别喜欢拉小提琴？”少年说：“我想成功，我想成为帕格尼尼那样伟大的小提琴演奏家。”老琴师又问道：“你快乐吗？”少年回答：“我非常快乐。”老琴师把少年带到自家的花园里，对他说：“孩子，你非常快乐，这说明你已经成功了，又何必非要成为帕格尼尼那样伟大的小提琴演奏家不可？在我看来，快乐本身就是成功。”

少年听了琴师的话，深受触动，他终于明白过来，快乐是世间成本最低、风险也最低的成功，却能给人真实的受用。倘若舍此而别求，就很可能陷入失望、怅惘和郁闷的沼泽。少年心头的那团狂热之火从此冷静下来，他仍然常拉小提琴，但不再受困于帕格尼尼的梦想。这位少年是谁？阿尔伯特·爱因斯坦，他一生仍然喜欢小提琴，拉得十分蹩脚，却能自得其乐。

快乐即成功，这是充满阳光的人生哲学。在现实生活中，我们不难见到这样一类人，他们脸色红润，身体健康，笑口常开，心情愉快，他们活出了



人之为人的全部趣味，在事业上却没有太大的建树，与名利双收、功成名就不怎么沾边。这样的人果真是失败者吗？我看未必。

(佚名)

被遗忘的野百合



人生没有后悔药，也没有第二次选择的机会。勇往直前吧，不要因为错过了流星就丧失了对生活的勇气。

17岁的雨季，他去一个边远的省份上高中，是因为那里的高考分数线比上海低得多，作为高考大移民中的一员，他待在那里的时间不过一年而已。

边远的小城是荒凉而寂寞的，甚至让他感受到了与世隔绝，和偌大的上海相比，这里一切显得那样土气，甚至连人们说话的口音也那么难听，可他却不知道，他清秀的外表和好听的普通话从他来的那一刻起就吸引一个女孩。

那是一个当地的女孩，脸色黑里透着红，健康而美丽，有着羞涩的笑容，见了她，总是低下头，飞快地躲开他的眼神。他心中得意着，因为知道她对她的喜欢。

因为学习比她好，况且将来要回上海上学，他的目标是交大，所以，怎么会把这样一个平常的女孩子放在眼里。

忽然一天，他的书桌上有淡淡的香气散出来，他打开书桌，看到书里夹了一朵花。他不知道那叫什么花，白色的，淡淡的清香，转瞬，他就明白是谁做的了。

再见到她的时候，他拦住了她，这次，她的心跳到了嗓子眼儿一样，甚



至连呼吸都不是均匀的。他更加得意地看着她，然后对她说：“能告诉我那是什么花吗？”

“野百合。”她低着头，摆弄着衣角。

“对不起，我不喜欢这种花。”说完他就走了，头也没有回。

而身后的她泪如雨下，一个女孩子的第一次啊，何况，她又没要求他如何，她只是想在这如花的季节里，能和他一起度过高考来临的那段日子。

高考很快来临了，他没有考上交大，却回了上海，而她则名落孙山，以后，他再也没有过她的消息。原本，她在他的心中就是一丝丝涟漪，风没有了，涟漪也就散去了，那朵被他看也没看的野百合，也许早就结婚生子了呢。

几年以后，他去一家合资企业应聘，却看到台上笑意吟吟的她，美丽得如一只天鹅，长长的头发披肩而落。他以为是长相类似的人，再看名字，果然是她，上面写着人力资源部经理——徐亦芬。

他呆住了，她，一个没有考上大学的女孩子怎么会来北京，而且做了高层管理人员？

她也看到他，招聘会散了的时候他再次拦住了她：“真的是你？”

她笑，像一朵百合：“是从认识你开始，我才明白了一件事，一朵花要为自己找到春天才会让别人注意到，第二年我复读了，然后考到了北京来，直到念完研究生，直到自己由毛毛虫变为蝴蝶。”

他的心里浮上淡淡的悔意，但一切已经偶然，十年河东十年河西，她不再是等待他定夺的黑黑小女子了，而是他等待她定夺的一个主管了。

说话间有一个男人开了很漂亮的宝马过来，然后为她打开车门。他走开了，其实他已经被公司录取了，但为了自己的自尊，他没有来。

(佚名)



拿起你的鞭子



自立自助者才能自救，遇到困难的时候不要首先想到寻求别人的帮助，自己可以办到的事情，先自己动脑筋想一想，动动脑子，问题或许很快就迎刃而解了。

车夫驾着一辆满载干草的车子走在乡间的路上，没想到却陷进了泥坑里。在乡下的田野上，会有谁来帮这个可怜人的忙呢？这完全是命运之神有意惹人发怒而安排的。

陷入泥坑里的车夫肝火正旺，骂不绝口。他骂泥坑，骂马，又骂车子和自己。无奈之中，他只得向举世无双的大力神求救。

“赫拉克勒斯，”车夫恳求道，“请你帮帮忙，你的背能扛起天，把我的车从泥坑中推出来对你来说应该是举手之劳。”

刚祈祷完，车夫就听到神从云端发话了：“神要人们自己先动脑筋、想办法，然后才会给予帮助。你先看看，你的车困在泥坑里究竟是什么原因？为什么会陷入泥坑？拿起锄头铲除车轮周围的泥浆和烂泥，把碍事的石子都砸碎，把车辙填平，你不自己尝试一下怎么行呢？”

过了一会儿，神问车夫：“你干完了吗？”

“是的，干完了。”车夫说。

“那很好，我来帮助你。”大力神说，“拿起你的鞭子。”

“我拿起来了……欸，这是怎么回事？我的车走得很轻松！大力神赫拉克勒斯，你真行！”

这时神发话说：“你瞧，你的马车很便当地就离开了泥坑！遇到困难，要先自己动脑筋想办法解决，老天才会助你一把的。”

(佚名)



教授家的大门



在这个世界上，只要你真实地付出，就会发现许多门都是虚掩的！微小的勇气，能够完成无限的成就。

听说英国皇家学院公开张榜为大名鼎鼎的教授戴维选拔科研助手，年轻的装订工人法拉第激动不已，赶忙到选拔委员会报了名。但临近选拔考试的前一天，法拉第被意外通知，取消他的考试资格，因为他是一个普通工人。

法拉第愣了，他气愤地赶到选拔委员会。但委员们傲慢地嘲笑说：“没有办法，一个普通的装订工人想到皇家学院来，除非你能得到戴维教授的同意！”

法拉第犹豫了。如果不能见到戴维教授，自己就没有机会参加选拔考试。但一个普通的书籍装订工人要想拜见大名鼎鼎的皇家学院教授，他会理睬吗？

法拉第顾虑重重，但为了自己的人生梦想，他还是鼓足了勇气站到了戴维教授的大门口。教授家的门扉紧闭着，法拉第在教授门前徘徊了很久。终于“笃笃笃笃”，教授家的大门，被一颗胆怯的心叩响了。

院里没有声响，当法拉第准备第二次叩门的时候，门却“吱呀”一声开了。一位面色红润、须发皆白、精神矍铄的老者正注视着法拉第，“门没有闩，请你进来。”老者微笑着对法拉第说。

“教授家的大门整天都不闩吗？”法拉第疑惑地问。

“干吗要闩上呢？”老者笑着说，“当你把别人闩在门外的时候，也就把自己闩在了屋里。我才不当这样的傻瓜呢。”他就是戴维教授。他将法拉第带到屋里坐下，聆听了这个年轻人的叙说和要求后，写了一张纸条递给法拉第：“年轻人，你带着这张纸条去，告诉委员会的那帮人说戴维老头



同意了。”

经过严格而激烈的选拔考试，书籍装订工法拉第出人意料地成了戴维教授的科研助手，走进了英国皇家学院那高贵而华美的大门。

成功之门都是虚掩的，它总是留给那些有勇气去强大自己的人。勇敢是成功者必备的素质。只有那些自信、做事不退缩、勇敢而富有冒险精神的人，才能成就伟大的事业。

而那些做事三心二意、缺乏勇气、毫无决断力的人则会永无出头之日。

(佚名)

生命的价值



生命的价值不依赖我们的所作所为，也不仰仗我们结交的人物，而是取决于我们本身！

在一次讨论会上，一位著名的演说家没讲一句开场白，手里却高举着一张 20 美元的钞票。

面对会议室里的 200 个人，他问：“谁要这 20 美元？”一只只手举了起来。他接着说：“我打算把这 20 美元送给你们中的一位，但在这之前，请准许我做一件事。”他说着将钞票揉成一团，然后问：“谁还要？”仍有人举起手来。

他又说：“那么，假如我这样做又会怎么样呢？”他把钞票扔到地上，又踏上一只脚，并且用脚碾它。尔后他拾起钞票，钞票已变得又脏又皱。

“现在谁还要？”还是有人举起手来。

“朋友们，你们已经上了一堂很有意义的课。无论我如何对待那张钞票，你们还是想要它，因为它并没贬值，它依旧值 20 美元。人生路上，我们会无



数次被自己的决定或碰到的逆境击倒、欺凌，甚至碾得粉身碎骨。我们觉得自己似乎一文不值。但无论发生什么，或将要发生什么，你们永远不会丧失价值，你们依然是无价之宝。”

(佚名)

怀有成为珍珠的信念



在成长的道路上，我们应当始终坚信，只要朝着自己的目标不断向前，肯定会有好的结果。

很久很久以前，有一个养蚌人，他想培养一颗世上最大最美的珍珠。

他去海边沙滩上挑选沙粒，并且一颗一颗地问那些沙粒，愿不愿意变成珍珠。那些沙粒一颗一颗都摇头说不愿意。养蚌人从清晨问到黄昏，他都快要绝望了。

就在这时，有一颗沙粒答应了他。

旁边的沙粒都嘲笑起那颗沙粒，说它太傻，去蚌壳里住，远离亲人、朋友，见不到阳光、雨露、明月、清风，甚至还缺少空气，只能与黑暗、潮湿、寒冷、孤寂为伍，不值得。

可那颗沙粒还是无怨无悔地随着养蚌人去了。

斗转星移，几年过去了，那颗沙粒已长成了一颗晶莹剔透、价值连城的珍珠，而曾经嘲笑它傻的那些伙伴们，却依然只是一堆沙粒，有的已风化成土。

也许你只是众多沙粒中最最平凡的一颗，但如果你有要成为一颗珍珠的信念，并且忍耐着、坚持着，当走过黑暗与苦难的长长隧道之后，你或许会惊讶地发现，平凡如沙粒的你，在不知不觉中，已长成了一颗珍珠。每颗珍珠都是由沙子磨砺出来的，能够成为珍珠的沙粒都有着成为珍珠的坚定信念，





并无怨无悔。沙粒之所以能成为珍珠，只是因为它有成为珍珠的信念。芸芸众生中，我们原本只是一粒粒平凡的沙子，但只要怀有成为珍珠的信念，你终会长成一颗珍珠的。

(佚名)

鸟与人



莫惋惜已经失去的东西，莫相信不可能存在的事情。

小鸟问它父亲：“世上最高级的生灵是什么？是我们鸟类吗？”

老鸟答道：“不，是人类。”

小鸟又问：“人类是什么样的生灵？”

“人类……就是那些常向我们巢中投掷石块的生灵。”

小鸟恍然大悟：“啊，我知道啦！……可是，人类优于我们吗？他们比我们生活得幸福吗？”

“他们或许优于我们，却远不如我们生活得幸福！”

“为什么他们不如我们幸福？”小鸟不解地问父亲。

老鸟答道：“因为在人类心中生长着一根刺，这根刺无时不在刺痛和折磨着他们，他们自己为这根刺起了个名字，管它叫做贪婪。”

小鸟又问：“贪婪？贪婪是什么意思？爸爸，您知道吗？”

“不错，因为我了解人类，也见识过他们内心那根贪婪之刺，你也想亲眼见识吗？”

“是的，爸爸，我想亲眼见识见识。”

“这很容易，若看见有人走过来，赶快告诉我，我让你见识一下人类内心那根贪婪之刺。”



少顷，小鸟便叫了起来：

“爸爸，有个人走过来啦！”

老鸟对小鸟说：“听我说，孩子。待会儿我要自投罗网，主动落到他手中，你可以看到一场好戏。”

小鸟不由得十分担心，说：“如果您受到什么伤害……”

老鸟安慰它说：“莫担心，孩子，我了解人类的贪婪，我晓得怎样从他们手中逃脱。”

说罢，老鸟飞离小鸟，落在来人身边，那人伸手便抓住了它，乐不可支地叫道：“我要把你宰掉，吃你的肉！”

老鸟说道：“我的肉这么少，够填饱你的肚子吗？”

那人说：“肉虽然少，却鲜美可口！”

老鸟说：“我可以送你远比我的肉更有用的东西，那是三句至理名言，假如你学到手，便会发大财！”

那人急不可耐：“快告诉我，这三句名言是什么？”

老鸟眼中闪过一丝狡黠的目光，款款说道：“我可以告诉你，但是有条件：我在你手中先告诉你第一句名言；待你放开我，我便告诉你第二句名言；等我飞到树上之后，才会告诉你第三句名言。”

那人一心想尽快得到三句名言，好去发大财，便马上答道：“我接受你的条件，快告诉我第一句名言吧！”

老鸟不疾不徐地说道：“这第一句名言，便是：莫惋惜已经失去的东西！根据我们的条件，现在请你放开我。”于是那人便松手放开了它。老鸟落到离地不远的地面继续说道：“这第二句名言便是：莫相信不可能存在的事情！”说罢，它边叫着边振翅飞上树梢：“你真是个大傻瓜，如果刚才把我宰掉，你便会从我腹中取出一颗重量达 30 米斯卡勒、价值连城的大宝石。”

那人闻听，懊悔不已，把嘴唇都咬出了血。他望着树上的鸟儿，仍惦记着他们方才谈妥的条件，便又说道：“请你快把第三句名言告诉我！”

狡猾的老鸟讥笑他说：“贪婪的人啊，你的贪婪之心遮住了你的双眼。既然你忘记了前两句名言，告诉你第三句又有何益？！难道我没告诉你：‘莫惋惜已经失去的东西，莫相信不可能存在的事情’吗？你想想看，我浑身的骨肉羽翅加起来不足 20 米斯卡勒，腹中怎会有一颗重量超过 30 米斯卡勒的





大宝石呢?!”

那人闻听此言，顿时目瞪口呆，好不尴尬，脸上的表情煞是可笑……

一只鸟儿就这样耍弄了一个人。老鸟回望着小鸟说：“孩子，你现在可亲眼见识过了?!”

小鸟答道：“是的，我真的见识过了，可这个人怎会相信在您腹中有一颗超过您体重的宝石，怎么相信这种根本不可能存在的事情呢?”

老鸟回答说：“贪婪所致，孩子，这就是人类的贪婪本性!”

(佚名)

自由与生命



因为任何生物都有对自由生活的追求，而这种追求无疑是值得肯定的。

八月的一天下午，天气暖洋洋的，一群小孩在十分卖力地捕捉那些色彩斑斓的蝴蝶，我不由自主地想起童年时代发生的一件印象很深的事情。那时我才十二岁，住在南卡罗来纳州，常常把一些野生的活物捉来放到笼子里，而那件事发生后，我这种兴致就被抛得无影无踪了。

我家在林子边上，每当日落黄昏，便有一群美洲画眉鸟来到林间歇息和歌唱。那歌声美妙绝伦，没有一件人间的乐器能奏出那么优美的曲调来。

我当机立断，决心捕获一只小画眉，放到我的笼子里，让她为我一人歌唱。显然，我成功了。她先是拍打着翅膀，在笼中飞来扑去，十分恐惧。但后来她安静下来，承认了这个新家。站在笼子前，聆听我的小音乐家美妙的歌唱，我感到万分高兴，真是喜从天降。

我把鸟笼放到我家后院。第二天，她那慈爱的妈妈口含食物飞到了笼子跟前。画眉妈妈让小画眉把食物一口一口地吞咽下去。当然，画眉妈妈知道