



生命的真谛 青春出门远行 阳光灿烂的日子 爱是不能忘记的 请道无价
心有千千结 看每一朵花开 篱里看花木中月

找个理由 活得更好

Zhao Ge Li You Huo De Geng Hao

花谢了可以再开，燕子去了可以再来，
而生命属于每个人只有一次。人们在珍惜生命的同时，
更要懂得填充生活的内容。

李振东 / 编



中国三峡出版社

找个理由 活得更好

Zhao Ge Li You Huo De Geng Hao

花谢了可以再开，燕子去了可以再来，
而生命属于每个人只有一次。人们在珍惜生命的同时，
更要懂得填充生活的内容。

李振东 编

中国三峡出版社

前言

芸芸众生，忙忙碌碌，没有人不处在一种惯性状态中，多少人能够静下心来思索一下生命的意义，领悟一些生活的道理？

身处尘世，被功利、得失驱赶前行，奔波劳累之余，我们该拥有这样一个时刻——长长地松口气，静静地独处一会儿，好好地给大脑留一点空间。

花谢了可以再开，燕子去了可以再来，而生命属于每个人只有一次，一旦逝去即无法追回。所以，每个人在珍惜生命的同时，更要懂得填充生活的内容。

我们可以看到：生活，一方面以独特的力量撕破着生命脆弱的传说；另一方面又极具尘世化的色彩。无论你是贫穷，还是富有；是青春，还是年迈；是美丽，还是朴实；生活从始至终向人们昭示一个永远的真理：痛并快乐着。

一些人说：生活是一扇门，可以带人进入看得见更多风景的房间；一些人说：生活只是普通的日子，人们只是按部就班地进行新陈代谢的衍变。可无论如何，只要生命还在，情感还在，意识还在，生活总是充满着无限希望和蓬勃朝气。正因为如此，人们才心甘情愿地为

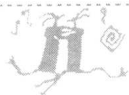
自己的快乐而高兴，为自己的成功而欢呼，乃至为万事万物而喝彩。

给自己一个理由，不是回避现实生活，而是留给自己足够的精神空间，开辟自己前进的道路；保持一份永不满足的心情，保持一种锐意进取的动力，最终写下一份人生最美好的答卷。

前

言



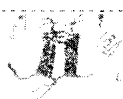


目 录

卷一 生命的真谛 (1)

- 1.活着，就是幸福 (3)
- 2.奇迹的诞生 (5)
- 3.你是什么 (7)
- 4.一块铁的教训 (9)
- 5.逆境带来新生 (11)
- 6.预约死亡 (13)
- 7.盲人的镜子 (15)
- 8.生命的出路 (17)
- 9.用“心”去看 (19)
- 10.适得其反 (21)
- 11.生命的布袋 (23)
- 12.一张苦脸 (25)
- 13.天堂的感觉 (27)
- 14.一生的清单 (29)

目
录



15.生命的价值 (31)

16.柠檬茶的秘诀 (33)

卷二 青春出门远行 (37)

1.非常对比 (39)

2.无所畏惧 (41)

3.藏在手心的秘密 (43)

4.技艺 (47)

5.永争第一 (49)

6.熟视无睹 (51)

7.自尊 (52)

8.与时间赛跑 (54)

9.一种特长 (56)

10.成功的开端 (58)

11.人生6个字 (60)

12.行胜于言 (62)

13.学会主动 (64)

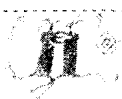
目 录

卷三 阳光灿烂的日子 (67)

1.文豪和乞丐 (69)

2.珍惜所有 (70)





3.赏识	(71)
4.阴差阳错	(73)
5.一锅肉汤	(75)
6.感激生活	(77)
7.一枚铜板	(79)
8.误会	(81)
9.拾荒梦	(82)
10.点亮自己的蜡烛	(84)
11.在报亭中崛起	(86)
12.不同的逻辑	(88)
13.倾听过去	(90)
14.失误	(93)
15.身份	(95)
16.行动	(97)
17.为了一句话	(101)
18.爱的循环	(103)
19.不妨宽容	(105)

卷四 爱是不能忘记的 (107)

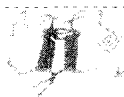
1.爱的力量	(109)
2.心灵的窗户	(113)



3.母亲和儿子	(116)
4.无缘	(119)
5.一生的秘密	(122)
6.洗脚	(125)
7.一位年轻人的疑惑	(127)
8.柳暗花明	(129)
9.错过	(131)
10.爱的分享	(134)

卷五 情谊无价 (137)

1.课堂里的感动	(139)
2.爱的种子	(142)
3.为爱祷告的手	(144)
4.多一份感恩	(146)
5.最好的安慰	(148)
6.一封特别的信	(150)
7.蚂蚁和大鸟	(152)
8.诚信是金	(154)
9.信任	(156)
10.一生的转变	(159)
11.难忘的一次误解	(161)

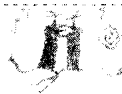


卷六 心有千千结 (165)

- 1.人字怎么写 (167)
- 2.只隔一个冬天 (169)
- 3.一往无前 (171)
- 4.情感走私 (174)
- 5.忠诚的价值 (177)
- 6.努力就有回报 (179)
- 7.没有下完的棋 (182)
- 8.热爱自己 (184)
- 9.离婚的根据 (188)
- 10.挡不住的生命力 (190)

卷七 传承责任 (193)

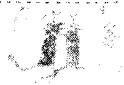
- 1.不朽 (195)
- 2.好人一生平安 (197)
- 3.真金不怕火炼 (199)
- 4.从来不早 (201)
- 5.苹果的故事 (203)
- 6.做一颗流星 (205)
- 7.转折点 (207)



8.最大的财富	(209)
9.差别	(211)
10.金钱不是万能的	(213)
11.尊严	(215)
12.人要有一点精神	(217)
13.一张白纸	(219)
14.报应	(221)

卷八 看每一朵花开 (223)

1.让自己抉择	(225)
2.隔膜	(227)
3.制造快乐	(229)
4.艰难的放弃	(231)
5.改变自己	(233)
6.没有绝路	(235)
7.留一点盼头	(237)
8.最重要的一课	(240)
9.命运在此拐弯	(243)
10.谁更快乐	(245)
11.笑对生活	(247)
12.耻辱的力量	(249)



13.路在脚下	(251)
14.脚踏实地	(253)
15.上帝是公正的	(255)
16.一举多得	(257)

卷九 雾里看花水中月 (259)

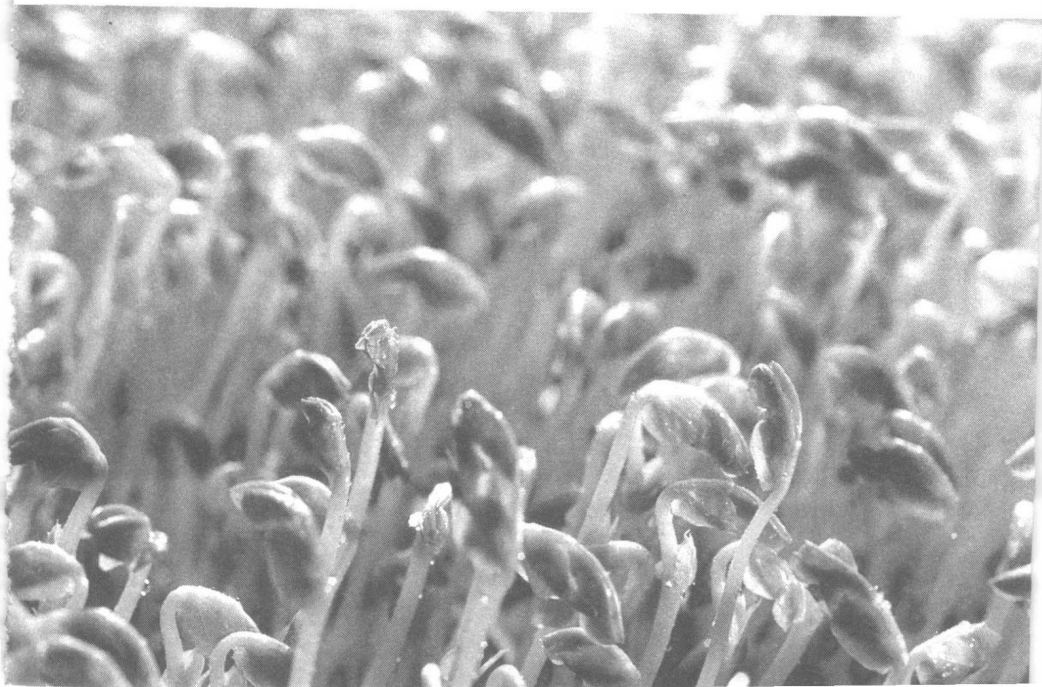
1.糊涂一时	(261)
2.聪明之举	(263)
3.赞美的价值	(265)
4.敢于面对未来	(267)
5.好心带来好报	(268)
6.错投的一票	(270)
7.安慰自己	(272)
8.禅悟	(274)
9.大师的风度	(276)
10.只有一部作品	(277)
11.站得高看得远	(279)
12.损人害己	(281)
13.观念的力量	(283)

卷一

生命的真谛

天地之间，人生苦短。没有人不珍惜生命，生命是最宝贵的。面对纷繁复杂的大千世界，存在就是最好的诠释！

每个人既是自己的主人，又是自己的奴隶。无论是谁，一无所有地来，一无所有地去，都在和生命进行漫长的对话。





活着，就是幸福

有个小伙子，厌倦了日复一日平淡无奇的生活，感到生命尽是无聊和痛苦。

偶然的一次机会，小伙子参加了挑战极限的活动。

主办者把他关在山洞里，无光无火亦无粮，每天只供应5千克的水，时间为120小时，整整5个昼夜。

第一天，小伙子还心怀好奇，颇觉刺激。

第二天，饥饿、孤独、恐惧一齐袭来，四周漆黑一片，听不到任何声响。于是，他有点向往起平日里的无忧无虑来。

他想起了乡下的老母亲，千里迢迢风尘仆仆地赶来，只为送一坛韭菜花酱，以及小孙子的一双虎头鞋。

他想起了终日相伴的妻子，在寒夜里为自己掖好被子。

他想起了宝贝儿子，亲手为自己端的第一杯水。

他甚至想起了与他发生争执的同事，曾经给自己买过的一份工作餐……

不知不觉地，他后悔起平日里的态度来：懒懒散散

生命的
真谛



找个理由活得更好

散，敷衍了事，冷漠虚伪，无所作为。

第三天，他饿得几乎挺不住了。可是一想到人世间的种种美好，便坚持了下来。

第四天、第五天，他仍然在饥饿、孤独、极大的恐惧中反思过去，向往未来。

他痛恨自己竟然忘记了母亲的生日；他遗憾妻子分娩之时未尽照料义务；他后悔听信流言与好友分道扬镳……他这才觉出需要他努力弥补的事情，竟是那么多。可是，连他自己也不知道，他能不能挺过最后一关。

就在他涕泪齐下、百感交集之时，洞门开了。阳光照射进来，白云就在眼前，淡淡的花香，悦耳的鸟鸣，又送给他一个美好的人间。

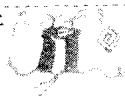
小伙子摇摇晃晃地走出山洞，脸上浮出了一丝难得的笑容。5天来，他一直用心在说一句话，那就是：活着，就是幸福。

寄语人生

人生的道路虽然漫长，但是一个人的生命是有限的，只有好好地珍惜美好的时光，才能不虚度自己的一生。

生命的真谛





2

奇迹的诞生

这是发生在美国家庭的一个真实的故事。

有一名十几岁的少女，在去参加钢琴演奏比赛的路上，不幸遭遇车祸。她很快被送进了医院，最终逃离了死神的魔爪。

然而，当这名女孩清醒之后，发现自己的左手毫无知觉，形同虚设。对于一个弹钢琴的人来说，一双手就是她的生命。

她急忙让家人喊来主治医生问：“大夫，我的左手有治好的希望吗？”

主治医生看着她急切的面容，只好微笑着点点头。少女十分高兴，全力配合医生治疗。然而，时间一天天过去，半年多了，她的那只手依然如故。

“大夫，我的手到底有没有救？”她忍不住再次询问。

那位医生不忍心欺骗这样一颗天真善良的心，然而又不敢让女孩失望。他说：“不能说没有希望了，但困难很大，除非……”

生命的奇迹

“除非什么?”

“除非有奇迹发生!”

“奇迹……会的，我会让奇迹发生的!”少女坚定地说。因为她的梦想还没实现，她要考音乐学院，她要成为一名钢琴家。所以，她一定要做那个让奇迹发生的人。

从此，她遍访名医，扎针灸，喝各种难喝的中药，天天揉捏锻炼左手，并坚持用另一只手练琴。她的父母鼓励她说：“左手不行，就用右手来补；身体不行，就用意志来补，只要你努力，奇迹就一定能够发生。”

3年后，奇迹真的发生了，少女的左手开始有知觉了，能笨拙地、缓慢地在钢琴上移动了。她欣喜若狂，继续坚持用右手练琴，同时左手也参与进来。过了两年，她的左手终于能运用自如了。

10年后，靠着顽强的意志，她不但治好了左手，而且成了一位著名的钢琴家。

寄语人生

在生活中，有些人根本就不相信奇迹，他们的一生自然平庸无奇；有些人看着奇迹在别人身上发生，自己无动于衷，这样的人同样不会有什么作为。只有那些有信心让奇迹在自己身上发生的人，才能干出一番事业，才会有所成就。

生命的真谛





你是什么

从前，一个女儿对她的父亲抱怨，说她的生活是多么的不幸。她同生活中的不幸进行了无数次抗争，不料，不幸反倒一个接着一个，让她没有招架之力。

刚刚下岗的父亲什么话也没说，拉起心爱女儿的手，走进厨房。

他让女儿烧了三锅水，当水沸腾之后，便在第一个锅里放进了萝卜；在第二个锅里放了一个鸡蛋；在第三个锅中则放进了咖啡豆。

女儿望着父亲，不知所然。

过了一段时间，父亲把锅里的萝卜、鸡蛋捞起来分别放在碗中，把咖啡倒进杯子里，问：“孩子，你看到了什么？”

女儿回答：“萝卜、鸡蛋和咖啡。”

父亲将女儿拉近，让女儿摸摸经过沸水烧煮的萝卜，萝卜已被煮烂；接着，他要女儿拿起那个鸡蛋，敲碎薄硬的蛋壳，细心观察；最后，他要女儿尝尝咖啡。

女儿不解地问：“爸，这是什么意思？”

生命的真谛

