

那一天，
你终于知道
自己有多好

木水月亮 主编



那一天，
你终于知道
自己有多好

木水月亮 主编

NA YI TIAN,

NI ZHONGYU ZHIDAO

ZIJI YOU DUO HAO

版权所有 侵权必究

图书在版编目(CIP)数据

那一天,你终于知道自己有多好/木水月亮主编.
—长春:北方妇女儿童出版社,2015.1
ISBN 978-7-5385-8605-3

I. ①那… II. ①木… III. ①成功心理—通俗读物
IV. ①B848.4-49

中国版本图书馆CIP数据核字(2014)第210692号

出 版 人: 刘 刚
出版统筹: 师晓晖
选题策划: 慢半拍·马百岗
责任编辑: 张晓峰
封面设计: 门乃婷
开 本: 880mm×1230mm 1/32
印 张: 7
字 数: 140千字
印 刷: 北京盛华达印刷有限公司
版 次: 2015年1月第1版
印 次: 2015年1月第1次印刷

出 版: 北方妇女儿童出版社
发 行: 北方妇女儿童出版社
地 址: 长春市人民大街4646号
邮 编: 130021
电 话: 编辑部: 0431-86037512
发行科: 0431-85640624

定 价: 36.00元



记得王小波先生说，人生，就是为了遇见有趣的人、有趣的事，还有，有趣的文。

奈何人生总是太短暂，我们往往是没有等到那有趣的人和事，自己的内心便已经先荒芜成灾，不复繁华。

不过，还好，尚且有那么多文字，或有趣味、或有哲理、或给人以启迪、或引人以遐思，因了这些文字的存在，我们的人生方才变得美好起来。

且不去管这些文字出自谁手、是否名家，但只要有那么一篇，不，有那么一两句真的打动了自己，那也算是不负今生读到这些文字时所花掉的时间了。

也许你会问：“读了这些文字，就会变成有趣的人吗？”

我倒是想说，读到这些文字之前，你就是个有趣的人，只是你从来不曾发现而已。人最好的年龄是什么？还不就是在某一天豁然开朗起来，发觉自己也是个有趣的人、讨喜的人。当你终于知道自己有多好时，这便是你此生最好的时刻！



Part1 倾其所有去生活

Live with all you have

艰难的日子好比头上的乌云，总有一天会过去 / 3
Someday everything is going to be better

内心笃定，不患得失 / 8
Don't worry about the outcome

倾情生活，努力绽放 / 10
Love your life

生命的可贵，全在于它的不可逆 / 13
The value of life lies in that it can't start all over again

心有所向，不负光阴 / 16
Have a purpose, and fulfill it

在这人间，灯光是不会灭的 / 18
In our world, the light will never be extinguished.

即便生命充满阴翳，也要与它安宁相对 / 20
Even if the life is full of darkness, we should get along with it

愿生命中的云翳创造一个美丽的黄昏 / 23
May there be enough clouds in your life to make a beautiful sunset

从容生活便是，站在桥上无所挂碍地望云 / 25
Enjoy every moment now

单纯也需要适度 / 28
Be a simple person in moderation

我要用全身心的爱来迎接今天 / 30
Greet this day with love in my heart



Part2 不完美，人生才有无限可能

The possibilities are truly infinite

你不必完美 / 35

You don't have to be perfect

每一个春天，都是心与心的约会 / 37

Every spring is a date of heart

听从心灵的指引，向着光明前行 / 40

Listen to the guidance of the soul

不要贩卖你的灵魂 / 44

Don't sell your soul

凌晨盛放的花，也是好的 / 48

The flower blooming in the early morning is also beautiful

如果生活欺骗了你，别忘记前方还有希望之光 / 50

If life has deceived you, don't forget the hope

以心为伴，独享闲情，这怎么能算孤独 / 52

Take heart as partners, so how can this be lonely

刹那间的青春 / 56

Fleeting youth

别为你的哨子付出过高的代价 / 58

Keep the tail from wagging the dog

当下的拥有，便是不可思议的永恒 / 61

Focus on the moment in front of you

当你有所经历，苦乐自当分明 / 64

When you have experience, you can tell pleasure or pain

当全世界都挡住了去路，你总能找到不一般的出路 / 66

When the whole world is getting in the way, you can always find an unusual way

还是把美好的一幕留在心底吧 / 70

The beautiful scene will stay with me forever

Part3

从此刻开始，一切都不迟
From now on, it is not late

严冬再酷寒，也终会迎来早春的吻 / 77
There would always be the spring

醒来！前进！ / 78
Wake up! Move forward!

此时此刻此感觉，刹那便已足够醉人 / 81
The intoxicant moment

心归大地，永久安宁 / 83
Heart belongs to the earth

迟起一会儿，也未尝不可 / 88
You can sleep for a while

得不到或已失去，都不过是生命的特殊经历 / 92
Gains and losses is the special experience of life

简简单单，是我的理想生活 / 94
The simple life is my ideal life

愿你心里永远住着一个关于秋天的故事 / 98
May the Autumn Tale forever lives in your heart.

如果可以，请与生死变化结伴而行 / 102
Go forward with life and death

生命的失去，并非意味着不再美丽 / 104
Even though it's a moth into the fire, it's beautiful!

万物都是独一无二 / 108
Everything is totally unique

幸福的篮子 / 110
Happy basket

和家人聚集在一起，时间由你来使唤 / 113
Spend your time with your family

二十岁时，那一轮月，可遇而不可求 / 114
The moon at the age of twenty

从心灵上长出乘风破浪的双翼 / 116
You can ride the wind and waves with wings from your mind

从现在起，一切都还不迟！ / 119
From now on, all is not late!





Part4 就这样暖暖地，给生命一个梦想

Give life a warm dream

这一天怎么过 / 123
What's a typical day for you?

蜗牛角上争何事？石火光中寄此生 / 124
To see the world in a grain of sand, and to see heaven in a wild flower

勤劳的生命是长久的 / 127
Hard life

时间，只有你能使人安慰 / 129
Only time can make people comfort

惯了独处的人，便是惯了一种淡泊的人生 / 131
Alone one is never lonely

夜空中最亮的星 / 133
The brightest star in the sky

喜欢活着，喜欢生活带来的欢喜 / 136
Love the joy of life

青春啊，回来！ / 138
O youth, come back !

寻回吹口哨的心情 / 142
Pick up the whistling mood again

每一场风雨之后，都有等你欣赏的花儿 / 144
There will always be flowers after the rain

我要笑遍世界 / 148
I will laugh around the world

Part5 活着，就要坚持走下去

Life is long, just hang on

在最后的岁月里遇见最初的青春 / 153

Meet the first youth in the last years

已逝去的不可挽回，已到来的务必珍惜 / 156

Cherish now no longer missed

未来的你，总会感激那个富有责任心的自己 / 160

Be a responsible person now

在经受“失去”中逐渐成长 / 161

Grow stronger and stronger in the loss

放下心来，享受这已经到来的痛楚 / 164

Relax and enjoy the pain

有些微笑，注定要留给自己 / 166

Keep the smile for yourself

只为今天而活的人，我为你们喝彩 / 170

Just live for today

只要你肯等一等，希望就在不经意间出现 / 172

As long as you are willing to wait, hope will come unwittingly in front of you

“归零”，然后选一个新的起点 / 174

Start from scratch

纵然无人比翼，也要做属于自己的不死鸟 / 176

Be a phoenix for yourself

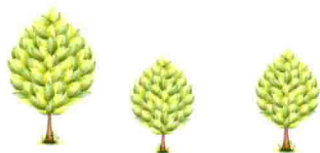
单纯而勇敢的人是决不会产生庸俗的伤感的 / 180

A simple and brave man is not vulgar sad.

日子越酷烈，越要安放好自己的心 / 182

The day is more cruel, more should be placed your heart





Part6 慢一点，做一个足够幸福的生活家

Slow down, and be a happy master of life

慢慢走，欣赏啊 / 189

Walk slowly, and enjoy it !

6

学习如何享受，是一种难得的顿悟 / 190

It's a rare insight to learn how to enjoy

寂寞是一种清福 / 192

Loneliness is a kind of happiness

慢一点，做一个足够幸福的生活家 / 196

Slow down, and be a happy master of life

愿是一只知更鸟，飞向天空 / 198

I wish I were a robin, flying in the sky

以梦做马，以爱为旅资 / 199

Journey of love

不求深刻，只求简单 / 200

Not profound, but simple

以轻对重，以轻对累 / 203

Have a light heart

生命中最奇妙的时光，都发生在你未曾留意的一刻 / 205

The most wonderful time of life is the moment which you have never noticed

像一首诗一样生活吧 / 208

Life is like a poem

在晴朗的春天，你要尽情感受它的柔情 / 209

Feel the tenderness of spring

幸福没有悬挂招牌 / 211

Happiness is vacillate

当你爱时，请享受这爱 / 212

When you love, please enjoy the love



Part1

倾|其|所|有|去|生|活
LIVE WITH ALL YOU HAVE



艰难的日子好比头上的乌云，总有一天会过去

SOMEDAY EVERYTHING IS GOING TO BE BETTER

3

那是一个秋日的上午，我与丈夫刚刚搬入第一幢属于我们自己的房子。向窗外望去，我看到父亲正在前院的草坪上神秘兮兮地忙碌着。我的父母就住在附近，听说我们搬家，父亲经常跑过来帮忙。“你在那里忙什么呢？”我高声问道。

他笑着抬起头来：“我要给你一个惊喜。”那一天我一再追问，父亲却不愿透露详情，也因为我正忙着整理新居，最后就将父亲的惊喜忘到了脑后。

直到隔年的3月初，在一个天色阴沉、浓云密布的日子，我站在窗前望着草坪上仍然散落着的一片片不再洁白的积雪，无奈地在心中想着：这严冬为何还迟迟不肯离去呢？

突然我看到一堆积雪上竟神奇地浮现出一抹粉红，难道是我产生了幻觉吗？我瞪大了眼睛仔细察看，在院子的另一边分明还有一点淡蓝，它们给沉寂已久的大地增添了生气。我拿起外套急不可待地要跑出去看个究竟。原来那是一些藏红花，错落有致地散布在前院的草地上，有藕荷色的、淡蓝色的、浅黄色的和我最喜欢的粉红色，娇小的花朵在凛冽的寒风中摇摆。这一定就是父亲要给我的惊喜吧！他知道冬日的昏暗与凄凉经常会令我的心情抑郁，还有什么比这小花更能适时地带给我一片生机呢？

此后每年的早春，父亲种下的藏红花都会如期开放，而每次藏红花绽放时，我就会常常想起父亲用以鼓励我的那句话：艰难的日子即将过去，坚持下去，不要气馁，光明就要来临。也许是因为疏于管理，过了几年后藏红花开得不如以往那样茂盛了，渐渐的，我们的院子里再也看不到藏红花了。我怀念那有藏红花相伴的日子，但是那一阵子我特别忙碌，加上我对园艺又一窍不通，想叫父亲再重新种一些球茎。但每日被生活的琐事与工作的繁杂所困，最终还是将这件事放在了一边。

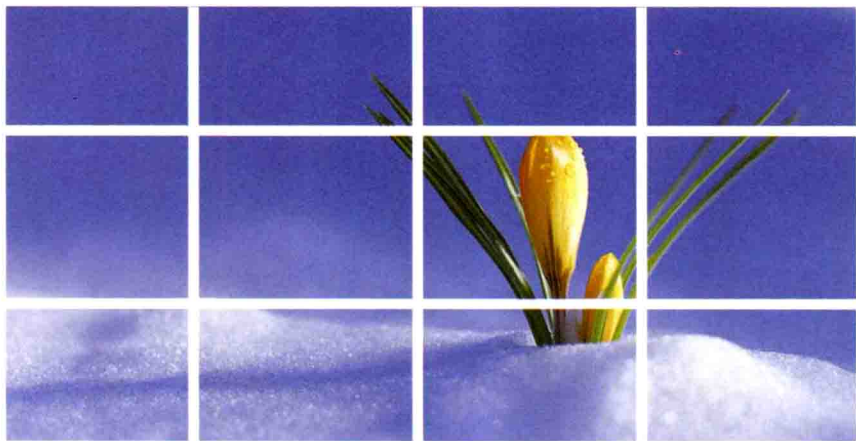
几年之后父亲突然去世，全家人悲痛万分，依赖于坚强的信念，我们才能面对这突如其来的打击。虽然我知道父亲依然会在冥冥之中陪伴着我们，但我仍然格外思念他，想到他今后再也不能给我带来惊喜，再也不能帮我种植那解除抑郁的藏红花，更是伤心不已。

又过了四年，在一个阴沉凄冷的早春午后，我忙完公务开车回家，突然感到自己的心情是那样的沮丧，我知道一定是冬季抑郁症再一次袭来，这似乎已成为每年必经的一段痛苦日子，但这一次我觉得好像还有一些别的原因。

稍后我想起那一天是父亲的生日，不禁又开始追忆起父亲在世时的生活态度以及他一直所秉持的信念。有一次我曾看到他将自己身上的大衣脱下来送给无家可归的人。他还经常会与经过批发商店门前的陌生人聊天，一旦得知他们穷困潦倒，饥寒交迫，便会将他们带回家里饱餐一顿。但此刻我不禁要怀疑，父亲现在的情况如何，他好吗？他现在在什么地方？难道真的会有传说中幸福的天国吗？

但紧接着我又为自己的疑虑产生了一种罪恶感，我意识到有时坚持信念竟是如此的困难。

不知不觉我已经到了家，走下车，我习惯性地扫了一眼那仍然死气沉沉



的草地，但我突然愣住了，就在那泥泞的草地与早已变为灰色的积雪中，迎着凄冷的寒风，赫然挺立着一朵粉红色的藏红花。

而这时距父亲为我种植藏红花已经 18 年之久了呀！这一株球茎怎么会在深埋于泥土之中这么多年后，才发芽开花呢？难道这又是父亲在冥冥之中给我的惊喜吗？难道他是要借这朵小花向我传达某种含义吗？**父亲的话又在耳边回响起来：坚持下去，不要气馁，光明就要来临。**我激动得泪水模糊了双眼。

那朵粉红色的藏红花虽然仅仅绽放了一天，却坚定了我终生的信念。

——选自美国作家琼·安德森詹妮《雪中花》

