

庞涵颖 等著

如果你害怕失去所拥有的，

如果你坚信，生命契约里不该包含困境与伤痛，

那么，当你看到遭受重创的日本，

一片面包要分给一家三口吃，

只分到半个冷饭团和一小碗味增汤的灾民，

仍是鞠躬感谢时，

你是不是会有另一番领悟呢？

明天先到，或是变数先来，没有人知道，

但可以确定的是，光是好好活着，见到同样的人，

就是人生最美好的拥有。

就算失去一切， 我也要勇敢活下去

让你走过生命幽谷，也能喜悦无惧的，则寓言小故事



JIUSUAN
SHIQU YIQIE, WOYAYAO
YONGGAN
HUOXIAQU



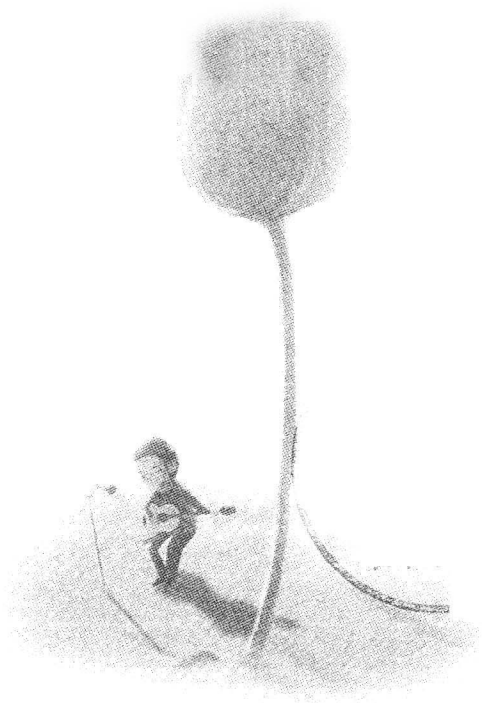
长江出版传媒

长江文艺出版社

就算失去一切， 我也要勇敢活下去

庞涵颖 等著

让你走过生命幽谷，也能喜悦无惧的88则寓言小故事



长江出版传媒

长江文艺出版社

新出图证(鄂)字03号

图书在版编目(CIP)数据

就算失去一切,我也要勇敢活下去 / 庞涵颖 等著

武汉: 长江文艺出版社, 2013.3

(励志馆)

ISBN 978—7—5354—5633—5

I. 就… II. 庞… III. 故事—作品集—中国—当代 IV. I247.8

中国版本图书馆CIP数据核字(2012)第108023号

本著作物经厦门墨客知识产权代理有限公司代理, 由松果体智慧整合行销有限公司授权, 在中国大陆出版、发行中文简体字版本。

责任编辑: 高程阮孙

责任校对: 陈 琪

封面设计: 异一设计

责任印制: 左 怡 邱 莉

出版:  **长江出版传媒**  **长江文艺出版社**

地址: 武汉市雄楚大街268号 邮编: 430070

发行: 长江文艺出版社

电话: 027—87679360

<http://www.cjlap.com>

印刷: 枝江金汇包装印务有限公司

开本: 880毫米×1280毫米 1/32 印张: 7.125

版次: 2013年3月第1版 2013年3月第1次印刷

字数: 102千字

定价: 26.00元

版权所有, 盗版必究(举报电话: 027—87679308 87679310)

(图书出现印装问题, 本社负责调换)

只要灵魂的一脚还留在不愉快的过去里，就无法真正接受
下一个新的生活。

——日本疗愈作家吉本芭娜娜

在低潮时品味人生,为下次的高潮暖身

本书接近截稿时,日本东北发生了里氏规模九的大地震,是日本战后以来最大规模的灾难,在这次震灾中,很多赴灾区采访的人都发现:即使面对如此巨创深痛,却很少见到哭泣、自怨自艾者,也没有吵闹和失序;更没有强烈的指责和攻击,只有不断传出感谢的声音及温馨的故事。

一位落魄的灾民,在车站等得又冷又疲惫时,一位无家可归的流浪者,竟然大方地送他一个御寒用的纸皮箱,令他流下惊讶又感动的眼泪,明明是一直受他冷眼的人,却在他最困顿的时候,付出其所有的温暖!

不仅如此,还有灾民彼此间不时相互鼓励:避难所的一位爷爷,正感叹今后会怎样时,旁边一位高中生安抚他说:“没问题,等我长大了,我们一定会让一切返还原样的。”

日本人遇灾后的沉着反应及无私温情,值得我们钦佩与学习,他们同时也是此书主旨的最佳实践者,他们的勇敢,启发我们:“遇到困境时,没关系!还不到绝望,就拥有未来!”



每年都会安排出国自助旅行的我，刚好在这次灾难发生时，第四度踏上日本，虽然所到之处，离灾区很远，但搞不清楚我到日本哪里旅行的父亲，在台湾听闻日本灾变的新闻后，立刻冲回家，抱着母亲嚎啕大哭，接着又心急如焚地拨电话给政府相关单位，向他们哭诉，请求协助……没想到日本的灾难，让原本疏离的亲子关系，在此刻重新靠拢，回到最初。

想起曾经看过一个动人的故事：

有一对恩爱的夫妇，在婚后十一年喜获麟儿，这个男孩是两人的至宝。

男孩两岁时，丈夫在出门上班之际，看到桌上有一罐药瓶打开了，不过因为赶时间，只扬声要妻子将药瓶收好，然后就去上班了。妻子在厨房忙得团团转，忘了丈夫的叮嘱；男孩拿起药瓶，觉得好奇，于是一饮而尽；药水的成分很厉害，男孩因服药过量，送到医院后，已回天乏术。

妻子吓呆了，不知如何面对丈夫；丈夫赶到医院，得知噩耗非常伤心，看看儿子的尸体之后，转向妻子，跟她说：“I love you, darling!”原本自责到想要轻生的妻子，听了丈夫的话再度勇敢起来，两人一起携手扶持、面对新生活……原来，面对不幸的事，选择放下怨恨与惧怕，勇敢地活下去，结果就会迥然不同。

有位知名艺人曾说过：“高潮时享受掌声，低潮时享受人

生。”多么积极圆融的想法啊！高潮时生活自然挥洒自如，低潮时难免手足失措；若无法享受人生，也许可以从“享受学习”开始，为迎接下一次高潮做好最佳准备。

也许您现在正面临难以承受的困境，但别忘了，您并不孤独，日本疗愈系作家吉本芭娜娜就曾说过：“任何一条以为只有自己踽踽独行的路，都是有人来往的路。”

就将现在的低潮，当做是为下一次高潮的暖身吧！衷心希望这本书能带给这一刻遭遇困难的您，在下一刻拥有脱胎换骨的力量，并以全新的心境迎向未来。

祝福你们！



目 录 / CONTENTES

PART 1

才是真正拥有
能够活在当下，

- 伯乐在哪里？ / 030
- 网友的真心大考验 / 027
- 糟糠之妻与小三 / 024
- 医院里的情人 / 021
- 这一次我一定听你的 / 018
- 赌王的下注密码 / 015
- 最动人的母亲节礼物 / 012
- 不一样的拾荒老人 / 009
- 最有效的处方笺 / 006
- 幸福的哑巴 / 003

在低潮时品味人生，
为下次的高潮热身 / 001



最平静的境界 / 072

神秘的生日礼物 / 069

勇敢为真理发声 / 066

一切只是误会 / 063

是失去也是获得 / 060

当英雄路过，总要有**人鼓掌** / 057

待嫁女儿的粗心 / 054

『富有』的应征者 / 051

美丽的误会 / 048

不会凋谢的樱花 / 045

言语的秘方 / 042

不敢实现的心愿 / 039

跑得最慢的跑车 / 036

美味的樱桃 / 033

就算失去一切，

我也要**勇敢**活下去

PART 2

是一起成长的
失去和拥有，
双胞胎

连小朋友都懂的道理 / 077

下下签 / 080

管理者与工程师 / 083

企业与人生 / 086

在死神的目光里 / 089

蒙住眼睛的布 / 092

孩子是映照父母的镜子 / 095

成为大厨的关键 / 098

驾训班的故事 / 101

老王的养生偏方 / 104

船夫的哲学 / 107



PART 3

充满挑剔的爱情 / 142

完美与残缺只有一线之隔 / 139

愈能看清内在的自己
处境愈艰难，

爱的勇气 / 134

失去就不会再有损失 / 131

改变人生的拼图课 / 128

现在的我没有遗憾 / 125

买菜的女司机 / 122

忍受痛苦的人 / 119

一对兄妹的故事 / 116

坎坷的梦 / 113

人生从来不是玫瑰花田 / 110

就算失去一切，

004

我也要勇敢活下去

水杯里的石头 / 184
不停旋转的芭蕾舞鞋 / 181
人生契约没有放弃的选项 / 178
你可以选择不要被伤害 / 175
听到坏消息的好朋友 / 172
别人的爸爸比较好? / 169
鸟园的新邻居 / 166
一道『先人为主』的数学题 / 163
聚宝葫芦的奇迹 / 160
生命就像短暂盛开的花朵 / 157
妈妈的插花经 / 154
不一样的钓客 / 151
外婆的秘密 / 148
放手面对伤痛 / 145



懂得付出，才能有所获得 / 208

放手才能看见不同的风景 / 206

改变整座公园的老狗 / 202

昆虫留下的珍贵礼物 / 199

换个角度才能改变自己 / 196

最有价值的玻璃屋 / 193

勇士的致胜秘诀 / 190

免费的葱爆猪柳 / 187

就算失去一切，

我也要勇敢活下去

PART 1

能够活在当下，才是真正拥有



01 幸福的哑巴

给比取更幸福；

爱要比被爱更美妙、更使人幸福。

——德国小说家 保罗·海塞

一位清秀可人的女子，经营一家糕饼店，每天都会亲手制作美味的糕点，她的手艺出众，加上她喜欢和客人聊天，因此生意非常兴隆，女子生活得很快乐！

面粉商派了一位新业务员来送货，女子很热情地向他打招呼，但他表情严肃且不说话，只是按照货单上的数目清点完后就走了，女子感到很受伤。后来才知道他在一次事故中伤到了声带，之后就不能说话了。

隔天，女子不小心被烤箱烫到，业务员来送货时，看到她受伤，便开始帮她搬东西，将东西归位，并清理善后。女子写



纸条向他道谢，那天之后，彼此的距离拉近许多。渐渐地，业务员变得比较开朗，和女子展开笔谈，两人成为好友。

过了半年，女孩发现自己爱上业务员，她利用业务员生日当天向他告白，结果业务员严肃地写纸条告诉她：“我不能毁了你一生的幸福，请原谅！”女子看完，潸然泪下。

没多久，女子罹患奇怪的病，关店休息几天后，突然不能开口说话。女子写纸条告诉业务员：“医生说我的病，不小心伤到声带了。”业务员为女子发生和他相同的遭遇，感到惋惜，改变以往的冷淡态度，开始对她怜爱有加。女子也开始了用笔与人交流的生活，周围的人都为她感到可惜。

终于有一天，业务员向女子求婚，并发誓一辈子爱她，女孩听完，高兴得泪流满面。

婚后，业务员和女子一起经营糕饼店，生意愈做愈大，并成功地扩张加盟店，生活愈加幸福美满。

直到结婚二十周年纪念日那一天，业务员去挑选礼物时，回程途中不幸遭遇车祸。他被送进医院宣告不治时，女子扑在他身上，哇哇大哭起来，并大喊着他的名字，众人听到她开口说话都非常愕然。

女子难过地对死去的丈夫说：“你走了，我就没有必要再假装哑巴了。”大家这才恍然大悟，原来女子为了让业务员接

就算失去一切。