

Enjoy Yourself

# 善待自己

It was then that I realized that life is not always based on the answers we receive, but also on the questions that we ask.

穿越岁月的丛林

Through The Jungle Of The Life

*Enjoying life for all it holds instead  
of holding out for all it has yet to become*

人民日报出版社



*Enjoy Yourself*

# 善待自己

穿越岁月的丛林

Through The Jungle Of The Life

人民日報出版社

**图书在版编目 (C I P) 数据**

穿越岁月的丛林 / 墨雪主编. — 北京: 人民日报出版社,  
2007.12

(善待自己)

ISBN 978-7-80208-575-6

I. 穿… II. 墨… III. 散文—作品集—世界 IV. I16

中国版本图书馆CIP数据核字 (2007) 第158282号

**书 名: 善待自己**

---

**编 者: 墨 雪**

**责任编辑: 安 申**

**封面设计: 弘文馆·许 鹏**

---

**出版发行: 人民日报出版社**

**地 址: 北京金台西路2号**

**邮 编: 100733**

**发行热线: (010) 65369527 65369529**

**经 销: 全国新华书店**

**印 刷: 三河市华晨印务有限公司**

---

**开 本: 32开**

**字 数: 700千字**

**印 张: 46.875**

**印 数: 1—8000**

**印 次: 2007年 10月第 1 版**

**2007年 10月第 1 次印刷**

---

**书 号: ISBN 978-7-80208-575-6**

**定 价: 75.00元 (全五册)**

## 篇首语

### 生活是一种态度

一天,一个富人带着年幼的儿子去乡村旅行,想让他看看什么叫穷人。他们在一穷户家待了一天一夜。回来后,父亲问儿子:“这次旅行感觉怎样?”

“很好啊,爸爸!”

“你知道穷人有多穷了吗?”父亲问道。

“知道啊。”

“那你都知道了些什么?”

孩子答道:“我发现,我们家只有一只狗,他们却有四只;我们的池子只延伸到花园中部,他们的小河望不到边;我们在花园里安了灯,他们用星星



就可以照明；我们的天井接着前院，他们的却无边无际。”

小男孩说完，他父亲哑口无言。

小男孩补充道：“谢谢您，爸爸，您让我知道了我们有多贫穷！”

一切都取决于个人看待问题的方式，不是吗？如果我们拥有爱、朋友、家庭、健康、幽默和积极的生活态度，我们就拥有了一切！

## CHAPTER 1

### 生活中的小小惊喜

珍惜生活/3

生活/6

你生活中的人们/8

生活的艺术/10

生活半对半/13

生活的旋律/16

生活本身就是一种礼物/18



生活中的小小惊喜/20

生活的启示/22

生活小悟/25

岁月的便条/27

热爱生活/31

生命的波纹/32

人生的经验/34

感悟生活/36

生命的启示/38



## CHAPTER 2

### 生命让我如此美丽

情人节的故事/43

幸福之道/47

人生不是一次彩排/50

竹子的启示/52

幼儿园里所学的……/54

爱因斯坦谈人生/56

我曾得到过的最好忠告/59

美丽人生/63

改变我一生的七个字/67

快乐之门/69

我们对幸福的追求/71

生活的道路/75

我们在旅途中/76

理想与幸福/78

看不见的爱/80

完美的照片/83

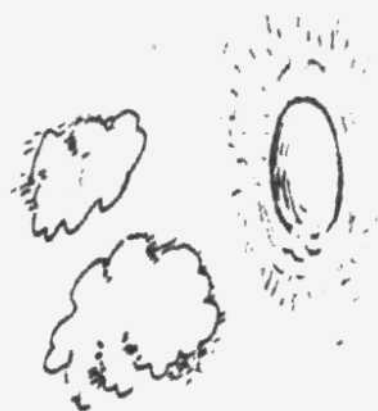
生命的礼物/86



## CHAPTER3

### 生活是一所全日制学校

- 生活的简单规则/93
- 有责任才有尊重/95
- 生命的潜力/97
- 生命的炸药/100
- 掌握你的人生/102
- 怎样对付遇到的不幸/107
- 一次教训/110
- 不要做别人的影子和回声/113
- 生活是一所全日制学校/116
- 没有错误,只有教训/118
- 愤世嫉俗不能解决问题/120
- 扮演好自己的角色/122
- 记住自己的责任/130
- 言出必行/137
- 生活给我上的一课/140
- 学会生活在此时此刻/143
- 创造婚姻奇迹的小小字眼/145
- 种植幸福的三个步骤/147
- 死神也怕咬紧牙关/149
- 永远在变/151
- 帆/154
- 我为何而生/155





## CHAPTER 4

### 生活是一种态度

最后一片落叶/159

幸福快乐/168

伤害只写在沙地上/171

论宁静的心境/173

一贫如洗/175

论理性与热情/176

人生没有乞丐/178

工作的益处/180

把握生命的分分秒秒/182

工作和娱乐/184

如果我休息,我就会生锈/186

人生絮语/188

体验生活/191

生活的写意/193

假如我们原谅上帝/195

生命/199

生命的转变/201

从不说他做不到/203

敬业/205



## CHAPTER 5

### 生活中感动的瞬间

幸福/209  
生命的过客/211  
追忆似水年华/213  
一种特别又熟悉的感觉/217  
生活中我们最幸福时/219



相扶走过黑暗/221  
我们的好房东/225  
童年往事/227  
妈妈的汤罐/231  
爸爸的腌菜罐/236  
温柔/240  
两个人的早餐/243  
果冻心/246

真正的勇气/250  
奇迹的价格/252  
爱如丝线/255  
两条道路/258  
火车上的少女/260  
老师改变了男孩的人生/264  
溪流垂钓的一天/268  
情理之间/271  
洁白的栀子花/274  
这个座位有人吗/277  
在生活面前/280  
飞蛾之死/284





## CHAPTER 1

# 生活中的小小惊喜

每天的小小惊喜,让我们的生活如此多姿;  
有时候,一个人想要的只是一只可握的手  
和一颗感知的心。

——佚名



## 珍惜生活

获得满足并不是要得到你想要的一切,而要意识到你已经拥有了太多。

曾经在某个时期,你是否觉得生活简直糟透了,并希望自己脱离这个困境?你觉得生命对你来说太艰难,工作艰辛,生活乏味,好像一切都不顺利……

那么,读读下面这个故事,也许会使你对生活的看法有所改观。

我和一个朋友聊天,他告诉我,他做了两份工作,月收入仍只有 1000 元左右,但他还是很开心。我很奇怪,要知道,他必须节衣缩食才能供养年老的父母、岳父母、妻子、两个女儿,以及应付家里的各项开支。

他解释说,他之所以有这么好的心态,是因为他在某国目睹的一件事……几年前,因一次重大的打击,他情绪极端低落,就去那里旅游散心。

他说他亲眼看见一个女人用菜刀切下了她儿子的右手。那位母亲无助的眼神,四岁孩童撕心裂肺地哭嚎,让他至今难忘。



你可能会问,那位母亲为何要这样做?是孩子太顽皮?或者他的手被感染?不,这样做只是因为两个最简单的字眼——乞讨!绝望的母亲故意让孩子残疾,只是为了让孩子能在街上乞讨。

我的朋友吓呆了,他吃了一半的面包掉到地上。几乎是在一瞬间,五六个孩子冲向他那沾满砂粒的面包,相互争夺——这是人饥饿的原始反应。

震惊过后,他让导游开车送他去最近的面包店。他买下了两家面包房所有的面包。面包店的老板惊讶得说不出话来,但仍然很高兴把所有的东西都卖给他。他花了不到100美元,买下了400多块面包。又花了100美元,买了些日常用品。

接着,他把满载面包的货车开到大街上,给儿童(大部分是残疾人)和一些大人分发这些面包和日用品。这些不幸的人纷纷报以欢呼和鞠躬。有生以来,他第一次如此惊异:人可以为了一块不足两毛五分钱的面包而放弃自己的尊严。

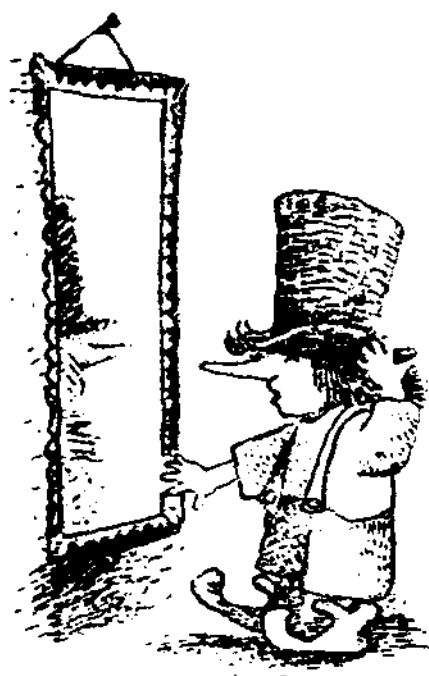
他开始觉得自己很幸运——完整的躯体、体面的工作,衣食无忧,以及拥有面前这些人所没有的东西……

听他这么一说,我也感同身受!我的生活真的如此不堪吗?也许……不,我完全不该觉得糟糕……你呢?如果下次你觉得日子过不下去了,就想想那个为了乞讨而失去一只手的孩子吧。“获得满足并不是要得到你想要的一切,而要意识到你已经

拥有了太多。”

这道幸福之门关上时，那一道就会打开，但我们往往只看到关上了的这道门，而没有看到开启的那道。的确，我们不知道珍惜已经拥有的一切，只是在失去后，才知道其可贵。

佚名



# 生活

只要你选择了触动他人的心灵,这些选择便是生活的全部。

生活不是积分。

你有多少朋友或你受大家欢迎的程度与它无关。

这个周末你是有安排还是独自度过也与它无关。

你现在正与谁约会,你曾经与谁约会,你曾与多少人约会,或者你从未与谁约会,都与它无关。

你曾吻过谁,与它无关。

它也无关两性问题。

它不是关于谁是你的家人,

或者他们有多少钱,

或者你开哪种车。

或者你在哪上学。

你有多漂亮或多丑陋与它无关。

或者,你穿什么样的衣服,有什么样的鞋子,听哪种类型的音乐,都跟它无关。

你的头发是金色、红色、黑色或者棕色,或者你的肤色太白还是太黑,都与它无关。

你得了多少分,你有多聪明,别人认为你有多

聪明,或者智力标准测试告诉你有多聪明,与它无关。

它不是把你各方面的情况写在一张纸上,然后看谁会“接受书面上的你”,它不仅是这样。

但是,生活是关于你爱谁和你伤害了谁的问题。

它是关于你故意逗谁开心或惹谁生气。

它是关于遵守诺言或者背信弃义。

它是关于友谊,是把友谊当作一种圣洁还是利用的武器。

它是关于你所说的及其用意,也许使人痛苦,也许振奋人心。

它是关于散布谣言和捏造谈资。

它是关于你做出的判断及其原由,还有,你对谁做出的判断。

它是关于你对谁带着绝对控制和某些意图的忽视。

它是关于嫉妒、恐惧、愚昧和报复。

它是关于内心深处的恨和爱,释怀和蔓延。

但最重要的是,它是关于你的生活使他人的心灵受到触动还是毒害,这样你的心不再独自悲欢。

只要你选择了触动他人的心灵,这些选择便是生活的全部。

佚名

