

给无数困厄中的人们不竭的信心和勇气

It's Not About the Bike

7-6
重返艳阳下

My Journey Back to Life

——阿姆斯特朗自传

路旦俊 译

湖南文艺出版社

重返艳阳下

——阿姆斯特朗自传

[美国] 兰斯·阿姆斯特朗 著
萨利·詹金斯
路旦俊 译

湖南文艺出版社

图书在版编目(CIP)数据

重返艳阳下:阿姆斯特朗自传/(美)阿姆斯特朗著;
路旦俊译.-长沙:湖南文艺出版社,2004.8
(奔跑者丛书)
书名原文:It's Not About the Bike My Journey Back to Life
ISBN 7-5404-3280-2

I.重... II.①阿...②路... III.阿姆斯特朗,L.-自传 IV.K837.125.47

中国版本图书馆CIP数据核字(2004)第080249号

Copyright © 2004 by Hunan Literature & Art Publishing House

Original English language edition Copyright © 2000 by Lance Armstrong.

All rights reserved including the right of reproduction in whole or in part in any form.

This edition published by arrangement with G.P. Putnam's Sons, a member of Penguin Group (USA) Inc.

外版图书登记号 图字:18-2003-130号

重返艳阳下——阿姆斯特朗自传

作 者 / [美国]兰斯·阿姆斯特朗 / 萨利·詹金斯
译 者 / 路旦俊 封面设计 / 许东海
责任编辑 / 唐 明 书 装 设计 / 吴学军
印务总监 / 邓华强 排版制作 / 长沙零点文化传播有限公司

湖南文艺出版社出版、发行

(长沙市雨花大道2号 邮编:410014)

湖南省新华书店经销

湖南新华精品印务有限公司承印

2004年8月第1版第1次印刷

开本 / 970 × 640 毫米 1/16

印张 / 19.75

印数 / 1-15000

ISBN 7-5404-3280-2/J·903

定价 / 23.80元

本书献给：

我母亲琳达，是她让我懂得了什么是真正的冠军

基克，她使我成了一个完整的人

生活给我最伟大的礼物——路克，他在一刹那使环法自行车赛显得非常渺小

我所有的医生和护士

吉姆·奥楚维茨，为他每天花在我身上的点点滴滴……

我的队友：凯文、弗兰基、泰勒、乔治和克里斯蒂安

约翰·布鲁伊尼尔

我的赞助商

克里斯·卡米卡尔

比尔·斯泰普顿，感谢他时刻给我的支持

我的顾问斯蒂夫·沃尔夫

帕特·奈格斯，男人中的男人

JT. 尼尔，最坚强的癌症病人

凯莉·戴维森，一位非常特殊的小个子女士

汤姆·威瑟尔

杰夫·加威全家

兰斯·阿姆斯特朗基金会的全体人员

奥斯丁、布尼、圣巴拉和尼斯四座城市

萨莉·詹金斯，我们相识是为了写一本书，结果你渐渐成了我的一位亲密朋友

序一

自行车上的奇迹

健康是 21 世纪最热门的话题，是人生最大的财富。健康的 15%在父母，17%在环境，3%在医生，60%在自己的手里。如果深刻领悟这一真理。那么，你的生活和生命将永远充满阳光，你将永远健康幸福。请读一读下面这个震撼人心的故事。

谁是“兰斯·阿姆斯特朗”？对于这个问题，知道答案的中国人恐怕不会太多。这也算是件有趣的事情：我们拥有全世界最大数量的自行车，却很少听说这个世界上最成功、最著名、可能也是最伟大的自行车运动员。

从医学角度看，他的心脏比常人大 1/3，他的心跳速率是 35 次，他的脂肪只占身体的 4%！他确是不平常的。

但是，如果是仅仅是这样，他也不过是个拥有非凡天赋的优秀运动员罢了。然而，老天给了他不同于常人的天份，也给了他不同于常人的苦难：1996 年，在他 25 岁的时候，在一个运动员的黄金年龄，他罹患睾丸癌，并切除了一个睾丸！最顶尖的医学专家认定他恢复的希望只有 20%，能像常人那样过比较正常的生活已经是个奢求，至于继续运动生涯，更是天方夜谭。

3 年后，他不仅活着，还重新骑上他梦想的自行车，出现在 1999 年环法自行车赛的起点。世界上最艰险、也是最著名的自行车赛，是环法自行车赛，整个赛程环绕法国一圈，穿越阿尔卑斯山

和比利牛斯山,这是有着百年历史的比赛,是对技巧、力量、勇气和毅力的全方位考验,被看作是自行车运动的“皇冠”,也是整个人类体育中的一个极限式的挑战。

这已经是医学上的奇迹。但更大的奇迹还在后面:在复出后的第一年,他就夺得了环法大赛的冠军!2000,2001,2002,2003,他在此后连战连捷,一共五次夺得环法大赛的冠军!就在我为这本关于他的传记写序的时候,他仍骑行在2004年环法大赛的行列中,名列前茅。不仅如此,也许,在生命价值的意义上,他取得的另一项成就更为伟大!在经受了种种治疗乃至切除睾丸的手术之后,他还生了3个孩子。

阿姆斯特朗的影响已经远远超过了体育的范畴。这个人的存在,促使人们去思考更深层次的问题:生命,究竟具有多大的潜力?健康,衡量的标准到底是什么?

我们经常把健康的希望寄托在很多外部的东西上面:新药啊,进补啊,秘方啊……诸如此类。我们恰恰忽略了最能保佑自身健康的,就是我们自己的生命里蕴藏着的巨大能量。正如2400年前古希腊名医希波克拉底所指出:“病人的本能就是病人的医生,而医生只是帮助本能的”,所以“最好的医生是自己”。无数的例子在证明着,最平凡简单的生活和生命里就有着最深邃的力量,只要我们能够去掌握它。同时,“健康”的标准也并不仅仅是很多人想象的那样,是强健的肌肉或是“从不吃药打针”,而是身体和心灵的平衡与和谐。

阿姆斯特朗的运动天赋和成就是我们无法企及的,但他的历程可以教给我们很多很多。这本《重返艳阳下》,我郑重地推荐给大家,你一定能从中领悟到生命的真谛、珍贵,生活的希望与力量,你一定会获益匪浅。

1. 世. 02. 克
06. 7. 23

序二

“癌症长到了我身体最好的地方”

几经回忆，我也想不起来自己是什么时候知晓阿姆斯特朗的传奇故事，也许是2000年悉尼奥运会前吧，其实也只不过是知道的了睾丸癌并发症的他重新回到赛场，并不停地在夺得冠军，细节几乎一无所知。在悉尼的国际广播电视中心里，我曾经指着电视转播中的阿姆斯特朗向周围的同事说过，“这哥们儿不容易，得了癌症还拼呢”，并没有引起任何的惊奇，一块与中国人无关的铜牌在当时是不会掀起我们心里任何波澜的。那时我并不知道癌症已经夺去了他的一个睾丸。直到拿到这本我并不陌生的书，匆匆读过之后，才知晓了这个传奇故事的所有细节。之所以说对这本书不陌生，是因为我经常会到AMAZON购书网站上逡巡，关注着每一本有关体育的新书，如今在我的家里，原版的英文体育书籍已经近100本了，每一次打开AMAZON都会看到有关阿姆斯特朗的那两本书始终位列热销榜之中，去年曾有一次把《It's Not About the Bike My Journey Back to Life》放到了购买书单上，但最后还是被我拿下了，现在想来恐怕是担心自己根本没有时间回去看这本书，买了也不过是置于架上。买书的目的实在是功利了，买足球、体育和传媒的书就是想让自己始终能把握世界体育传媒发展的脉动，由此错失了分享阿姆斯特朗人生经历的机会，如果这本书不是在国内翻译出版的话，对于阿姆斯特朗的了解也只不过限

于简单的“癌症”一词罢了。

去年，中国众多的专业和业余登山高手奋力冲击珠峰，电视直播热热闹闹，原本有机会参与其间的报道，最终失之交臂，但在此之前的短暂介入时，我颇为不解地问过这样一个问题：“我知道登山的人都上瘾，我真不理解那是为什么？不是找罪受吗？”我得到的答案很简单，“每个人的遗传基因不同，有的人身体就是有着强烈的登山基因，前世就已注定”。我深信不疑地接受了这个解释，并认定登山的人是幸福的，因为他们肯定听到了自己身体里的声音并实践了。包括我在内，是不是至今还没有听到自己DNA的声音呢，或者一再被我们所忽略。我想阿姆斯特朗就应该是有着强烈自行车DNA的人吧，可是在他孩提时代如果小镇上没有那家自行车商店，没有那个乐善好施的商店老板，如今的阿姆斯特朗会是在经历怎样的人生呢？当然，这一切都有可能是上天注定，不是在这个小镇上，也许与自行车之缘就会发生在他们母子的某一次迁徙之旅中。

虽然，CCTV对于环法大赛的全面报道已经有三年了，但是对于阿姆斯特朗的形象，只有读到这本书之后，我才仔细在电视上去追寻他，出乎我的意料，他是那么的“瘦小”，这恐怕是来自于他那只有1米58的母亲的遗传。虽然只能看到他线条简洁、岩石颜色的脸，但我可以想象包裹在赛车服里的身体同样会是坚硬，可以抵抗欧洲崎岖山路上的细雨和沙尘，甚至是一次又一次的飞来车祸。这样的身体属于标准的野外运动参与者的，本没有什么奇怪，我也不想在脑海里时刻为他打上“抗癌明星”的标签，尽管情况的确如此。我更愿意把他当成一个不容易的男人，他在捍卫自己生命的同时，也成功地延续了自己所钟爱的生活方式，获得的不仅是荣耀，在我看来更多的是尊严。在书里，阿姆斯特朗毫无保留地为我们记述了他面对癌症曾经有过的焦躁、怯懦和恐惧，他对癌症的解释十分精到——“人们之所以惧怕癌症，那是因为它慢慢地折磨你，让你丧失健康和信心，这个过程是相当残酷

的”。我很喜欢这本书第五章的名字——《与癌症的对话》，与癌症当然是抗争，正如阿姆斯特朗所言，“不知道化疗是先杀死癌症还是先杀死我自己”，但劫难之后，文字的描述所选用的用词是对话是交流，细腻的描述当然不是出自阿姆斯特朗本人的笔触，他是用车轮来撰写人生的。但这仍然准确表现了阿姆斯特朗求生过程中的那一份从容和笃定，只有真面对过生死的人才会如此表述吧。看着这一章的时候，我想的最多的是，面对疾病和灾难，有很多人会站出来帮助你，但更多的时候，你是要一个人面对的，你种感受才是残酷。如果我日后也许面对疾病和生死的时候，我自己能否会有尊严去面对。

这本将近 300 页的书读起来并不累，专注一点的话，一两天便可以读完。每个都会有着自己的感受，会记住种种细节。我初拿到这本书的时候，封面和封底足足看了有 10 分钟，关于他的终老梦想自然是很吸引人，我会记一辈子的。但看完这本书之后，我又注意到了封底上关于阿姆斯特朗的六种身份定位，原书自上而下的排列顺序是：环法冠军、癌症幸存者、丈夫、父亲、儿子、人。这当然是商业化卖点的自然顺序，但更愿意按着相反的顺序去接近这个正在为连续第六次夺取环法冠军而在法国山路上骑行的美国人，不知道各位读者以为如何。

对了！本序的标题是阿姆斯特朗对于自己癌症部位的描述，再看到他的时候，想起这句话，您也会会心一笑吧。

A handwritten signature in black ink, appearing to be the name '程斌' (Cheng Bin), written in a cursive style.

目 录

1 癌症确诊前后 001

我不是在说笑话。现在有两个兰斯·阿姆斯特朗,癌症前的阿姆斯特朗和癌症后的阿姆斯特朗。大家最喜欢问的一个问题是:“癌症如何改变了你?”可真正的问题是癌症如何没有改变我。我1996年10月2日离开家时是一个人,回到家时成了另一个人。

真相是癌症是发生在我身上的最好的东西。我不知道.....

我惟一能做的只有把所发生的一切告诉大家。

2 起点 015

要把人生中的每一道坎看作一个机会。

从我诞生的第一天起,每个人都对她说我们决不会有任何出息.....

3 我不会在门口挡住我妈妈 041

我参加的第一项赛事是“圣塞巴斯蒂安经典赛”,它是一项极度考验车手的赛事,残酷得恶名远扬。50位选手退出了比赛,但我继续骑着。我成了111名选手中的最后一名。

你干吗不退出比赛呢?

儿子,你从来不退出。

世界锦标赛结束后,大家又是庆祝又是举行颁奖仪式,现场一片混乱。就在这时,一位皇家礼仪官走过来告诉我,挪威的哈罗德德国王要接见自行车赛史上最年轻的世界冠军。我和

妈妈来到一扇门前，国王就等在里面亲自接见我。一位警卫拦住了我们。“她必须留在这里，”皇家礼仪官说，“国王只接见你一个人。”

“我从不把母亲挡在门外，”我说。

4 雪上加霜 071

坏消息似乎在接二连三地到来：已经转移到了肺部；已经是第三期；你没有医疗保险；现在已经转移到了脑子里。

我要活下去，但我是否能够活下去却是个谜。就在面对……

5 与癌症的对话 096

如果没有信念，我们在这世上的每一天都会与恐惧相伴。我现在知道人们为什么害怕癌症了：因为那是一种缓慢而又无法避免的死亡，是厌世和颓废的化身。

我躺在那里，听着我朋友们的喃喃私语，心头涌起两种对立的情感。首先，我心头充满了深深的感激之情，但接着便是汹涌澎湃的第二种感情——愤怒。第二种感情波涛与第一种感情波涛交融在一起，就像两股波浪在互相冲撞。

6 化疗 124

问题是化疗究竟会杀死谁，是我还是癌症？

具有讽刺意义的是，我的感觉越糟，我的病情也就越好。

我开始感到自己像是赢得了与疾病较量的胜利，这让我恢复了在赛场上争强好斗的天性。我想彻底战胜癌症，就像我在爬坡时战胜所有其他对手一样。我处于领先地位。

我在得病之前并不热爱自行车。

我真正意识到拉·特蕾丝是天使，是在化疗最后一个疗程快要结束的一个晚上。我侧身躺在床上，迷迷糊糊地边打着瞌睡边看着化疗药物一点一滴地慢慢进入我的体内。拉·特蕾丝坐在我身旁陪我，尽管我虚弱得连话都说不出来。

“兰斯，”她柔声说，“我希望我将来只是你想象中的意念。我希望在你需要我的时候能够帮助你，然后我希望我永远从你的生活中消失。”

7 基克 154

爱情和癌症很难搅合到一起,但在我身上,它们却几乎同时出现。

我仍然无法断定我的身体会发生什么样的变化,不知道我还剩下多少时光,不知道是一天还是两年还是永远。活一天快乐一天吧。

我四处碰壁,遇到的人不是已经完全对我失去了信心,便是认为我已经今非昔比。

8 生存期 182

如果你在极端恐惧中生活了整整一年,而且天天担心会离开人世,那么你会觉得自己有资格永远在休假中度过余生。

我现在知道,从癌症中幸存下来不仅仅牵涉到身体的康复。我的心和我的灵魂也需要康复。

我又看了一眼车轮下的路面,看了一眼从轮胎上飞出的水珠,以及飞速转动的轮辐。我又看到了更多的已经淡化的字迹,看到了被雨水冲得已经模糊的我的名字:加油,阿姆斯特朗。

“宝贝,你怀孕了。”我放声大笑,接着我们两个人又都哭了起来。

“要骑得像风一样快。”基克对我说,“阿姆斯特朗爸爸得养家糊口了。”

9 环法赛 214

当你骑在车上爬坡时,一分钟会像一个月那么长,所以没有多少比赛显得像环法赛那么漫长。

但我不停地摔下车。

1999年自行车赛季刚开始时,我几乎一败涂地。

我的队友们每天都骑在我的前面,保护我不受到风、撞车、其他竞争对手和其他危险的干扰。

任何身穿黄色领骑衫的车手都会被人怀疑使用了违禁药品,这几乎已经成了一种惯例。

说来也怪,比赛结束前的最后10圈冲刺居然毫无刺激,没有任何高潮,我只是尽量避免在这种时刻撞车。接着,我冲过了终点线。一切终于变成了现实。我终于成了冠军。

但我觉得黄色领骑衫上惟一属于我的是拉链，是很小的一部分。黄色领骑衫的其余部分，无论是衣袖、前胸还是后背，都属于我的队友们。

10 麦片盒 259

如果你要我在征服环法赛和征服癌症之间做一个选择，我一定会选择癌症。

时刻萦绕在我心头的一个问题是：我幸运地活了下来，其中有多少是我个人的因素，有多少是科学的成就，有多少是奇迹？

我将终身牢记癌症教会我的一切，永远觉得我是癌症群体的一员。我相信我有责任让我的人生比以前更辉煌，有义务去帮助其他与癌症抗争的我的同类。

我会想到我的儿子——我第二次生命的象征——是他给了我新的生活目的，不再以我自己为中心。

11 再创奇迹 271

我蜷作一团躺在那里，飞快地瞥了一眼自己的胳膊和长腿，看看是不是断了。

要想完全明白一个爬坡赛段，你就得知道自己在什么地方感觉最困难，需要全力以赴；什么地方可以稍稍休息一下；什么地方可以冲刺。

在得了癌症之后，我需要不同的感情补充，不仅仅只是愤怒。癌症迫使我对生活有了计划，而这个计划又教会我如何去为每一个更小的目标去制定计划，就像对待环法赛的每个赛段一样。

癌症也教会了我如何去对付失败。它教会我一点：人有时候会失去一些东西，如健康、一个家或过去的自我，但这些在人生的轨迹中也有自己的价值。

我们每年都用这一天来庆祝我们的生存。我们提醒自己，大家所说的我战胜癌症是没有道理的。战胜癌症的是药物，是医生们。我只是幸存了下来。我们提醒自己，根据最新的癌症幸存比例，我根本活不了。

附录 291

1 癌症 BEFORE AND AFTER

确诊前后

1

癌症确诊前后

BEFORE AND AFTER

我想活到 100 岁再离开这个世界，而且背上要披着美国国旗，头盔上要配上德克萨斯之星^①，还要骑着自行车、以每小时 75 英里的速度大声喊叫着从高山上冲下来。我要在我那生育能力旺盛的妻子和我的 10 个孩子的掌声中最后一次冲过终点线，然后再躺在法国那些闻名全球的向日葵地里，潇洒地离开这世界，与我曾经被断言令人心酸的英年早逝正好相反。

我不需要慢慢离开这世界。我做任何事都讲究一个快字，哪怕是呼吸。我无论做什么都是快节奏：吃得快，睡得快。每当我妻子克里斯汀开车时我就要急得发疯，因为她只要一看到黄灯就会停车，而我则在一旁坐立不安。

“求你了，别这么婆婆妈妈的，”我对她说。

“兰斯，”她说，“你应该娶一个男人。”

我这一生都是在自行车上度过的。从德克萨斯州奥斯丁市

^① 德克萨斯之星：美国德克萨斯州的州旗和州徽均为一颗孤星。——译注

的偏僻道路，到香榭丽舍大街，我一直幻想自己如果过早离开人世，那也一定是某个牧场主开着他的4缸“道奇”车将我一头撞进沟里。相信我的话，这种事会发生。自行车运动员时刻都在与开大卡车的那些人较量。究竟有多少汽车在多少个国家撞过我多少次，我自己都已经记不清了。我学会了自己拆线：你只需要一把指甲剪，外加坚强的胃。

如果你能看到我赛车服下的躯体，你就会明白我在说什么。我的手臂上有纵横交错的疤痕，大腿上下到处都是斑驳的伤疤，而我还得将大腿上的汗毛剃光。也许那些卡车司机就是为了这个才总想压死我——他们看到我这个像女人的笨男孩后，决定不刹车。但是赛车手必须将身上的汗毛剃掉，因为一旦有碎石头钻进你的皮肤，如果没有汗毛的话，清洗伤口和打绷带都要容易得多。

1分钟前你还在公路上骑着车，1分钟后，“砰”，你脸朝下摔在了尘土中。一股热浪向你袭来，你口腔的上腭品尝到了干燥、充满汽油味的废气。你惟一能做的只有冲着消失在远方的汽车尾灯挥舞拳头。

癌症就像这样。那感觉就像被卡车撞下了公路一样，我身上的伤疤可以证明这一点。我前胸心脏上方有块隆起的伤疤，那就是插导管的地方。一条手术刀疤从右腹股沟一直延伸到大腿根，医生们就是从那里切除了我的睾丸。但真正让我引以为荣的是我头盖骨上的两块深深的半月形伤痕，仿佛我的脑袋被马踢过两次——这些就是脑手术留下的。

25岁那年，我得了睾丸癌，差一点死了。我生存的机会不到40%，而且坦率地说，我的一些大夫做出这样的预测时已经是够宽宏大量的了。我知道，死不是一个大家愿意提及的话题，癌症、脑手术、腰下的那个玩意儿也都不是。但是我在这本书里要说的本来就不是人们喜欢的话题，我只想说出真相。我相信大家一定想知道兰斯·阿姆斯特朗如何成了一位了不起的美国

人，如何成了大家的榜样，如何赢得了环法自行车赛的冠军——这项长达 2290 英里的公路赛被认为是世界上最艰难的单项运动。大家想知道我的信念、我不为大家所知的一面，我那奇迹般的复出，以及我如何与像格雷格·勒芒、米盖尔·安杜兰这样伟大的人物一样永载史册。大家想听我叙述如何骑上诗情画意般的阿尔卑斯山，如何勇敢地征服比利牛斯山脉^①，以及其中的感受。但环法大赛只是本书最微不足道的一部分。

书中的一些内容很难启齿，听别人谈及也很不舒服。所以，我在一开始就得请大家把英雄和奇迹之类的念头放到一边，因为我不是传说中的人物。这不是迪斯尼，也不是好莱坞。我给大家举个例子：我看到报上说我“风驰电掣般地”越过法国的高山峻岭，但实际上你根本无法“风驰电掣般地”骑上一座山丘。你慢慢地、痛苦地挣扎到山顶，如果你非常卖力，也许你能赶在别人之前先到达山顶。

癌症也是这样。身强体壮的人如果得了癌症，便会做出一切努力来对付它，可他们仍然会死。这就是你学到的真理。人总是要死的。只要你明白这一点，其他一切都显得无关紧要，显得微不足道。

我不知道我为什么还活着。我只能猜测。我体格坚强，我的职业教会了我如何与任何艰难险阻相抗争。我喜欢高强度的训练，也喜欢高强度的比赛。这虽然对我有些帮助，虽然至少能给我一个好的开端，但这绝对不是决定因素。我情不自禁地觉得，我战胜癌症只是碰上了好运气。

我 16 岁时曾被邀请到达拉斯的库伯医院接受一个测试。这是个著名的研究机构，也是健身运动革命的发源地。那里的一位大夫测量了我的肺活量，也就是测量我能吸入并使用多少氧气。他说我的测试结果至今仍是他们所测量到的最高的。而且，我产生的乳酸比大多数人少。乳酸是你的身体在你精疲力竭时产生的化学物质——也就是让你肺部难受、双腿酸痛的东西。

① 比利牛斯山脉：欧洲南部，法国与西班牙的天然国界。——译注

西。

简单地说,我能比大多数人承受更多身体上的劳累,而且不像大多数人那样容易感到疲倦。我猜想是这帮助我活了下来。我很幸运——我天生就有超过常人的肺活量,可尽管如此,我许多时候仍然处在无可奈何、让人不舒服的雾团中。

我的疾病让我很丢面子,让我深思,也迫使我用毫不留情的眼光来回顾我的一生。其中有一些令人羞愧的片断:不光彩的事件,未完成任务,软弱,后悔。我不得不反问自己:“如果我活下去,我要做哪一个我?”我发现我还需要学很多东西才能成为一个真正的人。

我不是在说笑话。现在有两个兰斯·阿姆斯特朗,癌症前的阿姆斯特朗和癌症后的阿姆斯特朗。大家最喜欢问的一个问题是:“癌症如何改变了你?”可真正的问题是癌症如何没有改变我。我1996年10月2日离开家时是一个人,回到家时成了另一个人。在那之前,我是世界级的运动员,河滨有套别墅,门前有辆宝时捷,银行里有存款。我是世界上顶尖级的赛车手之一,事业正如日中天。可我回到家时可以说完全换了个人。从某种意义上说,原来的我已经死了,我现在得到的是第二次生命。就连我的身体也与以前不同,因为在接受化疗的过程中,我原来锻炼出来的那些肌肉全部消失得无影无踪;而等我病愈之后,那些肌肉也没有再恢复成原来的样子。

真相是癌症是发生在我身上的最好的东西。我不知道自己为什么会得癌症,但癌症确实给我带来了奇迹,因此我不想离它而去。我为什么要改变我生活中最重要、影响了我一生的事件呢?哪怕仅仅是一天?

人总是会死的。这个事实太令人沮丧,因此我很多时候根本不愿意提到“死”。你可能会问,那我们为什么还要活下去呢?我们为什么就不能全都躺在原地,结束生命?但另外一个真理。人总是要活下去的。这是一个同样重要、针锋相对的真