

每一种生活都有它的价值



人生如此美好， 你要懂得珍惜

崔修建/著

每一秒，都是生命中最精彩的悦动
与自己和解，拥抱正能量，让人生的路越走越宽

人生如此美好， 你要懂得珍惜

崔修建/著



图书在版编目 (CIP) 数据

人生如此美好，你要懂得珍惜 / 崔修建著. -- 北京

: 中国画报出版社, 2012.6

ISBN 978-7-5146-0456-6

I. ①人… II. ①崔… III. ①人生哲学—通俗读物

IV. ①B821-49

中国版本图书馆CIP数据核字(2012)第084447号

人生如此美好，你要懂得珍惜

出 版 人：田 辉

作 者：崔修建

责任编辑：史文良

出版发行：中国画报出版社

(中国北京市海淀区车公庄西路33号，邮编：100048)

电 话：010-88417359 (总编室兼传真) 010-88417409 (版权部)

010-68469781 (发行部) 010- 88417417 (发行部传真)

网 址：<http://www.zghbcbs.com>

电子信箱：cpph1985@126.com

经 销：新华书店

海外总代理：中国国际图书贸易集团有限公司

印 刷：北京正合鼎业印刷技术有限公司

监 制：傅崇桂

开 本：710mm×1000mm 1/16

印 张：16

版 次：2012年7月第1版 2012年7月第1次印刷

书 号：ISBN 978-7-5146-0456-6

定 价：28.00元

版权所有 翻版必究



第一章

人生的旅程应该是美好的

每个人的一生，都是一次短暂而漫长的旅行。你脚下的道路，无论是平坦，还是坎坷，无论是笔直，还是崎岖，都需要你选好方向。只要你听从心灵的召唤，让爱和智慧一直陪伴你前行，不管是顺境还是逆境，你都会看到无数美丽的风景，都会遇见欢喜和感动。由此，你的人生，必然精彩纷呈。

天生美好 / 002

令人肃然起敬的优雅 / 006

为爱而歌 / 011

转身之美 / 015

知道了方向就会找到路 / 020

永远不晚 / 024

不要松弛了你心灵的琴弦 / 027

欣赏别人的幸福 / 004

沉浸在一片静美里 / 009

慢步去天堂 / 013

收藏阳光 / 018

星星在看着你 / 022

最可口的咖啡自己调 / 025

第二章

学会爱，遇见最美的自己

学会爱自己，能让自己更快乐、更热情、更有魅力；学会爱万物，能让目光更慈悲，让心灵更柔软；学会爱他人，能让世界更多一些温暖，让生活更多一些美好。唯有懂得爱，播撒爱，浇灌爱，才能够收获爱，品味爱。会爱的人，才是最美的人。

美善的花静静地开 / 030

因为她是母亲 / 033

英雄也可以是这样的 / 039

老师相信石头会开花 / 043

爱与大海永在 / 047

不舍的牵挂 / 052

一杯安慰 / 031

那样的遇见，真好 / 036

母亲不为儿子骄傲 / 041

叔叔，你真棒 / 045

爱的偏方 / 049

三个人的地老天荒 / 055

第三章

美好是心灵的阳光

一抹微笑，会消除隔阂；一句问候，会温暖心扉；一个善举，会影响终生。就在每一个寻常的日子里，就在每一件琐碎的小事里，就在每一个普通人的身上，那么多令人感动的美好，阳光一样自然，给我们绵绵不断的温暖和滋润。欣赏那些美好的风景，倾听那些美好的声音，回想那些美好的往事，憧憬那些美好的情景，享受生活中点点滴滴的美好，不知不觉间，许多悲伤已被快乐替代，许多苦难已被幸福推开，人生已变得更加丰盛、可爱。

天使的样子 / 060

最美的散沫花 / 063

唯记得 / 066	祖母的一针一线 / 067
一念善心 / 069	疼痛过后，他们选择相爱 / 072
两毛钱的小费 / 075	心水清澈 / 077
爱的风景 / 079	在漏雨的屋檐下歌唱 / 081
那缕温暖叫永远 / 083	刻骨铭心的生日礼物 / 086
默默地喜欢他，一去经年 / 088	给爱一个诗意的拥抱 / 090
为女儿颁奖 / 093	爱的对面也是爱 / 095

第四章

生活中那些春天般的明媚

一个人，只要满怀爱意地去生活，即使是一件看似微不足道的小事，因为慧心的经营，也会散发出醉人的芳香；即使是一个小小的举动，因为美好的融入，也会凝聚震撼心灵的力量。爱的对面，往往也是爱。多给他人一些温暖，自己也会被温暖簇拥。一个人的心明媚了，他的世界就会拥有春天般的明媚。

爱得纯净 / 098	爱着就好 / 100
甜润一生的柿子 / 102	她给了盖茨一美元小费 / 104
三件不能让母亲知道真相的往事 / 106	陪你走一程 / 108
父亲是“蜘蛛侠” / 111	一束久久芬芳的纸玫瑰 / 114
已经习惯了 / 117	久久飘逸的馨香 / 120
什么都无法打败母爱 / 122	

第五章

幸福，是现在进行时

我们内心渴望的幸福，并非遥不可及，常常在我们抬头和俯首之间，在我们触手可及的身边，就有着柴米油盐一样实在的幸福，也有着风花雪月一样的浪漫。一个读懂了幸福真谛的人，自然能够洞悉幸福的秘密，能从平常的小事里咀嚼出幸福甜美的滋味，能从寻常的日子里找到幸福丰富的韵味，能用智慧的双手一次次地握住幸福。让自己的每一个“今天”都与幸福同行。

最幸福的理发师 / 126

幸福，是现在进行时 / 130

爱情满天星 / 135

你坐着，我来干 / 139

人生是一盘棋 / 144

幸福的爱情不喜欢偶然 / 148

进城的父亲 / 128

你也可以做喜剧的主角 / 132

为爱奔忙 / 137

细碎的幸福 / 142

他知道数学有多美 / 146

擦拭爱情 / 150

第六章

每一种生活都有它的价值

无论你是尊贵还是卑微，无论你是高大还是渺小，无论你是英雄还是平民，梦想都一样缤纷，激情都一样满怀；生活可以波澜壮阔，也可以静水流深。不必盲目地追随时尚，也不必刻意地模仿他人，每一棵小草都不自惭形秽，每一种生活都有它的价值。只要你选准自己的位置，找到自己的道路，坚定、自信地走下去，你就会惊喜地发现：就像每一朵花都可以拥抱春天，每一颗星都可以闪亮，每一种生活都可以是芬芳的。

有些小草比花还重要 / 154
不能花开，就请叶绿 / 158
怀揣两块糖 / 162
像自己这样生活 / 166
不要省略了泥土 / 170
把花吹落的不是风 / 174
向上帝借一双手 / 179
当月球被寄予了梦想 / 183

每一种生活都可以是芬芳的 / 155
谁都不能改变我的承诺 / 160
月光里的歌手 / 163
50美分与5000万美元 / 168
将那些“注定”打碎 / 172
那是儿子的工作 / 177
做最好的那个自我 / 181

第七章

感情的事，心说了算

这个庞大繁杂的世界里，唯有感情是你自己真实拥有的，无论是怎样的爱，你的心最清楚。爱自己，对得起自己，感情的事情应该是心说了算。即使看过了无数爱的悲欢离合，尝过无数爱的苦辣酸甜，心中也依然要相信——幸福、美满的爱情，需要一生慧心地经营。虽然爱情没有标准答案，不能简单地复制，但是，再复杂、再深奥的感情难题，只要用心去倾听，用心去沟通，用心去思考，就都可以迎刃而解。两颗真诚相握的心，能够向彼此坦然地敞开，相互尊重，相互理解，相互支持，就不必担心爱的天空是否落雨，不必害怕爱的路上是否泥泞，因为从爱出发，抵达的也常常是爱。

爱那么远，爱那么近 / 186
撕碎婚书，只想一生爱你 / 191
爱上她的幸福 / 196
爱是一棵不断开花的树 / 201
最富有的爱情 / 207

你的秘密我不说 / 188
只为与你美好地遇见 / 194
清风明月里的爱情瓜语 / 199
只记得她的那些好 / 204
找到最大的那株麦穗 / 209

爱如花，谢了还会开 / 212
因为心里有爱 / 218

爱的肩膀还是一堵墙 / 214

第八章

收获美满的人生

人生是不能重复的一盘棋，谁都无法从头再来，那么，你一定要设计好自己的人生目标，重视生命中的每一次选择。谁都不会随随便便的成功，付出汗水，收获果实，浇灌希望，收获喜悦。手比头高，脚比路长，谁能够真正地懂得悉心倾听，敏于思索，勇于创新，谁就能够留下令人敬佩的闪光足迹，打开一扇扇成功的大门，品味到幸福的琼浆玉液，赢得美满的人生。

拉响热爱的琴弦 / 222

两扇磨盘也能磨亮人生 / 225

谁都可以耀眼地升起 / 229

雕刻美丽 / 233

那个春梦价值连城 / 237

只要心里的花还开着 / 243

芬芳的心愿 / 224

把认真坚持到底 / 227

本是一颗不幸的黑痣 / 231

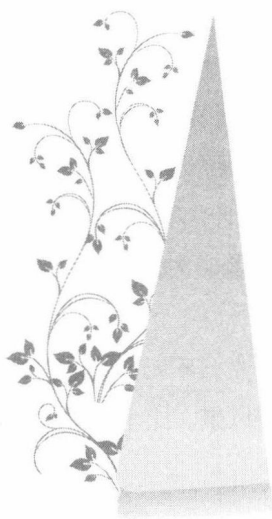
转弯后的欣喜 / 235

那些偶然里藏着什么 / 241

享受心灵的宁静 / 245

第一章

人生的旅程应该是美好的



每个人的一生，都是一次短暂而漫长的旅行。你脚下的道路，无论是平坦，还是坎坷，无论是笔直，还是崎岖，都需要你选好方向。只要你听从心灵的召唤，让爱和智慧一直陪伴你前行，不管是顺境还是逆境，任何一段旅程上，你都会看到无数美丽的风景，都会遇见欢喜和感动。由此，你的人生，必然精彩纷呈。

你的心灵美好了，你的世界就一定会美好起来。

天生美好

老人的小屋在大山的深处，在近乎罕有人至的北极村以北的桦树岭腹部，一条小溪从小屋前静静地流过。

见到老人时，他正悠然地倚靠着一块青石板，惬意地晒着太阳。

我问老人：“听说您一个人在这里生活了十几年了？没有寂寞的感觉吗？”

老人乐呵呵地说：“我不知道啥叫寂寞，我只知道每天都有很多事情要做。”

我不解地问：“您这么大年纪了，还有很多事情要做？”

“是啊，早晨起来，带着我的大黑（一只忠厚的老狗），看看我房前屋后的果树、菜园，瞧瞧我那些欢蹦乱跳的鸡鸭鹅兔，满眼都是生长的快乐。等露水退去了，顺着那条山梁往上走，能看到一大片特漂亮的白桦林，随便找一棵，只要你愿意，就会从那上面一个个像疤痕似的亮眼睛里，读到很多生活真实的秘密。还有，你只需俯下身来，脚边的每一棵小花小草，都会跟你说很多的话呢……”老人说着，忽然将手指放到嘴边做了个别出声的手势，把头仰向蔚蓝的天空。顺着老人的目光，我看到了一团洁白如絮的薄云，正变幻着形态朝远处飘去。

“真美啊！”我不禁在心中轻轻地赞叹了一句。

似乎过了好长一段时间，老人才收回那欣赏的目光，不无自豪地告诉我：“多好啊，在这里，不用花一分钱，随时都能看到好风景。比坐火车坐飞机，累得够呛地到外面去旅游要舒坦多了。”

“你天天待在这里，就没有厌倦过？”我想说这里太沉寂了，是不宜久居的。

老人依然笑着：“天天都会碰到新鲜的事情，天天都有让人高兴的发现，怎么会厌倦呢？你看我养的那些花开得多好，还有那些果树，长得多精神。

哦，你再看这几只蚂蚁，多勤快啊。”老人怜爱地指着脚边那几只正搬运食物的小蚂蚁，哲人般地告诉我：“细细地瞧，细细地听，细细地品，哪里都有叫人舒心的好景致。”

“没有想过去山外看看吗？”我知道老人有个优秀的儿子在美国经商，很富有。

“也出去走过，但我感觉哪里的风景也没这里的好，天生美好。”老人站起来，硬朗的身板像一棵阅尽沧桑的老树。

“天生美好？”我轻轻地重复了两遍，望着老人那一脸的认真，一缕淡淡的芬芳，幽幽地在心底升起。

“是啊，天生美好。一棵树有一棵树的梦想，一朵花有一朵花的心事，一条河有一条河的故事，一块菜园有一块菜园的日子，它们都是善解人意的的好朋友，你可以跟它们说心里话，也可以默默地听它们讲述生活的秘密。只要你愿意，肯停下来，肯用心去观察，去体会，你就会发现身边有那么多的美好，其实很简单，也很丰富，你的心情美好了，你的世界就美好了。”老人的话，清清纯纯，就像那一条唱着歌谣自信地朝远方走去的无名小溪。

“天生美好”，多么富有深意、又多么富有想象的四字箴言啊！置身于喧嚣的都市，我陡然少了许多疲惫与烦恼，而多了许多的轻松和惬意，因为我拥有了许许多多惊喜的发现。譬如，从原来叫我心烦的收废品的梆子声中，我听到了一种叫坚韧的声音；从拥挤的公交车上，我看到了一种叫热情的东西；从酷暑的加班中，我真切地感到了“我很重要”；从独自的夜晚里，我触摸到了“时间轻轻脚步”……



心灵甘泉

原来，有那么多天生的美好，就簇拥在我们每个人的身边，只要愿意，谁都可以去发现，谁都可以去拥抱，谁的生活都可以因此变得更加美好。

为他人的幸福由衷地鼓掌，自己的手上也会散发出缕缕幸福的馨香。

欣赏别人的幸福

那天，在商城的一间饰物精品屋，偶然撞见一件装饰笔记本电脑的布艺品，先是惊讶创作者的慧眼独具，竟想到要给电脑专门配一个漂亮的装饰，继而更赞叹创作者的慧心与巧手——看似普通的一块棉布，就那么简单地裁剪几下，再用五彩丝线编绘出简洁、别致的图案，看着赏心悦目，用起来方便、舒适。

真是一个构思奇妙的佳作。我毫不犹豫地买了两个，自己留一个，另一个送给爱好收集各类与众不同的艺术品的好友巍子。

我在电话中向巍子兴奋地报告自己的意外收获，巍子笑着直夸奖我“挺有审美眼光的”，我得意地告诉他，那当然了，我好歹也算是一个作家，总得有些慧眼识物、识人的特别本领嘛。

“想认识一下它的作者吗？”巍子突然开始吊我的胃口。

“当然想了，难道你认识？”我竟有些急切。

“岂止是认识啊？我们还可以称得上是朋友呢，她就住在市郊我表妹家的后院，明天我就带你去她那里。”巍子的语气里透着骄傲。

“那好，我们明天就去拜访你的这位艺术家朋友。”嘴里答应着，我丰富的想象已开始轻舞飞扬了。

在路上，我惊愕地得知马上要见到的是一个叫悠然的女孩，今年20岁，因患有先天性肌肉萎缩症，她已被困在轮椅上15年了，现在腰部以下肢体僵硬得已没有丝毫的感觉。

“真是一个不幸的女孩！”我不无同情地慨叹。

“她的确是一个不幸的女孩，可是，她一点儿也不比我们缺少幸福。”巍

子眼睛里流露着明显的敬佩。

“哦，是吗？”我猜想着她的样子，更急切地想见到她了。

悠然的小屋装饰得像一个美丽的童话世界，大小、形形色色的精巧饰物，被她锦心妙手一组合、一搭配，竟胜过了许多奇妙无比的天才设计。

坐在轮椅上的悠然，生了一张白净的娃娃脸，乌黑的秀发上别着一个红色发卡。我们进屋时，她正在电脑前津津有味地欣赏世界田径锦标赛转播。

“你还喜欢体育节目啊？”从巍子那里我得知她爱好广泛，爱读书、爱唱歌，喜欢绘画，喜欢编织各类手工艺品。

“还不是一般的喜欢呢，可以称得上是酷爱了，几乎所有的体育比赛，我都愿意看。”她的眸子里闪烁着纯真的光华。

“为什么？”我有一点儿不解，因为她身体的与众不同。

“因为我不能奔跑，不能跳高，不能跨栏，不能投掷……可是，我可以欣赏那些参与体育运动的人们，可以感受他们伟大的梦想、顽强的拼搏、收获的喜悦以及痛苦的遗憾，看着他们幸福地运动着，我也同样幸福。”悠然轻轻地给出了我意想不到的答案。

“同样幸福”，多好的选择啊——自己不能拥有，就欣然地关注他人的拥有，梦想着他人的梦想，快乐着他人的快乐，每一寸心田都绽放幸福的花朵，由此，简单的小屋便连通了辽远而广阔的世界，每个日子都洒满了温馨的阳光……抱着这样的情怀，在人间行走，一生簇拥的，必然是绵绵无绝的幸福。



心灵甘泉

学会欣赏别人的幸福，积极接受幸福的感染，纵然自己遭遇了不幸，错过了许多美好的机缘，仍可以满怀爱意，推开那一扇扇幽闭的门扉，迎接一缕缕幸福的阳光。

优雅不只是一种气质，更是一种品性，它呈现的是一种人生智慧。

令人肃然起敬的优雅

踏着金黄的落叶，我沿着松花江大堤徐徐而行。秋日的江水，像一幅陈年的油画，多了一分宁静与澄碧，也多了一分耐人寻味的深邃。

受一家杂志社的约请，我要去采访一位已是耄耋之年的剪纸艺人。因为距约好的时刻还早，我便决定先在江畔走走。于是，我惊喜地邂逅了那个在江堤上以水代墨练书法的他。

这些年来，在城市里的许多公园或广场上，我不时地会碰到一些拎着水桶，拿着特制的笔，旁若无人地挥毫泼水，一展水书技艺的书法爱好者。偶尔，也会驻足欣赏一会儿，默默地品评一番。

一下子吸引住我目光的，是他手中挥舞的那支独特的大笔，它更像是随处可见的一把拖布，长杆的一头是粗糙的棕棉，那样随意而懒散地一束，与我在单位里每天擦地的拖布没什么两样。

然而，就是那样一把再寻常不过的拖布，被他蘸了清水后，一只手挥舞着，笔走龙蛇，上下翻飞，一会儿的工夫，江堤上便留下一串气势磅礴的行草，内容正是毛泽东的名篇《七律·长征》。

“哦，好功夫。”我禁不住赞叹起来。

“过奖了，不过是信手涂鸦而已。”他谦逊着，手却没有停下来。

“练了很久了吧？”我指了指他那遒劲的书法。

“一年多了。以前身体没毛病的时候，整天忙着工作，怎么也不会想到我这个大老粗，还能练书法，而且是水书。”他淡然地回答。

“看你现在这身手，蛮健康的啊！”看他很轻松地舞动着手中的拖布之

笔，谁能想象到他是一个病魔缠身的人呢？

“是的，我也感觉自己很健康。”他脸上泛着红润的光。

他与我接下来的交谈，却让我惊讶万分。他语气平淡地告诉我他姓耿，今年刚刚50岁，去年查出了胃癌，已切除了四分之三的胃。上个月，又查出了胰腺癌，医生说已没有动手术的必要了。

我怔怔地看着老耿，仿佛在听他轻描淡写地说着别人的事情。

“你是不是很奇怪，我都是被死亡预约了的人了，为什么现在还要练字？”他看出了我的困惑，“我只读过五年书，这一辈子似乎都没有摆脱贫困，日子稍微好了一点点，又让癌症给缠住了。刚开始，我也曾抱怨命运不公。后来，也就坦然了，穷也罢富也罢，好也罢坏也罢，不都是过日子吗？于是，我就决定用最节俭的方法练练字，补上年轻时的遗憾。”

“就这么简单？”我望着老耿那早已悟透人生的双眸。

他点点头，又继续书写，这回他写的是楷书，内容是《声律启蒙》中的句子。

看着他那样一笔一画，认真得像一个小学生。我不由得对着那些很快便要
被阳光擦掉的字迹肃然起敬，仿佛那些匆匆逝去的水字，是一只只会说话的眼睛，在无声地告诉我关于生命和人生的某些真谛。

在告别老耿去见剪纸艺人的路上，我又有幸结识了一位摆水果摊的诗人。

我在挑选水果的时候，他似乎根本没看见我这位顾客，只顾握着一截铅笔头，在一个演草本上快速地涂抹着，他头摇晃着，嘴里还在不停地念叨着。

耐心地等他停了笔，为我称重、包装好水果，我好奇地问他：“刚才那么专注，在写什么呢？”

他有些腼腆道：“写诗呢，突然来了灵感。”

“我可以拜读一下吗？”我怎么也不会想到眼前这个人，在这样的生活境况里，竟然还保持着一份难得的诗情。

“只是喜欢，主要是写给自己看的。”他犹豫了一下，还是把写诗的本子递给了我。

哦，他写了不少呢，其中不乏让人眼睛一亮、心灵一颤的好诗句，比方，写向日葵的：“你金光四溢的花环/将明媚地旋转整个夏日/像花中的女

皇/威仪而典雅”；写菠菜的：“你内心深藏的铁/有着怎样摄人魂魄的光芒/在生命中多么不可或缺”；写彼岸花的：“你不是我的彼岸花啊/我谦卑的愿望/缀满所有感恩的土地/从一粒被岩隙收容的种子开始/此后的时光全部用满怀的期待和追寻充盈”……读着他的那些从生活中提炼出来的精美的诗句，我的心仿佛被一双温暖的手柔柔地抚摸着，尘世的喧嚣和嘈杂，在那一刻全都被屏蔽了。

“真好！能够写出这么多美丽的诗句，真是一个叫人羡慕的诗人。”我敬佩地望着面前这位其貌不扬的水果摊主，想他一定有着锦绣的心思。

“谢谢您的鼓励，我写诗只是不想让生活低到尘埃里。”他随口的一句表白，竟也是那样的诗意盎然。

在剪纸老艺人素雅的小屋里，我从老人的口中得知，那个摆水果摊的中年人，妻子是一个精神病患者，他下岗多年了，靠着摆水果摊供出了一个读北大的女儿。我又是一阵惊愕后，又提到了老耿。老人轻轻地道了一句：“这样优雅的人生，在我们的身边，其实有很多呢。”

是啊，仅仅在一天里，我便有幸遇见了三位拥有优雅生活的人，他们虽然都是普通的凡夫俗子，也有着常人的苦恼、窘迫与无奈，但他们都不约而同地选择了优雅，选择了站在精神高地上，把世俗的日子过得更精彩，更有品位。

优雅就在身边，谁都可以做得优雅一些，再优雅一些。



心灵甘泉

唯有悟透了人生的真谛，方能淡定地将苦难轻轻拂去，方能从容地将一份简单的生活打理得那般活色生香。那样的优雅，是尘埃里开出的花朵，有着一份神圣的高贵。无论是谁，只要心中不失美好，就一定会向世界呈现自己独特的优雅。