

苦,才是人生
变,才是命运



这人生本来就是苦

苏绚慧 文/绘

只要倾听心的指引，
都能走到你最想去的地方。

译林出版社

这人生本来就是苦

苏绚慧 文 / 绘

译林出版社

图书在版编目 (CIP) 数据

这人生本来就是苦 / 苏绚慧文、绘. — 南京: 译林出版社, 2015.4
ISBN 978-7-5447-5028-8

I. ①这… II. ①苏… 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 (2015) 第027709号

授权者: 张老师文化事业股份有限公司
台湾台北市罗斯福路三段325号地下一楼
网址: www.lppc.com.tw
《这人生》作者/苏绚慧, © 2004

书 名 这人生本来就是苦
作 者 苏绚慧
责任编辑 陆元昶
特约编辑 段颖龙
出版发行 凤凰出版传媒股份有限公司
译林出版社
出版社地址 南京市湖南路1号A楼, 邮编: 210009
电子信箱 yilin@yilin.com
出版社网址 <http://www.yilin.com>
印 刷 北京凯达印务有限公司
开 本 710×1000毫米 1/12
印 张 10
字 数 69千字
版 次 2015年4月第1版 2015年4月第1次印刷
书 号 ISBN 978-7-5447-5028-8
定 价 36.80元
译林版图书若有印装错误可向承印厂调换

这人生本来就是苦

苏绚慧 文 / 绘

 译林出版社



1-1 功课



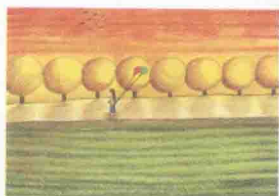
1-3 允许



1-2 无常



1-4 净空



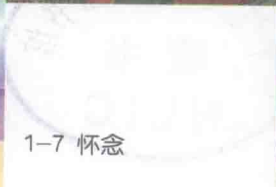
1-5 记忆



1-6 复原



1-7 怀念



1-8 承认



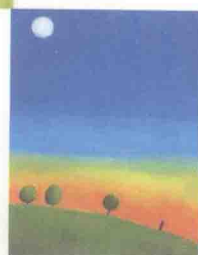
1-9 理解



1-10 放手



1-11 祝福



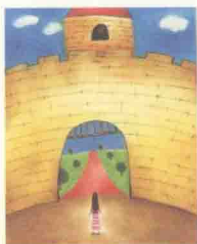
1-12 重新

分离

part 1

part 2

方向



2-1 出发



2-2 道路



2-5 前进



2-3 选择



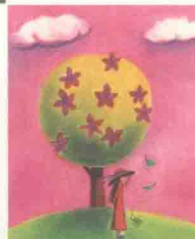
2-4 告别



2-6 转折



2-7 独行



2-8 休憩



2-9 朋友



2-10 停顿



2-11 相信



2-12 坚定

part 3

成长



3-4 认识自己



3-1 超越



3-3 激励



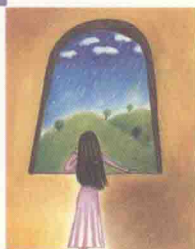
3-2 挑战



3-5 喜欢发现



3-6 乐于期待



3-7 扩展弹性



3-8 信任自己



3-9 回归内心



3-10 打开心胸



3-11 真实面对

3-12 陪伴自己





4-1 希望



4-2 愿意



4-5 绽放



4-3 享受



4-4 坚持



4-6 幸福



4-8 无憾



4-7 满足



4-11 存在爱里



4-12 人生



4-9 实现

4-10 宁静



分离

part1



- | | | |
|----|---|---|
| 01 | 功 | 课 |
| 02 | 无 | 常 |
| 03 | 允 | 许 |
| 04 | 净 | 空 |
| 05 | 记 | 忆 |
| 06 | 复 | 原 |
| 07 | 怀 | 念 |
| 08 | 承 | 认 |
| 09 | 理 | 解 |
| 10 | 放 | 手 |
| 11 | 祝 | 福 |
| 12 | 重 | 新 |

功课



有时，**分离**是种选择。
有时，是**迫不得已**的。

有时，是不得不的。

不同状态的分离，
都隐藏着不同的意义，

也隐藏着我们所要学习的人生。

越是觉得哪件事困难，

我们就必须花更多的时间，

来学习**认识**它、
了解它。









无常

美好的事物，
常稍纵即逝。
它们的离去，
也常令人惋惜不舍。

我们始终无法留住什么，
能掌握的只有自己。

当心是**稳定安然**的，
无论是身处在平静的浩瀚星空下，
还是波涛汹涌的浪潮中，
我们会知道，
这些始终都会过去。

无论是**好**是**坏**，

有一天，**都会离去**。



允
许

分离，

是悲伤的。

允许自己的**泪水释放**这失落，

流泪是最不伤害自己与别人的方法。

给自己一段沉淀思绪的时间，

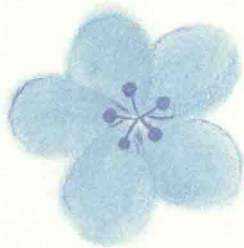
允许自己慢慢地**重建生活**，

慢慢地**整理过去**的记忆。

然后，

等待时间的成熟，

让时间来揭晓这段遭遇的意义。



净空



分离后，

往往有段**新旅程**即将展开。

将自己**放空**，

才能生出飞翔的翅膀，

飞越重重**高山**。

