

BUFU  
SHAOHUA  
BUWANG  
CHUXIN

愿以温暖纯净的文字 拥抱你 疗愈你  
给你安静的力量

金上 霍秀  
著

# 不负韶华 不忘初心



西安出版社

# 不负韶华 不忘初心

金上 霍秀  
著



西安出版社

图书在版编目(CIP)数据

不负韶华, 不忘初心 / 金上、霍秀著. — 西安: 西安出版社, 2018. 1

ISBN 978-7-5541-2867-1

I. ①不… II. ①金…②霍… III. ①散文集—中国—当代  
IV. ①I267

中国版本图书馆CIP数据核字(2018)第008062号

不负韶华, 不忘初心

著 者: 金上 霍秀

出版发行: 西安出版社有限责任公司

社 址: 西安市长安北路56号

电 话: (029) 85253740

邮政编码: 710061

网 址: www.xacbs.com

印 刷: 三河市兴国印务有限公司

开 本: 787mm×1092 mm 1/16

印 张: 14.5

字 数: 171千字

版 次: 2018年2月第1版

2018年2月第1次印刷

书 号: ISBN 978-7-5541-2867-1

定 价: 39.80元

△ 本书如有缺页、误装, 请寄回另换。

第一辑  
在静谧的时光里优雅绽放



- 心若淡定，幸福自来 /003
- 心中充满阳光 /005
- 在时光里优雅绽放 /007
- 心态改变人生 /009
- 用好心情建造自己的人生建筑 /010
- 花美丽了世界 /011
- 善良是一种方向 /013
- 不要让现实吞噬你的梦想 /015
- 有一种绽放是淡雅芬芳 /016
- 学会感悟幸福 /017
- 有梦想才是真正的富有 /019
- 让自己强大起来 /021

## 第二辑 坚持下去的力量



- 一河岁月的漂流 /027  
奇迹，为什么会发生在他的身上 /030  
书给了我们最富有的时光 /032  
没有梦想的人生，是苍白的人生 /035  
读书是一件美好的事情 /036  
兴趣，使一个人的奋斗变得有滋有味 /038  
在风雪中美丽绽放 /041  
梦想没有大小之分 /044  
狠下心来用功 /047  
朝着梦想的方向，迈步向前 /049  
感谢命运，让自己变得更坚强 /051  
拥有坚持不懈的恒心 /055  
感谢生命中的每一个人 /058

## 第三辑 拼出人生，博得未来



- 自信的力量 /063  
你的微笑，就是我的春暖花开 /064  
改变不了世界，但可以改变自己 /066  
阳光的心态，照耀阳光的人生 /066  
积极向上，是一种光芒 /068  
成功永远属于勇者 /069  
对自己狠一点 /071  
付出才会有回报 /073  
放弃阻碍你前进的绊脚石 /074

- 勇敢面对你所处的困境 /076
- 掌声，为你注入前进的动力 /077
- 每一个生命都是生动的 /079
- 只要有爱，就拥有一切 /080
- 精神的财富才是无价的 /081
- 给成长一片灿烂的阳光 /082
- 搬掉人生的石头 /083
- 敢，是成功的一半 /084
- 成功者善于管理自己的情感 /085
- 掌声，使人勇往直前 /086
- 最珍贵的礼物 /087
- 好心态赢得好人生 /088
- 给内心一片阳光 /089
- 让自己的年龄除以二 /089
- 珍惜拥有的 /091
- 给人一个微笑，给自己一个好心情 /093

第四辑

读书，才是携带心灵的旅行



- 让自己有无限个可能 /099
- 感恩的心，是善美的心 /101
- 精神是最大的财富 /104
- 走不进你，那我们就把你仰望 /106
- 用古典诗词打造唯美意境生活 /107
- 遥远的天边彩虹 /108
- 在精神的光芒下学会成长 /111

在圣贤的体温里为我们的的心灵取暖 /114

今天的盖茨更富有 /120

给予是一种快乐 /122

以自然平和的心态经营生命 /125

品格是一种智慧 /129

梦想，滋养激励人生 /131

人生的金牌 /133

眼光长远，道路才长远 /134

大象的品格 /137

在我们的传统文化里健康成长 /138

一根麦穗，到底有多重 /139

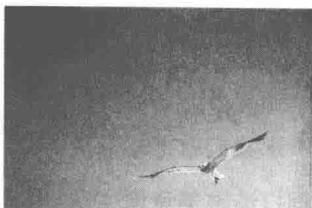
真实的力量 /141

为什么不向孔子借智慧呢 /143

懂得感恩 /144

### 第五辑

## 给自己一个美丽的梦



梦想是人生腾飞的翅膀 /153

让梦想和你一起长大 /154

积极向上的青春 /156

拥有思想，便拥有力量 /159

用勇敢的翅膀翱翔在梦想的天空中 /161

给自己勇气，成功会向你走来 /163

真爱是一种力量 /164

靠自己的努力，即使普通也幸福 /166

做事先做人 /168

在成功者的光芒下学会成长 /169

人格魅力是后天养成的 /172

毅力成就事业，品格决定人生 /174

在浮躁的社会中，不要迷失自我 /175

爱是人性最初的本能 /176

用力所能及的方式感恩 /177

大海总是把自己放得很低 /178

点亮我们生活的，是温暖的光 /179

好习惯是你身边的贵人 /180

储存幸福 /183

人生快乐品牌 /184

撕下当天的日历 /188

用书滋养人生 /189

尘埃中，也要绽放最美丽的花朵 /195

花谢了怕什么，明年还会开 /196

做情绪的主人 /198

在冰雪中也要绽放美丽 /202

机会，总是垂青那些积极努力的人 /203

让自己时刻感觉到春天 /204

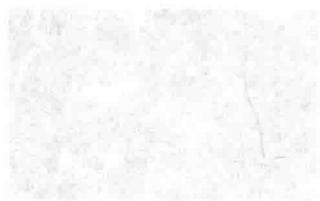
## 第六辑

### 每一段成长，都是美丽的绽放



- 两堵干打垒的土墙 /205
- 一样的材料，不一样的品质 /206
- 拥抱生活 /207
- 天真的乐趣 /208
- 阳光心态，成就美好人生 /209
- 只有经过摔跤才能学会走路 /211
- 快乐学习，享受生活 /212
- 埋头苦干不是成功的唯一途径 /216
- 用好心情建造自己的人生建筑 /216
- 把握机会，走上成功之路 /218
- 路的旁边也是路 /219
- 风雨给勇敢者的是动能 /220
- 让自己有无限个可能 /222

傲然如雨英曼暗 并似色一



在纷繁的世界里，做最好的自己。抛下多余的行囊，背上美好的行囊，扎实地一路走来，遇到最好的自己。在不断的拼搏中，找到奋斗的人生航标，活出精彩的人生。不要去追一匹马，用追马的时间种草，待到春暖花开时，就会有一批骏马任你挑选。把自己变成一个草原，养好自己草原的芳草，做好自己，美好自然来临。



## 心若淡定，幸福自来

心若淡定，幸福自来。心若淡然，美好自来。

在纷繁的世界里，做最好的自己。抛下多余的行囊，背上美好的行囊，扎实地一路走来，遇到最好的自己。在不断地拼搏中，找到奋斗的人生航标，活出精彩的人生。

如何在浮华之中澄澈出一颗恬淡而素雅的心，活出美丽、活出智慧、活出幸福、活出全新的自我，不辜负生命的大好时光？

品味屠呦呦的获奖感言，心中澄明了许多：不要去追一匹马，用追马的时间种草，待到春暖花开时，就会有一批骏马任你挑选；不要去刻意巴结一个人，用暂时没有朋友的时间，去提升自己的能力，待到时机成熟时，就会有一批朋友与你同行。用人情做出来的朋友只是暂时的，用人格吸引来的朋友才是长久的。所以，丰富自己比取悦他人更有力量：种下梧桐树，引得凤凰来。你若盛开，蝴蝶自来！你若精彩，天自安排！

2015年诺贝尔奖生理学和医学奖授予这位中国女科学家，以表彰她发现青蒿素，显著降低了疟疾患者的死亡率。屠呦呦的父亲是位医生，《诗经》中有句“呦呦鹿鸣，食野之苹”，屠呦呦的父亲为屠呦呦取名“呦

呦”，其意是鹿鸣之声。从事医学研究，其实追根求源最早的启蒙是受从医的父亲影响，她从小就喜欢翻看医书。在她家楼顶上，有一个摆满各类古典医书的小阁间，这里是屠呦呦童年的阅览室，是她阅读的天堂。这里摆满了医学图书：《黄帝内经》《神农本草经》《伤寒杂病论》《千金方》《四部医典》《本草纲目》《温热论》《临症指南医案》……在常人看来就像天书一样的医学书，她翻看起来却津津有味。看到前来求医问药的病人喝下父亲煎熬的汤药后疼痛逐渐有所缓解，她心里对中草药产生了浓厚的兴趣。小小的她还喜欢跟着父亲背起竹篓外出采药，在大自然中，她锻炼自己的毅力，培养了热爱自然和平民的情怀。这些对她做科学研究大有帮助。不要去追一匹马，用追马的时间种草。多么精辟的人生感悟啊！

是啊！太多的时候，我们的忙碌其实是盲目的。

我们的盲目追逐，把自己累得气喘吁吁，最终却无功而返。

与其追逐远方，不如做好眼下的事。

詹姆斯·卡梅隆，这位导演过电影《真实的谎言》《泰坦尼克号》和《阿凡达》的“世界之王”的好莱坞著名大导演，最懂得用追马的时间种草。他用分段式的沉寂来沉积自己，每次沉寂过后，必有炸雷般的腾起。在他导演的《泰坦尼克号》达到巅峰时，如日中天的他，却又一次从观众的视野中消失了。

可是，就在人们已经忘记他之时，这位沉寂12年的导演，带着他的《阿凡达》又一次震惊了世界。呕心沥血14年的《阿凡达》，高超的特技、非凡的想象、奇幻的故事、精美的视觉效果，创下了25亿美元的票房收入纪录。

心若强大，无人能把你击垮。满是破洞、污渍、毛边，有些部位漂

洗得发白，看起来很旧的牛仔裤，这个叫作迪赛的牛仔裤品牌在刚创立时，那些故意做旧的手工，被人们以为是残次品，被人投诉。面对来自多方的指责，罗索“我行我素”，坚持自己的理念。他不去迎合大众口味，不讨好大多数人，他只做自我。他说：“我相信顾客的智力，顾客也相信我。”现在，迪赛已经是世界著名的品牌，年销售额 12 亿美元。

赢，不是迎合，而是赢得。

如果世界是一匹马，那我们自己就把自己变成一个草原吧！

把自己变成一个草原，养好自己草原的芳草，做好自己，美好自然来临。

## 心中充满阳光

有一种香，辛凉甘甜、清越高雅。但这种香，来自伤疤。

这种伤疤上诞生的香，叫沉香。它是以樟树科、橄榄科、大戟科、瑞香科这四类树种所包括的树木为生成基础，在特定条件下生成的一种香料。这四科树木大多木质疏松，色泽较浅，树龄如在 30 年以上则有较丰富的树脂腺。

这种树木在伤痛的痛苦中，把苦痛凝练成一种芳香。动物的啃咬、昆虫的侵袭或是人为的刀砍斧凿，创伤降临了。但这还不是最糟糕的，最糟糕的是伤口被细菌、微生物感染，湿热环境的雪上加霜，创伤口腐蚀溃烂成为病灶，树的脂腺被刺激大量分泌结集，在创伤口形成膏状结块，周围则浸润成树脂多的木质。这样久之，在气候变化、温度、湿干度等等条件下，再加上有较长时间的陈化，少则十几年多则百年以上才形成“沉

香”。在树上被人发现割下称之为“生香”，树木倒下死去，被埋在土中多年被取出即为“熟香”。它用自己的脂腺为自己疗伤，它走过30年以上岁月，它阅尽风霜雨露，内心强大，脂腺丰富，伤害，带给它的不是摧毁，而是涅槃。

即使在伤疤上也要结出芳香。

有一位女士，迈着自信的脚步，走向了一个现场招聘节目。

这位四十八的女士长相美丽，显得特别年轻。她给人以恬静的感觉，像三十岁出头的一样，主持人很诧异，现场的几个年轻的、漂亮的女老板都羡慕不已。

她一个人抚养两个女儿，生活很艰苦，她四处打工，居无定所。她几乎什么都干过，摆过地摊，收过电费，推销挂历、经营电话亭等等。为了两个孩子读书支付学费，无奈把房子卖掉了。在节目现场，她叙述自己的经历是那样平静。现在，两个孩子都考上了很好的大学。此时，主持人说现在你的孩子都上了大学了，那你就没事了，怎么还出来找工作啊？她安静地说，我住哪儿啊？绍刚老师！主持人此时才突然想起来她说过把房子卖了。

在讲述她的艰难经历时，她表现的是那样从容，语言平淡。我们无法想象面前这样一位优雅美丽的女人经历过那么多的磨难和痛苦。一位漂亮的女老板问她：“你经历过这么多磨难，但现在看起来还是那样青春年轻好看，这是为什么？”她平静地说，我心态很好，其实我也痛苦过、难过过，但我很快会调整过来。我为了不影响孩子的情绪，我在孩子面前尽量不流露出痛苦来。我真的很难很难，但我有一颗坚强的心，我坚持了下来。她说，她有一颗平常的心。

没有属于自己的房子，便住在内心建造的坚强里，便住在对生命的热爱里，便住在责任和担当里，便住在美好的希望里。

没有固定的工作，没有稳定的收入，但她有固定的美丽，有稳定的心，有善于与人沟通的为人处世能力。

有人问她，面对客户的刁难时，你怎么办？她说，我以前曾做过收取水电费的工作，有些客户不但不交水电费，说话还很难听。人们问，那你怎么办？她轻松地说，客户把我骂出来，我第二次还会去，她总不会每次都骂我吧？

她所流露出气质征服了在场招聘的老板。她的坚韧、坚持、坚定、坚毅、坚守，她的面对困难乐观的人生态度，闪烁出迷人的光彩。最终，她求职成功。

这是在伤疤上散发出的芳香。

## 在时光里优雅绽放

她在静守一个人的时光里，坚持优雅和淡然，坚持信念和梦想，坚持着坚韧的力量，坚持着静美绽放的独自芬芳。

就这样坚持了下去，就这样在时光里优雅绽放。她的文字韵致淡雅，静如兰、挺如松。她的润泽之笔静静地描写着那些不堪回首的往事，本应是让人扎心地痛，但却是冷静得让人感叹，正因如此，更显其张力。

她就是杨绛。

一位中国著名的作家，戏剧家、翻译家，通晓英语、法语、西班牙语，93岁出版散文随笔《我们仨》，风靡海内外，再版达一百多万册，96岁

出版哲理散文集《走到人生边上》，102岁出版250万字的《杨绛文集》八卷。

该怎样坚持下去？坚持下去，需要一种力量。“你的问题主要在于读书不多而想得太多。有些人之所以不断成长，就绝对是有一种坚持下去的力量。好读书，肯下功夫，不仅读，还做笔记。人要成长，必有原因，背后的努力与积累一定数倍于普通人。所以，关键还在于自己。”“少年贪玩，青年迷恋爱情，壮年汲汲于成名成家，暮年自安于自欺欺人。人寿几何，顽铁能炼成的精金，能有多少？”这句句掏心窝子的话，一句句直砸到我们心坎上。

如果不能抵抗流年，那就反思以应。微笑着，选择了坚持，该是一种人生的多么壮丽的绽放。在当下如此浮躁中，你内心的淡定更显珍贵。可是，分分钟，我们都捧着我们的“转基因”“进化”而来的可移动身体器官——手机，观天下“奇”事，品世间“畸”情。在忘我中，寻找自己的影子；在链接中，进入迷茫；在PS的圆润中，自我陶醉梦幻的魅影；在碎片阅读中，撕碎思想的翅膀；在手指的游离中，滑落坚持的方向；在喧嚣中留有一份沉静，浮世繁华，不忘初心。

不忘初心，方得始终。别走着走着就停了下来，别走着走着就丢掉了自己。别在不断地张望中模糊了自己的信仰，别在不停地彷徨里失联了原本的初心。

责任，是你坚持下去的力量；担当，是你坚持下去的力量；初心，是你坚持下去的力量；梦想，是你坚持下去的力量；情感，是你坚持下去的力量；信仰，是你坚持下去的力量。

心中驻扎一个信仰，那是你坚持下去的力量。心中升腾起一个梦想，