

<<一辈子，三万天>>

图书基本信息

书名：<<一辈子，三万天>>

13位ISBN编号：9787807337652

10位ISBN编号：7807337656

出版时间：2012-3

出版时间：古吴轩出版社

作者：付娜

页数：272

版权说明：本站所提供下载的PDF图书仅提供预览和简介，请支持正版图书。

更多资源请访问：<http://www.tushu007.com>

<<一辈子，三万天>>

前言

一辈子，三万天。

刚一看到这个数字，我不由得吃了一惊。

人生，真的只有短短三万天吗？

于是，马上拿起笔算了一下。

$30000 \div 365 = 83$ (年) 果然，如果活到八十二岁，大概只有三万天。

屈指一算，我的人生已经度过了三分之一还多，一万多天已经过去了。

我原本对人生是没有概念的，以为过了今天有明天，过了明天有后天，过了后天还有大后天。

然而，真正有这样一个数字摆在眼前时，我突然觉得，人生真得好短。

也许你跟我一样，人生已经用去了一万多天。

你可曾静下心来想过：这一万多天，你有多少天是快乐的？

多少天是不快乐的？

多少天是激情澎湃的？

多少天是平平淡淡的？

多少天是充实的？

多少天是虚度的？

多少天是为自己而活？

多少天是为别人而活…… 人生短短三万天，何其短暂又是何其宝贵啊！

我们都知道生命的宝贵，但是又有多少人真正懂得去善待生命呢？

著名作家蒋丹说过：“人来世上是个偶然，而走向死亡是个必然。

”所以，只要我们活一天，我们就应该用心去感悟生命的过程。

当你在为了理想努力打拼时，不要忘记路边的风景，或许人生的意义，不过是嗅嗅身边每一朵绮丽的花，享受一路走来的点点滴滴而已。

人生短短三万天，不要等到生命走向尽头的时候，才后悔没有停下来享受生活，让自己空留遗憾。

试着把自己的目光从繁忙的工作和琐碎的家务中挪开，踩着细碎的阳光去林荫小道的深处散散步；在静谧的夜空下，悠闲地躺在阳台的藤椅上，欣赏一下月里嫦娥的舞蹈，找寻一下属于我们的星座...用心去看，用心去感受，你会发现，生活中的点点滴滴都能汇成一道美丽的风景！

<<一辈子，三万天>>

内容概要

人生真的只有三万天吗？

$30000 \div 365 = 83$ （年），果然，如果活到83岁，人生只有三万天。

怎么这么少！

一万天用来成长，一万天用来奋斗，一万天用来享受生活。

每个人都公平地享有这三万天，你正在用你的人生做什么？

而你又将如何分配属于你的三万天？

活在当下，寻找不后悔的活法，别让人生留下遗憾！

书中有温情，有心酸，有最朴实的感动、最贴心的建议，让无数人在迷茫时代找到未来的方向。

有些事，错过了就是永远；有些人，一转身就是一辈子。

想做什么就去做，人生短短三万天，别留下太多遗憾。

如果早点意识到这些，也许能让你换个活法，换种人生。

请别让这些遗憾变成你的遗憾：

1. 在工作上耗费的时间太多
2. 和家人在一起的时间太少
3. 没能谈一场永存记忆的恋爱
4. 没能去追求自己真正想要的生活
5. 没能真诚地对爱人说声“谢谢”
6. 没能让自己活得快乐一些
7. 年轻的时候没能注意身体
8. 轻易地放弃了不该放弃的……

<<一辈子，三万天>>

书籍目录

青春是一本太仓促的书，但值得我们一读再读
无声飞逝的青春
不要忘了是怎样的一个开始
青春，只要不辜负就好
青春是一种心态，有希望就有无限青春
一次生命，一份爱，爱，原来是一种经历
爱情一定要勇往直前，这样才能爱出结果
爱情的滋味复杂，绝对值得一试二尝三醉
真正的爱，超越生命的长度、灵魂的深度
爱情是两颗心共同撞击的火花
不要忘了曾经牵手的滋味和最初的感动
旅行，是一种不关贫富，只为行走的心情
不必在乎目的地，在乎的只是沿途的风景
提着自己的箱包，不再顾念沉世的繁华沉浮
跟着感觉信步向前，“行到水穷处，坐看云起时”
人在疲倦的时候，也要回归大自然
抬头看看天，你会发现太阳每天都是新的
人的生命不在于长短，在于是否痛快活过
不管是帝王将相还是平民百姓，所要经历的都一样
生命的真正意义在于体验
坚强地活着，是一种莫大的幸运
把每一天都当成生命的最后一天
放下世俗的烦恼，放下不能解决的问题
越早放弃旧的奶酪，你就会越早发现新的奶酪
“糊涂”是一种豁达，一种洒脱，一种智慧
最换个活法，换种人生
做自己喜欢做的事，并从中赚钱，寻找快乐
写出你一生想要做的事情
找到最适合自己的做事方法
如果你能把工作当成一种享受，人生就是天堂
垃圾是放错了位置的宝贝
贫穷是不需要计划的，致富才需要一个周密的计划
付出是回报的前提或是序曲
生活是本，财富是末，不要让财富成为负担
人不能把金钱带入坟墓，金钱却可以把人带入坟墓
我们能拥有很多，但我们什么也带不走
活在别人的标准和眼光中是一种痛苦
摒弃心中的杂念，给灵魂一个喘息的机会
清心寡欲就会轻松自在，随遇而安就能自得其乐
这世上比赚钱更重要的事情还有很多
财富必须要适时、适地、适人地布施运用
以平静、知足的心应对事物，才是幸福的真正秘诀
行人事，听天命，不刻意，顺境逆境都会有快乐
人生路上不可能一帆风顺，难免会有风风雨雨
崎岖让人生增添了许多韵味

<<一辈子，三万天>>

逆境是生命的盐，虽然苦咸，却不可或缺
把困境当做一个支点，借助它去寻求突破
烦恼化菩提，转个弯，生活依然美好
不刻意地追求完美，残缺也是一种美
黑暗的尽头其实就是黎明的开始
若想改变世界的确很难，而要改变自己则容易得多
人生有限，最好的活法应是顺其自然并努力奋斗
人生就是一场正在上演的舞台剧，容不得你NG再来一次
人生没有草稿，我们要珍惜每一天
时间是一条单行道，如果你不珍惜，它将有去无回
你可以欣赏过去，憧憬未来，但一定要活在当下
放下过去的烦恼，舍弃未来的忧思
人要有一种危机感，因为生命本无常
把昔日的余晖倒个干净，幸福正在下一站等着你
学会忘记，忘记过去的是是非非
你悲，你喜，万物就在这里，不来不去
宠辱不惊，保持一颗平常心
在寂寞里独享那份安逸是一种福气
保持着一份淡然，从容地应对种种风雨
平淡是一种来自灵魂深处的表白
静极而美的心灵永远是cm和
回归简单的生命本质，享受简简单单的幸福
一辈子，三万天，别让人生留下遗憾
树欲静而风不止，子欲养而亲不待，感恩父母不能等
抛弃“忙”的借口，多点时间给家人
爱情不会在原地等你
原谅，不过是将遗憾悄悄掩埋
收起怨恨的眼神，多给爱人一些宽容
让感恩成为一种生活方式
爱自己，爱他人，珍惜现在拥有的一切
生活不能装得太满，停下来，留些时间，享受生命
停下来享受美丽
生活不能装得太满，多给自己留些空间
人生要学会忙里偷闲，闲里为忙
放慢脚步，对自己说，我就是生活在此刻
享受生命就是享受生活，享受人生
为自己留一段空白，留一段云淡风轻的孤独
生活原来可以这样的安宁和美丽

<<一辈子，三万天>>

章节摘录

宠辱不惊，保持一颗平常心 唐朝，有个叫卢承庆的人，为官清廉，做事认真，讲求实际。

他当的是考工员外郎，这是隶属于吏部的官职，主要负责考察官员。

当时，考察官员有级别标准，先大体分成上中下，然后每一级再分成上中下，比如最好的是上上，差一点的是上中，以及中中、中下、下下之类。

有一次，卢承庆考核一个监督运粮的官员。

这个人在运粮食的过程中，由于翻船把不少粮食掉进了河。

因此，卢承庆只给他定了一个中下：“没给你弄个下下就是照顾你的面子了。

你把船都弄翻了，国家的粮食丢失了那么多，所以只能给你中下这么一个评价。

”可是，这个运粮官得到中下的评语，一点也没生气着急，反而谈笑自若，该怎么着就怎么着。

卢承庆觉得，我给他这么低的一个评价，他都没生气，说明他认识到了自己的错误，这人还行；从这点上来讲，这个人有认错表现，有责任心，改个中中吧。

改成中中后，这个运粮官也没因此而高兴。

卢承庆心想这个人真绝，“宠辱不惊”，无论怎样，他都能坦然面对。

他又调查到，那次船翻了，不是他管理不善造成的，而是因为突然遇到刮大风，把粮船给吹翻了。

总之，不是人为的原因。

卢承庆一想：我给他中中看来也不合适，又改成了中上。

这个运粮官还是没有因此而特别高兴。

从此卢承庆对他印象很好，以后在吏部考核的时候，就注意提拔了他。

著名的社会活动家、杰出的爱国宗教领袖赵朴初同志遗作中写道：“生亦欣然、死亦无憾。

花落还开，水流不断。

我兮何有，谁欤安息。

明月清风，不劳牵挂。

”这正充分体现了一种宠辱不惊、去留无意的达观、崇高的精神境界。

当今棋坛有“石佛”之称的韩国围棋第一高手李昌镐，他总是以一颗平常心来对待每次对弈，置胜负于度外，平心静气地走好每一步棋。

出现劣势时，对手大多有些忙乱，但他依旧毫无表情，纹丝不动，而最终的胜者则常常是他。

然而，这世间，真正能宠辱不惊，保持一颗平常心的毕竟是少数，很多人由于种种原因还是表现得非常浮躁。

一位朋友曾这样诉说自己的苦闷：“我这一两年一直心神不定，老想出去闯荡一番，总觉得在我们那个破单位待着憋闷得慌。

看着别人房子、车子、票子都有了，心里慌啊！

以前也做过几笔买卖，都是赔多赚少；我买彩票，一心想中个五百万，可结果花了几千元连个声响都没听着就没有影了。

后来又跳了几家单位，不是这个单位离家太远，就是那个单位专业不对口，再就是待遇不好，反正找个合适的工作太难啊！

天天如无头苍蝇一般。

不管怎么说，我心里就是不踏实，闷得慌。

”其实生活中，这样的人还真的不是少数，他们做事缺少恒心，见异思迁，急功近利，不安分守己，总想投机取巧，成天无所事事，脾气暴躁。

面对急剧变化的社会，他们不知所措，对前途毫无信心，心神不宁，焦躁不安。

由于焦躁不安，情绪取代了理智，使得行动盲目混乱，做事之前缺乏必要的思考，只要能赚到钱，违法乱纪的事情都敢去做。

其实，这是浮躁带给人的危害。

所以，我们必须时时擦拭心灵深处的浮躁，经常来一次淋漓尽致的心魂沐浴。

遇事不妨让自己保持一颗平常心，平常心源于对现实的清醒认识，追求的是沉静和安然，是洞悉人世

<<一辈子，三万天>>

之后的明智与平和。

是用超然的心态看待苦乐年华，以平和的心境迎接一切挑战，奋斗之后得之不喜，失之不忧。当一个人拥有了一颗平常心，无论怎样的人生都将变得更加平静而从容。

清朝名臣谢济世，他一生四次被诬告，三次入狱，两次被罢官，一次充军，一次刑场陪斩，经历不可谓不坎坷。

雍正四年(1726年)，谢济世任浙江道监察御史。

上任不到十天，便上书弹劾河南巡抚田文镜营私负国，贪虐不法，列举田文镜十大罪状。

因田文镜深获雍正倚重、宠信，谢济世的弹劾引起雍正不快，谢济世不看皇帝脸色行事，仍然坚持弹劾。

雍正认定谢济世是“听人指使，颠倒是非，扰乱国政，为国法所不容”，免去谢济世官职，下令大学士、九卿、科道会审。

严刑拷打之下，虽然没有拿到证据，但仍然以“要结朋党”的罪名，拟定斩首。

后改为削官谪戍边陲。

经过漫长艰难的跋涉，谢济世与一同流放的姚三辰、陈学海终于到达陀螺海振武营，他们商量着准备去拜见将军。

有人告诉他们：戍卒见将军，一跪三叩首。

姚三辰、陈学海听后很是凄惨然，为自己一个读书人要向人行下跪磕头的大礼而难过。

唯独谢济世倒像是没事似的，心情轻松，不以为然。

他对自己的两个同伴说：“这是戍卒见将军，又不是我见将军。”

等见到将军，将军对这几个读书人很是敬重，免去了大礼，还尊称他们为先生，又是赐座，又是赏茶。

出来的时候，姚三辰、陈学海很是高兴，脸上露出得意神色，谢济世倒是一脸平静。

他说：“这是将军对待被罢免的官员，不是将军对待我，没什么好高兴的。”

两个同伴问他：“那么，你是谁呀？”

谢济世回答说：“我自有我在。”

谢济世这样一番回答，言语之中有对自己的信仰和尊重，到达了完全超脱的地步，修炼出一个完整的自我，超然物外，宠辱加身，心无所动，不为形役，外界的宠与辱都不能触及和伤害他那高傲的灵魂，哪怕面对自己的生命即将被剥夺也面不改色心不跳，不愿在临刑前饮酒，他称这酒是“迷魂汤”。

他那高傲的灵魂要高高在上、清醒而冷静地面对一场对自己生命的杀戮，哪怕做鬼也要做一个清醒的鬼。

在谢济世眼里，没有得意，没有失意，有的是对自我的肯定，对灵魂的把持和坚守。

做他自己认定的事情，时代风潮的惊涛骇浪。

这是谢济世做人成功之处，在心理调适方面，他是人们的榜样。

善待此生，改变活法 今天的我们，只有做到了宠辱不惊、去留无意方能心态平和，恬然自得，方能达观进取，笑看人生。

P196-199

<<一辈子，三万天>>

媒体关注与评论

人生的道路虽然漫长，但紧要处常常只有几步，特别是当人年轻的时候。

没有一个人的生活道路是笔直的，没有岔道口的。

有些岔道口，譬如政治上的岔道口，事业上的岔道口，个人生活上的岔道口，你走错一步，可以影响人生的一个时期，也可以影响一生。

——柳青人人都希望过上幸福快乐的生活，而幸福快乐只是一种感觉，与贫富无关，同内心相连。

——于丹

<<一辈子，三万天>>

编辑推荐

《一辈子,三万天:不后悔的活法》编辑推荐：人生只有三万天，选择不后悔的活法。

一辈子，三万天，我已用去了三分之一，你用去了多少？

很多人在临终前都会有的遗憾：在工作上耗费的时间太多，和家人在一起的时间太少。

《一辈子,三万天:不后悔的活法》列出多个人生中容易留下遗憾的事情，如果早点意识到这些，也许能让你换个活法，换种人生。

别让这些遗憾变成你的遗憾。

$30000 \div 365 = 83$ （年）如果活到83岁，人生只有三万天，一万天用来成长，一万天用来奋斗，一万天用来享受生活。

每一个人都公平地享有这三万天，你正在用你的人生做什么？

而你又将如何分配属于你的三万天？

<<一辈子，三万天>>

版权说明

本站所提供下载的PDF图书仅提供预览和简介，请支持正版图书。

更多资源请访问:<http://www.tushu007.com>