

《人生只有一次，去做自己喜欢的事》

图书基本信息

书名：《人生只有一次，去做自己喜欢的事》

13位ISBN编号：9787550249970

出版时间：2015-4-1

作者：摩西奶奶

页数：192

译者：姜雪晴

版权说明：本站所提供下载的PDF图书仅提供预览和简介以及在线试读，请支持正版图书。

更多资源请访问：www.tushu000.com

《人生只有一次，去做自己喜欢的事》

内容概要

编辑推荐

美国摩西奶奶基金会唯一授权，摩西奶奶后人钦定译者姜雪晴翻译并亲自推荐

风靡全球、火爆网络的摩西奶奶生前经典作品首次出版，写给万千读者的治愈之作！

影响马云、稻盛和夫、俞敏洪、李嘉诚、渡边淳一、梵高、村上春树等无数成功人士的根本力量

摩西奶奶说，怎样才是最好的一生？其实，求很简单。做你自己喜欢的事情，与你喜欢的人在一起。上帝会高兴地帮你打开幸福之门。

人到底该在什么时候做什么事，并没有谁明确规定。如果我们想做，就从现在开始。

该书尚未出版，片言只语便流传于微博、博客、豆瓣、贴吧、各大论坛，引发网友热烈讨论

摩西奶奶是美国最著名做多产的画家之一，她76岁开始拿起画笔，大器晚成。数十年来，摩西奶奶的影响力跨越国界，直至加拿大、英国、法国、德国、墨西哥、中国、日本等诸多国家和地区，影响了一代又一代的年轻人，给予他们生活与工作中源源不断的动力与启迪。

《人生只有一次，去做自己喜欢的事》是摩西奶奶生前经典之作，由美国摩西奶奶基金会独家唯一授权，摩西奶奶后人钦定译者姜雪晴翻译并亲自推荐。

全书完美再现了摩西奶奶清新温雅的笔触，她用自己百年人生的经历娓娓道来，讲述人生的真谛与本质。从七十岁前的田园生活，到年近八十开始绘画，摩西奶奶将一切过往感悟缓缓写出，睿智又精炼，从容而乐观，犹如一道心灵温泉，给迷茫与困惑中的年轻人带来启示与激励。正如，她在本书序言中所说：“在我们漫长而又短暂的一生中，找到自己发自内心喜爱去做的事情，坚持做下去。让这一点小小的坚持，带给我们微妙的喜悦。”

《人生只有一次，去做自己喜欢的事》

作者简介

摩西奶奶是美国最著名做多产的画家之一，她76岁开始拿起画笔，大器晚成。数十年来，摩西奶奶的影响力跨越国界，直至加拿大、英国、法国、德国、墨西哥、中国、日本等诸多国家和地区，影响了一代又一代的年轻人，给予他们生活与工作中源源不断的动力与启迪。

《人生只有一次，去做自己喜欢的事》

书籍目录

自序

你最愿意做的那件事，才是你真正的天赋所在
好好做你喜欢的事，并且把它做好
世界会变，但梦想始终如一
绘画不是为了名声，是为了时光流逝使我心安
找到自己的路，全心全意走下去
真正的富有是不放弃希望
诚实的面对自己，希望才会如期而至
尝试改变心的轨迹
不要违背自己的本心，便是真正爱自己
请守护心底的期冀
用自己的方式选择开始
爱你的现在
要相信，美好的生活已经出现
一切的发生，都是最好的
所有的美好都藏在不经意间
时间是最好的甚至是唯一的生命刻度
幸福的秘诀不是别的，而是拥有自己的风景
热爱这个世界，不要感到疲惫
最好的时光不在别处
每个人都会从生活中得到一切
所有不起眼的平常时刻，都是永恒
你不喜欢的每一天都不是属于你的
幸福是一段没有终点的旅程
生命在任何时候都不太晚
赋予灵魂美感
你获得了什么，在于你的付出
生活是我们自己创造的，永远如此
接纳自己，与生命中的缺憾和解
成为你自己
人生的意义不在于留下什么，而在于经历

《人生只有一次，去做自己喜欢的事》

精彩短评

- 1、干了这碗鸡汤！
- 2、可能是当作一个老奶奶的轻自传而非鸡汤文来看，所以就看得下去。【2017年3月15日 掌阅199】
- 3、活着真好，哈哈。
- 4、今天读完了，的确是鸡汤，但我也推荐，但是花了一辈子的时间熬制，可惜现在的我们只想喝速成外卖鸡汤，而没有耐心去熬制自己的那一锅。
- 5、喜欢的摩西奶奶是真，这个自传不真。
- 6、画的挺好的。其他拿走不谢
- 7、太多重复的话语 反反复复地说 虽然道理我都懂。。画真的是满溢的快乐和平温暖
- 8、鸡汤 喝的有点急
画还是美的可还是觉得差点东西
加油吧
喜欢的事情
- 9、平淡的"鸡汤"，可我，也是想要像摩西奶奶那样，生活。
- 10、鸡汤
- 11、很多奶奶的人生价值关，即使时隔百年，依旧为许多人追求。
一生很短，请为自己而活~
- 12、文字一般，但奶奶拿起画笔作画的坚持不懈的精神是值得学习的，除了摩西奶奶还有塔莎奶奶...
- 13、老奶奶的鸡汤.....
- 14、就像摩西奶奶在和你面对面的谈话 她是那么宁静 从容 幸福。而这些都是由内而外散发出来，感染着你的内心。像一阵阵清风，温柔拂过肌肤。知道自己内心想要什么便是幸福到来的开始。然后便是保持一种热爱生活的心。一切随心。给予自己幸福。
- 15、忧伤的时候 捧起书来读一段 向摩西奶奶学习
人生只有一次 每一天的充实满足连成人生的片段和乐章
- 16、文字简单 略大同小异的鸡汤 据说可以当绘本看 但是微信图书上买的 没有见到图！！无奈 可惜 不然应该能多加一颗星
- 17、虽然是满满的鸡汤讲要追梦要活在现在要知足常乐，可是画好温暖。很多人会拿摩西奶奶举例说追梦，即使80岁开始也会成功，可是，没有人提到她学刺绣学了很多年，这些都是传奇误导过我们的事。
- 18、摩西奶奶内心的内心充盈饱满，活成像她这样的老奶奶是愿望
- 19、很薄的一本书，静静地花一个小时就可以读完。文字美好而隽永，如果从年轻人口中说出来可能会觉得鸡汤矫情，但是从一个自信从容的百岁老人口中说来竟然觉得如此美好，翻译得很美，好想读一下英语原版哦！向摩西奶奶学习！
- 20、人生就是要自己去经历，去感受。
- 21、一位百岁老人对于人生的看法已经淡然超脱到一种境界，对于生活的满足来源于一点一滴的小事，认为快乐和幸福都来源于自己的内心，这种态度是需要我们学习的，庆幸自己在十七岁的年纪能够阅读这本书给自己现有的生活一个反思的机会，想她学习！
- 22、岁月，你好，我们且行且从容
浮躁的时候很适合看
- 23、因为讲得简单 才像一个老奶奶写的。有启发。
- 24、生活是我们自己创造的，永远如此。
- 25、温暖的鸡汤，平淡而幸福的生活
- 26、有别于《人生永远没有太晚的开始》，本书撇开了前者碎片式+译者自嗨等常见的弊病，所有的文字都是那么的稀松平常，但又无一不包含摩氏生活哲学。但唯一有点不足的是，摩西奶奶的画作作为插画的存在，总是另起一页，但却连页面的1/2都不到，空白了一大半。。。
- 27、温乎乎鸡汤我干了。话说摩西奶奶和在看的《娱乐至上》里提到的摩西不是一个人吧
- 28、中国古话知足常乐，寻找自己的幸福感。把每一天都过的快乐，要有善于发现美的眼睛，生活是

《人生只有一次，去做自己喜欢的事》

美好的。梦想还是要有的，并不是要功成名就，而是与心相近。

29、喜欢摩西奶奶的画（单纯看画系列）

30、美国土农民老奶奶的荔枝鸡汤，不可复制，毫无营养，没有任何看点！！

31、且行且从容

32、嗯。我正在做着这样的事情。或者说是正在试着去做这样的事情。明朗而坚韧的活着。这是内心里满满正能量的我说出来的话。悲观孤僻的我此刻正在沉睡。

33、每天都要开心哦 我是最特别的那一个

34、午后晒着太阳看完了这本书 就像听一位银发老人在和你聊天 很简单 就一个主题 “人生只有一次去做自己喜欢的事” 简单、愉悦、安详、舒畅 竟有种幸福的滋味

35、不想喝鸡汤

36、励志书的代表。2017年第六本。从书里的目录就能总结出来一个人生大致怎么样能成功的秘诀。

所以，坚持自己喜欢的事情。就这样吧。

37、一句话可以概括的事，浪费了一本书的时间。但是摩西奶奶值得学习

38、内涵十分丰富，说出了自己真挚的情感，也给了我一些启发。但我觉得很重复。

39、语言简朴，直表胸臆

40、这世上的事情应该都是如此，到底哪些事情对你说是最重要的，是真正想去做的。想好之后，就去好好做你喜欢做的事情。并且把它做好。也就是说在柴米油盐的庸常琐事生活中，自己要独守一份执着，坚持保留自己的一片天。

41、书店的畅销书 随意翻来看看 摩西奶奶还是非常棒 文字实在太鸡汤 看看就好

42、虽然是鸡汤，但来得恰到好处。“你不喜欢的每一天都不会是你的，对于不是心中所想的生活，无论这生活有多么美好，多么安稳，没有喜悦的生活，都不是真正的生活。”

43、在从昆明南去深圳北的G2924动车组上拆封并且读完这本书，一气呵成，酣畅淋漓。这本书完美的展现出垂暮之年的人生智慧：人类文明浩瀚如银河，一个人的一生只是微小一点。用何种姿态走过可以掌控的这一点？对未来充满希望有不切实际的期许，同时踏踏实实的做好眼前的事，感动的，幸福的，最主要的是自己喜欢的，坚持下去，通过每个微小愿望逐一达成。

44、过自己的生活，追寻自己心中认定的幸福，不需要过多地考虑别人的想法，用最舒服的方式走完自己的人生，这就是圆满了，你觉得拼搏奋斗是幸福的，就去拼搏奋斗，你觉得安闲自在是幸福的，就安闲自在，幸福没有具体的定义，每个人都有不一样的理解，还有，很喜欢摩西奶奶画的树、远山和天空。

45、遵从自己内心，想做什么就去做。无论想做什么，只要肯迈出第一步，都不算晚。就算自己80岁了。全书满是温暖的大自然画作。暖色系的色彩看了让人心情舒畅，安宁，平静。文字跟一般的鸡汤文无异

46、希望老去的我 也能说出 我每天都在努力生活 爱我所爱 做我爱做的事 无怨无悔 这种话。

47、太鸡汤了，千篇一律的内容。三颗星打给奶奶的画作。

48、你最愿意做的那件事，才是你真正的天赋所在。挺在理的，其实如同兴趣是最好老师。鸡汤很多说的简单都在理的。任何事情只要想去做好它，一点都不会太晚的

49、摩西奶奶就是按自己意愿过一生的实践版。只此一生，活到淋漓，做自己想做的事永远都不会晚

50、很励志的鸡汤，经历很多以后再看这种鸡汤真的会更有感触。不再像高中时候的那种简单而过。更多是感同身受

《人生只有一次，去做自己喜欢的事》

精彩书评

- 1、作为年近80才拿起画笔画画的摩西奶奶，我之前略有耳闻，其画作真的很棒，就像她在书中所说的那样。她喜欢用她明亮鲜艳的色彩画心中的故事和梦想。我想，艺术作为一种内心独白，因为是一个人的灵魂的写照和流露。在看完摩西奶奶这本书之后，对她的画作理解更深了。这是一本小小的画作番外篇，作者从为什么画画、怎么画画、画画时的心态和人生感悟来组织语言，主题也比较简单，但是却是一位老人经历了近一个世纪的人生感悟。书中不断提及作者少女时代的绘画梦想、作者牧场的单调但满足的生活、作者一生无求却不放弃梦想的观点等等。多次劝告年轻人要遵从自己的内心去生活做事。也就是书的中心思想，做自己喜欢的事情。因为在活了几十年四代同堂的她看来，人生很短且只有一次。即便年轻的时候因为种种个原因没有实现自己画画的梦想，但是，在摩西奶奶的心中这种梦想一直不曾散去，指导她拿起画笔找到了自己的内心最渴望的东西。所以，她的画才如此动人，因为里面很多都是她记忆和梦想中的色彩与场景。祝福她。也希望自己能在画画的道路上坚持下去。
- 2、本以为摩西奶奶会讲述自己一生中经历的各种各样的事，没想到是以鸡汤的方式来阐述人生的道理。在读这本书的时候，我有种直觉摩西奶奶是巨蟹座，在所有星座中，感觉只有巨蟹座才有这样不争不抢，顺其自然的人生观。读完之后去百度才发现摩西奶奶并不是巨蟹座的，才想到巨蟹是因为懒所以才豁达的，而摩西奶奶则是真正的享受生活，才会有那样的心境。处于我现在的年龄，很难有作者这样的心境，总会羡慕别人的生活，总想把自己的生活奋斗成别人的样子，在奋斗的路上不顾风雨彩虹只是一味的往前冲，这大概就是当下年轻人的心态吧。我们有这样的想法可能是因为我们还年轻，等到我们的经历越来越丰富，或许我们也会有摩西奶奶这样的心境；我也说不清摩西奶奶是什么样一种心境，我能说的只有豁达，可能还有其他我感受不到的，只能怪我读书太少，领会颇浅。这本书很短，在读的过程中，摩西奶奶说自己并没有画画功底，我会好奇她作的画到底是怎样的，一直到书读完我才去网上看她画的画。看了画才更加清楚的了解摩西奶奶的内心世界，画作很清新，给人一种安静祥和的感觉，如果我能看到这样的画，又恰巧有钱，那我一定会买下一副，因为太喜欢这样的感觉。其实说实话，虽然摩西奶奶的画我只是在网上随意看了几幅，但是比起书来说，我还是更喜欢画。
- 3、短短的文字却让我收获了深深的共鸣。在这里必须夸一夸译者，中文功底真的很棒。虽然和摩西奶奶在年龄上相去甚远，但我却发现我们对于幸福的定义却惊人的相似——“对于我而言，对人生的要求其实很简单，能够始终保持快乐的心情，去做自己喜欢做的事情，就是莫大的幸福。”摩西奶奶是幸福的，这一生都听从自己的内心，做着自己愿意做的事情。日子虽然平淡，虽然琐碎，虽然波澜不惊，却写满了足够的美好。真的，人生能够这样就够了。我的家人如果也能拥有摩西奶奶那样的幸福观就好了，在阅读的过程中我不止一次的这么想。好吧，我承认是我想多了。。。
- 4、是碗鸡汤，但挺好喝普及一下，书的第十九章中那个给摩西奶奶写信的自称是春水上行的日本年轻人1960年，一个自称为春水上行的日本年轻人给100岁的摩西奶奶写了一封信，讲述自己遇到的问题，并寻求建议。这个年轻人的梦想是想成为一名作家，却不知道该怎么放弃外科医生这份稳定而受人尊敬的工作。他说自己已经30岁了，在他看来在这个年纪放弃稳定的工作与收入去追求梦想无疑风险太大。当时100多岁的摩西奶奶的回信是一张明信片，上面画了一座谷仓，并写有一段话：“做你喜欢做的事，上帝会高兴地帮你打开成功之门，哪怕你已经80岁了。”这个自称是春水上行的日本年轻人听劝了，去做了自己喜欢的工作，他就是后来在世界文坛都享有盛誉的日本著名作家渡边淳一，他著有130多部作品，被誉为日本的“情爱文学大师”。嗯，做你喜欢做的事，上帝会高兴地帮你打开成功之门，哪怕你已经80岁了。
- 5、这篇文章的中心内容是分享享年101岁的长寿老人摩西奶奶的画和话，全文长2500字，大约需看3分钟。——题外话曾看到过一篇文章，大概是外国人写的，说我们国人脸上普遍有一种不开心不自在的气质。想来也是，房子、车子、孩子，上学、就医、养老，随便拎一个就让人头大，除了社会环境塑造，自身的心性修养也影响着一个人开心与否。终究人生只有一次，迫于各种压力，却不能做自己喜欢的事，如何开心自在呢？第一次认识摩西奶奶，是从朋友转发的一篇文章里看到她的画，大概是从小我也生活在农村的田地间吧，她画中明快的色彩，欢乐的气氛，丰富热闹的田园景像一下子就感染了我，喜欢的很。这几天偶然看到摩西奶奶的书，让我对这位早有耳闻的老奶奶，有了更深入了解的欲望。书名就是那么治愈——《人生只有一次，去做自己喜欢的事》，伴着摩西奶奶的画，看这位百岁老人穿越时空，要告诉我们什么人生智慧吧。首先来了解一下摩西奶奶的生平事，无疑，摩西奶奶

《人生只有一次，去做自己喜欢的事》

是一位美国女画家，本名安娜·玛丽·罗伯森·摩西（Anna Mary Robertson Moses，1860—1961），享年101岁。她出生在美国纽约州一个叫作格林威治的小村庄里，婚前的摩西奶奶一直在农场做女佣，每天繁重的农活让她只顾埋头劳作，工作机械而单调。27岁时，她嫁给了一位农夫，从摩西奶奶的书中描述看，丈夫虽不善言辞，不懂情趣，但在摩西奶奶眼里他是一个近乎完美的男人。这也许和摩西奶奶善解人意的个性有关。人生在世，不如意十之八九，摩西奶奶是怎么对待这种不如意呢？

- 1、不论是对身边的人，还是对自己，我都没有太高的要求。
- 2、一个人最终能够得到什么，是否获得了他一心想要拥有的生活，并非与幸运相关联，而是在于自己付出了多少。
- 3、接受生命中的不完美，因为这个世界上，本来就没有十全十美的事情。接纳自己人生中的不如意，毕竟，每一个人的一生中，不可能事事都做到称心如意。
- 4、在我的灵魂深处，我始终相信，生命是公平的，你所得到的，与你的付出分不开。
- 5、在每一个美好的日子里，我努力想要把画作画得更好，我知道，你只有尽自己的能力去做好每一件事情，命运才会给予你更好的回报。

摩西奶奶的一生几乎都是在农场里度过，婚后共生育有10个孩子，孩子长大后，她的日常工作以刺绣为主，闲暇时，也会喂养几只鸡鸭。摩西奶奶七十六岁时因关节炎放弃刺绣开始绘画。她的作品主要描绘的是农场景色以及她的生活。在她生命的最后二十多年里，共作画1600幅，她晚年成为美国最多产的原始派画家之一。常被当作自学成才、大器晚成的代表。摩西奶奶说：“一开始的时候，我并不知道我应该画什么，我甚至不知道应该如何画下第一笔。但是，没有关系，只要自由地去画，将一切与我梦想有关的东西都画出来就好了”。摩西奶奶出名后，全世界读者的来信从四面八方涌来，曾有人质疑她：“你进行刺绣、学习画画，是因为你对眼前的生活感到不满吗？”摩西奶奶总是给出人生哲理般的箴言：

- 1、我只是钟情绘画，选择了绘画，仅仅是因为喜爱，或者说，是为了生活得更加充实。
- 2、我绘画不是为了名声，更不是为了财富，而是为了时光流逝，使我内心安稳。
- 3、我是怀着幸福之感去做我生命中的每一件事情的，所以我的生命之旅、沿途都绽放了馨香的花朵，不仅仅是我自己，旁人也能够嗅到我的幸福微香。
- 4、生命是一段复杂的旅程，但幸福只是一个简单的手势，其实，你无须太用力，便能轻易拥抱着幸福。
- 5、开始一件事情，有的时候并不需要考虑太多。你要相信，时光漫长，你想要做的那些事情，最终都能够做成，你终将成长为自己想要成为的那个样子，但前提是，你敢于按下开始的这个按钮，让你的生命能够拥抱着未来。

有一天，有位叫春水上行的日本人给摩西奶奶写了一封信，他在信中写到自己从小就十分喜爱文学，很想从事写作工作，但是他的家里人并不愿意他做与文学相关的工作，他们希望他能够找一份更为稳定的工作，于是，在家人的压力下，他选择了一份在医院的工作，时间一天天流逝，他并没有爱上这份工作，反而对文学愈加热爱。这位叫作春水上行的年轻人在信中苦恼地倾诉道，我已经快30岁了，不知道该如何选择，是选择稳定的生活，还是去做自己喜欢的事情。摩西奶奶回答他：

- 1、你要去相信，你最愿意做的那件事，才是你真正的天赋所在。
- 2、做你喜欢做的事情就对了，上帝会高兴地帮你打开成功之门，哪怕你现在已经80多岁了。
- 3、不要等待别人来满足自己的愿望，更不要奢望好运气能够平白无故地降临到自己身上，要积极主动地去努力，因为能够让自己感到幸福快乐的人，唯有自己。
- 4、生命很丰富，生命也很短暂，在我们几十年的有限时间里，真正为自己而活的时间并不长。不要再为了别的一些看似至关重要，但其实毫无价值的事情，而刻意回避了自己内心真正想要的东西。
- 5、我常常鼓励人们，不要介意别人怎么说，自己的梦想弥足珍贵，一旦你找到了你愿意为之付出一切精力和热情的梦想，那就不要轻易放弃。

在来信中，也有很多人向她诉说自己的困惑和不安，他们问摩西奶奶最多的一个问题便是：为什么你会在生命走过了大半生之后，突然选择拿起画笔，是不是为了圆年轻时候的梦想。我是不是应当像你一样勇敢，放弃自己眼下稳定的生活，去做自己喜欢做的事情？摩西奶奶说：

- 1、生命的漫长与短暂、精彩与平淡，与别人都没有太大的关系，能够主宰你命运的，唯有自己的心。
- 2、许多人不是不知道自己要做什么，而是知道了，却什么都没去做。我之所以幸运，是因为我知道自己要做什么、并且用自己的方式选择了如何去做得更好。
- 3、真正地爱自己，不是去牺牲掉所有的时间和精力，去打拼什么辉煌的未来，而是在当下，努力去做自己喜欢做的和有趣的事情，让自己的内心充盈着喜悦，让现在的每一天，都以自己喜爱的方式度过。
- 4、所谓通往梦想的人生之路，不过就是在柴米油盐的庸常琐事生活中，自己独守的一份执着，坚持保留自己的一片天地。
- 5、我们不需要去过别人眼中光鲜的生活，我们所要经历的只是自己的生活，我们要以自己认为最舒服、最愉快、最幸福的状态生活，这是最主要的。那些向摩西奶奶提出的问题，我也常常有。我问自己，在那么多更专业的、更年轻的自媒体人市场上，有我这只小白的舞台吗？慢慢来，真的不会感到遗憾吗？摩西奶奶也给了我答案：

- 1、不会的，让整个人都放松下来，允许自己如同蜗牛一般前行，脚踏实地的力量让自己心里无比的笃定和

《人生只有一次，去做自己喜欢的事》

踏实。2、人们常常提到“生命的价值”或者谈论“生命的意义”，其实，有关生命的真正价值和意义，不过就是简单地相信：你曾经幻想过的那条裙子，最终会穿在你的身上，让美丽绽放在裙摆中。我喜欢这个答案，慢慢来，允许自己如同蜗牛一般前行，脚踏实地的力量让自己心里无比的笃定和踏实；你曾经幻想过的那条裙子，最终会穿在你的身上，让美丽绽放在裙摆中。人生只有一次，一定要做一件自己喜欢的事！

6、几年前在微博上看到一位叫摩西的老太太的故事，媒体统称她为摩西奶奶，说她58岁画了第一幅画，80岁开了画展，画画爱好持续到101岁，当时就很好奇这位老太太的故事。今年夏天，逛书店时发现摩西奶奶的两本书，一本是第一人称写的《人生只有一次，去做自己喜欢的事情》，另一本书第三人称写的《人生随时可以重来》。已经习惯网上买书的我忍不住等，马上在书店就买了。我有个奇怪的习惯，越是好奇，越觉得有趣的书越舍不得一下子看完，喜欢每天看几页，感受点能量，所以这两本书我几个月才看完。书上的介绍写的特别传奇。58岁，从未受过专业绘画训练的摩西奶奶开始画画；78岁，一位旅行收藏家在一家杂货店发现了她的画；80岁，在纽约举办个展，之后作品畅销欧美；89岁，被杜鲁门总统授予美国“女性全国新闻俱乐部奖”；100岁，启蒙了后来成为世界一流文学大师的日本作家渡边淳一；101岁，摩西奶奶完成最后一幅画，并同年去世，被当时的肯尼迪总统誉为“深受美国人民爱戴的艺术家”。真的很值得学习并尊敬的人，但我看完两本书以后，那种崇拜的感觉消失了，更多的是亲切感。因为摩西奶奶画画的理由很简单，只是为了让自己充实，只是因为刚好喜欢。她说，她本来用刺绣充实时间，后来因为关节炎加重的原因，只能做一些活动量不大的活儿，就拿起画笔开始画画，她说如果当初不画画，她可能会养鸡，真是个有趣的老人。摩西奶奶是贫穷农夫的女儿，当过女佣，后来嫁给工人，一辈子过得平平淡淡，丈夫去世后，也用农活和家务事来充实自己，直到身体不再允许她过于忙碌，才选择坐着就能做的画画，而且她也喜欢画画给她带来的充实感。在《人生只有一次，去做自己喜欢的事情》里，摩西奶奶说：“在我刺绣的时候，我是因为喜欢才去做这件事情；在我给孙女、孙子讲故事的时候，我是因为爱看他们天真的笑容才做这件事情；在我于厨房间忙碌的时候，我是因为喜欢家里人吃到我做的食物才去做这件事情的。”她还说，有人问她在画画方面取得那些成就是不是很开心，她说的确很开心，但开心的并不是因为她的画不断地被卖出，而是因为她能做自己喜欢做的事情，这对她来说才是最重要的。两本书把摩西奶奶的一生写的蛮细的，比起《人生随时可以重来》里第三人称介绍摩西奶奶的伟大，她的精神，我更喜欢《人生只有一次，去做自己喜欢的事情》里摩西奶奶自己讲述的自己以前当女佣的经历，结婚以后跟丈夫的平淡又幸福的生活，跟孙子、孙女们的互动，甚至女儿生重病时的心痛，她爱她的家人，她的生活，以及生活中的一切，她不觉得在农场生活一辈子很平淡，她很珍惜，也很喜欢。看着她的人生经历，觉得幸福那么简单。我特别喜欢书中一个小故事。有一天，摩西奶奶的小孙女跑来很委屈地说自己最爱的玩具丢了，摩西奶奶陪着找，所有的地方都找遍了就是找不到。那天小孙女一整天都很难过，摩西奶奶把她哄睡以后，坐下来画了一幅小孙女抱着心爱的玩具玩耍的场面，并放到小孙女的床头上。第二天，小孙女看到那幅画后非常高兴，仿佛她的玩具重新被找回，那幅画也变成小孙女喜欢经常看的画。摩西奶奶觉得画画不仅能让她充实，还能让她爱的人们感到幸福和快乐，这是画画对摩西奶奶最大的意义。一个原本很平凡的老人，用自己的兴趣，并一直默默地做，变成了一个伟大的艺术家。摩西奶奶在书里强调了很多次，一定要去做自己喜欢的事情，并坚持下去，而且不用在乎自己有没有天分，不用在乎自己年龄，只要喜欢，就尝试去做。我觉得我们最大的问题不是尝试的勇气，而是怕失败或做不好的心态，然后就一直纠结下去。摩西奶奶曾经受到过一封信，这是一个日本年轻人寄来的。年轻人在信中不停地诉苦：他喜欢文学，几乎到了痴迷的地步，他每时每刻都想从事这个行业。只是，大学毕业之后，却碍于生活和亲情，找了一份自己并不喜欢的医学工作。从做这一份工作开始，他就没有快乐过，一分钟也没有。他心心念念的就是自己的文学。现在，年近30岁的他越发迷茫，不知道要不要继续做这份折磨人的工作，而将自己喜欢的文学彻底放弃。那个时候，摩西奶奶的名声已经很大了。她经常会收到世界各地粉丝的来信，或者各地画商的约稿。这些信中大都是一些恭维赞美的词句，而唯独只有这封信，是一个迷路的年轻人在向一个老者谦虚地请教，并想要从这个老者这里得到最好的救赎。摩西奶奶给那位年轻人寄去了一张明信片，上面写着：“年轻人，你应该去做自己喜欢的事情，这样上帝才会愿意帮你把成功的大门打开，哪怕你已经80岁了。”而那位年轻人就是后来成为日本有名作家的渡边淳一，连我这个较少看日本文学的人都知道这个名字。其实，我在采访中遇到过好几个到晚年才开始追梦，或开始研究自己兴趣的人。三年前，我采访一个老人，当时他已经96岁，是个抗战老兵，以前留美学习，英语能力很强。他82岁开始学习小提琴，觉得小提琴的声音好听，就

《人生只有一次，去做自己喜欢的事》

买来小提琴，跟着乐谱学习，后来学会用电脑，网上下载小提琴教学视频跟着学习，还用电脑摄像头，拍摄自己拉的曲子，在视频网站上注册，把自己的视频传到网上分享。他给我拉了好几首曲子，不能说特别好听，毕竟是业余水平，但作为82岁开始自学的老年人来说已经很好了，而且能听得出拉了什么曲子。当时他传到网上的音乐视频已经50多首了。这个星期采访了一个66岁的老人，他小时候受当老师的父亲的影响，觉得这是一个很伟大的工作，就一直想当老师，但因为当时政治环境原因，没能上大学，后来下乡当农民，又被选到石油单位当工人，后来又石油科研单位当工程师，上大学学习单位制定的石油相关专业，过着看似很顺遂的生活，但他心里一直放着当老师的梦。在他55岁那一年，他去考了教师资格证，并去一些私立或公立学校应聘，如愿当上老师。虽然刚开始只是代课老师，但他说第一次上讲台听到学生整齐地喊：“老师好！”无比激动。现在，他在农牧区支教，依旧持续着老师梦。昨天跟表妹聊天聊到我们对有些东西领悟得太晚了，如果早几年醒悟过来，现在应该会成为更好的人。但我们又觉得，至少现在醒悟过来了，比一直沉睡好多了。不管是摩西奶奶也好，那些坚持自己的梦或兴趣的人也好，不觉得什么时候开始去做是重点，而是去行动才是。每个人的人生，最大的贵人都是自己，别人再怎么帮我们，我们自己不行动都没有用。人生真的可以重来吗？我觉得与其说重来，不如说让它更精彩。别管年龄了，别管别人的看法吧，只管去做吧，管它成功不成功，享受过程和自己的进步吧！5年前的昨天非专业出身的我当上记者，只凭着喜欢写东西这么简单的心愿，而不是因为所谓新闻理想。这五年写了那么多稿子，真正让我有想写的欲望的故事没那么多，自己也没有去挖掘生活中不一定要见报，而根据自己喜好记录下来故事或感悟。我现在写这些工作以外的文章，在几个平台发布就是为了回归自己的初衷，写自己想写的东西，不管能不能登报，不管写的多或少，最重要的是坚持写，记录，进步。走得慢没关系，只要在进步就好。PS：上周，多亏我在几个平台分享文章，有个我一直想努力加入的群的群主在一个平台上给我发私信，然后我就这么愉快地如愿，并得到那个自己很有兴趣的机会。：)

7、整本书，目录就是精髓，每句话都深含哲理。如“好好做你喜欢的事，并且把它做好。”“找到自己喜欢的路，全心全意走下去。”“不要违背自己的本心，便是真正的爱自己。”“热爱这个世界，不要感到疲惫”。我很直白，就是喜欢这本书，喜欢这个老奶奶，她用自己平凡的一生总结经验，告诉世人最简单的道理，“不要惧怕未知的明天，找到自己喜欢做的事情，并且坚持做下去，从中获得乐趣，这样的人生自然美好而愉快的。”身边到处是美景，如那句俗语，这个世界不缺少美，而是缺少发现美的眼睛。我认为，这个世界并不缺少美，而是缺少发现美丽的心灵。即使身处雄伟壮丽的历史殿堂，如果没有一颗淡定沉静的心，也只能是走马观花，付了门票留个照。眼睛是心灵的窗口，心灵是眼睛的向导。有颗发现美的心，再细小微妙的事物都可以让自己愉悦欢喜。一颗开花的树，一片飘落在水中的枯叶，一缕洒在书桌上的阳光。一年四季，春夏秋冬，每分每秒，都要快乐的生活下去。因为人生只有一次，过一天就少一天，为何不做自己喜欢的事情，快乐的，幸福的走完一生。如果不知道如何开始，就从现在开始吧，反复的读这本书，处处都是真理，说到你的心坎，融化你腐朽的思想，重新敞开心扉，外面的世界非常美好。这不是普通的鸡汤作品，是让我下定决心买一本珍藏，时时翻阅的人生宝典。

8、作为年近80才拿起画笔画画的摩西奶奶，我之前略有耳闻，其画作真的很棒，就像她在书中所说的那样。她喜欢用她明亮鲜艳的色彩画心中的故事和梦想。我想，艺术作为一种内心独白，因为是一个人灵魂的写照和流露。在看完摩西奶奶这本书之后，对她的画作理解更深了。这是一本小小的画作番外篇，作者从为什么画画、怎么画画、画画时的心态和人生感悟来组织语言，主题也比较简单，但是却是一位老人经历了近一个世纪的人生感悟。书中不断提及作者少女时代的绘画梦想、作者牧场的单调但满足的生活、作者一生无求却不放弃梦想的观点等等。多次劝告年轻人要遵从自己的内心去生活做事。也就是书的中心思想，做自己喜欢的事情。因为在活了几十年四代同堂的她看来，人生很短暂且只有一次。即便年轻的时候因为种种个原因没有实现自己画画的梦想，但是，在摩西奶奶的心中这种梦想一直不曾散去，指导她拿起画笔找到了自己的内心最渴望的东西。所以，她的画才如此动人，因为里面很多都是她记忆和梦想中的色彩与场景。祝福她。也希望自己能在画画的道路上坚持下去。

9、书的第十九章中那个给摩西奶奶写信的自称是春水上行的日本年轻人1960年，一个自称为春水上行的日本年轻人给100岁的摩西奶奶写了一封信，讲述自己遇到的问题，并寻求建议。这个年轻人的梦想是想成为一名作家，却不知道该不该放弃外科医生这份稳定而受人尊敬的工作。他说自己已经30岁了，在他看来在这个年纪放弃稳定的工作与收入去追求梦想无疑风险太大。当时100多岁的摩西奶奶的回信是一张明信片，上面画了一座谷仓，并写有一段话：“做你喜欢做的事，上帝会高兴地帮你打

《人生只有一次，去做自己喜欢的事》

开成功之门，哪怕你已经80岁了。”这个自称是春水上行的日本年轻人听劝了，去做了自己喜欢的工作，他就是后来在世界文坛都享有盛誉的日本著名作家渡边淳一，他著有130多部作品，被誉为日本的“情爱文学大师”。

10、

11、摩西奶奶写下的话：p152摩西奶奶：我在心底深处隐隐地担忧，在我的小曾孙女成长的过程中，他会因为外界各种各样的诱惑和压力，放弃了曾经的梦想。也许，她会和许多人一样，为了得到更加丰富的物质生活，前往美国的某一座大都市，在那里人头攒动的街头，找一份看似高贵、但其实非常枯燥无味的工作。p08那个时候，我不止一次地幻想过，将来要有一间属于自己的书房，在四周的墙壁上摆放又高又长的书柜，然后在书柜上，堆满了各种各样我喜爱的书。这个幻想一直停留在我的脑海中许久，我甚至在想象中，为我的书房安置了一把舒适的躺椅，还有一小排只属于梦中才有的灯。在这种书房内，横陈着各种书籍，我可以随意翻读。当然，这样的书房从来未出现在我的生命中。...作为一个百岁老人，在农场里度过了自己的一生，去做自己喜欢做的事情，年近八十岁开始画画，感到很开心。比那种瓦尔登湖更好理解吧

12、很多时候觉得自己已经老了，可是摩西奶奶以她76岁才开始画画并成为画家的事实告诉我们，什么时候开始都不算晚，去做自己喜欢的事，和自己喜欢的人在一起，幸福就在你身边！其实人的要求没那么高。我们自己就愿意做的事，是我们的潜力所在，也是能坚持下来的就大动力。

13、三颗星是给摩西奶奶的画的，本书的编排质量太一般，体现国人的浮躁！豆瓣上搜索显示：有三个出版社出了三本类似的关于摩西奶奶的书，我也是醉了，是不是摩西奶奶逝世超过五十年了，没有版权保护了！另外两本《人生永远没有太晚的开始》《人生随时可以重来》文字都是编者自己编的枯燥的说教，整篇的说教似乎只是为了凑字数，文笔也一般，没有可读性！这本起码还是用摩西奶奶“我”第一人称来讲述（不论是否摩西奶奶亲自写的，编者起码总会根据摩西奶奶的生平和言论编著的），行文比较流畅、风格比较统一，所以只要传播的是温暖而又有点真实的鸡汤，其内容还是有一点可读性的，而且不用几小时就可以翻完，没什么坏处！具体优缺点：-----优点：本书是温暖的鸡汤，也是老生常谈的大道理，然而摩西奶奶用她平凡、质朴而又率真、精彩的一生，告诉我们这些大道理原来真的是有道理的，幸福人生的道路总是相通的。无论生活给你什么，甜瓜还是柠檬，都不要放弃爱与希望，不忘记倾听真实的内心，找到真实的自我，找到最喜爱的事，永远不会太晚去成为真正的自己，从此不再工作一天，从此忘我而幸福。在此之前，不要停止脚步，接纳自己，热爱生活，感恩所有，活在每个坚实的当下，因为每一步都有意义，一路上播下小小快乐的种子，回首走过的路便是幸福的一生！-----缺点：版权问题：本书似乎为国内编者编著，并非摩西奶奶亲自写的书，证据之一：CIP数据页面居然没有版权引进的信息；内容的出入：书内都说摩西奶奶是快80岁才开始画画，而护封上却说58岁开始；插图的问题：插图的位置有点莫名奇妙，把内容打断；插图没有介绍；而且有些插图重复好多遍，说明出品人没有用心做书！

14、这本书给我的第一感觉就是，这应该是一本鸡汤书。浓浓的鸡汤，看多了确实是会腻，但对于我来说还好，因为并不是总看鸡汤文，偶尔一次也可以接受。

鸡汤虽腻，但也不可全盘否认它的营养。偶尔看一次这样的书到也有鼓舞精神的作用。

摩西奶奶七十多岁才开始作画，才开始追随她曾经的梦想，在常人看来已经晚了年纪，而摩西奶奶做到了，并且享受其中。就像那句话说的，种一棵树最好的时间是十年前，其次是现在。摩西奶奶抓住了现在。

现在，我先开始种几棵树了，几棵多年前就该种下的树。首先，我想练好字，说来惭愧，这是小学时就应该做到的是，我拖到了现在；然后就是要坚持锻炼，每天半小时左右；最后就是看书记录写书评一类，希望可以坚持下去。

《人生只有一次，去做自己喜欢的事》

15、要不是领导推荐，我打死也不能看完这本破书啊！（所以领导总是喜欢鸡血和鸡汤的）利用摩西奶奶的名字，整合一下百度百科和网络银镯女子的只言片语稍加排版就能成书了！作者怎么还不上天呢？这本书唯一的好处就是让我记住了作者的名字和出版社，以后再看见一定绕道走。

16、摩西一辈子生活在农场生儿育女做着各种琐事，过着平淡却发自内心的满足和快乐的幸福生活，76岁因关节炎不得不放弃刺绣，转向绘画，从而成就了风靡全球“画家摩西奶奶”。终年101岁。60岁的时候丈夫去世，71岁女儿也离开了她，后来自己还得过一场疾病，家人们都以为奶奶活不了多长时间的时候，奶奶又好转了起来，一如从前能够健康的走进厨房准备晚餐。她自信，乐观，坚强，忠于自己。她的画色彩明艳动人，画中的景总是祥和安宁平安和乐，一如她本人那般，也像她自己口中的她的这一生。她从未想过要靠画画出名或者成为世人眼中的成功者。她选择刺绣，选择绘画，皆因她喜欢，因为这些喜欢的事物能带给她发自内心的喜悦和满足，能让她感觉到自己是在真切的活着，感觉到生命流动的喜悦。如果你渴望通过读一些道理就能改变你这一生的话，你千万不要翻开它，因为这本书里讲的都是些老掉牙的道理，都是一些你可能已经熟悉的不能再熟悉的从小你母亲就在你耳畔念叨的那种“大道理”。可如果你想听一位老人娓娓道来在平淡又成功的一生中得到的一些生活感悟和经验的话，它值得你静下心来读一读，就像你小时候趴在奶奶的膝头缠着让奶奶给你讲故事一样，你就静静的听，奶奶面带微笑宠溺的讲给你听，讲的是她这一生平和从容的幸福，她想让你少走些弯路，怕你摔倒，怕你过的不快乐不幸福。她让你忠于自己的内心，活在当下做自己喜欢和有趣的事情，不要在乎外界的评价，不要与别人做比较，让自己的内心充满感恩和喜悦，让每一天都成为自己喜爱的样子。人生是一场修行，般若、禅定、忍辱、精进、持戒、布施。这条路，修的我们的内心，而绝非向外寻求。摩西奶奶的话：“你要去相信，你最愿意做的那件事，才是你真正的天赋所在。”“所谓通往梦想的人生之路，不过就是在柴米油盐的庸常琐事生活中，自己独守的一份执着，坚持保留自己的一片天地。”“真正地爱自己，不是去牺牲掉所有的时间和精力，去打拼什么辉煌的未来，而是在当下，努力去做自己喜欢做的和有趣的事情，让自己的内心充盈着喜悦，让现在的每一天，都以自己喜爱的方式度过。”“我从来没有过什么伟大的梦想，我所希望的就是过好每一天的生活。在亲人和邻居们的眼中，我只不过是一个啰唆、麻烦的老奶奶。我想在许多人的眼中，我的生活不值得一提，但是我却非常珍惜和满足，我十分感谢生活赋予我的每一分美好，我暗自思忖，一定要万分珍爱我所拥有的这一切。”“我知道我想要成为一个什么样的人，并且想要在我余下的生命中，去做什么样的事情。至于其他的事情，都是次要的。别人对我的评价，也都是不重要的。在我人生的最后几十年中，我认为最为重要的是，要有遵从自己内心和直觉的魄力和勇气，因为内心真正的声音，才是你灵魂的呼喊。”

《人生只有一次，去做自己喜欢的事》

章节试读

1、《人生只有一次，去做自己喜欢的事》的笔记-第二十三章

- 1、生活是我们自己创造的，并且只能由我们自己创造，永远如此，不会更改。
- 2、只要她能够在每一刻的时光中，通过自己的方式找到快乐，那么她这一生，便是美满幸福的。
- 3、生活不是取得名利上的成就就是成功，我们不需要去过别人眼中光鲜的生活，我们所要经历的只是自己的生活，我们要以自己认为最舒服、最愉快、最幸福的状态生活，这是最主要的。

2、《人生只有一次，去做自己喜欢的事》的笔记-第108页

对于世界上发生的一些大事件，我不甚关心，我也不懂得去评论当下发生的那些人人都能谈论上几句的要闻。我只是一个希望自己的家人能够平安顺遂的老人，我关心的事情永远只是我身边的人是否生活得开心、幸福。他们的平安和喜乐，是我努力活在这个世界上最大的支撑力。

在与家人相互扶持的日子里，我感到自己的生命就好像春天努力生长的树木，有着无限蓬勃的生命力。

我从不曾对命运有过一丝一毫的抱怨，无论是在顺境还是逆境中，我对生活降临到我身上的一切，都安之若素地接受。因为我相信，只有心不疲惫，灵魂才会坚韧。

3、《人生只有一次，去做自己喜欢的事》的笔记-第二十二章

- 1、一个人最终能够得到什么，是否获得了他一心想要拥有的生活，并非与幸运相关联，而是在于自己付出了多少。
- 2、你只有尽自己的能力去做好每一件事情，命运才会给予你更好的回报。

4、《人生只有一次，去做自己喜欢的事》的笔记-第一章 序

1、对于我而言，对人生的要求其实很简单，能够始终保持快乐的心情，去做自己喜欢做的事情，就是莫大的幸福。

2、不要惧怕未知的明天，找到自己喜欢做的事情，并且坚持做下去，从中获得乐趣，这样的人生自然是美好而愉悦的。

5、《人生只有一次，去做自己喜欢的事》的笔记-第十六章

我从不曾对命运有过一丝一毫的抱怨，无论是在顺境还是逆境中，我对生活降临到我身上的一切，都安之若素地接受。因为我相信，只有心不疲惫，灵魂才会坚韧。

6、《人生只有一次，去做自己喜欢的事》的笔记-每个人都会从生活中得到一切

我热烈的梦寐以求的改变不曾发生在我的生命中，我从人生道理上得到的一切，似乎与我期望中的也不尽相同，但那又怎样？我永远不会为此感到忧伤难过，每个人都会从生活中得到一切，包括自己想要的和不想要的，生活通通都会让你经历。

7、《人生只有一次，去做自己喜欢的事》的笔记-第五章

- 1、不论选择了怎样的人生，只要尽力地接纳生活所赋予自己的一切，让每一分、每一秒都不留遗

《人生只有一次，去做自己喜欢的事》

憾，这样就足够了。

2、我想要的生活就是简单安详，能够专注地投身于自己真正喜爱的事情中去。

3、所谓通往梦想的人生之路，不过就是在柴米油盐的庸常琐事生活中，自己独守的一份执着，坚持保留自己的一片天地。

8、《人生只有一次，去做自己喜欢的事》的笔记-第140页

是的，我在80多岁的时候，才真正地圆了我画画的梦想。但我并不认为自己此前的人生就是虚度了，我认为我这一生的意义在于始终相信最好的生活还在后面。我一直都想画画，但是我一直到了76岁才有时间开始画画，许多人会因为各种担忧而放弃，但我就这样简单地开始了，只是因为我想画画。

开始一件事情，有的时候并不需要考虑太多。你要相信，时光漫长，你想要做的那些事情，最终都能够做成，你终将成长为自己想要成为的那个样子，但前提是，你敢于按下开始的这个按钮，让你的生命能够拥抱你的未来。

9、《人生只有一次，去做自己喜欢的事》的笔记-第十三章

1、在我们总是自怨自艾的时候，眼睛中除了周遭的不满意之外，便再也注视不到别的。

2、你要去相信，鲜花盛开在你的脚下，太阳会在第二个清晨照常升起，美好的生活已经出现，所有的美丽瞬间，就在你当下的生活、那些不经意的细节中，只要你肯发现，就能看到幸福。

10、《人生只有一次，去做自己喜欢的事》的笔记-接纳自己，与生命中的缺憾和解

真正地爱自己，就是接纳“真实”的自己，与生命中所有的缺憾和解。我们总是在迷惘中摸索前行，对于未知的未来，我们渴望着抵达，同时又心怀忧虑，担心自己不是足够强大，不能够应付未知的变故。

在生活中不断进行尝试，不过是未来寻找到适合自己生活的一种方式，能够让自己安然地立足于这个不断变化的世界中。

11、《人生只有一次，去做自己喜欢的事》的笔记-第152页

12、《人生只有一次，去做自己喜欢的事》的笔记-第八章

真正地爱自己，不是去牺牲掉所有的时间和精力，去打拼什么辉煌的未来，而是在当下，努力去做自己喜欢做的和有趣的事情，让自己的内心充盈着喜悦，让现在的每一天，都以自己喜爱的方式度过。

13、《人生只有一次，去做自己喜欢的事》的笔记-第153页

我常常对身边的人说，我们要爱自己。爱，在我看来，是一个含义非常丰富的词语。我的小

《人生只有一次，去做自己喜欢的事》

孙女曾趴在我的膝头，仰着她那可爱小巧的脸庞问我：怎样才算是爱自己呢？我用自己粗糙的手掌托起她的小脸，微笑着、认真地告诉她，爱自己就一定要看清楚真正的自己，不要抬高自己，也不要看低自己。

真正地爱自己，就是接纳“真实”的自己，与生命中所有的缺憾和解。

14、《人生只有一次，去做自己喜欢的事》的笔记-第九章

我热爱画画，我会一直手握画笔，画到我再也画不动的时候，这样的坚持与任何伟大的理由都毫无关系，只因为我单纯地想守护我心底的期冀，想要守住我内心深处，对于生命的一片热爱。

15、《人生只有一次，去做自己喜欢的事》的笔记-第136页

我从不相信命运，不相信什么所谓的注定了的安排，我不相信一切悲观的、消沉的话语和论调。我只相信简单的生活、快乐的心性，还有坚持不放弃的执着精神。

很多人的生活中充满了焦虑，他们总是在怀疑自己的选择、质疑自己的人生，在他们看来自己的人生早已滑向了不可预知的未来深渊，他们不敢再想象，不敢再说出自己真正想要的生活是什么。因为在他们看来，一切都太晚了，一切都来不及去实现了。

我总是告诉他们，不要灰心、不要着急，最好的生活才刚刚开始，美好的岁月就在自己的眼前。

16、《人生只有一次，去做自己喜欢的事》的笔记-第十五章

在我看来，幸福的秘诀不是别的，而是在众多靓丽的风景中，拥有自己的风景。我们踏上了自己的道路，那么，另一条道路上的景色再迷人、再吸引你的目光，也是与你无关的风景。

17、《人生只有一次，去做自己喜欢的事》的笔记-第二十四章

- 1、真正地爱自己，就是接纳“真实”的自己，与生命中所有的缺憾和解。
- 2、如果你能够把生命中的每一天当作最后一天度过，那么你将会发现，自己的生命会比你想象中的精彩百倍。
- 3、岁月，你好，我们且行且从容。

18、《人生只有一次，去做自己喜欢的事》的笔记-第四章

梦想从未离你远去，你失去的只是找回梦想的勇气。

19、《人生只有一次，去做自己喜欢的事》的笔记-第103页

在这个世界上，唯有爱与希望让人觉得美好

《人生只有一次，去做自己喜欢的事》

20、《人生只有一次，去做自己喜欢的事》的笔记-你获得了什么，在于你的付出

一个人最终能够得到什么，是否获得了他一心想要拥有的生活，并非与幸运相关联，而是在于自己付出了多少。

21、《人生只有一次，去做自己喜欢的事》的笔记-生活是我们自己创造的，永远如此

我在心底深处隐隐地担忧，在我的小曾孙女成长的过程中，她会因为外界各种各样的诱惑和压力，放弃了自己曾经的梦想。也许，她会和许多人一样，为了得到更加丰富的物质生活，前往美国的某一座大都市，在那里人头攒动的街头，找一份看似高贵、但其实非常无味枯燥的工作。我想讲给她听，生活不是取得名利上的成就就是成功，我们不需要去过别人眼中光鲜的生活，我们所要经历的只是自己的生活，我们要以自己认为最舒服、最愉快、最幸福的状态生活，这是最主要的。千万不要小看我们的双手，它们不仅可以完成日常的工作，还能够掌握我们命运的方向，创造生命的奇迹。我的这双手，做过许多的事情，创造了我的生活，让我的生命坚强而丰富。我希望我的小曾孙女，还有别的所有心怀梦想的人，都能够用自己的双手，创造自己的生活。

22、《人生只有一次，去做自己喜欢的事》的笔记-第六章

人生的真正富有是不放弃希望。

23、《人生只有一次，去做自己喜欢的事》的笔记-第103页

其实，人生真的不是一眼就能够看到尽头的，也许，在你20岁的时候，你觉得人生道路艰难，但当你走过这段道路，到你30岁的时候，人生就会以另一种风景迎接你。有些过程，你不去经历，就永远不知道它有多难得。有些道路，你不去走过，就永远不会知道它有多美。

同样的人生道路上，有的人可以得到许多，有的人却丢掉了原本属于自己的东西。如果一定要我说，那么，我觉得幸福的秘诀不是别的，而是在属于自己的人生道路上，勇敢向前，不论前方的风景是好是坏，你都要心怀光明和平静，相信生命留给你的，一定会是你意想不到的礼物。

24、《人生只有一次，去做自己喜欢的事》的笔记-第103页

<原文开始></原文结束>

25、《人生只有一次，去做自己喜欢的事》的笔记-第5页

人的一生，实在是太过短暂，多少岁月在你不经意中就悄然滑过。时间远比我们想象的更有不留情面。在我们年轻的时候，我们以为未来还久，还可以在时间的河流中无所事事，但很快我们就会发现，匆匆流逝的时间，逼迫着我们不得不仓促地应对生活。

26、《人生只有一次，去做自己喜欢的事》的笔记-第二十五章

- 1、要有遵从自己内心和直觉的魄力和勇气，因为内心真正的声音，才是你灵魂的呼喊。
- 2、坚持做一个保持自我的人，一定要成为一个真正的自己，这是很重要的，不要等待别人来满足自己的愿望，更不要奢望好运气能够平白无故地降临到自己身上，要积极主动地去努力，因为能够让自

《人生只有一次，去做自己喜欢的事》

己感到幸福快乐的人，唯有自己。

27、《人生只有一次，去做自己喜欢的事》的笔记-第三章

有关生命的真正价值和意义，不过就是简单地相信：你曾经幻想过的那条裙子，最终会穿在你的身上，让美丽绽放在裙摆中。

28、《人生只有一次，去做自己喜欢的事》的笔记-第十章

在顺应生命的同时，我们不要忘记自己的希望，让生命回归简单，让时光悠长淡然。

29、《人生只有一次，去做自己喜欢的事》的笔记-第二十六章

1、每个人的心就好像一个空杯子，你往里倾倒什么，你的人生就是什么。

2、人生中的每一个微小的愿望都代表了一颗幸福的种子，我们把这些种子埋在了生命的旅途中，漫长的一生中，我们埋下了多少颗种子，就能收获多少幸福。

3、人生的意义并不在于最终获得什么，而在于经历了什么。当我们站在人生的终点，回头望望自己走过的道路，一路上，昔日里我们播撒的幸福种子，那些微小的但是通过了我们的努力已经被实现的愿望，在清风中徐徐上扬，这样的人生，还有什么理由得不到快乐和幸福呢。

30、《人生只有一次，去做自己喜欢的事》的笔记-第125页

我从来不会为别人的人生进行规划，但我还是很想帮助这位苦恼的年轻人，于是，我给他回信，在信中鼓励他好好生活，并且告诉他做你喜欢做的事情就对了，上帝会高兴地帮你打开成功之门，哪怕你现在已经80多岁了。

将回信寄出去后，我希望那位年轻人能遵从自己内心的选择生活，毕竟，你不喜欢的每一天都不会是你的，对于不是心中所想的生活，无论这生活有多么美好、多么安稳，没有喜悦的生活，都不是真正的生活。

对于生活，一定要发自内心地尊重与热爱。我尊重我的生活，并且热爱我周遭的一切，但凡从我生命中经过的人或物，我都会去爱，或者微笑接纳，因为这些都是上帝馈赠给我的财富，只属于我的财富。

31、《人生只有一次，去做自己喜欢的事》的笔记-世界会变，但梦想始终如一

有关生命的真正价值和意义，不过就是简单地相信：你曾经幻想过的那条裙子，最终会穿在你的身上，让美丽绽放在裙摆中。

32、《人生只有一次，去做自己喜欢的事》的笔记-第二十一章

开始一件事情，有的时候并不需要考虑太多。你要相信，时光漫长，你想要做的那些事情，最终都能够做成，你终将成长为自己想要成为的那个样子，但前提是，你敢于按下开始的这个按钮，让你的生命能够拥抱你的未来。

33、《人生只有一次，去做自己喜欢的事》的笔记-第七章

真的要学会放下自己，尝试着改变自己的内心，让自己听从内心真正的声音，做出应该做的正确决定，这个决定无关财富、无关社会地位，它只与你的真诚相连，只是你内心真正声音的一种回应。

《人生只有一次，去做自己喜欢的事》

《人生只有一次，去做自己喜欢的事》

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:www.tushu000.com