

## <<我生命的最后一天>>

### 图书基本信息

书名：<<我生命的最后一天>>

13位ISBN编号：9787505727700

10位ISBN编号：7505727702

出版时间：2010-11

出版时间：中国友谊出版社

作者：吉姆·莫雷特(Jim Moret)

页数：192

译者：姬蕾

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>

## <<我生命的最后一天>>

### 内容概要

如果你的生命只剩下最后二十四个小时..... 你会原谅那些曾伤害你最深的人吗？

你又会有勇气向曾被你伤害过的人道歉吗？

谁是你的最爱，是你生命中最重要的人？

回顾这段生命旅程，哪些东西会让你真心感恩呢？

这些问题，吉姆·莫雷特之前也无法完全回答出来，直到他离生命终点只有最后一天，才幡然顿悟。

这一回，这位经验丰富的记者兼主持人将摄像机的镜头聚焦到自己身上，和读者们一起开始踏上心灵之旅。

经过了沮丧、悲伤和怀疑，他最终做出了一个重大决定：他所要面对的不仅仅是人生该不该继续，而是人生应该怎样继续。

如果你的生命只剩下二十四个小时.....你会怎样度过呢？

## <<我生命的最后一天>>

### 作者简介

吉姆·莫雷特，从事记者生涯二十多年，现居洛杉矶，担任《新闻内幕》栏目首席记者。

同时，他还是福克斯电视台、美国有线新闻网及HLN电视台的特约评论员和法律分析员，主持并参与过包括《拉里·金现场》等多档电视节目。

在美国有线新闻网效力的近十年间，他曾担任经典栏目《好莱坞万花筒》、主打新闻栏目《今日世界》以及《晚间新闻》的主持人。

## <<我生命的最后一天>>

### 书籍目录

难题到底怎么了？

友情感恩爱牺牲承诺宽恕道歉理解怜悯执著音乐欢笑冒险激情财产惊喜新奇目标遗产接受奇迹救赎二十四小时清单重游我生命的最后一天调整我的二十四小时时钟致谢

## <<我生命的最后一天>>

### 章节摘录

难题我生命中大部分时间里，都在不停地讲述别人的故事。

这是我的工作，我的爱好，也是我的生活。

从KaBC-tv电视台记者开始，到KCBs电视台记者兼主持人，再到FOX电视台娱乐节目主持，直到CNN几档新闻栏目主持，二十五年来，我一直不断地在电视里采访别人。

现在，我是《新闻内幕》（Inside Edition）栏目的首席记者，这档新闻节目在全国颇有影响力。

在我的职业生涯里，我采访过很多社会名流、政界高官，也接触了不少犯罪、车祸或自然灾害的受害者。

他们都是普通人，却有着非同寻常的经历：有些人在飓风和洪水中与死神擦肩而过；有些人曾遭遇重大变故、面临众多挑战；而有的人，则在与疾病不停地抗争。

当他们最后不得不向病魔屈服时，却走得如此坦然，如此庄严。

他们当中，有的人所经历的故事，令我动容，让人心碎。

我采访过一位来自得州的女士，她丈夫卷走了家里所有的钱财，抱着三个孩子，突然不辞而别，只留下她一人苦苦挣扎；在南加州，我遇到了一家人，他们的房屋被深埋在20尺厚的泥石流碎渣下，而他们自己侥幸逃生；在犹他州的医院里，我坐在一名身受重伤、生命垂危的女孩旁，在她乘坐的直升机快要撞毁的那一刹那，她丈夫突然拉转操纵杆，用自己的生命保护了她。

作为一名记者，我总是怀着敬意，尽自己所能，将他们的故事客观、真实、详尽地呈现给观众。

这二十多年来，我一直在问别人问题，而现在，摄像机的镜头突然唰地聚焦在我自己身上。

我面临着一个最棘手的任务：这次，该轮到我问自己这个人生中最重要、最本质的问题——我该不该继续活下去？

如果有人突然告诉我，我的生命只剩下二十四个小时，那么在这生命的最后一天里，我会做些什么呢？

会去见谁？

会去什么地方？

会向曾被我伤害的人道歉，也会宽恕那些伤害过我的人吗？

还是会抓住这最后的时间去冒险旅行呢？

这些问题不停地萦绕在我脑海里，困扰着我。

我真是给自己出了道难题。

因为无论做出怎样的抉择，其实都是在质问着我的内心深处：在我的生命旅程中，到底什么人、什么事对我最重要、让我最快乐？

我会把哪个人、哪件事放在第一位？

“在生命的最后一天里，我会做什么？”

”这样的假设，乍一看，似乎真的很荒谬。

可仔细想想，正是这个问题，让我能有机会静下心来，重新审视自己的人生，也开始思考，接下来的人生之路，无论是二十四个小时也好，二十四年也罢，我该怎么走？

思绪如同书页般翻飞起来，在这样的深思中，我触到了人生最重要、最本质问题：什么才是生命中最重要、最本质的？

到底怎么了？

如此衣食无忧、妻贤子孝的人生，我怎么会有悲哀痛苦？

怎么会冒出弃世的念头？

在很多人眼里，我的生活似乎很圆满。

我有一份令人羡慕的职业，能经常同社会名流接触，还能以工作的名义周游列国。

我的婚姻也很幸福，与我共度了25年的太太，至今仍然美丽漂亮，我们的三个孩子非常聪明可爱。

我们在一个高档小区里有一栋西班牙风格的房子，离著名的贝弗利希尔顿酒店仅几步之遥，每年的金球奖都在那举行。

在外人看来，我的生活真可谓是一帆风顺。

## &lt;&lt;我生命的最后一天&gt;&gt;

的确，一个中年男人该拥有的东西，我都有了。

我的新闻职业生涯开始于洛杉矶。

在加利福尼亚的律师事务所实习了一小段时间后，在妻子的引荐下，我怀揣着加州大学洛杉矶分校传媒研究的文凭和满腔热情，找到了ABC电视台的总经理，成为了一名法律新闻记者。

那是1983年，一个幸福的时代，因为那时还没有全天候领导人访谈节目，也没有所谓的专家们就各种法庭大案件在电视里高谈阔论，更没有“电视律师”。

我的第一份工作，让我由此踏上了新闻职业生涯。

后来，我说服了节目编导，成为该栏目的首席记者。

此后几年，我跳槽到CBS电视台，主持一档早间新闻节目。

三年后，我被FOX电视台相中，与搭档共同主持一档全国同步直播的新闻娱乐节目。

虽然这份工作没持续多久，可它让我有机会从地方栏目主持高升至全国性电视栏目主持，开启了我职业生涯的新篇章。

工作后的第二个十年开始，我像坐了直升梯一样，在CNN有线新闻频道里风生水起。

从高级娱乐记者开始，一年后主持每日娱乐节目《好莱坞万花筒》(Showbiz Today)。

此后，在欧·杰·辛普森谋杀案全程追踪报道中，作为首席主持人的我，着实风光了一把。

其实我只是在适合的时间遇到了合适的机会而已。

我将自己的律师背景和记者经验完美结合，在新闻和娱乐两个领域游刃有余。

2001年，当我离开CNN时，我已同时兼任《好莱坞万花筒》(Showbiz Today)主持人和CNN主打新闻栏目《今日世界》(The World Today)主持人，年薪500万元。

如此衣食无忧、妻贤子孝的人生，我怎么会有悲哀痛苦？

怎么会冒出弃世的念头？

答案会让你大吃一惊。

这些年，我在事业上一向是顺风顺水。

每跳一次槽，总能找到比前一个更好的工作。

因此，当我离开CNN时，也坚信要不了多久，自己定能找到份更有前途的差事。

可万万没想到，这次的盲目狂妄自大竟成了我事业的转折点。

真是一步错，步步错。

此后的两年半时间里，我一直没能找到合适的全职工作，只能偶尔在一些节目中兼职做做主持，挣点零钱。

那段日子里，事业上的挫败使我倍感沮丧，当然随即而来的便是经济危机。

虽然没有了收入，可房贷和每月各种各样的账单却仍得按时交纳。

我从小在洛杉矶长大，妻子凯瑞也出生于贝弗利山庄的富裕人家。

我们一贯认为，无论付出多大代价，父母都应为孩子提供最好的教育机会，因为良好的教育会让孩子受益无穷。

所以我们的三个孩子，从幼儿园开始，一直都选择私立学校。

因为这样的学习经历，在与同龄孩子交流时，他们表现得更自信，也懂得更多。

可是现在，私立学校昂贵的学费，却向大山一样压得我和凯瑞喘不过气，几乎无力招架。

现在回想起来，真是难以相信，是我自己亲手给这个家自掘坟墓。

那时房地产业欣欣向荣，我们的房子市值已升值到大约两百五十万元。

于是我像抓住了救命稻草一般，决定向银行申请加按揭，渡过眼下的难关。

可这虽能缓解一时，却让问题更复杂。

近乎绝望的我，做出了我有史以来在投资理财上最错误的决定。

像成千上万的美国人一样，我也被次级房贷的好处冲昏了头脑，心想这几年时间足够我东山再起了，到时候一切都会好起来。

那时报纸上经常有报道，不少美国人，其中有些还是社会名流，最终都因无力偿还房贷而无家可归。

不管你的房子值15万也好，150万也罢，总之，你倾其一生所奋斗的成果，最后都烟消云散。

没想到，我自己也难逃这样的结局。

## <<我生命的最后一天>>

次级贷款的大好时代终于结束了，我们每个月的房贷已高达1万元。

更糟糕的是，由于房地产市场一落千丈，我们房子的市值已跌得比原值还低，卖房，也于事无补了。这下，我也要无家可归了，而且多年来积累的良好信用记录眼看也将功亏一篑。

当我在按揭合同上签下名字的那一刻起，就注定会被加按揭的诱惑卷进一个没有出路的无底洞，只是现在醒悟已为时过晚。

现在，我只能过一天算一天，像小孩那样，幻想着明天永远不会到来。

可是，该来的终究会来，银行的账单总是会准时出现，只是我自欺欺人罢了。

这把悬在我头上的利剑，随时会掉下来，我真的绝望透顶。

更可悲的是，这把剑没有在我穷困潦倒的时候掉下来，却在我的事业刚有所转机走上正轨时，给了我致命一击。

我已是一档全国直播新闻节目的首席记者，兼任CNN和FOX电视台的嘉宾主持，还经常在MSNBC电视台节目中露脸。

表面上看，我似乎很风光，可实际上，次贷坟墓如同埋在我身上的定时炸弹，随时随地会爆炸，多么讽刺啊！

绝望吞噬着我的精神和灵魂，我的脑海里开始出现一些可怕的念头，那是以前想都不敢想的事。

也许对家人而言，我死了比活着更有价值，因为我死了，他们还能得到300万的保险金。

这种半开玩笑的想法把我推向了一条黑暗危险的小道，让我常常夜里无法入睡，睁着眼睛，在心里一遍遍问自己：“真的死了比活着更好吗？”

每当夜深人静，这畸形的念头便会冒出来，它折磨我不是一晚两晚了。

每每从梦中惊醒，身边的妻子正在睡熟，隔壁屋里的孩子们也睡得正香，他们对我内心的痛苦和挣扎毫不知情。

我的心狂跳不止，我甚至怀疑自己得了心脏病。

我在脑海里一遍遍勾勒自己葬礼的情景，每个小细节，都历历在目。

我看到一副棺材停在人群前面，那是我的棺材，人们都在默默地哭泣。

很多多年未见的熟人也来了，他们双眼红肿，站在我家人和朋友旁边。

前来为我送行的人们，挤满小小的教堂和教堂前的草地，他们会如何回忆我呢？

会给我怎样的评价呢？

我能听见家人和朋友的哭泣，曾经与我相识的人们，都因我的离去而悲痛。

这一切，像真的一样。

我开始害怕夜晚。

夜幕降临，唯一能给我片刻安宁的地方便是沙发和电视机了。

可长夜漫漫，我多想能安静地休息一会啊！

我只能在厨房里坐到天亮，靠咖啡来使自己清醒。

这样的恶性循环，使我已濒临崩溃，也许真的只有死，才能让我彻底解脱。

我不禁在想：人死后会有来生吗？

生命的意义究竟何在呢？

我想起不久前的一个晚上和几个朋友吃饭时，我向他们宣布了自己的决定，刚开始他们以为我像往常一样在和他们开玩笑，当他们意识到这不是一个玩笑时，所有人顿时安静下来，注视着我。

“你到底是什么意思？”

“每天晚上，我都在想死。”

“大家一时都无语了。”

看着他们被我的想法吓得呆若木鸡，我只好打住。

最终，困扰着我的死亡念头由“如果我死了”进一步转变成了“用怎样的方式去死”。

阴郁的思想如同癌症一般，蔓延至我的全身，开始让我在白天也备受摧残。

脑海中盘旋着自杀的冲动让我自己都吓了一跳，回想起那一幕，是如此的清晰，我不禁有些后怕。

那天，我开车行驶在洛杉矶北部的一个危险的山区峡谷中，去完成一个采访任务。

山路很窄，也非常崎岖，有很多回转弯道，即使时速25公里也不安全。

## <<我生命的最后一天>>

虽然这离繁忙的太平洋海岸公路仅几里之遥，却让人感觉离喧嚣的尘世如此遥远，寂静得让我沉醉，顺着不远处的峡谷眺望过去，便是美丽的马利布海滩。

远方蓝色的大海如此安详宁静，而这山谷之中也只有我一个人。

虽然我一直都生活在这个城市里，以前从未曾注意到这条小路。

我开着车，缓慢地行驶在这陡峭的弯道上。

悬崖边的护栏不知道哪去了，距我的右车轮两尺外，是一些松散的碎石，碎石旁边就是万丈深渊。

虽然旁边有很多树和厚厚的灌木丛，可也有不少巨大的岩石块和鹅卵石，我知道，如果开得稍微快一点，急一点，我就有可能葬身于此了。

那天天很晴朗，明亮的阳光透过挡风玻璃照进来，强迫我保持慢速行驶。

伴随着嗡嗡作响的发动机，脑海中那些阴暗的念头不断闪烁着。

如果我在某个转弯处稍稍做点手脚，那便会连人带车跌进悬崖中。

如此深渊，别说找人，就是能找到车的残骸也很困难。

等别人发现我时，早就为时已晚了。

这一切肯定看起来像一场交通事故，我的家人至少会拿到保险赔偿金。

“我希望我死了”，这几个危险的字符不停纠缠着我，不知道什么时候就会让我命丧黄泉。

我真的能坦然面对死亡吗？

答案是“不能”，我还没准备好。

可这样的念头真的让我很恐惧，很害怕。

看来，是时候做点什么了，而且越快越好。

在那段最黑暗的日子里，我幡然醒悟。

在弗兰克·卡普兰的经典影片《美丽世界》（Wonderful Life）中，当斯图尔特要跳桥自杀时，一个小天使出现了，问他是否愿意看看，如果人世间从来没有过他这个人，世界会是什么样子。

和斯图尔特所扮演的角色一样，巨大的经济压力让我没有精力和心情去感受生活中简单美好的事物。

不过和小天使的问题不同，我要问自己的问题是，如果只剩下一天的生命，我会怎样度过？

我会感激谁？

会留恋什么？

到底什么才是我生命中最重要？

我是名记者，那何不来报道一下自己的一生，看看能否找到答案。

这么个有挑战性的问题成了我人生旅程由黑暗走向光明的转折点，让我能重新发现生活中的美好、价值和爱。

我想起了妻子温柔的抚摸和轻轻的香吻；我听见了十一岁的儿子突然对我说“爸爸，我爱你”；我看见了身患绝症，接受了肝脏移植的老母亲，还在和疾病做着坚强的斗争。

这些点滴瞬间浮现在眼前，使我重新注意起那些曾被挥霍、被我忽视的温情。

如果今天是我生命的最后一天，我会怎样度过？

我能用它来告诫自己，人生不仅是生存，更要活得有价值吗？

它会给我继续活下去的勇气吗？

首先，我得好好想想，什么是我生命中最重要、最有意义的。

回想自己一路走来的足迹，爱情、友谊、感激、理解、道歉、宽恕、音乐、欢笑、希望、救赎，这些我所经历过的一切，就如同一幅拼图。

对生命旅程的回忆反思，正是一次自我发现之旅，把我从黑暗的深渊中解救出来。

作为一名记者，我尽力客观公正地报道我生命中的每个故事。

不过，此故事非彼故事。

因为，它是我自己的故事。

## <<我生命的最后一天>>

### 媒体关注与评论

“这是一本绝妙的好书，它告诉我们处事的正确方式。

吉姆·莫雷特的这本书应该成为每个图书馆的馆藏读物。

”——拉里·金 “任何想让自己人生快乐充实的人，都应该读读吉姆·莫雷特的这本《我生命的最后一天》。

——艾伦·兹伟贝尔 “周末夜现场” 节目编剧、瑟伯奖得主 “吉姆·莫雷特的这本《我生命的最后一天》真可以改名为《与莫雷特相约星期二》。

它充满力量、发人深思、令人感慨。

每个读完此书的人，都会变得更坚强、更聪明。

谨此。

”——沃尔夫·布利策 CNN “时事观察室” 节目主持人 “我沉浸在《我生命的最后一天》中，仿佛周围的一切都停止了。

我还没见过有人能如此勇敢坦率地揭露自己人性的弱点，最终，他得到了救赎。

书中丰富的人生忠告，很温暖，蕴藏着无穷的大智慧。

”——莉萨·布卢姆 美国有线电视新闻网 “这本书真让我爱不释手。

吉姆在书中坦诚了他的弱点，从中我们也能吸收教训，变得更加坚强。

在我的人生中，也同样经历过这种低迷近乎于绝望的阶段，不过我把它藏在心底，没有告诉任何人。

正因为如此，也让我重拾希望的旅途颇为孤独艰难。

”——里克·戈因斯 特百惠公司主席兼首席执行官 “这本书让我爱不释手，它讲述了吉姆·莫雷特丰富的人生经历，这其中的各种酸甜苦辣、大喜大悲令人动容。

读完这本回忆录，也会对你的人生影响深远。

书中的很多道理不仅能让你反复揣摩，更能使你对自己的人生旅程有一个全新的认识。

细细咀嚼《我生命的最后一天》，你一定不会后悔。

”——作家 兰迪·塔拉博雷利 “这部让人感动的神奇回忆录，让我们了解到一个人脱胎换骨、重获新生的能力。

《我生命的最后一天》能让你生命的每一天都过得更精彩、更有意义。

”——基思·阿布罗 医学博士 神经病学专家 福克斯新闻网特约评论员

## <<我生命的最后一天>>

### 编辑推荐

《我生命的最后一天》：如果今天是我生命的最后一天，我会怎样度过？我能用它来告诫自己，人生不仅是生存，更要活得有价值吗？你有多长时间没有为一本书感动了？颠覆亚马逊销售纪录！

一夜之间排行上窜9000多位！

纽约时报超级畅销书FOX CNN，《出版人周刊》Facebook联袂推荐，什么是我生命中最重要，最有意义的？

回想自己一路走来的足迹，爱情、友谊、感激、理解、道歉、宽恕、音乐、欢笑、希望、救赎，这些我所经历的一切，就如同一幅拼图画。

对生命旅程的回忆反思，正是一次自我发现之旅，把我从黑暗的深渊中解救出来。

<<我生命的最后一天>>

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>