

时文精粹

Shiwen Jingcui / 10 (典藏名家名作)
Diancang Mingjia Mingzuo

(最畅销的心灵读本)

读者典藏·倾心之作！不容拒绝的精品！



(青春卷)

有没有一首歌
会让你动情

Youmeiyou Yishouge Hui
Rangni Dongqing

陈晓辉 一路开花◎主编

煤炭工业出版社

时文精粹

Shiwen Jingcui / 10 (典藏名家名作)
Diancang Mingjia Mingzuo

(最畅销的心灵读本)

读者典藏·倾心之作! 不容拒绝的精品!



(青春卷)

有没有一首歌
会让你动情

陈晓辉 一路开花◎主编

Younmeiyou Yishouge Hui
Rangni Dongqing

煤炭工业出版社

· 北 京 ·

图书在版编目 (CIP) 数据

有没有一首歌会让你动情/陈晓辉, 一路开花主编.
--北京: 煤炭工业出版社, 2015
(时文精粹)
ISBN 978 - 7 - 5020 - 4962 - 1

I. ①有… II. ①陈… ②—… III. ①散文集—中国—当代 IV. ①I267

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2015) 第 206847 号

有没有一首歌会让你动情

主 编 陈晓辉 一路开花
责任编辑 刘少辉
责任校对 郭浩亮
封面设计 宋双成

出版发行 煤炭工业出版社 (北京市朝阳区芍药居 35 号 100029)
电 话 010 - 84657898 (总编室)
010 - 64018321 (发行部) 010 - 84657880 (读者服务部)

电子信箱 cciph612@126.com

网 址 www.cciph.com.cn

印 刷 北京威远印刷有限公司

经 销 全国新华书店

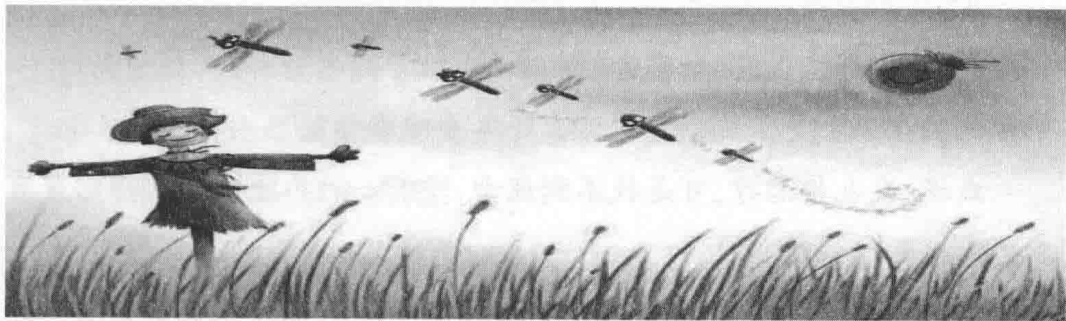
开 本 710mm × 1000mm¹/₁₆ 印张 13¹/₂ 字数 170 千字

版 次 2015 年 10 月第 1 版 2015 年 10 月第 1 次印刷

社内编号 7808 定价 28.00 元

版权所有 违者必究

本书如有缺页、倒页、脱页等质量问题,本社负责调换,电话:010 - 84657880



照向心灵的一束光

雪 炘

我特意翻了一下日记，2013年12月19日。

我是时间概念很差的人，但这个时间我必须记得。因为那天是我第一次见到她，虽然只是微笑着彼此路过，但我断定我们会成为好朋友。

一周后，我们果然在医院再次相遇。那时候她被诊断为脊椎内肿瘤，要住院手术，开始无止境地治疗。家人怕她在医院状态不好，就在医院旁边的小区里买了一套小公寓，让她不要有太大的心理落差。

是，她的家庭条件很优越，自身也才貌双全。虽然学的是时装设计，但钢琴弹得一流棒，手绘作品也是跟大公司长期签约合作的，舞蹈天赋也让人赞叹不已。她是童话故事里走出来的公主，却像散落在人间的邻家姑娘，温和、善良，笑容如花绽放。

她说，你一个人来看病啊？走，我带你回家。

我跟她玩了几天，就匆匆回家，因为我还是没有力量去接受手术。

第二次去北京是春节后，她刚做完手术。她的精神状态显然要比之前差，像一盆向日葵忘记了浇灌似的。





有没有一首歌让你动情

我说，你那么勇敢，一定会好起来的。

她躺在床上笑了笑，问，你这次还急着回家吗？

我说，我也想治疗，可是找不到理由，没有一种力量让我觉得它是有意義的。

那次在北京待了半个月，每天跟她一起听她男朋友为她录的有声连载故事，从早笑到晚，从月起笑到月落。

男孩很沉默，每次见到我，连微笑都是奢侈。我真的想不到，这样的人能把书里的每个人物都演绎得那么生动逼真。从痞子到绅士，从中国腔到老外蹩脚的中文，从独说到众吼，每个细节都处理得恰到好处。包括配乐，情景特效，简直无可挑剔。

我俩笑到双腿发颤。

我说，你把这些音频发在网上，他肯定一夜爆红。

她说，我也觉得，可是他不让。

我说，为什么呀？

她说，我不知道。

我心想，真是个很机车的奇葩男。

从那时起，我便知道她的勇气是从哪儿来的了。如果我有一个那样的男朋友，或许我也会义无反顾吧。只是我想，要遇到这样的奇葩男，应该要到下辈子了。

可是，这个世界很奇妙。

再次去北京是2014年12月，我决定手术。

她已经高位截瘫，准备第三次手术。她坐在轮椅里，紧握着我的双手，不断地问，亲爱的，你遇到奇葩男了，对不对？

我用力点头。



没一会儿，她就昏睡了过去。医生说，这是因为太过疼痛，所以晕厥了过去。可是她自始至终没说一个“痛”字，连痛的表情都没有。

我在病房外安静地痛哭。

我进手术室前给她发信息，因为我怕自己会哭。她说，亲爱的，放心吧，爱是最好的天使，它会守护你的。

手术很顺利，三个月后我回京复查，她介绍一位姐姐给我认识。那位姐姐高位截瘫后，拜访过史铁生先生两次，说他是特别好的人。听完她的困惑，史铁生先生说，你现在还年轻，不知道什么是绝望，但是随着年龄的增长，你就会明白。所以你要保持阅读，坚持写作，将来才有可能对付绝望。

绝望是什么？每个人都会有，还是只有被病痛围绕的人才有？我不知道。我只知道，人只有在内心平静、生活安稳的时候，才能接收到外界信息。就像只有那个人，才能给你坦然面对一切的勇气。

2015年5月4日，她带着微笑离开了这个世界。她男朋友，不，应该说她丈夫——在她的葬礼上说——她还在的时候，我就不想把时间用在其他地方；因为我知道，我们缺的不是钱，也不是被多少人认可和喜欢，我们缺的是时间；时间用完了，就什么都没有了……

他早已泣不成声。

时间不会为任何人停留，哪怕半秒，哪怕你哭喊着说，等等我，等我擦干眼泪，等我鼓起勇气，等我说服自己，等我看清楚未来的路，等我不再担心彷徨。

我渐渐理解了史铁生先生说的那句话。其实阅读是不能救赎痛苦的，因为在痛苦的时候，一切都没有用，一切都只会加剧疼痛。阅读是平时坚持给心灵积累力量，才能在痛苦来临的时候，虽然痛苦，却能找到闪





有没有一首歌让你动情

着光的方向。如果痛苦没有摧毁你，那它日后一定会成就你，成为只有你才有的美丽花纹。

我们是无法战胜痛苦和绝望的，就像无法战胜死亡一样，我们能做的只是不被它压倒。而阅读，就是在绝望中照向心灵的一束光，它让你看到光明，寻到希望，让你绝地逢生，柳暗花明。

2015年5月12日

书于陕西杨凌

雪炘，先天性脑瘫患者。拒绝《感动中国》栏目组邀请，拒绝接受残疾补助。热爱生活，尊重平凡。文章常见于《青年文摘》《思维与智慧》《疯狂阅读》《做人与处世》《课堂内外》《知识窗》等杂志，并入选多部图书。获全国性文学奖数次。



目 录

第一辑 生活从来不是一种选择

我觉得能认识你,有点像某个极低概率的奇迹。既然自己的年龄中还没有太多其他的干扰前来打扰,青春在拖沓的节奏上,总会为这样的情怀而奏出激烈的强音。

- 杂草锄不净·····程骏驰(2)
 一之韵·····王飙(4)
 人生三境·····张燕峰(7)
 无我的境界·····月冷繁华(9)
 马云的金质沙粒·····彼岸花香(11)
 含泪奔跑·····程刚(12)
 苦难是化妆的幸福·····小刚(14)
 只问耕耘·····思想者(16)
 必须自带包装购物的超市·····彭根成(18)
 生活从来不是一种选择·····安一朗(21)
 反应能力·····庞启帆(27)

第二辑 每个人都有一次被原谅的机会

人非圣贤,孰能无过。没有谁是不犯错的,给别人一次机会,就是给人以新生。

- 运动会教会我的·····汤小小(30)
 改变命运的咳嗽·····小程(33)
 后退不一定失败·····荒沙(35)
 走错路看到不一样的风景·····孙道荣(37)
 做一株柔韧的小草·····高小宝(40)
 不只是为了一只鹌鹑·····庞启帆(42)
 难逃两张网·····程刚(45)



有没有一首歌让你动情

- 喝水节·····凤凰(47)
兔子的论文·····庞启帆(51)
恰似丽江秋水·····叶浅韵(53)
沙漠勇士食蝗鼠·····戎装云(57)
每个人都有一次被原谅的机会·····陈世冰(59)

第三辑 等你走远,我再关门

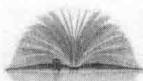
对于年纪大了的父母,每天期盼的便是多看儿女一眼,甚至多唠叨几句。因为爱一天,少一天。多陪陪父母吧,哪怕出门的时候多停留一会儿。

- 两个比萨店·····入世无尘(62)
用一把雨伞给你最后的尊严·····纳兰泽芸(65)
勇、真、诚三字话巴金·····张嘉芮(68)
晚三秒,再关门·····钱灵芸(71)
为别人鼓掌·····林振宇(73)
遇见春天,等到温暖·····程刚(75)
笑容的味道·····沁园春(77)
等你走远,我再关门·····李军民(79)
关怀的力量·····思想者(81)
我等的不是一个人,而是万千时光·····雪忻(83)
网络时代的1分钟·····何国威(87)
腾点时间看地图·····林玉椿(89)

第四辑 知识即是道

道,是本质,是规律,是法则,是真谛。书就是道的载体,看过很多事,懂了好多道理。

- 知识即是道·····振宇(92)
学而时习之·····心若莲花(94)
用文字装点人生的绚丽·····袁恒雷(96)



- 告别静音学习·····莲叶深深(101)
- 学习是一种能力·····好彩自来(105)
- 林非先生的读书心态·····鞞松(107)
- 梁实秋的“钉子精神”·····姚秦川(109)
- 一块鸡骨头·····庞启帆(111)
- 创业其实就是敢想敢做·····刘进(114)
- 锁不住的财富之门·····梅若雪(117)

第五辑 生命所赋予的第二双眼睛

环境毁灭的只是那些脆弱的人。当生活中的太阳陷落的时候，我们就要为自己的心灵点亮一盏永恒的灯。只有乐观自信的人，最终才能走出困境。

- 从监狱走出来的 CEO·····刘进(120)
- 棒棒糖上绘“银河”·····佟才录(122)
- 盘子脏了——吃掉它·····佟雨航(124)
- 把石头从一毛钱卖到一亿·····佟才录(126)
- 生命所赋予的第二双眼睛·····雪舞岚裳(129)
- 给别人翅膀，你也能飞翔·····张燕峰(131)
- 我卑微，只为把你养大·····季锦(133)
- 让我再看你一眼·····钱灵芸(136)
- 有一种原谅无须理由·····季锦(140)
- 强权下的细节逆袭·····清翔(143)
- 这一生，我曾为梦而活·····筱梅(145)
- 给我一双同情的耳朵·····陈溯(148)
- 生命的承诺·····雪原(150)

第六辑 不打扰别人的不幸

不要去打扰别人的不幸，给别人留一点自尊，留一个生存的机会。





有没有一首歌让你动情

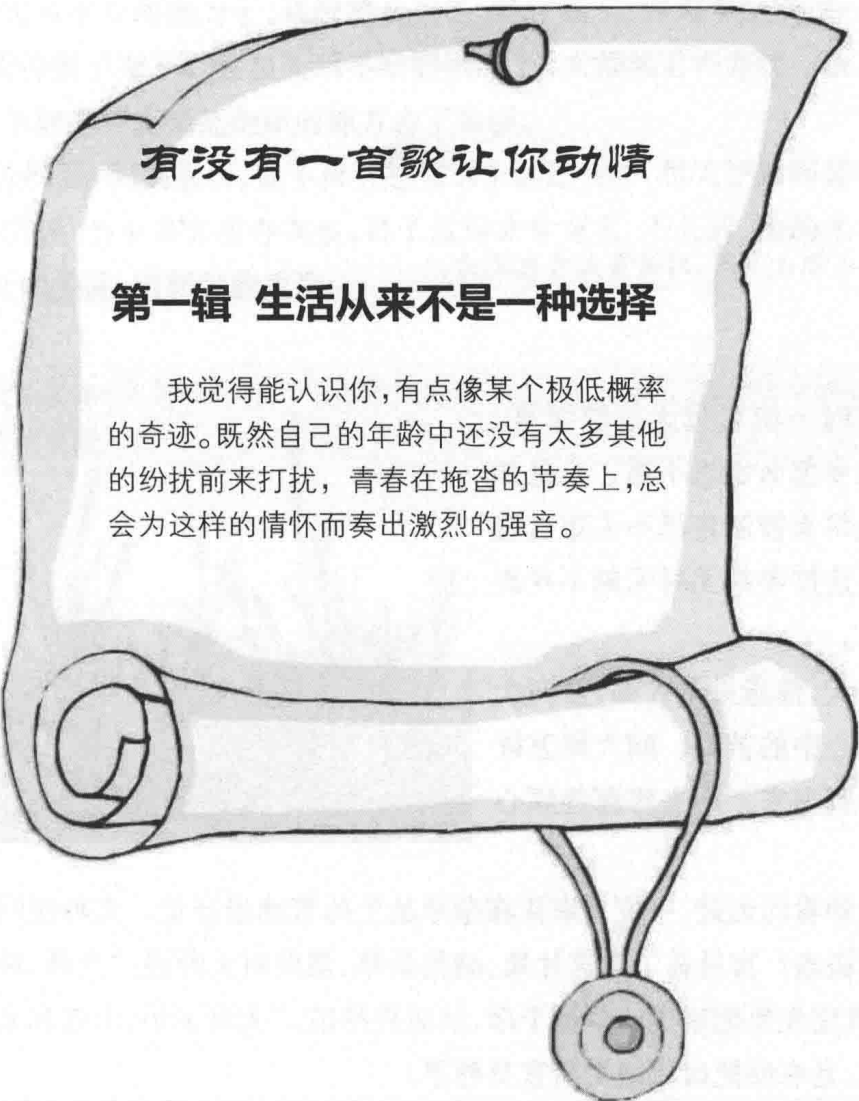
- 刘和平——让自己成为一束光·····麦淇琳(154)
- 劳丽诗——在心里养一朵菩提花·····陈小蓝(156)
- 郭京飞——修炼更美好的自己,等风来·····筱梅(159)
- 刘醒龙——冰凌花的零度绽放·····筱麦(161)
- 把自己当作一棵安静的大树·····素纸笺(163)
- 阿来——生命静止的光芒·····陈溯(165)
- 亲情飘扬的“希望营地”·····清翔(167)
- 做好分内事就能感动世界·····梅若雪(170)
- 孩子,你们是好样的!·····萨蒂(172)
- 那些幸存的孩子·····卓然客(174)
- 心香·····雪原(176)
- 不打扰别人的不幸·····一枚芳心(178)

第七辑 有一种营养叫自卑

自卑是种力量,自卑是让我们看见跟别人的距离,从而奋力追赶。感谢自卑,感谢不满足。

- 枣树的旅程·····范泽木(182)
- 佛有多种·····朱国勇(184)
- 带孩子参观中东战区·····佟雨航(186)
- 有一种营养叫自卑·····王欣(189)
- 梦想于尘埃处绽放·····商艳燕(191)
- 没有被摘走的南瓜·····李代金(194)
- 将人生装饰成一首诗·····奇清(196)
- 错的是一味地行走·····凤凰(199)





有没有一首歌让你动情

第一辑 生活从来不是一种选择

我觉得能认识你，有点像某个极低概率的奇迹。既然自己的年龄中还没有太多其他的纷扰前来打扰，青春在拖沓的节奏上，总会为这样的情怀而奏出激烈的强音。



杂草锄不净

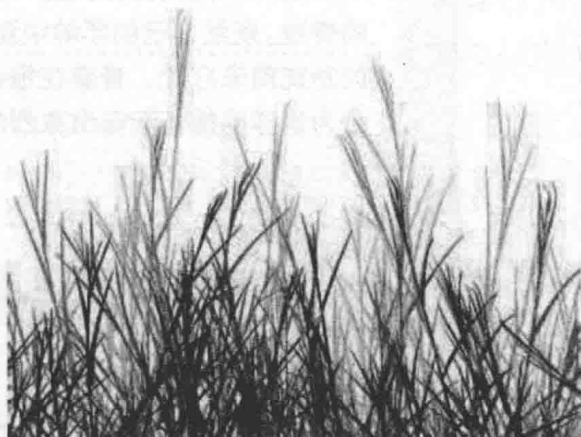
程骏驰

水之积也不厚，则其负大舟也无力。

——庄子

古时一位官员无故被罢官，回到家乡怎么也想不通，心乱如麻。他每天控制自己不去想这些事，可这件事却无时无刻不在影响着他。

一天，他遇见了大师，便向大师诉说心中的苦闷，问大师怎样才能解脱出来，不去想那些烦心的事。



大师看向远处，一位老农正在杂草丛生的荒地里开荒。大师便问官员如何种这块地？官员看了看这片地，满是杂草，他便对大师说：“大师，种地先锄草，我肯定先要把这里的草锄干净，然后再种植。”大师不语，上前和老农耳语了一阵，老农便把这块地交给官员种菜。

过了一段时间，大师又来这，看见官员还在拔草，便问他说：“施主，地已交给你几天了，可怎么还没有种菜呢？”官员立即对大师说：“大师不知，我本想早早种菜，可这里的草锄了又长，就是拔不干净，怎么种菜呢？”大师不语，找来老农，让老农种菜。



几天后,大师带着官员又重新回到这里,菜已经发出芽来,官员很吃惊,问老农是怎么锄草的,菜长得这么快?老农一笑,对他说:“先种上菜再说。”“草不净,何以种菜呢?”官员立即问。老农一笑,对他说:“你先种上菜,菜长起来了,就没有草长的地方了,草没那么多了,就好锄了,每天下地里找一找,草就会被锄得很干净了。”官员听后不禁感慨万千。大师笑着补充说:“杂草永远锄不净,不如先种上菜把杂草的地方占了再说。”

官员顿悟。回到家后,他不再去想官场上的那些事,每天把时间排得满满的,潜心苦读,为乡亲邻里办实事,日子过得非常充实,不久后,他的才华再次引起朝廷的关注,重新得到重用。

工欲善其事,必先利其器。只要不断充实自己,壮大自己,那些流言碎语,那些困难将不攻自破!





一之韵

王珮

躯体总是以惹人厌烦告终。除思想以外，没有什么优美和有意义的东西留下来，因为思想就是生命。

——萧伯纳

儒、道、禅，是撑起中华民族灵魂之鼎的三只巨足，她们共同的一个特点，就是都推崇一个“一”字，都有一个万法归宗的哲学命题，而这个宗，也就是万目归纳的“一”。

道，源于易。五千多年前，伏羲于宛丘之上，仰观天象，俯察地理，追索诸物的生灭轮回，突然灵光乍现，悟门豁然大开，昂首苍天，惊呼“太极！阴阳！”原来他在这一刹那间，看到了宇宙未劈时是一团混沌沌沌的元气，这也是构成这混元的阴阳二气未动的时态；阴阳一动，混沌始开；二气冲和，天清地泰；万物育化，绵延其间；万象森列，美如画卷；激动之余的伏羲氏，随手在地上画出八卦图形，以记下自己的这一“太极一动，阴阳相生，万物乃成”的伟大发现。后来的老子李聃，在《道德经》中，更是把这一发现，发挥到了极致：道生一，一生二，二生三，三生万，万物又统归之于道，而道即是一，即是太极，即是阴阳冲和之气，所以，便有了天得一以清；地得一以宁；神得一以灵，谷得一以盈，万物得一以生，侯王得一以为天下正，一人得一十方得利……

禅，是天竺的佛与中国的道结合后，诞生的直指人心、明心见性的顿悟法门，慧能是禅宗的实际创始人；在禅的世界里，每一个人的心里都立着一位真如法身佛，一切的修行，包括行走坐卧、饥餐渴饮、待人接物，都是为了让其放出光来，照亮人生中的一切，甚至照亮世间万物。



有这么一则公案：

有一天，庆诸正在筛米，沕山禅师道：“施主物，莫抛撒。”庆诸道：“不抛撒。”沕山禅师于是从地上拾起一粒米来，说道：“汝道不抛撒，这个是什么？”庆诸无言以对。沕山禅师接着说道：“莫轻这一粒，百千万粒尽从这一粒生。”庆诸便问：“百千万粒从这一粒



生，未审这一粒从什么处生？”沕山禅师一听，便呵呵地笑着走了，他为什么不说破？因为说破了，就不是禅了，自己去悟吧。

对于这个公案，还有更诗意的表达：一月普现千江水，千江水月一月摄。那么，这一粒米，这一轮月，代表着什么呢？答案也就是一个字：“心”！境由心生，以你心中的那双佛眼看世界，一切无不闪着佛光；所以，一统万，万归一！这就是为什么得道之人，总是胸中喜念踊跃，满目山河万朵。

如果说，道，讲的宇宙自然之法的话，那么，儒，则讲的世间人伦之法；孔子曾留下一句让后人玩味不止的话：“吾道一以贯之。”许多人都以为找到了答案，因为孔子的学生曾参说过：“夫子之道，忠恕而已。”其实，当时的曾参年轻，根本没有悟透孔子的真义，一个“而已”，尽显其回答的不够严肃，因为孔子真正想告诉他的是一个“仁”字，而忠恕礼智信义，不过都是仁这个“一”所统领下的“万”的内容，“仁者人也”，“克己复礼，天下归仁焉”，而孔子的“随心所欲而不逾矩”，便是说你的心只要达到了仁的境界，处万人，接万物，成万事，都不会出差错的。这就是儒家的一以统万、万殊归一。

齐国的晏子，是孔子最推崇的人，而晏子则是侍奉过三个君主的人；有一次，梁丘据心怀叵测地问晏子：“你侍奉过三个君王，而三君都不同心，且都对你言听计从，是不是你胸中跳动着不同的心与之相和啊？”晏子笑而答道：“我听说，仁爱不懈，每个人都会听你的，奸邪不忠，恐怕没有一个人听你的。一心





有没有一首歌让你动情

可以事百君，百心不可以事一君啊！”孔子听说后，告诉他的学生：那个以一心事百君的晏子，是一个值得你们敬重和学习的人啊！因为晏子的一心，正代表着孔子所说的仁之内涵呢。

道的一，占尽了造化自然的风流，可以养魂；禅的一，充满了觉识妙悟的浪漫，可以养心；儒的一，彰显了生命大美的韵致，可以养气！此三者，皆可助我们写好人生这首诗！

当然，儒道禅，我们得其一，便一生都受用不尽，何况我们可以气、心、魂三者兼修呢？我华夏之鼎，因有此坚挺的三足，故运作恒久！

一沙一世界，一叶一菩提。中华文明可谓是博大精深。这里的一，有简单的意思，也有万宗归一的含义。这些思想，是我们永存的精深宝藏。

