



张庆龙 主编

读者文摘精华

(原创暖文版):

不要忘记
温暖时光中的自己

北京工业大学出版社



张庆龙 主编

读者文摘精华

(原创暖文版):

不要忘记温暖时光中的自己

DUZHE WENZAI JINGHUA
YUANCHUANG NUANWEN BAN
BUYAO WANGJI
WENNUAN SHIGUANG ZHONG DE ZIJI

北京工业大学出版社

图书在版编目 (CIP) 数据

读者文摘精华：原创暖文版：不要忘记温暖时光中的自己/张庆龙
主编. —北京：北京工业大学出版社，2016. 1
ISBN 978-7-5639-4571-9

I. ①读… II. ①张… III. ①文摘—世界 IV. ①Z89

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2015) 第 279562 号

读者文摘精华 (原创暖文版)：不要忘记温暖时光中的自己

主 编：张庆龙

责任编辑：付春怡

封面设计：新纪元工作室

出版发行：北京工业大学出版社

(北京市朝阳区平乐园 100 号 邮编：100124)

010-67391722 (传真) bgdcbs@sina.com

出 版 人：郝 勇

经销单位：全国各地新华书店

承印单位：大厂回族自治县正兴印务有限公司

开 本：880 毫米×1230 毫米 1/32

印 张：8

字 数：131 千字

版 次：2016 年 1 月第 1 版

印 次：2016 年 1 月第 1 次印刷

标准书号：ISBN 978-7-5639-4571-9

定 价：28.00 元

版权所有 翻印必究

(如发现印装质量问题，请寄回本社发行部调换 010-67391106)

序

不看内容，单看书名，你就会知道，这是一本温暖人心的书。

不要忘记温暖时光中的自己。真的，世界上的人，有的活得潇洒，有的活得艰难，有的活得热闹，有人却寂寞孤独。很多人一辈子，为父母、为夫妻、为子女而活，唯独忘记了同样需要温暖、需要爱护的自己。

于是，有了这些触动人心的文字。静谧的深夜，捧一盏清茶，写下这些文字，仿佛回到过去，找回了曾经的自己，窝在沙发的一隅，和镜子里的自己喁喁私语。

几十个唯美的故事，温暖着读者的心，或带给人积极向上的力量，或带给人们战胜挫折的勇气与毅力，或教会人们理性地看待荣辱得失，或总结自己失败的教训，给人以启迪，温暖别人的同时也是在温暖自己。



青春，是一本太仓促的书，你还来不及翻开，它已经悄然离你远去。你奋斗过、迷茫过、得到过、失去过、痛苦过、绝望过。那是多么遥远的青春记忆啊！苦涩的相思、离别的伤痛、残忍的背叛，无一不在考验我们的承受能力。一旦你看开、放下，这些考验又何尝不是鞭策我们前行的动力呢？既然我们回避不了命运的安排，何不勇敢地面对？拨开迷雾，迎接你的就是早晨第一缕清新的曙光！要记住，爱情是人生非常重要的一部分，但绝非全部。

挣脱羁绊，触摸内心深处的情感，追寻自己心灵的方向。爱自己，就是爱身处的世界，爱一切生灵。心之所向是梦境中最美的地方。那里阳光灿烂，那里水草丰美，那里有最初的理想，还有触手可及的爱。

千万记得，不要忘记温暖时光中的自己。

目 录



第一章 那些容颜，温暖了我们的孤独岁月

手心里的温暖	亭后西粟	2
给心灵一片净土	紫墨含烟	11
海棠花开	秋叶正红	14
那些容颜，温暖了我们的孤独岁月	月上西楼	20
谢谢你给的那个微笑	野菊花	25
微风吹来的你	我心素昔	29
蓦然回首，恰好你还在	暖思	42
母亲的眼泪唤回儿子的大学梦	王利	46

第二章 回忆里的青春，阳光温暖

记忆不会老去，青春终会散场	清荷诗语	50
青涩马卡龙	亭后西粟	57



相思无限已成空	紫墨含烟	66
那时的爱铭记了我们的青春	姚玉凤	70
我们的故事，只讲了一半	素笺若雪	76
蓝领做伴，青春闪亮	王利	82
绮梦深深云归处	章珈琪	86
寻爱路上，相信彼此	江晓英	96

第三章 有梦的日子，我们总能满血复活

那一晚的倾城	徐丽玲	102
明天的你，会感谢今天努力的自己	玛瑙石	106
不要嘲笑失败的人	一介	111
没有人能陪着你坚强，只有自己不放弃	幽蓝	115
不要忘记最初追梦的自己	一介	121
有梦的日子，我们总能满血复活	玛瑙石	124
那个草绿色的梦	王利	127
周杰伦，祝你幸福	章珈琪	131

第四章 世界很大，我们可以去看看

天然氧吧九间棚	清荷诗语	142
当你老了，头发白了	幽蓝	146
迂回	绿洲依然	152

我们曾约定，山水走一程	我心素昔	157
最美不过头顶的蓝天	呆猫儿	166
最温暖的陌生人	一抹阳光	171
我是一个有故事的人	默汐	176

第五章 最美的时光，才刚刚开始

微笑吧，明天会更加美好	素笺若雪	186
不要在乎那一点点伤害	箫陌	193
听，海风吹来的声音	野菊花	201
迷茫时，请闭上眼用心寻找方向	一介	204
恰好平安喜乐	那澜	210
孤单岁月里，至少还有你	红了樱桃	217
爱，从未离开	付桂秋	228
日行一善，积德一生	安如沫	239

第一章

那些容颜，温暖了我们的孤独岁月



多年后，你我早已满头白发；多年后，你我俱已安好；多年后，你我早已陌生。那不变的还有什么？唯有一颗初见时的心，不管过了多少年还是一样的美好。



手心里的温暖

亭后西栗

手上的温暖顺着指尖传进心里，就像你给予的温暖，伴着回忆，常留心间。

“爸，明天早上我不想吃馄饨了。”肖平五岁的儿子坐在桌前，对着那碗热气腾腾的馄饨抗议，“妈妈什么时候回来？”

“快了，后天就回来。”

“我想吃面条……呜呜……我想妈妈……”儿子终于哭起来。

妻子出差快一周了，父子俩每天的早饭和晚饭都是馄饨。小家伙习惯了之前每天变着花样的食谱，熬到第五天，终于忍无可忍。

肖平低下头，看了看自己的碗。一个个皮薄薄的馄饨，浮在清亮的汤水中，这不是挺好吃的吗？

他很想对儿子说：“知足吧，你爸小时候，早上起来能吃上一碗馄饨就不错了！”

但他又想了想，终于还是将那句话就着汤一起咽下了。小孩子不懂事，更不会理解苦难，他只会哭闹，算了。

“你不想吃馄饨的话，柜子里有酸奶。”肖平淡淡地说。

儿子收住哭声，离开餐桌去找酸奶。肖平的目光又落在了那碗馄饨上。

那时候的肖平，真穷。那时候的冬天，真冷。

肖平是家里最小的孩子。当他的哥哥姐姐都到外地读书时，他还在老家上学。

肖平的父母都是工人，虽是双职工，但他们收入不多，要供养两个大学生和正处在青春期饭量不小的肖平，还是有些捉襟见肘。

每天早上一睁眼，肖平的感觉只有一个字：“饿”。

当母亲把大碗的清粥端上桌时，肖平总是风卷残云一般扫荡一空，但感觉也仅仅是不饿了，距离填饱肚子却还差得远。

吃过早饭，肖平便穿上哥哥穿过的单薄的旧棉袄，步行到学校去。不知是因为饿，还是因为天冷，每天走到学校时，肖平都脸色发青。

在离家第三条街的拐角处，有一个小小的早点摊。小摊不大，窄小的屋子里灰突突的。在冬日清晨的昏暗天光下，点着一盏小小的灯。



摊主是一个上了年纪的瘦老头。他总是早早开门，总是让自己的小摊热气腾腾地迎接早起上学和上班的路人。

每次路过这个早点摊，肖平都会忍不住用力吸吸鼻子。他甚至会在白色的水汽中多站一会儿，深深呼吸那诱人的香气，那是肉馅馄饨在汤水里翻滚煮熟的味道，也是将他的饥饿无限放大的味道。

终于有一天，肖平站在了小摊前。

他的手放在兜里，紧紧攥着这个月要交给学校的饭费。他向父亲多要了五毛钱，买一碗馄饨总够了吧。

就为了要这多出来的五角钱，那天的早饭肖平吃得心惊肉跳。出门的时候，他甚至忘了戴上围巾。

一走出狭窄的楼门，冷风便割着他的脖颈呼啸而过，肖平打了个寒战。不过不要紧，马上、马上他就能吃到热气腾腾的馄饨了。肖平加快了脚步。

现在，他就站在小小的早点摊前，热气环绕着他，带着诱人的香气。

“要吃什么？”老人问他。

“馄饨多少钱一碗？”

“四角钱，现煮现吃。”老人搓搓手，答道。

肖平又看了一眼那大锅和漏勺，咽了咽口水，他竟然犹豫了。



连日来朝思暮想的馄饨近在眼前，只要他说一句“来一碗”，就会有一碗冒着热气的馄饨摆在他面前。

他只要说声：“来一碗。”

肖平的喉结动了动，终于，他狠狠地咽咽口水，艰难地开口说：“还是，还是不要了。”接着，他像小偷一样拔脚就跑，他跑得那么快，割在脖子上的风竟然也不那么疼了。

那天回到家，肖平将五角钱还给了父亲。

“怎么剩了五角？”

“我……我记错了。”肖平的脸都要埋在饭碗里了，他低声说。

父亲没说什么，只是将那五角钱在手里握了握，又放在肖平眼前：“给你拿去花吧，收好了，别弄丢了。”

肖平的心提了起来，接着，又落下去了。

他又站在早点摊前，看着老人捞出一碗馄饨，递给一个男人。碗里冒出的热气从鼻翼窜入，直冲眉心，肖平又咽了咽口水。

“你要吃什么？”老人问他。

肖平垂下眼帘，捏紧了口袋里的钱，努力让声音不那么怯懦：“我想问问，馄饨汤卖吗？”

“馄饨汤？汤不卖。”老人说。



肖平刚要失望地“哦”一声，老人的手却举了起来。“不卖，但是可以免费喝一碗。”说着，一碗热汤递到了肖平面前。

一样的热气，一样的香味，那清亮的汤水中，游弋着几叶香菜，还漂着星星点点的油光。肖平抬起头，正迎上老人深邃的目光，那目光中带着笑，带着了然，似乎还带着些许狡黠。

不知是那碗太烫，还是天太冷，肖平端着碗的手竟然有些颤抖。他深深呼吸着碗里飘出的香气，迈着梦游一般的步伐，蹭到一张窄小的桌前坐下，低下头，一口一口地喝着这碗热汤。

口袋里的五角钱重重地压在他的腿上。

又到了春暖花开的好时节。肖平的五角钱还好端端地放在他的上衣口袋里，而这个冬天，他已经喝下了不止二十碗馄饨汤。

“你在哪个学校上学？”一天，老人问他。

“在六中。”

“好学校啊，学得怎么样？”

“嗯……”肖平想了一下，“还行吧！”

“什么时候高考？”

“还有一年多呢！要到明年夏天。”



“要好好念书，将来考大学，以后就是大学生啦！”老人点着头嘀咕着，毫不掩饰对大学的向往。肖平用力点点头，喝下了最后一口馄饨汤。

整个夏天，老人都在早点摊前忙碌着。肖平每天经过时，都会和老人打招呼，但他不会再停下来喝那碗馄饨汤。

“来一碗吗？”老人总会问一句。

“不啦！要迟到啦！”肖平匆匆地走过。

肖平没有告诉老人，因为是夏天，天不冷，他也就没那么需要这碗馄饨汤了。

暑假结束后，肖平发现老人瘦了很多。当冬天带着寒意再次来临，老人变得更加瘦弱了。

临近寒假，一个雪后的早晨，肖平早早出门去上学。路过早点摊时，他停下来，向老人招手，之后打算转身继续走，老人忽然喊住他：“时间还早，过来喝碗汤再走吧。”

这是老人第一次主动邀请肖平。肖平迟疑了一下，听话地走了过去。

还是一碗馄饨汤，上面放着香菜叶，夹杂着油光。但喝着喝着，肖平发现有些不对劲，香菜下面还藏了几个馄饨！

这是……肖平举着勺子，愣住了。这时，他听到老人悠悠的声音。



“吃得饱，脑子才转，学得才好。等你考上大学，别忘了来告诉我一声。”

“好。”肖平答应着，眼眶却不知什么时候湿了。

那天，肖平将口袋里放了一年的五角钱递给老人，但老人说什么也不要。他用自己干瘦的手拍着肖平的手。

“拿着吧，孩子。我的生意不差你这一碗汤。”

那年冬天，肖平偶尔会早出门一会儿，坐在老人身旁的小凳上，喝着汤，陪老人随便聊上几句。那个冬天很冷，但抱着那热乎乎的汤碗，肖平的手总是暖暖的。手暖了，心也跟着暖了起来。

冰雪消融，春天来临。不知为什么，老人的早点摊没有再开门。

他不会再早早地扭亮小灯，半开着门，让香喷喷的热气飘到街上，也不会再眯着眼舀出一碗碗的馄饨和米粥。他的摊子不再温暖，不再热闹，不再有人来。

肖平隐隐地有些不安。每天走过那条小街，他都会看看那扇门，盼望着它有一天能重新开启。他参加了高考，以不错的成绩被姐姐就读的大学录取。

那一年，哥哥刚刚毕业，要到外地工作，姐姐正好放假回家。收到录取通知书的那天，一家五口刚好都在家。肖平的父母高兴得像过节似的，他们家出了第三个大学生！



肖平也很高兴，他拿着那张录取通知书左看右看。肖平还记得那天母亲做了一桌子的饭菜，但他却吃不下什么。

接下来的日子里，肖平经常走过三条街，来到老人的早点摊那里。他想把这个好消息告诉老人，但那里依然是大门紧闭。

在一个下着雨的午后，肖平终于发现门开了。他忙收起伞，钻进了那间熟悉的小屋。

屋里站着一个瘦削的男人。听到肖平的声音，他回过头来，狐疑地看着肖平。

“你有什么事？”男人问。

肖平愣了愣，旋即反应过来，问道：“之前那位老人家呢？就是卖早点的那个。”

“你找他有什么事？”男人走近两步。

“他和我约好了，如果我考上大学，就在第一时间告诉他。”肖平说，“一个星期前，我收到了录取通知书。”

男人点点头，看着肖平的眼神变得温和而悲伤：“我听父亲说起过你，不过我父亲已经不在了，他听不到你的好消息了。”

外面的雨声淅沥，肖平呆呆地站在这间曾经温暖的小屋里，体会着这句话的含义。

那天下午，肖平还是坐在那个小小的凳子上，听着男