

SHOCK Your HEART 成长·心灵圣经

一部相伴一生的心灵圣经，一掬滋润心灵的智慧甘露



◎ 毕淑敏·韩少功·蒋光宇·崔修建等著 ◎

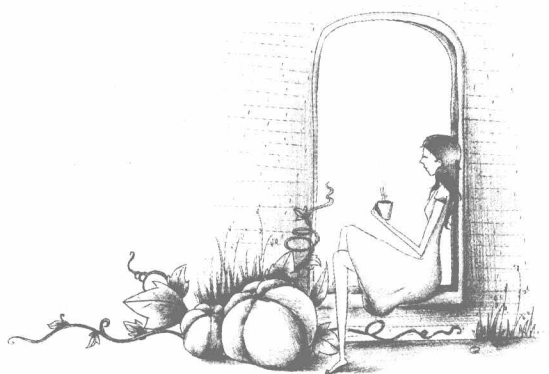
是心灵的渴望，开阔了求索的视野；是心灵的飞翔，催动了奋进的脚步；

是心灵的富有，孕育了生命的奇迹……

湖南人民出版社

成长·心灵圣经 (第3辑)

激扬人生智慧·震撼读者心灵



图书在版编目 (CIP) 数据

成长·心灵圣经 (第3辑) / 贤才文化编. —长沙: 湖南人民出版社, 2008.10

ISBN 978-7-5438-5365-2

I .成… II .贤… III. ①散文-作品集-世界②故事-作品集-世界 IV .I11

中国版本图书馆CIP数据核字 (2008) 第123168号

出版人: 李建国

监制: 彭铁余 曹有鹏

责任编辑: 曹有鹏 张志红

装帧设计: 贤才文化

成长·心灵圣经 (第3辑)

湖南人民出版社出版、发行

网址: <http://www.hnppp.com>

(长沙市营盘东路3号 邮编: 410005)

营销部电话: 0731-2226732 13707313708

湖南省新华书店经销 长沙鸿发印务实业有限公司印刷

2008年10月第1版第1次印刷

开本: 710×1000 1/16 印张: 18

字数: 351, 000

ISBN 978-7-5438-5365-2

定价: 24.80元



序

泰戈尔曾说：“年轻的时候，我的生命犹如一朵鲜花——当和煦的春风到她的门前乞讨，她便从那富丽繁华中摇落一两片花瓣，丝毫也不觉得有任何损失。如今青春已逝，我的生命犹如一枚坚果，已无物可施，只等待着把自己彻底奉献，连同那甜蜜的重负。”我们还在成长，世界已如同洪水涌进生命，我感到所有的星星在灵魂的夜幕中闪耀，美丽的花儿在身体里正徐徐绽开。而成长的躁动正如一缕薰香在我心中冉冉升起，如果生命还要来一次孤单的旅行，那么，我只愿带上一个简单的行囊，装着一本契合心灵的小书，让它深掘内心的梦想，安抚那永无静止的生命拍打羽翼时的躁动和拥挤时光的轰鸣。

“人的一生也许不会成功，但一定在成长。”然而有些成长并不是我们想要的，有些路并不是我们想走的，我们如此脆弱地承受着生活的洗礼，有些人因此而更加坚毅，有些人却在苦海里挣扎沉沦。我们不想辜负了父母含辛茹苦的教诲，不想误解了课堂上老师谈笑风生的意义，更不想过早地意识到沧海一粟的渺茫与世俗的迷惘，所以当我们手足无措的时候，只能高声呐喊：“让书籍那喷涌的泉水洗净我生命中污浊的浮华！”

古语有云：“书中自有黄金屋，书中自有千钟粟，书中自有颜如玉。”而我却说是书给了你成长的智慧，面对困难的勇气，面对生活的那点坦然与豁达。无怪乎这么多年来人们再累也要读书，工作再忙也要谈书，收入再少也要买书，住处再挤也要藏书，交情再浅也要送书。无论是平民匹夫还是商界巨子，人们无一例外地从书中汲取着生存的养料，开启了别样人生，接受来自心灵深处高贵的洗礼，然后走上了各自的朝圣路。是啊，书籍，饥之以当食、寒之以当裘、忧患以当安乐、孤寂以当金石琴瑟。成长可以舍弃白昼，但却不能缺少这盏明灯！

书外只有一个人生，如你也如我，书里却有无数个成长的轨迹；书外只有一个世界，如我们肉眼所见，而书里却有无数个天堂，只有心可以领

悟。它教给你知识，告诉你如何去爱，也告诉你如何成长，教会你如何感恩，它唯一没有给你的是人世间的罪恶种种，误入歧途的是非与狰狞。它砸碎贝壳，和你一起寻找那被囚禁在黑暗中哑然无语的珍珠；它唱响歌曲，在你灵魂的岩洞里震颤腐朽的黑暗。

不能容忍 15 岁少年点火自焚的事实，无法面对 16 岁少女纵身高楼的悲惨，也不愿目睹“同室操戈”的凄凉，青春是稚嫩的任性！然而面对那洒落于尘埃中的殉难者和母亲的眼泪，我们还有什么理由不为人类的成长造一个精神的殿堂，指引成长中的他们在书海里做一个徐徐绽放的花蕾？

面对严峻的社会现实，面对青少年空白的阅读世界，我们在强烈的社会责任感的驱使下，组织了陈建功、谭谈、毕淑敏、韩少功、高洪波、陈世旭、王跃文等众多知名作家，教育学、心理学专家编选了一系列精品章目，汇成“成长”系列青春励志丛书，希望此书能洗净读者心中的浮华、躁动和虚假，启悟人生真谛，培养广大青少年的人文品质和完美人格。此丛书共有数册，包括美文精萃、青春励志、纯情校园、感恩的心、心灵之约等，以后陆续出版，每一册书都是根据广大青少年朋友的阅读兴趣，审美口味精心选编，希望在愉悦的阅读享受中，有更多的人学会爱，学会理解，学会豁达，健康成长，最终以一颗感恩的心回报家人和社会！

成长的路上，你我有约，让我们一起等待青春破茧成蝶！

湖南人民出版社





Content 录

母亲的价格

种爱	2	结婚的礼物	21
为了别人爱自己	4	一钱阳光	23
只跟人间要朵花	6	谢谢你说恨我	25
在可可西里回头	8	为你付账	27
母亲的价格	10	与众不同的妈妈	29
圣诞节的期待	12	继母的秘密	31
妈妈的菜谱	15	荒漠里的泪滴	34
永远的牵挂	17	西伯利亚的熊妈妈	36
请记住我母亲的生日	19		

站在有光的地方

什么时候最美	39	人生感念三则	57
站在有光的地方	41	不被期待的快乐	59
我的生活哲学	43	最好的报复	61
是谁弄丢了孩子的想象力	46	最后的掌声	63
容忍结满果实的枝条	49	最后一束康乃馨	65
找找你的幸福	51	吃葡萄	67
从火场出来的不同命运	53	钢琴大师的教学秘诀	68
专家和矿工	55		

我愿听见所有善良的心跳

我愿听见所有善良的心跳	71	六个馒头	88
那一年	74	微笑给了谁	90
毕业的礼物	76	四十五只信封	92
形象	78	让我们再看你一眼	94
快乐的失败者	81	看海的女孩	98
银筷子	83	头上长树	100
那张记着人名的白纸	85		

给高贵心灵美丽住所

大师的微笑	104	为别人喝彩	119
反弹的幽默	106	第十排中间	121
为鸭子编号	108	从 13 岁开始享受自由	123
缪斯没有沉默	110	夜莺与大提琴	125
沙漠上度夏天	112	专心	128
家里穷了之后	114	等待是另一种形式的行走 ...	130
圆形的幸福	116	给狗鼓掌的男人	131
给高贵心灵美丽住所	118		



Content

录

最人性的关怀

集中营里的日记本	134	乡音	160
给别人的幸福让道	136	最爱是兵	163
信任	138	乒乓绅士	166
珍贵的收条	141	恨和尊重是两回事	168
一千个水兵和一个婴儿的故事	143	最人性的关怀	170
早餐店里的告示	145	你需要帮助吗	172
少年	149	3号床的那个男人	175
人性的瞬间	151	带缺口的馒头	177
救命鼠药	153	窃贼罗茜	179
爱即是职责	156	遇上就要救一把	181
分外甜美的葡萄	158		

流露你的真表情

享受苦难	184	你的钱是桥还是墙	199
安心做自己	186	最重是心债	201
原来人生很简单	188	别等到葬礼再相见	203
有几分傻气又何妨	190	流露你的真表情	205
暂停你匆忙的脚步	192	真实的可爱	207
热爱它,就别让它生疏	195	人生不必太提纯	208
禅意是一种生活态度	197	所有的爱都有回报	209

预期的,能得到

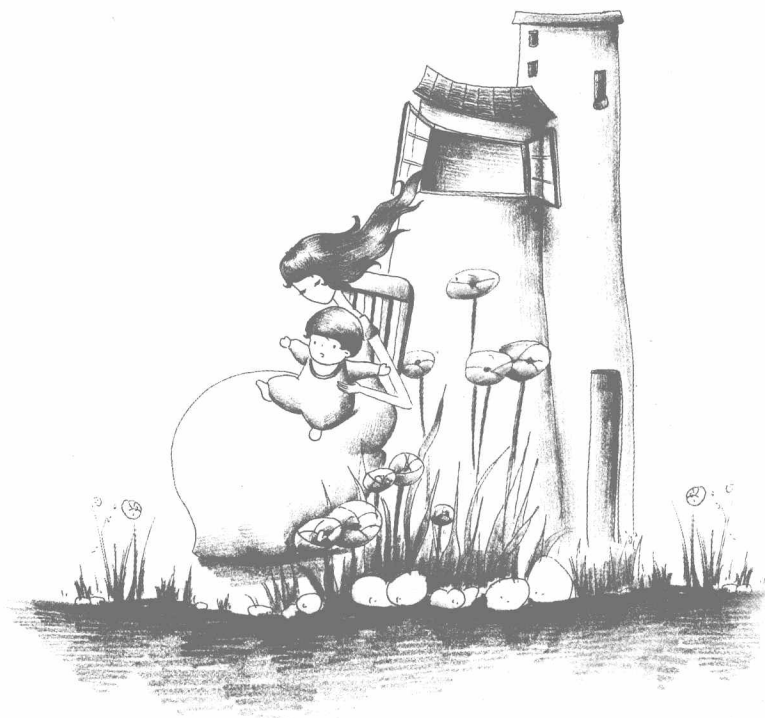
自己的生命旅程	212	人生犹如一条长街	228
泥泞留痕	214	当某些能力遭到剥夺	230
找到下一个说是的人	216	有阳光就够了	232
敢于直言,也敢于付出代价 ...	218	幸福可以用耳朵去寻找	234
因为有用,所以出色	220	快事	236
快乐在智慧的阳光下	222	黑白老鼠	237
预期的,能得到	224	成功,也可以是另外一种样子	239
“我只写了几个音符”	226		

玫瑰往事

棉衣里的两张纸币	242	爱情色盲	262
送你一束木棉花	244	穿袜子的椅子	265
吊脚楼下的守望	247	我是一尾鱼,你是我唯一的水	267
爱的相簿	251	701 到 702 徒步绕爱一圈半	271
玫瑰往事	253	最温柔的手	275
不,你才是我所爱的	255	蓝珊瑚的爱情	277
如果我老了,你还爱我吗 ...	258		
3600 秒的守候	260		

母亲的价格

母亲是一种职业
是一份没有工资的工作
女人做了母亲
便是全副身心地投入
这份劳碌
繁杂而又无休止的工作
母亲做得细腻
做得纯粹
头发白了
腰做弯了
母亲毫无怨言
而且分文不取





种下一片姹紫嫣红，伴得母亲一生一世。

种 爱

认识陈家老四，缘于我婆婆。

婆婆来我家小住，不过才两天，她就跟小区的人很熟了。我下班回家，陈家老四正站在我家院门口，跟婆婆亲切地说着话。看到我，他腼腆地笑笑说：“下班啦？”我礼貌地点点头说：“是啊。”他看去年龄不比我小。

他走后，我问婆婆，这是谁啊？婆婆说，陈家老四啊。

陈家老四是家里最小的孩子，父亲过世早，上有两个哥哥，一个姐姐，都已另立门户。他们与他感情一般，与母亲感情也一般，平常不怎么往来。他和母亲守着祖上传下的三间平房度日。

陈家老四没正式工作，蹬着辆破三轮车，上街帮人拉货。婆婆怕跑菜市场，有时会托他带一点蔬菜回来。他每次都会准时送过来，看得出，那些蔬菜已被他重新打理过，整整齐齐干干净净的。婆婆削个水果给他吃，他推托一会儿，接下水果，憨憨地笑。路上再遇到我，他没头没脑地说一句：“你婆婆是个好人。”

陈家老四却得了绝症，肝癌。因为穷，医院是去不得的，只好在家里吃点药。精神好的时候，他会撑着出来走走，身旁跟着他的白发老母亲。小区的人远远望见他，都避开走，生怕被他传染上什么。他坐在我家的小院子里，苦笑着说：“我这病，不传染的。”我们点头说：“是的，不传染的。”他得到安慰似的长舒一口气，眼睛里蒙上一层水雾，感激地冲我们笑。

一天，他跑来跟我婆婆说：“阿姨，我怕是快死了，我的肝上积



了很多水。”

我婆婆说：“别瞎说，你还小呢，日子长得很。”

他笑了，说：“阿姨，你别骗我，我知道我活不长的。只是扔下我妈一个人，不知她以后怎么过。”

我们都有些黯然。春天的气息正在蓬勃。空气中弥漫着新生命的奶香，叶在长，花在开。而他却像秋天树上挂着的一枚叶子，一阵风吹来，眼看着就要坠下来，坠下来。

我去上班，他在半路上拦下我。那个时候，他已瘦得不成样子了，脸色蜡黄蜡黄的。他腼腆地冲我笑：“老师，你可以帮我一个忙么？”我说：“当然可以。”他听了很高兴，说他想在小院子里种些花，问我能帮他找些花的种子不。他用期盼的眼神看着我。见我狐疑地盯着他，他补充道：“在家闲着也无聊，想找点事做。”

我跑了一些花店，找到许多花的种子带回来，太阳花、凤仙花、虞美人、喇叭花、一串红……他小心地伸手托着，像对待小小的婴儿，眼里有欢喜在荡漾。

这以后，难得见到他。婆婆说，陈家老四中了邪了，筷子都拿不动的人，却偏要在院子里种花，天天在院子里折腾，谁劝也不听。

我笑笑，我的眼前浮现出他捧着花种子的样子。真希望他能像那些花儿一样，生命有可以重新开始的机会。

一晃，春天要过去了。某天，大清早的，买菜回来的婆婆突然说，陈家老四死了。

像空谷里一声绝响，让人怅然。我买了花圈送去，第一次踏进他家小院，以为定是灰暗与冷清，然而，一院子的姹紫嫣红迎接了我。那些花开得热情奔放，仿佛落了一院子的小粉蝶。他白发的老母亲站在花旁，拉着我的手，含泪带笑地说：“这些，都是我家老四种的。”

我一时感动无言，不觉悲哀，只觉美好。原来，生命完全可以用另一种方式重新存活的，就像他种的一院子的花。而他白发的老母亲，有了花的陪伴，日子亦不会太凄凉。

（丁立梅）

没有极力渲染恶疾缠身的艰辛苦楚，没有苦心雕琢生离死别的哀伤凄切，仅仅是一个普通男人短暂的一生和那些平凡的往事。但是，这并不妨碍我们对他善良朴实的欣赏，对他心思细密的喟叹，我想，他母亲也是吧，只是更多了一份感动与欣慰。或许，在她心里，儿子就像那些花儿一样，未曾离开过。

（储文静）



爱自己，是为了更好地报答那些爱我们的人。

为了别人爱自己

飞机的常客都知道，在飞机上和婴儿同座是很痛苦的事情。因为飞机上的密闭空间、无趣的漫长路程和压力的变化，常常会让孩子们扯开最大号的随身音响嚎啕大哭，旁边的我们能不能休息倒在其次，被孩子持续不断的悲嚎一直揪着心那真的不是个滋味。

这天上了飞机我就暗自叫苦，飞机满员不说，邻座的就正是一位年轻的母亲抱着个小宝宝！我在飞机上补觉的计划是彻底泡汤了。

失望了一会儿，我还是调整心情朝这萍水相逢的母子俩友善地笑笑。这个孩子也真是神奇，一直从他妈妈的怀里探出头来认真地打量我，一边淋漓尽致地流着口水，一边朝我不停地灿烂地笑。我想入非非地问：“你干吗盯着我呀？是不是在电视上见过我啊？”伸出手指给他，他马上就用小手紧紧握住，我立刻被这温柔的示好行为收服了，心里充满了柔情。

当然这并不意味着该宝宝就是个省事的主儿。本来还在装天使一直可爱地笑笑，飞机一起飞立刻上演小魔鬼整套节目。哭喊，喷鼻涕泡，挣扎，挥动双拳打妈妈的脸，还十分有劲儿地拿小腿一直蹬我。年轻妈妈一直跟我说不好意思，我一直说没有关系，大家在飞机上各自都好忙。

年轻妈妈一直欣赏和慈爱地看着宝宝，还试图寻找一个让孩子会稍微舒服点的姿势，找了好几个角度发现一个自己最拧巴的姿势让孩子最有安全感。于是这位伟大的母亲就扭着腰、斜着肩、窝着



胸，一只手抱着孩子，一只手撑着前座，用这样的高难度动作很技巧地呆着。

我真的为她感到辛苦。那个姿势呆一下还好，长久下去怎么受得了？年轻妈妈满头大汗，可还是一直欣赏和慈爱地盯着自己的宝宝。她拒绝了所有的飞机餐食，连水都没法腾出手来喝一口。我有心说我拿着杯子你来喝，又实在没熟到这分上，左右为难，真是大家都各怀心事。

飞机在遇到云层的时候开始颠簸，因为年轻妈妈的技巧动作化解了起伏震动，孩子没什么感觉，皱皱眉头睡得还是很安稳。只是妈妈的表情就不怎么好看了。突然，她着急地指着呕吐袋朝我示意，我赶快打开拿给她，她坐直了腾出只手，接过去就匆匆忙忙地吐了。

她吐得挺厉害的，而在这个过程中，她居然很小心地没有惊动自己的宝宝，然后又是很不好意思地跟我说抱歉，说是晕机，是老毛病了。因为事发突然，我在旁边真是目瞪口呆。之前看她为孩子忙碌辛苦，真是没有发觉她一直在忍受晕机的痛苦。我由衷地说，你真是不容易。自己不舒服，可还是把孩子照顾得很好。年轻妈妈不在意地说：“当妈的，不都是这样？”

我突然想到，小时候虽然妈妈没有带我坐过飞机，但也一定是出过远门的。在火车上，在长途汽车上，在不舒适的一次又一次的旅途中，妈妈也一定是这样，不管自己多么辛苦，也要想方设法地让我舒服吧？在我童年的记忆里，没有什么特别不愉快的片断，这是父母花了多少心血才完成的奇迹！

每个人的父母亲不也都是这样？不仅仅是出门在外的路途上，其实在每个孩子的成长过程里，父母总在殚精竭虑地为孩子着想，苦了自己没关系，一定要孩子少些苦痛，少些波折，少些遗憾。我们的成长，因为别人这样的用心，显得多么地珍贵啊。

下飞机的时候我郑重地和母子俩告别。那个宝宝又恢复了天使的模样，揪着我的手咧嘴“呀呀呀”。我对他说着些他铁定听不懂的话：“你要好好长大，为了你的妈妈要好好地珍惜自己啊！”

孩子冲我非常友好地继续淋漓尽致地喷着口水，显然没把我的话放在心上。那个年轻的妈妈，慈祥地冲我笑着，我想她一定知道我在说什么吧。

(何 灵)

伟大的母爱和深沉的父爱给了我们成长的力量，他们如蜡烛般燃尽了自己，只为了照亮我们前行的路，让我们更好地成长。我们的一举一动都系着父母的心，珍惜自己其实就是对他们的最大回报。

(李立芬)



我不知道金盏花的花语是什么，但我知道在这里，她的花语是热爱生命。

只跟人间要朵花

殷红的弟弟殷虎要参军那年，体检是乙肝。全家人于是都去查了，爹妈是肝硬化，妹妹殷青也是乙肝，只有殷红幸免。后来，她爹妈临死的时候，只说：“把弟弟妹妹的病治好。他们还要结婚，生孩子。”

这病没有特效药，就只有什么办法都试一试，他们受的教育又都不高，所以走了很多弯路。去医院治疗了一段时间，没什么起色，殷红就把宝全押在报纸中那些神奇的广告上，看看哪个说的治愈率高，就吃哪里的药，本地没有诊所的，就邮购。又到处去打听了民间的偏方来，听说吃芹菜能治这病，全家人就顿顿吃芹菜，炒、凉拌、包包子，把一家人个个吃得血压偏低，手脚冰凉。又听说紫河车能补充蛋白，就央人找了许多来，用瓦片焙着，弄成粉末，泡了水，强迫弟弟妹妹喝。

都没有用。只把殷红培养成了半个大夫，会看医学书和各种化验单，会扎针，还认识各种草药，一天到晚，嘴巴上挂着各种医学词语，西瓜是利尿的，白糖有助于增加肝糖元。殷虎和殷青渐渐给殷红逼得要疯了，就对殷红说，有的乙肝一辈子也不会恶化成肝硬化和癌症，不如算了。殷红不听。

终于，还是回到大医院去。听大夫的话，尝试最昂贵的治疗方法，注射干扰素。家里的积蓄，到那时候，已经花得七七八八，剩下的钱，只能给一个人注射半年。殷红咬咬牙，让殷虎去注射，她一心想着让殷虎先好了，还来得及去参军。



半年后，指标是转阴了，可没等殷红高兴三个月，再去查，又是阳性。

殷红休息了三天，就出门去，找各种可以兼职做的工作，站迎宾，搞推销，全都干过，积攒了两年的钱，又把殷虎送到医院去。这一年，国产的干扰素上市了，价格便宜许多，殷虎注射了一段时间，终于转了阴。殷红一高兴，索性借了钱，把殷青也送进医院去，一段时间后，只剩了表面抗原是阳性。到这时候，距离他家打响抗乙肝战争第一枪，已经过去了八年。

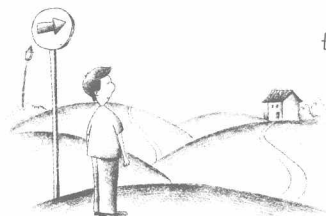
最后，殷红把自己送进了医院。她胃疼、出血已经有好一阵子，这症状，她太熟悉，这是肝硬化的症状。其实当年，她也和家里人一样是阳性。只是，她悄悄把化验单瞒下了。

住院的那天，是个大晴天，殷红经过医院的花坛，看见金盏花开得正好，摘了一朵就插在头发上。如果妈妈在的话，肯定笑她是个疯姑娘。可是，最坏的已经来过了，而她，只不过跟这人间要了一朵花。

(佚 名)

普罗米修斯为了给人类盗火而甘愿承受鹰蚀心脏的痛苦，殷红为了弟弟妹妹的康复而放弃了自己的生命。她——一个平凡的人却有着神一般的意志和信心。如此伟大而无私的奉献源于她对生命的热爱，这种热爱铸就了她创造的生命奇迹。

(赵 艳)



当年少轻狂的我们远离成熟，再回首，发现父母之爱从未远离。

在可可西里回头

思贤是我们在楚玛尔河东岸的一个保护站认识的少年，他来自河北廊坊，17岁，是保护站里的志愿者中年龄最小的一位。去年，我们从格尔木顺着青藏公路去那曲，到楚玛尔河附近的时候，听到了前方路段出现坍塌的消息，于是我们在保护站停了下来，遇到了保护站的一伙青年志愿者，而思贤正是其中的一位。

他在这里当志愿者的生活，就是每天和其他朋友们扯着横幅在黝黑的青藏公路上，为试图越过青藏公路向西迁徙的藏羚羊“开路”。藏羚羊每年的初夏都要赶往丰美的卓乃湖、太阳湖去产崽。每一天，他们都在藏羚羊经常出现的地方静静守候，如果这些可爱的藏羚羊机警地来到了马路旁，他们就和朋友远远地站起来，在马路上扯一条横幅拦住来往的车辆，上面写着“藏羚羊过公路，请停车熄火”，然后人们就停下车、熄火，安静地等待着那被藏人称为神物的藏羚羊慢慢地犹豫着走过公路，前往可可西里的西部腹地，去繁衍后代。

他说，我们虽然干的事情很简单，但是却总是莫名其妙地被彼此感动。

我问他：你这么小，怎么就想到来这里当志愿者呢？你的父母不担心吗？

他听后，头一低，然后淡然笑道：我其实是离家出走的。

他是一名高中学生，对学习一点兴趣都没有，爱好是摄影。而父母对他的“不务正业”极为不满，经常指责他，父亲气得打他耳

