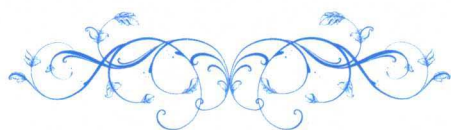


格言

20 年 精 华 全 集

陈姚 编



冰菊物语

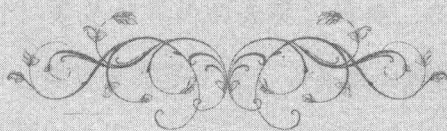
倾听小人物的的大白话，触摸大时代的小细节。在字里行间，一同远离喧嚣世界，找寻心中的那片海。

五千年的人生智慧圣人先贤的处世哲学

格言

20 年 精 华 全 集

陈姚 编



冰菊物语



图书在版编目 (CIP) 数据

格言 20 年精华全集. 冰菊物语/陈姚编. —北京:
中国画报出版社, 2012. 7
ISBN 978 - 7 - 5146 - 0519 - 8

I. ①格… II. ①陈… III. ①格言 - 汇编 - 世界
IV. ①H033

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2012) 第 152620 号

格言 20 年精华全集 冰菊物语

出 版 人: 田 辉
编 著 者: 陈 姚
责 任 编 辑: 卓 娜
出 版 发 行: 中国画报出版社
(中国北京市海淀区车公庄西路 33 号, 邮编: 100048)
电 话: 010 - 88417359 (总编室兼传真) 010 - 88417409 (版权部)
010 - 68469781 (发行部) 010 - 88417417 (发行部传真)
网 址: <http://www.zghbcbs.com>
电 子 信 箱: cpph1985@126.com
经 销: 新华书店
海外总代理: 中国国际图书贸易集团有限公司
印 刷: 三河市骏杰印刷厂
监 刷: 傅崇桂
开 本: 16 开 (185mm × 260mm)
印 张: 14
版 次: 2012 年 10 月第 1 版 2012 年 10 月第 1 次印刷
书 号: ISBN 978 - 7 - 5146 - 0519 - 8
定 价: 19.80 元
(版权所有 违者必究)

从来没有真正的绝境

有句话说得好，爱是世界的回音壁。的确，在生活中我们每个人都应该记住，世界是互动的，你给世界多少爱，世界就会回给你多少爱。爱给人的收获远远大于恨带来的暂时的满足。

在生活中，有这样一个青年，他总是愤世嫉俗，在学习、生活、工作中遭遇了许多误解和挫折，由于得不到别人的理解，渐渐地养成了以戒备和仇恨的心态看待他人的习惯。在压抑郁闷的环境中，他感觉整个世界都在排斥他，因此度日如年，几乎要崩溃。

有一天为了散心，他登上了一座景色宜人的大山，他无心欣赏幽雅的风景，想到自己这些年的遭遇，内心的仇恨像开闸的洪水一样，忍不住大声对着空荡幽深的山谷喊道：“我恨你们！我恨你们！我恨你们！”

话一出口，山谷里传来同样的回音：“我恨你们！我恨你们！我恨你们！”他越听越不是滋味，又提高了喊叫的声音。他骂得越厉害，回音也越大越长，扰得他更恼怒。

就在他再次大声叫骂后，从身后传来了“我

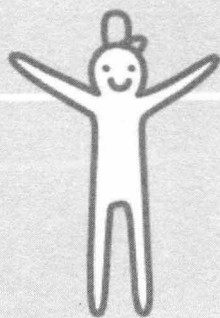
爱你们！我爱你们！我爱你们！”的声音，他扭头一看，只见离他不远处的地方有一个老者在冲着他喊。

片刻后老者微笑着向他走来，他见老者面善目慈，便一股脑儿说出了自己所遭遇的一切。

听了他的讲述，老者笑着说：“晨钟暮鼓惊醒多少山河名利客，经声佛号唤回无边苦海梦中人。我送你四句话：一是这世界上没有失败，只有暂时没成功；二是改变世界之前，需要先改变的是你自己；三是改变从决定开始，决定在行动之前；四是决定你命运的是自己的决心，而不是外在的环境。你不妨先改变自己的习惯，试着用慈爱的心态去面对周围的一切，你会有意想不到的快乐。”

他半信半疑，表情很复杂。老者看透了他的心思，接着说道：“倘若世界是一堵墙壁，那么慈爱就是世界的回音壁。就像刚才我们的回音一样，你以什么样的心态说话，它就会以什么样的语气给你回音。生活中的许多烦恼和忧愁都是自己制造出来的，这并不能归咎于别人。试着去关爱别人，你同样也可以得到别人的关爱。”

回去后他以积极、健康、慈爱的心态对待身边的一切，他和同事之间的误解消弥了，没有人和他过不去，工作上也比以往顺利了，他发现自己比以前快乐多了。



C 目录 Contents

生命·上苍的笑 我们爱思考

言·嘉言善行 002

生命的清单 003

生命的熔炉 004

生命的姿势 006

人生六个字 007

人生没有回头路 008

人生无绝境 010

思·奇思妙想 011

生命只有一厘米 012

停止抱怨 014

活在奇迹与幸运两端 015

看破人生真相 017

心的差异 020

所谓输赢，只在心间 021

所人生得失总是零 022

遇·相遇是美 024

为你点亮一盏灯 025

你给的暧昧，我不要了 027

相遇之前 032

活着就是为了遇见美好 033

相遇成就辉煌 035



感情·尘封的爱

不朽的爱歌

浓淡之间·绘天籁纸鸢

叶小甜一个人的战争	038
战火中的华尔兹	039
全校瞩目的约会	043
浪漫洒脱的奔赴	046
捉月亮的男孩	047
浅绿色信笺里的温暖爱	049
那场南辕北辙的青春伤痛	051
出租爱情	054
回去的，只剩记忆了	057
公交车上的爱	060
一百零八枚心形结	063
戒指	065
与我无关的忧伤	068

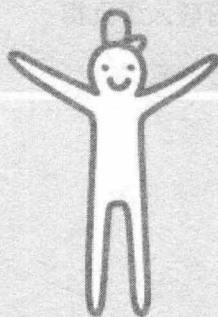
方寸之间·蕴无边大爱

青春期，恨成为一种力量	072
一夜能走多远	073
风雪中的那双手	076

旧衬衫	080
一个女人的脖子	082
女儿的纸条	084
如玉的核桃	086
下雪了	088
离婚	090
爱的药方	094

冷暖之间·品百味人生

这是我老公	095
书如女人	096
别和美女过不去	098
花痴	101
局长不会走路了	102
选举	104
学者们的严谨生活	106
垃圾袋	107
千里马	109
四姥爷	111
二虎的心愿	113



智慧·他山之石

用智慧装点

有智有成 126

杨布打狗 127

适当掩藏自己 128

识时务者为俊杰 129

自己和别人 130

分享你所拥有的 131

你尽全力了吗 133

站在离成功最近的地方 135

无畏之境 136

译古文，看前程 138

把普通做到极致 141

聪明绝顶的鱼 142

印第安人的捕熊法 144

脚下是今天，眼里是明天 145

嘉言善行 147

秀才的感叹 148

执笔清理心间的尘埃 150

偷得浮生半日闲 151

探望女儿小记 152

品味生活，善待人生 154

和谐共赢 155

谈判专家 156

小蔡的抱怨 157

冒牌的管家 158

小白兔的尾巴 160

亲疏有度 161

勇于承担责任 162

嘲笑他人者，终被别人嘲笑 163

捕鼠器 164

三个和尚 165

一切都会过去 166

感悟·打开心锁

打开这扇门

嬉笑·雅俗共赏 168

王二的事 169

失去是一种获得 171

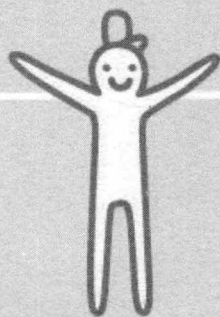
理发师 173

巴山酒鬼 175

东北人丁大炮	177	永不录用	197
戴帽子的三轮车	179	最动人的遗忘	199
聊天的故事	180	一元钱，两份暖	201
丑人老甫	185	一个苹果	203
		思念一只乌鸦	205
点滴·书卷韶华	188	你的季节终会来	207
兄弟	189	谁是海明威	208
别捡那串钥匙	191	亲爱的破小孩	212
贫穷也会被世袭	192		
当爱成为一种本能	195		

敬启

本书在编写过程中，参阅和使用了一些报刊、著述和图片。由于联系上的困难，我们未能和部分作品的作者（或译者）取得联系，对此谨致深深的歉意。敬请原作者（或译者）见到本书后，及时与本书编者联系，以便我们按照国家有关规定支付稿酬并赠送样书。联系人：刘老师 联系电话：13810725884



生命·上苍的笑

我们爱思考



言·嘉言善行

有时候

生命就像藕断丝连

谁也无法摆脱

说不尽的纠纠缠缠

有时候

生命就像是一组平行线

谁也无法依赖

道不完的磕磕绊绊

我们踽踽独行

我们且叹且言

在善与美的旅途中

爱与生命完美展现



生命的清单

◎ [美] 伊格曼 著
赵海波 译

五官科病房里同时住进来两位病人，都是鼻子不舒服。在等待化验结果期间，甲说，如果是癌，立即去旅行，首先去拉萨。乙也同样如此表示。结果出来了。甲得的是鼻癌，乙长的是鼻息肉。

甲列了一张告别人生的计划表离开了医院，乙住了下来。甲的计划表是：去一趟拉萨和敦煌；从攀枝花坐船一直到长江口；到海南的三亚以椰子树为背景拍一张照片；在哈尔滨过一个冬天；从大连坐船到广西的北海；登上天安门；读完莎士比亚的所有作品；力争听一次瞎子阿炳原版的《二泉映月》；写一本书，等等。共27条。

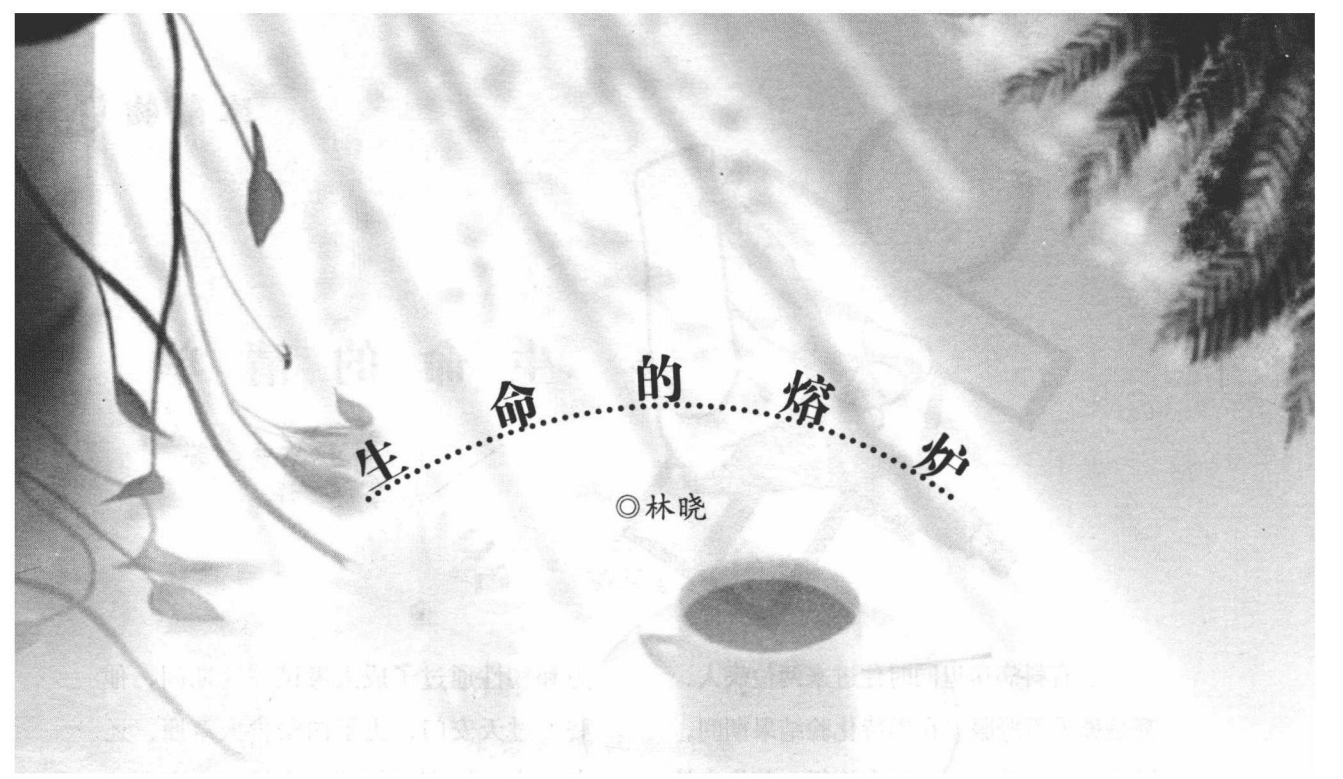
他在这张生命的清单后面这么写道：我的一生有很多梦想，有的实现了，有的由于种种原因没有实现。现在上帝给我的时间不多了，为了不留遗憾地离开这个世界，我打算用生命的最后几年去实现这剩下的27个梦。

当年，甲就辞掉了公司的职务，去了拉萨和敦煌。第二年，又以惊人的毅

力和韧性通过了成人考试。这期间，他登上过天安门，去了内蒙古大草原，还在一户牧民家里住了一个星期。现在这位朋友正在实现他出一本书的宿愿。

有一天，乙在报上看到甲写的一篇散文，打电话去问甲的病。甲说，我真的无法想象，要不是这场病，我的生命该是多么的糟糕。是它提醒了我，去做自己想做的事，去实现自己想去实现的梦想。现在我才体味到什么是真正的生命和人生。你也挺好吧？乙没有回答。因为他在医院时说的去拉萨和敦煌的事，早已因患的不是癌症而忘记了。

在这个世界上，其实每个人都患有的一种癌症，那就是不可抗拒的死亡。我们之所以没有像那位患鼻癌的人一样，列出一张生命的清单，抛开一切多余的东西，去实现梦想，去做自己想做的事，是因为我们认为还会活得更久。然而也许正是这一点，使我们的生命有了质的不同：有些人把梦想变成了现实，有些人把梦想带进了坟墓。



生命的熔炉

◎林晓

人逢于世，遭遇凄风苦雨实属自然。没有始终波澜不惊的大海，也没有永远平坦的大道。纵使惊涛骇浪，纵使沟壑纵横，跨过去了，人生也就会变得多彩而丰富。

一位著名的厨师在听完女儿对生活的抱怨后，微笑着把女儿带进了厨房。他往三只同样大小的锅里倒进了一样多的水，然后将一根胡萝卜、一个鸡蛋和一把咖啡豆分别放进三只锅里，最后他把三只锅放到火力一样大的三个炉子上烧。

20分钟后，在女儿的疑惑中，厨师将煮好的胡萝卜和鸡蛋放在了盘子里，将咖啡倒进了杯子。他指着盘子和杯子问女儿：“孩子，说说看，你见到了什么？”

“当然是胡萝卜、鸡蛋和咖啡了。”
女儿莫名其妙地说。

厨师又让女儿感受一下这三样东西的变化，女儿虽然疑惑不解，但还是照做了。

女儿感受了三样东西的变化之后，厨师十分严肃地看着女儿说：“你看见的这三样东西是在一样大的锅里、一样多的水里、一样大的火上，用一样多的时间煮过的。可它们的反应却迥然不同。胡萝卜生的时候是硬的，煮完后却变得那么软，甚至都快烂了；生鸡蛋是那样的脆弱，蛋壳一碰就会碎，可是煮过后连蛋白都变硬了；咖啡豆没煮之前也是很硬的，虽然煮了一会儿就变软了，但它的香气和味道却溶进水里变成了可口的咖啡。”

女儿听了父亲的话还是不知什么意思，一脸茫然地望着他。

厨师接着说：“孩子，面对生活的煎熬，你是像胡萝卜那样变得软弱无力

还是像鸡蛋那样变硬变强，抑或像一把咖啡豆，身受损而不断向四周散发出香气、用美好的情感感染周围所有的人？简而言之，你应该成为生活道路上的强者，让你自己和周围的一切变得更好、更漂亮、更有意义。”

一番话后，女儿明白了父亲的良苦用心，从此不在无谓地抱怨生活，而是坚强地面对一切。的确，生活有如一个大熔炉，经过烈火后有人变得软弱，有人变得坚强，有人虽融化了却千古流芳。你要做哪一种人呢？其实，上帝给谁的幸运都不会太多，面对不佳的际遇、一时的坎坷，大多数人都只会抱怨命运的不公、上帝的捉弄，却很少有人能正视自己，冷静地回观自我，问一问是否已经将自己磨炼成一块金子，一块熠熠生辉的、足以让人一目了然的金

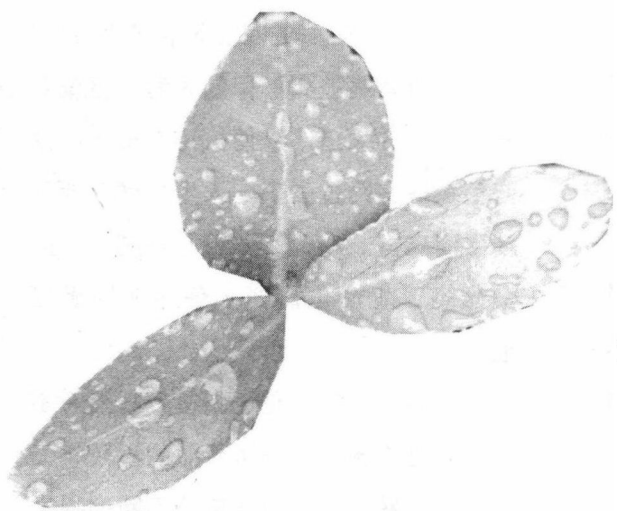
子。

人生于世，遭遇凄风苦雨实属自然。没有始终波澜不惊的大海，也没有永远平坦的大道。纵使惊涛骇浪，纵使沟壑纵横，跨过去了，人生也就会变得多彩而丰富。璞玉需要精心打磨才能晶莹光亮，生命也需要锤炼才能饱满厚重。

生命的天空总是色彩纷呈。面对不幸，面对潦倒，我们所要做的不是怨天尤人、自暴自弃，而应该是不断捕捉生存智慧，学会勇敢和坚强。要知道，上帝永远是公平的。等到有一天，你真正将自己打磨成一块熠熠生辉的金子时，任何人都掩不住你灿烂夺目的光辉。

没有经历困难的人，他的生命是不完整的。





生命的姿势

◎崔浩

一对夫妇是登山运动员，为庆祝他们儿子一周岁的生日，他们决定背着儿子登上7000米的雪山。他们特意挑选了一个阳光灿烂的好日子，一切准备就绪之后就踏上了征程。刚天亮时，天气一如预报中的那样，太阳当空，没有风没有半片云彩。夫妇俩很快轻松地登上了5000米的高度。

然而，就在他们稍事休息准备向新的高度进发之时，一件意想不到的事发生了。风云突起，一时间狂风大作，雪花飞舞。气温陡降至零下三四十摄氏度。最要命的是，由于他们完全相信天气预报，从而忽略了携带至关重要的定位仪。由于风势太大，能见度不足1米，上或下都意味着危险甚至死亡。两人无奈，情急之中找到一个山洞，只好进洞暂时躲避风雪。

气温继续下降，妻子怀中的孩子被冻得嘴唇发紫，最主要的是他要吃奶。要知道在如此低温的环境之下，任何一寸裸露在外的皮肤都会导致体温迅速降低，时间一长就会有生命危险。怎么办？孩子的哭声越来越弱，他很快就会因为缺少食物而被冻饿而死。

丈夫制止了妻子几次要喂奶的要求，他不能眼睁睁地看着妻子被冻死。然而如果不给孩子喂奶，孩子就会很快死去。妻子哀求丈夫：“就喂一次！”

丈夫把妻子和儿子揽在怀中。喂过一次奶的妻子体温下降了两度，她的体能受到了严重损耗。

由于缺少定位仪，漫天风雪中救援人员根本找不到他们的位置，这意味着风如果不停他们就没有获救的希望。

时间在一分一秒地流逝，孩子需要

一次又一次地喂奶，妻子的体温在一次又一次地下降。在这个风雪狂舞的5000米高山上，妻子一次又一次地重复着平常极为简单而现在却无比艰难的喂奶动作。她的生命在一次又一次的喂奶中一点点地消逝。

3天后，当救援人员赶到时，丈夫已冻昏在妻子的身旁，而他的妻子——那位伟大的母亲已被冻成一尊雕塑，她依然保持着喂奶的姿势屹立不倒。她的儿子，她用生命哺育的孩子正在丈夫怀里

安然地睡眠，他脸色红润，神态安详。被伟大的爱包裹着的孩子，他是否知道自己有一位伟大的母亲，她的母爱可以超越5000米的高山而在风雪之中塑造生命。

为了纪念这位伟大的母亲、妻子，丈夫决定将妻子最后的姿势铸成铜像，让妻子最后的爱永远流传，并且告诉孩子，一个平凡的姿势只要倾注了生命的爱，便可以伟大并且抵达永恒。

人生六个字

◎佚名

三十年前，一个年轻人离开故乡，开始奔赴自己的前程。少小离家，迢迢万里，云山苍苍，人海茫茫，心里难免有几分惶恐。他动身前决定去拜访本族的族长，请求指点。

老族长正在临帖练字，听说本族有位后辈即将踏上人生的旅途，就随手写了三个字：“不要怨”，然后抬起头来，望着前来求教的年轻人说：“孩子，人生的秘诀只有六个字，今天先告诉你三个，供你半生受用。”

三十年后，这个年轻人已是人到中年，他有了一些成就，也添了许多伤心事。归程漫漫，近乡情怯，他又去拜访那位族长。

他到了族长家里，才知道老人家一年前已经去世。老人的家人取出一个密封的卷宗对他说：“这是老先生生前留给你的，他说有一天你会再来。”还乡的游子这才想起来，三十年前他在这里听到人生的一半秘诀。拆开封套，里面赫然又是三个大字：“不要悔。”

一天，一群年轻人去拜访大哲学家苏格拉底，向他请教人生的真谛。

知道他们的来意后，苏格拉底微笑着将他们带到一片苹果园里。这是一片生机勃勃的苹果林，一个个大红苹果挂满了枝头，着实诱人。苏格拉底指着那片苹果林对他们说：“孩子们，去吧，摘一个你们认为最好最大的苹果来。”说罢，苏格拉底就走到树林的另一边，去等待那些探讨人生真谛的年轻人走出树林。

没过多久，那群年轻人就陆陆续续地走出苹果林，来到苏格拉底面前。其中一个年轻人请求道：“老师，再让我们选择一次吧，我刚走进的时候，看到了许多苹果，但我想后面的一定更大，于是我就错过了它们，可是到最

后，我只摘到一个并不是很大的苹果。”

另一个年轻人也请求到：“老师，我恰恰和他相反，当我刚走进的时候，我就摘了一个又大又红的苹果，却发现后面有许多更好更大的苹果。老师，请再让我们选择一次吧。”

他们七嘴八舌地请求苏格拉底再给他们一次选择的机会，可是，苏格拉底却一直微笑着倾听。最后，当他们平静下来以后，苏格拉底才缓缓地说道：“孩子们，这就是人生的真谛，无论你的选择是对还是错，生命都不会给你第二次选择的机会。”

的确，在我们的现实生活中，时刻面临着选择。在选择的过程中，每一个选择都有其道理，人们都认为自己是对的，然而，到最后总会感觉到有些许遗

人生没有回头路

◎文忠

