

抚慰情感的经典美文，也是温暖千万心灵、改变千万人生的励志故事

读世界
Read World

精选珍藏版

Chicken Soup
for the Soul
品读

心灵鸡汤

获得幸福的心灵密码
一本散发着点点亮光的书
为梦想插上翅膀

用励志的内容给你力量
用温暖的情感为你疗伤
用智慧的语言让你痛快阅读

陈晓辉 一路开花 / 主编

享受前所未有的心灵盛宴，
获得终身受用的人生智慧！

别错过那个最好的自己



精选珍藏版



Chicken Soup
for the Soul
品读
心灵鸡汤

获得幸福的心灵密码
一本散发着点点亮光的书
为梦想插上翅膀

别错过那个最好的自己

陈晓辉 一路开花 / 主编

煤炭工业出版社

· 北 京 ·

图书在版编目 (CIP) 数据

别错过那个最好的自己 / 陈晓辉, 一路开花主编.

-- 北京: 煤炭工业出版社, 2017

(品读心灵鸡汤)

ISBN 978-7-5020-5860-9

I. ①别… II. ①陈… ②一… III. ①故事—作品集—中国—当代 IV. ①I247.81

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2017) 第 107886 号

别错过那个最好的自己

主 编 陈晓辉 一路开花

责任编辑 马明仁

编 辑 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 北京凯达印务有限公司

经 销 全国新华书店

开 本 710mm × 1000mm¹/₁₆ 印张 14 字数 180 千字

版 次 2017 年 6 月第 1 版 2017 年 6 月第 1 次印刷

社内编号 8740 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

01 Part

第一辑 年少情怀总是诗

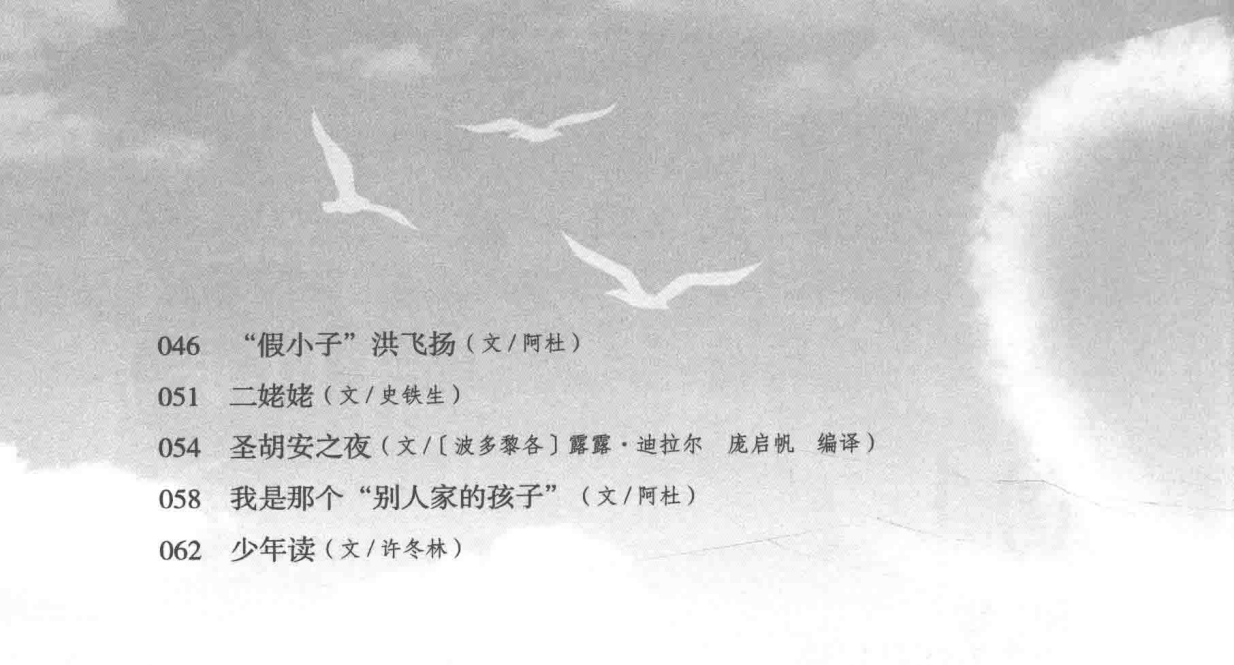
- 002 青春独唱，杜鹃花如海（文/阿识学长）
008 时光篱蔓爬上青春眉梢（文/卜宗晖）
011 老橡树下（文/[英]休·辛普森 孙开元翻译）
015 心心念念（文/段奇清）
020 年少情怀总是诗（文/朱国勇）
022 有一种爱，上帝也为之动容（文/水玉兰）
024 旧爱是一个疼痛的影子（文/一帘风絮）
030 我们在西瓜地里不见不散（文/阿识学长）

02 Part

第二辑 我是那个“别人家的孩子”

- 036 远离的门（文/林玉椿）
040 妈妈的手（文/琦君）
043 最后一根蜡烛（文/李兴海）

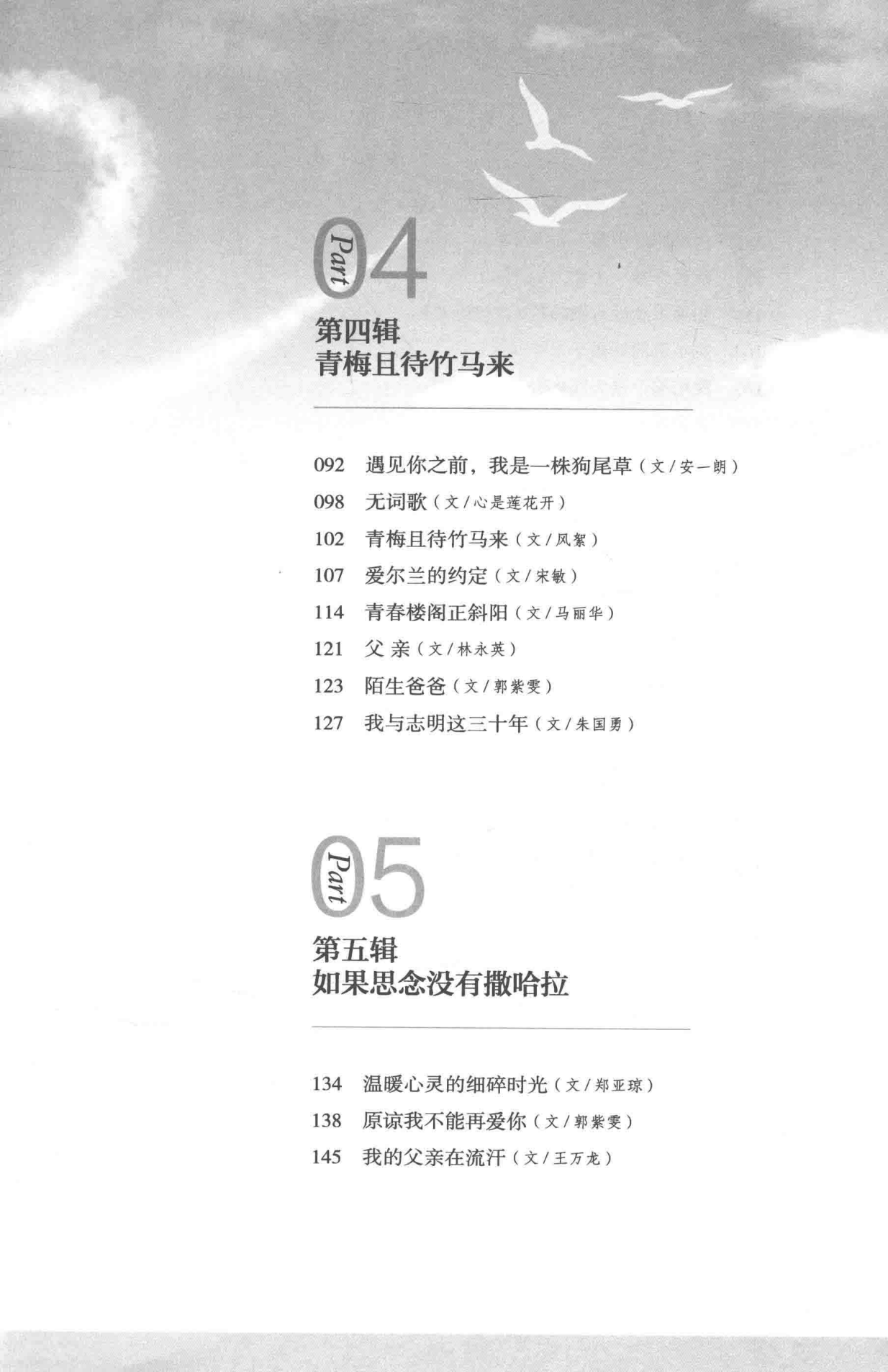


- 
- 046 “假小子”洪飞扬（文/阿杜）
051 二姥姥（文/史铁生）
054 圣胡安之夜（文/[波多黎各]露露·迪拉尔 庞启帆 编译）
058 我是那个“别人家的孩子”（文/阿杜）
062 少年读（文/许冬林）

Part 03

第三辑 给你人间寻常爱

- 066 岁暮至家（文/纳兰泽芸）
068 给你人间寻常爱（文/郭利）
071 别错过那个最好的自己（文/林轩）
076 迈过高四，我们都已长大（文/安一朗）
080 一只丢失的花鞋（文/李兴海）
083 最值钱的宝贝（文/庞启帆 编译）
086 有一种嫉妒叫仰望（文/顾晓蕊）
089 宽容的拯救（文/李代金）



Part 04

第四辑 青梅且待竹马来

- 092 遇见你之前，我是一株狗尾草（文/安一朗）
- 098 无词歌（文/心是莲花开）
- 102 青梅且待竹马来（文/风絮）
- 107 爱尔兰的约定（文/宋敏）
- 114 青春楼阁正斜阳（文/马丽华）
- 121 父亲（文/林永英）
- 123 陌生爸爸（文/郭紫雯）
- 127 我与志明这三十年（文/朱国勇）

Part 05

第五辑 如果思念没有撒哈拉

- 134 温暖心灵的细碎时光（文/郑亚琼）
- 138 原谅我不能再爱你（文/郭紫雯）
- 145 我的父亲在流汗（文/王万龙）

- 
- 148 初恋那件小事（文/积雪草）
151 我送青春一个你（文/胡识）
156 如果思念没有撒哈拉（文/郑沈倩）
164 流年里的红裙子（文/芳心）
167 我用整个夏天同你告别（文/红川）
172 是谁在夜里跑步（文/漠泱）

Part 06

第六辑 坏小子请走开

- 178 一棵开花的树（文/马朝兰）
184 自卑也美丽（文/柏俊龙）
188 母亲的电话记录本（文/君燕）
191 八百里地尽孝心（文/张素燕）
195 每一场雨洒下的都是思念（文/午言）
199 致那段消逝的游侠路（文/张云广）
202 坏小子请走开（文/雨街）
209 飞舞在青春里的手套（文/张君燕）
214 父爱的速度（文/安宁）

年少情怀总是诗

的确，青春的眉梢曾经为那些失去的、感伤的往事而扑簌簌地落泪，但又能有几个人不会这样？当它们纷纷成了记忆中模糊的片影，请记得是它们为你打开了心灵世界的那扇窗，给你投进了光亮，让你从此舍不得关上。我开始学会对这个世界眉宇相笑，尽管我守着风雨不一定见云开，但是我相信彩虹一定会来。



青春独唱，杜鹃花如海

文 / 阿识学长



在时间和现实的夹缝里，青春和美丽一样，脆弱如风干的纸。

——辛夷坞

眼泪会打湿杜鹃花

我穿着 CC 送给我的帆布鞋，躲在青春的“青”字背后偷窥春天。不远处的小山坡上布满了炽热的颜色，像熊熊燃烧的火把，映红了天际。

我曾以为它会在刮风或是下雨时提前熄灭，可 CC 说，杜鹃花的颜色是鸟儿吐血染成的，这些连死亡都不怕的花朵是不会畏惧自然的，更不会轻易忧伤或凋零。

那个春天，我莫名其妙地把 CC 说的话放在了心上，就好比有人坚信青春永远都不会散场，愿意陪它画地为牢。

进入高中的第一次月考，我发挥得很糟糕，在承受了爸妈和班主任的轮番训导之后心情跌入谷底。也就在那么一恍惚的工夫里，我从春天进入了冬天，每天只能靠漫无目的地翻阅字典来整理心情。“杜鹃花，又名满山红，属灌木，代表爱和喜悦。”念着这些滚烫的字眼，往事一页一页摊开，没来由地发觉如果青春没有青只有春，那么剩下的就应该全是眼泪了。

“哭什么？眼泪会打湿红踮踮的。”CC是文艺少女，她喜欢写诗和画画，而且总能叫出杜鹃花的许多别名。每当她说出我听不懂的话时，我都会莫名地对她产生些许崇拜之情，觉得她真是高端又大气。

总有对手与青春掐架

我一度是自信和快乐的。那时候，CC坐在我的前排，她个子矮，爱穿米蓝色格子裙，走路时马尾辫总会左右晃动，看起来有些天真俏皮，又有些盛气凌人。

自习课上，一遇到不会解的题目，我就用圆珠笔套在CC背后来回地画。CC怕痒，这时，她便会招架不住回过头来，压低嗓音恶狠狠地说：“毛虫虫，你再这样，休怪本官对你不客气！”说完，再狠狠地瞪我一眼。

有时，CC的橡皮擦会不经意从桌子上滑落，然后她就会弯下身子去捡。每次她看到我的牛仔裤，都会毫不客气地嘲笑我：“毛虫虫，你又把牛仔裤剪了个大口子啊，你爸妈知道吗？”

“那你晚自习不读书，偷偷摸摸地画画，你爸妈知道吗？”

“我就爱画，我是要考美院的。哎，你看，我刚把马小见画成了一个奇丑无比的胖子，一会儿下课贴到隔壁班门口，让校花见识一下他的风采。”

马小见是班里的文艺委员，也是CC的男闺蜜，他们俩的相处模式完全是无节操的。CC喜欢许嵩，所以每到音乐课的自由练习时间，马小见总会肆无忌惮地把许嵩的《等到烟火清凉》演绎出《金箍棒》的感觉。

CC实在忍无可忍的时候，就会趁老师不注意，揪住马小见的耳朵：“马小见，你用这么惨绝人寰的歌声毁灭自己可以，但请不要侮辱我的偶像！”CC是文艺女中的暴力机，而马小见又不好意思对女生下手，所以每次对抗总是他落败。

那时候，我们的青春好像被施了魔法，就爱缠着某个人开玩笑、斗嘴。



但我从不参与他俩之间的斗争，只在心里暗笑：“你们俩一个不尊重美术，一个不尊重音乐，活该碰上对手。”

叛逆是颗忧伤的子弹

青春的手不仅会有老师、同学、陌生人，还有爸妈。周末写完作业后，我在自己的房间练吉他。爸爸妈妈听见后，猛烈地拍着我的房门：“老师布置的作业写完了？妈妈给你买的习题也做完了？”

“没做完就不能休息一会儿吗？”我打开门，迎面而来的是他们气急败坏的样子。“唱歌是休息吗？累了就好好睡觉，别把心思花在这些乱七八糟的东西上面！”

我拼命地忍住几乎要奔涌而出眼泪，重重地将房门关上，然后猛地把书桌上的课本、习题全扫到地板上。

我的梦想是学音乐，将来当一名歌手。可爸妈不理解我，他们总压制我唱歌，他们希望我考入医科大学，将来成为一名医生。

我翻出他们给我买的新牛仔裤，在裤腿上剪出不规则的口子。看着这一个个大口子，就仿佛看见了我青春中一个个沮丧的黑洞。

想起CC曾说，青春是场战争，18岁的我们用叛逆当子弹。只是这颗子弹飞不过沧海，在碰到坚冰时就会碎裂，再无法还原。

一场突如其来的大雨

临近文理分科，别的同学都昼读夜背、奋笔疾书，我却过得浑浑噩噩，甚至开始在课堂上睡觉。终于有一次，在班主任的课上，我照例在他喋喋不休的声音里睡着了。但这次叫醒我的不是下课铃声，而是一个粉笔头。

我揉着额头睁开眼，发现全班同学都看着我笑得前仰后合，而班主任站在讲台上怒气冲冲地瞪着我。当时，我半沉浸在迷迷糊糊的梦境里，半

挣扎在困惑的现实中，整个人大概显得十分滑稽。

下课后，班主任把我和 CC 叫进办公室，我瞥见他办公桌上的月考成绩单，空气中混杂着浓重的油墨味和隐隐约约的花香。

“最近上课总睡觉，是不是因为失恋？”班主任侧着身望着我，右手搭在桌子上，食指漫不经心地叩着桌面。

我吃了一惊：“我还没恋爱呢，哪儿来的失恋？”

“你还不承认和她恋爱？”班主任有点生气，指着站在旁边的 CC 质问我。

我看了看 CC，她的脸涨得通红，身体在微微颤抖。我慌忙辩解，并用手肘推了推她，示意让她跟班主任解释清楚。可 CC 一句话都没说，沉默得厉害，眼睛亮晶晶的，似乎隐藏着泪水。

班主任意味深长地看着我，显然，我的解释在他看来只是狡辩。

我不明白自己到底做错了什么，无力辩解，便也沉默下来，目光游离，最后落到了窗外的喇叭花上。它们缠绕在泡桐树的枝干上，颜色纯净，形状坦然，与我们一望到底的青春真是像极了。但我一点也不喜欢白色的喇叭花，因为红色的杜鹃花早已盘踞了我整颗心脏。

那天，我和 CC 都被罚写五千字检讨书。CC 写着写着就泣不成声，写检讨对于一个自尊心强到爆棚的文艺少女来说，简直是致命的伤害。我想像从前一样给 CC 讲笑话，逗她开心，但我始终开不了口。

像是一场突如其来的大雨，淋湿了我们的青春。CC 不再给我买小布丁，马小见也不再是我的同桌。在这场大雨中，我们各自沿着不规则的青春边缘，渐行渐远。

那年 5 月，小山坡上的红踌躇彻底消失了。CC 和马小见读理科，在教学楼一楼的重点班，我念文科，在八楼的普通班。



会有梦想盛开的声音

有次放学，我在校门口碰到马小见。好几个月没有联系，我们彼此都有些生疏。

几句不走心的寒暄之后，我问出了困扰我好久的问题：“那天到底发生了什么事，为什么老师会说我和 CC 谈恋爱？”

马小见犹豫了一下，然后说：“你睡觉说梦话，具体内容没听清，但大家都听见你叫了 CC 的名字……”

原来是这样。我已经记不起那天自己究竟做了什么梦了，但我知道，CC 肯定因为这句话受到了班主任和其他同学的误解，这大概也是她到现在都不肯理我的原因。

“我是毛虫虫，似乎每天都有很多烦恼，睡觉总爱说梦话。对不起，CC。”我终于有勇气给 CC 发了一条短信。

不到一分钟，她就回复了我：“没关系，都是过去的事了，以后你也要好好读书，加油。”CC 变得一点也不文艺，她成了学校的知名学霸，每次考试总拿全年级第一。

还记得我和 CC 第一次去小山坡看杜鹃花时，她送给我一双帆布鞋。她说，希望我以后每次来看杜鹃花，都能穿着它。我和 CC 的这个秘密，我想马小见是不知道的。虽然我早就洞悉了他的秘密：他喜欢 CC，每次都故意把许嵩的歌唱错，希望多得到一些 CC 的关注。

高考百日誓师大会后，我穿着那双帆布鞋再一次来到小山坡，CC 竟然也在那里。很久没有面对面交流过，我们隔着大片绚烂的颜色对视，然后肆无忌惮地笑了起来。

后来，我们坐在草地上聊天，抱怨考试太频繁、吐槽班主任多么残暴、倾诉各自的新梦想……头顶上有大片大片的流云飘过，时间宁静得仿佛停

滞了一般。

CC 终于又开了文艺腔，她说：“青春像一季一季的候鸟，在不停地同我们告别。一些不被想起的就会成为空白，一些被时常记起的，才是永恒的歌。”

我还是听不懂，可是觉得她说得对极了。

选自《初中生学习·中》2014 年第 9 期

现在想想，席慕蓉当时说的青春是本太仓促的书，真的是贴切极了。我们终于散落到世界的各个疆域，就像一场风把蒲公英吹散一般，再也回不去了。



时光篱蔓爬上青春眉梢

文 / 卜宗晖

青春是多么可爱的一个名词，自古以来的人都赞美它，
希望它长在人间。

——丰子恺

高中时候，大概十五六岁的样子，有一点点才气，有一点点张扬。在全国性的写作比赛中获了奖，心生得意，似乎走在路上都追着风。我的老师和同学，也总是不吝对我加以赞美之词，而我则是在心里面习以为常地认可，渐渐生出张扬之气。

这种状态一直持续到了高二下学期，我还沉浸在文字的世界中难以自拔，课堂上总是疾笔写那些锋芒的文字。直到我的学习成绩一跌再跌，老师都不忍心再目睹下去，学校因此不再派我去比赛，父母严厉地勒令我停笔，我才终于醒悟过来。

追赶别人脚步的日子是痛苦的，为了补那些落下的课程，我整整做了两本英语笔记，一本数学和一本物理笔记，将近半个学期没有睡过午觉。幸运的是，最终努力和付出都得到了回报，我重新回到了班级的前列。

然而高二结束时，文字已在我笔下生了锈，我不敢轻易再去触碰那些流水般的句子和篇章，它们曾经给我带来张扬之气。可现在，它们是一地碎片，任我如何努力地拼凑，都再不可能完整。

也就是从那时候开始意识到，年轻气盛的时候，总有那么一事物，

让你执着地持在手中不肯放下。谁都会不可避免地爱上它带给你的张扬之气，那是我们握有资本时最骄傲的姿态。

后来上了高三，时光的篱蔓从这堵墙攀沿到另一堵墙，是更深的院子。枯燥和寂寞锁住了我的青春，但是还好，文字给了我一支牧笛，让我能够一直吹响内心的声音。

在朋友的鼓励下，我勇敢地再次提笔，给杂志投稿，终于，文字见于刊物，像许久的心事开花一样，我收获着内心的欣喜和芬芳。偷偷的，我还把暗暗喜欢的人化作了笔端流萤，我把微妙的心绪诸于笔尖之下，或晴或阴，我的世界被一个人左右着，但她却毫不知情。或许真的是落花有意流水无情吧，但我还是愿意在她的生命中逐流一次。

也曾独自一人徜徉过最熟悉的那条小道，在高中毕业之后，看到路旁的木棉树依旧长得高大茂盛。曾经守在这条路上的我，如今换了新装变了模样，却依旧止不住对于往事的回想。

的确，青春的眉梢曾经为那些失去的、感伤的往事而扑簌簌地落泪，但又能有几个人不会这样？当它们纷纷成了记忆中模糊的片影，请记得是它们为你打开了心灵世界的那扇窗，给你投进了光亮，让你从此舍不得关上。我开始学会对这个世界眉宇相笑，尽管我守着风雨不一定见云开，但是我相信彩虹一定会来。

回忆起整个高三阶段最让我骄傲的事，不是哪次模拟考考了多少分，而是我写的词成了班歌的一部分，尽管没有人能为它谱上曲，但大家还是很有才气地为它引用了贝多芬的钢琴曲，让它成了我们大家庭中的一份子。

得到大家的认可是件很令人高兴的事，终于有那么一刻，我们为青春唱响的主打歌是来自于内心真实的声音。后来我把这份手稿夹在一本书中，但是繁忙的高考之后我再也没有找到它，这件事至今仍是我内心的遗憾。

一切都会落幕，一切还在上演，高考的结束不过是另一个新的征程的开始。那天整理东西，无意间翻到高一高二时的课本，发现随处可见我打



的文学草稿，数量之多让我不禁怀疑自己曾经装着多少少年的心事，只是它们都已经随着我长大，褪下张扬之气的外表后显露出澄明的光彩。

时光篱蔓曾经爬上青春的眉梢，它触痛过我们的神经，让我们紧张，有些泪水也是拜他所赐。但是别忘了，你眉宇间笑的时候，它的内心其实和你一样柔软。

选自《语文报》2014年第33期

很多东西因为一场考试就消失了，包括那年的暗恋，那年的情愫，还有那些低眉羞涩的男生女生。可是每次想起，心里还是那么柔软。