

读者文摘

大全集

一生·一本书·永恒珍藏

这是一本包罗万象的书 汇集至善至美的故事
浓缩人世间的奥秘与感动 引发全球亿万读者的心灵共鸣

杨晖 主编

2014年
重磅推出



北京工业大学出版社



读者文摘

大全集

DUZHEWENZHAI DAQUANJI

杨晖 主编

北京工业大学出版社

图书在版编目(CIP)数据

读者文摘大全集 / 杨晖主编. — 北京 : 北京工业大学出版社, 2014. 6

ISBN 978-7-5639-3919-0

I. ①读… II. ①杨… III. ①故事—作品集—世界
IV. ①I14

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2014)第 097442 号

读者文摘大全集

主 编: 杨 晖

责任编辑: 符彩娟

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: 北京高岭印刷有限公司

开 本: 710 毫米×1000 毫米 1/16

印 张: 27.5

字 数: 630 千字

版 次: 2014 年 6 月第 1 版

印 次: 2014 年 6 月第 1 次印刷

标准书号: ISBN 978-7-5639-3919-0

定 价: 38.00 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)

前言 Foreword

在人生的旅途中,最糟糕的境遇往往不是贫困,不是厄运,而是精神和心境处于一种无知无觉的疲惫状态:感动过你的一切不能再感动你,吸引过你的一切不能再吸引你,甚至激怒过你的一切不能再激怒你。这时,你就需要寻找另一片风景。

畅销全球的《读者文摘》杂志的创始人华莱士曾说过:“只有人性的东西才能征服人心,即使在一个物欲横流的社会里,人们还是会敬畏些什么,那就是看似简单朴素的真、善、美。是真、善、美在拯救和平衡人的内心。”

生命,需要鼓舞与希望;心灵,需要温暖与滋润。幸福并非来自物质的充盈,它是一种用奉献、牺牲来获取的愉悦和满足感。

本书精选了几百个至善至美的故事,这些故事曾经影响了千千万万人。用心去看,去领悟,或许有的故事会给你以智慧的启迪,有的会让你感动落泪,有的会带给你特别的感受,有的则会让你会心一笑。你会感受到本书如同春风轻轻吹拂你,帮你从平凡的生活里找到一份舒畅甜美的心境。阅读本书,将会使你活得激情满怀,爱得深沉博大;会令你更加自信地去追逐内心的憧憬与梦想。当你感到痛苦、惶惑和失落时,它将给你以慰藉;在你遭受打击、挫折时,它将给你以力量和智慧。

毫无疑问,本书将会成为你的终身益友!

第一辑 爱与奉献,照亮人世间

珍爱 / 3
匆忙之间 / 4
记住我 / 6
宽容 / 6
富裕的心 / 7
天使没腿也能飞 / 9
你是不是付出了爱 / 10
一只神奇的瓶子 / 12
知心的礼物 / 14
春天的投资 / 15
新年的钟声 / 17
两个生命的延续 / 17
摘掉蒙眼布 / 20
不平凡的礼物 / 22
温馨的祝福 / 24
上帝的惩罚 / 25
珍惜是福 / 26
慈爱的心 / 27
善的回声 / 28

意外的报酬 / 29
兽性与人性 / 31
为你点亮一盏灯 / 34
生命的礼物 / 35
上帝修复的疤 / 37
到别人的伞下去躲雨 / 40
宽容与友善 / 41
有一种伤害 / 42
为了 0.1% 的希望 / 43
大海中的救命之恩 / 44
人间情分 / 45
最好的帮助 / 47
心灵的收据 / 48
一只纸鹤 / 49
善举的回报 / 50
57 美分的力量 / 51
请带着善良上路 / 52
美丽在心 / 53
人生不需要太多的行李 / 54

第二辑 洞察世态人心,把握交际分寸

杰作 / 59
阴差阳错 / 61
打贼 / 63
防盗网 / 64
模特儿 / 66

唱片 / 68
缘分 / 70
坦诚 / 71
相互信任 / 71
真挚友情 / 74

一颗善良的心 / 75

礼物是一片爱心 / 77

向上看与向下看 / 79

不要把秘密告诉我 / 80

信任开花 / 82

宽恕之心 / 83

每次都是初相识 / 84

如花的微笑 / 85

重修旧好 / 86

信任的温暖 / 88

在丢失后,我们一天天长大 / 89

轿夫的快乐 / 90

欲予之,先取之 / 91

走过痛楚的心灵驿站 / 92

尊严 / 93

鸟与人 / 94

罪之赐福 / 96

选择拒绝 / 98

感谢骂我的人 / 98

正视自己的恐惧 / 100

成熟的麦穗懂得弯腰 / 101

不要争论 / 102

相信一回陌生人 / 104

他是我的英雄 / 106

吃亏是福 / 107

世上只有亏好吃 / 108

多一句赞美 / 109

从迷途之中走回来 / 110

困境中不要羞于求助 / 111

乞丐让我富足 / 112

灵魂的救助 / 114

适当地示弱 / 115

没有良心 / 116

良心与生命 / 118

一个关于友情的故事 / 119

放慢脚步,聆听别人的心音 / 120

第三辑 敬畏大自然,行有所止

蜘蛛 / 125

飞蛾之死 / 126

自由与生命 / 127

冒险精神 / 128

自然之道 / 130

大自然作证 / 131

沙鼠的焦虑 / 132

大马哈鱼的启示 / 133

蛇口逃生 / 134

徒手搏熊的姑娘 / 136

荒岛奇遇——我与饿狼共度七日 / 138

世上最美的姑娘 / 141

琴缘 / 142

夜的声音 / 144

夜深人静之时 / 145

春天就要来了 / 147

迟来的花季 / 148

芦苇为什么是空芯的 / 150

第四辑 心境改变,生命升华

变换心境 / 155

捕捉幸福 / 156

大智大慧 / 157

难忘的一夜 / 158

让笑容稍息 / 159
 最好的消息 / 160
 贝丝的观念 / 160
 退而求其次 / 161
 天堂与地狱 / 162
 海滩上的一天 / 163
 拉利的新态度 / 166
 放弃也是一种美丽 / 167

空出点时间看流星 / 168
 自己先快乐起来 / 170
 紫藤公园的下午茶 / 172
 对自己说“不要紧” / 174
 给生活添一抹色彩 / 175
 微笑能给生活带来阳光 / 176
 一百条裙子和一个波兰女孩 / 178

第五辑 感悟人生,思考生命的意义

生命 / 183
 好好活着 / 185
 行走 / 186
 花与人 / 187
 魔笛 / 188
 取舍之间 / 189
 感动 / 190
 感悟失落 / 191
 回首的意义 / 192
 这就是生活 / 193
 窗口里的风景 / 193
 出淤泥必染之 / 194
 不高明又何妨 / 195
 灯火的温情 / 196
 骑白马的不都是王子 / 198
 既平凡,又忙碌,但何妨 / 199
 快乐的距离 / 200
 有一种拥有叫失去 / 201
 学会选择,懂得放弃 / 202
 没有痛苦哪来自由 / 203
 回音壁 / 204
 把门关上了 / 205
 洒脱地活 / 205

沙漠里的玫瑰 / 206
 幸福的债台 / 207
 别让自己无聊 / 209
 最重是心债 / 210
 何必忙着为自己解释 / 211
 请别污染别人的心情 / 212
 当卑微转身 / 213
 活着为了什么 / 214
 生命是无比珍贵的 / 216
 珍惜你所拥有的生活 / 218
 活着多好 / 219
 生命的召唤 / 220
 人生的行李 / 222
 敞开的心怀 / 223
 沙的故事 / 224
 活到老真好 / 225
 好好活着就划得来 / 227
 欣赏生命 / 228
 生命需要忍耐 / 230
 生命需要等待 / 232
 温情脉脉的细节 / 234
 有一种力量让我们泪流满面 / 235

第六辑 做最好的自己,活出精彩

生命的能力 / 241
人活着要有梦 / 242
天空从哪儿开始 / 243
自信本身就是一种美 / 245
生活是一棵长满可能的树 / 246
为自己站起来 / 247
没有台词也能成为主角 / 248
人要学会为自己伴奏 / 250
执着的勇气 / 252
战胜心底的溃退 / 254
障碍或难关 / 255
战胜不幸 / 256
生命的彩虹 / 257
走出无声的世界 / 258
正午的黑暗 / 260
好好挺着 / 261

侍弄生命 / 263
大海与床 / 264
有斗志者人生不败 / 265
因为失败,所以警惕 / 266
做什么都要尽力而为 / 267
艺术家 / 268
米洛的维纳斯 / 270
错了就承认 / 271
谁使她变美了 / 272
不能流泪就微笑 / 273
诺言 / 274
诚实太美 / 275
人生最好的教育 / 277
抵制诱惑 / 277
掌握自己的命运 / 279
改变一生的四个字 / 280

第七辑 通往成功之路,你要勇往直前

白手起家 / 285
我要当老板 / 286
成功有多远 / 287
计算与行动 / 288
闯你身边的世界 / 290
投入才能成功 / 291
意志力是动力之源 / 293
时间无限,生命有限 / 294
对自己的目标充满信心 / 295
成功属于坚持不懈者 / 296
敢于异想天开 / 297

被遗忘的下午 / 298
人生是丰盈的 / 299
先进去再说 / 301
成功的失败者 / 303
被遗忘的野百合 / 304
做人做事脚踏实地 / 305
老外买柿子 / 306
意外造福全球 / 307
受用一生的话 / 308
新一代人的新时代 / 309

第八辑 家是人生大戏预演的舞台

- | | |
|--------------|------------------|
| 风轻轻吹 / 313 | 生命的平分 / 331 |
| 爱的教育 / 315 | 最珍贵的礼物 / 332 |
| 天知地知 / 317 | 把恐惧画下来 / 334 |
| 优雅的标准 / 318 | 可别这样结尾 / 335 |
| 期末的那一天 / 319 | 生活不相信眼泪 / 336 |
| 爱的诠释 / 321 | 幸福如汤,要趁热 / 337 |
| 不死的爱 / 322 | 自己开门 / 338 |
| 梁上君子 / 325 | 黑木炭白衬衫 / 339 |
| 保罗的礼物 / 327 | 心的呼唤 / 340 |
| 悟 / 329 | 一切都可以继续 / 341 |
| 我从哪里来 / 330 | 挺直腰板就是身材高大 / 342 |

第九辑 红尘有你——恋爱中的男女

- | | |
|--------------|---------------|
| 初恋 / 347 | 最英俊的男子 / 373 |
| 晨归 / 348 | 为爱奔跑 / 374 |
| 久远的爱 / 351 | 飘曳的黑发 / 375 |
| 系于一发 / 353 | 动人心弦的故事 / 377 |
| 女友 / 354 | 命中有爱 / 379 |
| 美丽的误会 / 356 | 爱情的珍珠 / 382 |
| 风的心愿 / 358 | 尘封的爱 / 384 |
| 相逢在雨夜 / 360 | 爱你更深 / 386 |
| 夜晚的窗口 / 363 | 火车上的邂逅 / 388 |
| 记得那人同坐 / 366 | 夜莺与玫瑰 / 389 |
| 胡萝卜与爱情 / 368 | 为爱走天涯 / 393 |
| 运气 / 369 | 年轻时的爱 / 394 |
| 约定 / 370 | 航海之梦 / 396 |
| 生命的海岸 / 371 | |

第十辑 爱与哀愁——夫妻那些事

独翅难飞 / 403

方向感 / 405

学舞不成 / 406

受宠若惊 / 409

最美何处寻 / 410

悲哀的孔雀 / 411

总算有人爱我 / 412

无言的境界 / 413

一个女人的夜晚 / 414

仅有爱是不够的 / 416

男人似茶,女人如水 / 417

长夜如歌 / 418

最美丽的玫瑰 / 420

注意日期 / 422

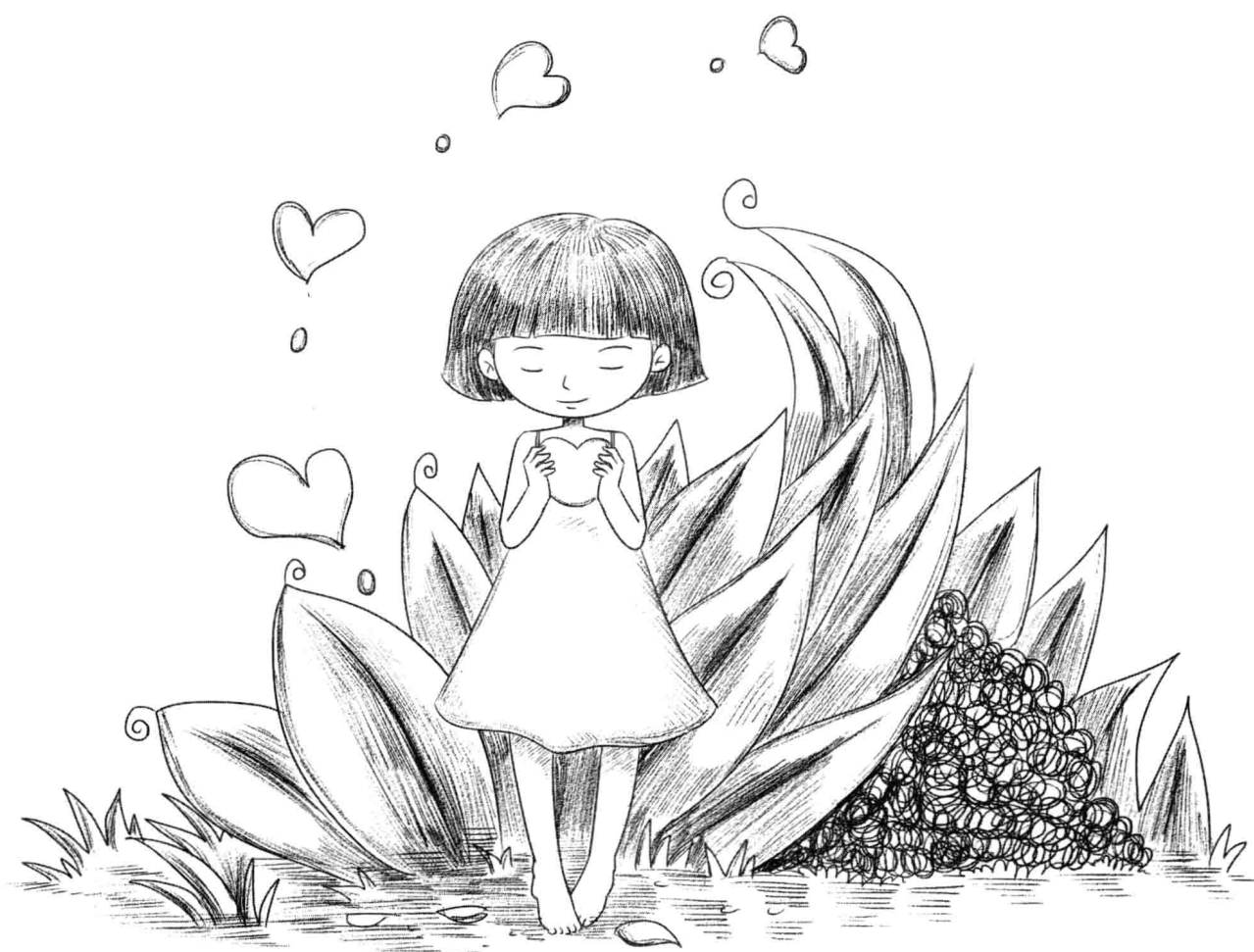
草地上的姑娘 / 423

一件丝裙的故事 / 425

后记 / 429

第一辑

爱与奉献，照亮人世间



珍 爱

在我遇见班奇太太之前，护理工作的真正意义并非我原来想象的那么一回事。“护士”两字虽是我的崇高称号，谁知得来的却是三种吃力不讨好的工作：替病人洗澡，整理床铺，照顾病人大小便。

我带上全套用具进去，护理我的第一个病人——班奇太太。

班奇太太是个瘦小的老太太，她有一头白发，全身皮肤像熟透的南瓜。“你来干什么？”她问。

“我是来替你洗澡的。”我生硬地回答。

“那么，请你马上走，我今天不想洗澡。”

使我吃惊的是，她眼里涌出大颗泪珠，沿着面颊滚滚流下。我不理会这些，强行给她洗了澡。

第二天，班奇太太料定我会再来，准备好了对策。“在你做任何事之前，”她说，“请先解释‘护士’的定义。”

我满腹疑团望着她。“唔，很难下定义，”我支吾道，“做的是照顾病人的事。”

说到这里，班奇太太迅速地掀起床单，拿出一本字典。“正如我所料，”她得意地说，“连该做些什么也不清楚。”她翻开字典上她做过记号的那一页慢慢地念道：“看护，护理病人或老人；照顾、滋养、抚育、培养或珍爱。”她啪的一声合上书。“坐下，小姐，我今天来教你什么叫珍爱。”

我听了。那天和后来许多天，她向我讲了她一生的故事，不厌其烦地细说人生给她的教训。最后她告诉我有关她丈夫的事。“他是高大、粗骨头的庄稼汉，穿的裤子总是太短，头发总是太长。他来追求我时，把鞋上的泥带进客厅。当然，我原以为自己会嫁个比较斯文的男人，但结果还是嫁了他。”

“结婚周年，我要一件爱的信物。这种信物是用金币或银币蚀刻上心和花图案交缠的两人名字的简写，用精致银链串起，在特别的日子交赠。”她微笑着摸了摸经常佩戴的银链。“周年纪念日到，贝恩起来套好马车进城去，我在山坡上等候，目不转睛地向前望，希望看到他回来时远方卷起的尘土。”

她的眼睛模糊了。“他始终没回来。有人第二天发现了那辆马车，他们带来了噩耗，还有这个。”她毕恭毕敬地把它拿出来。由于长期佩戴，它已经很旧了，但一边有细小的心形花图案环绕，另一面简单地刻着：“贝恩与爱玛。永恒的爱。”

“但这只是个铜币啊。”我说，“你不是说是金的或银的吗？”

她把那件信物收好，点点头，泪盈于睫。“说来惭愧。如果当晚他回来，我见到的可能只

是铜币。这样一来,我见到的却是爱。”

她目光炯炯地面对着我。“我希望你听清楚了,小姐。你身为护士,目前的毛病就在这里。你只见到铜币,见不到爱。记着,不要上铜币的当,要寻找珍爱。”

我没有再见到班奇太太。她当晚死了。不过她给我留下了最好的遗赠:帮助我珍爱我的工作——做一个好护士。



心灵感悟

工作是一回事,珍爱你的工作,又是一回事。

匆忙之间

“唔,我说,见到您我可真高兴!”那个垂头丧气地站在邮筒边的小个子男人说道。

“啊,您好,”我停下脚步,“是辛普森,没错吧?”

“对,一点不错!”辛普森应着。他对我那么快就认出他来非常高兴:“我想问一下,您能不能借给我三便士?”我把手伸进兜里到处掏着。“您看,我太太让我去寄一封信,而我刚刚才发现信还没有贴邮票呢。可这封信今天晚上就得寄出,一定得寄出去!”

那时已是晚上十一点钟,邮局肯定关门了。

“所以呢,我想我得用硬币从自动邮票出售机里取点邮票,”辛普森解释道,“只是我发现身上一个钢镚都没有。”

“实在对不起,我也没有。”我摸索一番后,遗憾地告诉他。

“哦,乖乖!”他叫嚷起来。

“可能,其他人……”我提醒他。

“可这儿没其他人。”

他站在那儿,手里攥着一个没贴邮票的蓝信封,一副沮丧的样子,以至于我实在不忍心丢下他。

“来,听我说,”我说,“您最好跟我回趟家,离这儿只有几条街远。我想在那儿没准儿能翻出几个钢镚来。”

“您真是太好了!”辛普森热切地眨着眼睛说。

在家里,我们翻箱倒柜,好不容易找到几个便士,辛普森带着一副一本正经的生意人的样子,从口袋掏出小笔记本写下一张借据,然后走了。我从窗口看着他沿马路走了几步,犹豫了一会儿,然后又回到我家门口。

“唔,我说,对不起我又得麻烦您,”他说,“不瞒您说,我有点迷路了。大概您能告诉我怎

样去邮局吧。”

我滔滔不绝地讲了三分钟，告诉他邮局的确切位置。到最后，我跟辛普森一样糊涂了。

“好吧。我最好还是领您走一趟。”我说。

辛普森往自动邮票出售机里塞进一个便士，硬币在机器里打个转，随着一声空洞的“叮咚”声，又跑了出来。

“邮票都卖完了。”

辛普森手中拿着的信“啪”地掉在人行道上，信封的正面粘了一团黏糊糊的污泥。

“上帝！”辛普森忽然喊道，大发脾气。他恨得把自动邮票出售机摇得“咯咯”响。

我心里对他充满同情。

“我的天，我太太非坚持今晚把信寄出。”

“哦，对了，我家里有一本邮票！”我忽然想起。

“我们早该想到的嘛！”辛普森几乎欢呼着说。我们花了好一阵时间终于找到那本邮票。而结果还是白费了功夫，没有一张合适的邮票。

“我的信该怎么办？”辛普森说，满脸愁容。

“您只能不贴邮票就把信寄走，只好这样。收信的那家伙明天早晨付双倍邮资不就得了。”

“我真不愿意这样做。”

“我也不会愿意。不管怎么说，现在您得赶紧，不然就赶不上最后一次收信了。”

听见这一提醒后大为担忧的辛普森，马上一路小跑地到了街上。“哎，另一头！”我在他后面大喊。

“对不起！”他喘息着，边转过身来。“我……我想我又忘了该怎么走了。”我紧紧地抓住他的胳膊，陪他走到邮局，刚好赶上最后一班收信。

“我对您真是感激不尽，真的。”他热切地对我说。“我……我想象不出要是没有您我该怎么办。那封信……那是一封请朋友来赴宴的请帖，给……噢，天哪！”

“咦，怎么啦？”

他睁大眼睛瞪着我，眼瞪得像一条病金鱼似的，嘴里蹦出一句“晚安”，然后转身快步走了。

一路上，我都在想到底他记起了什么事。

第二天一大早就找到了答案。我收到一个正面有一块污迹的蓝信封，还不得不付给邮递员六便士。



有助人为乐之心的人，即使面对他人细微的求助，也一定尽力而为，不给自己留遗憾。

记 住 我

这天终将来临——在一所出生和死亡接踵而来的医院内，我的身躯在一块洁白的床单上，床单的四角整齐地塞在床垫下。在某一时刻，医生将确诊我的大脑已经停止思维，我的生命实际上已经到此结束。

当这一时刻来临，请不必在我身上装置起搏器，人为地延长我的生命。请不要把这床叫作临终之床，把它称为生命之床吧。请把我的躯体从这张生命之床上拿起，去帮助他人过上更加美好的生活。

把我的双眼献给一位从未见过一次日出、从未见过一张婴儿的小脸蛋，或者从未见过一眼女人眼中流露出的爱情的人；把我的心脏献给一位心肌失能、心痛终日的人；把我的鲜血献给一位在车祸中幸免于死亡的少年，使他也或许能看到自己的子孙尽情嬉戏；把我的肾脏献给一位依靠人造肾脏生存艰难的人。拿走我身上每一根骨头，每一束肌肉，每一丝纤维，把这些统统拿尽，丝毫不剩，想方设法使跛脚小孩能重新行走自如。

探究我大脑的每一个角落。如有必要，取出我的细胞，让它们生长，以便有朝一日一个哑儿能在棒球场上欢呼，一位聋女能听到雨滴敲打窗子的声音。

将我身上的其余一切燃成灰烬。将这些灰烬迎风散去，化为肥料，滋润百花。如果你一定要埋葬一些东西，就请埋葬我的缺点、我的胆怯和我对待同伴们所有的偏见吧。

把我的罪恶送给魔鬼，把我的灵魂交付上帝。

如果你想记住我，那么就请你用善良的言行去帮助那些需要得到帮助的人们吧。假如你的所作所为无负我心，我将与世长存。



假如你的所作所为无负我心，我将与世长存。

宽 容

母亲说起这件事的时候，已经是父亲去世十年之后，在一个暖洋洋的下午，母亲在门口一边晒着太阳一边剥着花生，不经意地说起三年自然灾害，灾害中所受的饥饿。

她说，邻村一位二十几岁刚做母亲的妇女，因为实在不忍心看孩子挨饿，做了一件一生中

她认为最可耻的事情，跑到邻居家偷了大约一茶杯的炒米，用衣襟兜着正准备走时，不料与中途回家的主人撞了个满怀，主人一阵大呼小叫引来了全村的人。那年头，盗和娼是最让人不齿的，看热闹的人群将无地自容的少妇团团围住，指责声、羞辱声，声声撕裂着少妇的心。突然双手蒙面的少妇冲出了人群，转眼间一头扎进了不远处的池塘。一切都在眨眼间发生，等慌乱的人们七手八脚捞起她时，人早已没了气。那刚刚会走路不久的孩子这时看到睡在地上的妈妈，一头扑上去，掀起母亲身上湿湿的褂子，死命地吮吸起母亲还带着余热的乳头。

听到这里的时候，我哭了，为那凄惨的母亲和那可怜的孩子。但母亲却很平静，接着她又说了另一件父亲生前多次关照不要与外人提起的事。

60年代的生活依然困难，当时的父亲在县农机厂设在镇上的工作点上班。他的工作属于重工业，所以口粮定量指标比较高，每月有二十四斤，这在当时农民的眼里是非常了不起的事情。尽管如此，因为孩子多，仍需母亲精打细算，掺些野菜粗粮度日。可是不久，母亲发现缸里的米每天都在不正常地少，每天少得也并不多，估计也就在斤把左右。母亲是个细心的人，在一天做上记号后的晚上，依然发现被动过——这肯定是被人偷了，但这人是谁呢？这个谜团不久还是被父亲解开了：一日父亲忽然有事开锁进门，只见隔壁的女房东正顺着梯子从楼上下来，手中还拿着盛米用的升子。父亲虽然被吓了一跳，但镇静之后，反倒叫她不要害怕。女房东羞得满脸通红。父亲当晚跟母亲说，都是没有办法的事，千万不要和别人提起，孩子个个饿得皮包骨头，你明天送点米过去。父亲倒觉得忐忑不安起来，生怕女房东一时想不开。女房东从此见到我父母就满脸潮红，并在很长的一段时间住到了她妹妹家。我想她在整整一辈子中，永远都会担心着这件事，并永远感激着我的父亲。

岁月随风而去，在母亲也离开我六年的今天，面对现实生活中一些人情的淡漠与世态的炎凉，我更加深深怀念一生平凡的父亲，以及他的善良宽容和仁爱。



心灵感悟

如果我们每个人都能学会宽容他人一时的过错，人间将变得更加美好与温馨。

富裕的心

我永远不会忘记1946年的复活节。那时，父亲已去世5年，只有16岁的达莲娜，14岁的我和12岁的欧茜与母亲相依为命。尽管妈妈要供养3个正在上学的孩子，生活极简朴，但我们的小屋里每天都有歌声和笑声。

复活节的前一个月，教堂里的神父号召所有的教友都攒一点钱，好在复活节时捐给穷人。他说，这是我们帮助那些同样身为天主的孩子却为现实生活所累的人们的一个实在的做法。一