



Wenyuan Jingpin  
[文苑精品]

文苑编委会◎编著

# 青春無悔

珍惜生命中的这一次阅读 拥抱阅读中的每一个感动

永远感人的经典文字，永远可读的典藏珍品，  
与读者共鸣经典、分享精品、同述感动。

## 影响你一生的心灵鸡汤



内蒙古出版集团  
内蒙古文化出版社



Wenyuan Jingpin

[文苑精品]

文苑编委会◎编著

# 青春无悔

珍惜生命中的这一次阅读 拥抱阅读中的每一个感动



内蒙古出版集团  
内蒙古文化出版社

**图书在版编目(CIP)数据**

青春无悔 / 文苑编委会编著. — 呼伦贝尔 : 内蒙古文化出版社, 2010.12  
(文苑精品)  
ISBN 978-7-80675-869-4

I. ① 青… II. ① 文… III. ① 散文—作品集—世界  
IV. ① I16

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2010) 第 251369 号

**青春无悔**  
**文苑编委会 编著**

内蒙古出版集团有限责任公司  
出版发行 内蒙古文化出版社  
(呼伦贝尔市海拉尔区河东新春街 4 付 3 号)

直销热线 0470-8241422 邮编 021008

网 址 [www.nmwhs.com](http://www.nmwhs.com)

印刷装订 北京彩眸彩色印刷有限公司

责任编辑 其日麦拉图

开 本 710×1000 毫米 1/16

印 张 14 字 数 230 千

印 次 2011 年 3 月第 1 次印刷

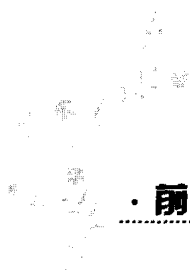
版 次 2011 年 3 月第 1 版

印 数 1-6000 册

ISBN 978-7-80675-869-4 / I·679

定价:20.00 元

版权所有 翻印必究



## · 前 言 ·

也许仅仅是一则故事，甚至一句经典的话语，就能够激励你年轻的心灵，帮助你插上成功的翅膀，改变你的一生。

这是一套文苑精品丛书。丛书分为轻舞飞扬、似水年华、贝壳风铃和青春无悔，共四本。其中主要摘录了名家的作品以及当今青年人的优秀文选，每一篇文章都精彩纷呈，有很强的可读性，具有精致、清新、典雅等特点。主要针对青年人，兼顾各层次读者。

这套丛书里，有些文章你可能会有似曾相识的感觉，因为它诉说的是你的心声，感动着你的心灵；而有些文章可能瞬间就撞击你的心灵，让你有所感悟，就像翻看到自己写下的心得笔记。总之，一定会有适合你的文章，它会让你感觉到，文章的内容和写法，是那么地合乎自己的阅读趣味和精神、心理渴求！

有时候，有些事物的实质，仅仅用言语是难以准确表达的，例如蓝天。对于一个从来没见过蓝天的人而言，无论你在语言方面的能力多么出色，都很难让他真切地知道蓝天的形象。类似蓝天这样能够看得见、摸得着的事物，都难以清晰地讲述，更何况无声无色、看不见、摸不着的心思呢？

如果你想知道蓝天，只有自己到有蓝天的地方。

如果你想知道著名歌唱家的现场歌唱效果，单凭想象是远远不够的，需要坐到现场去实地聆听。

如果你想要闻一闻夜来香的飘香味道，只有在夜晚时候走到有夜来香的庭院才行。

因而，你要明白，那些给你写最火热的情书的人，不一定是最爱你的人；那些会隔三岔五陪伴你喝酒吃肉的人，不一定对你以诚相待；那些满





# 目 录

## A 部 开往他心的火车

|                  |          |    |
|------------------|----------|----|
| 疼 惜 .....        | 苏小蝉      | 2  |
| 图书馆的恋人 .....     | [日]新井一二三 | 4  |
| 美丽的微笑与爱心 .....   | [印度]特雷莎  | 6  |
| 尘世的爱情 .....      | 张 欣      | 8  |
| 小轩窗,正梳妆 .....    | 楚 楚      | 10 |
| 向南飞去的蝶 .....     | 吴雪峰      | 12 |
| 麻雀麻雀请你忘记 .....   | 雪小禅      | 14 |
| 逼不来的 .....       | 罗乃莹      | 17 |
| 青春留白 .....       | 许 佳      | 18 |
| 享受寂寞 .....       | 唐兴玲      | 20 |
| 水 草 .....        | 赵 赵      | 22 |
| 勇敢的心 .....       | 果 果      | 24 |
| 爱情箴言录 .....      | [法]拉罗什福科 | 25 |
| 唇间碎语 .....       | 芙 鸣      | 27 |
| 伸 手 .....        | 李维明      | 29 |
| 谁允许你那样高高在上 ..... | 晓 华      | 31 |
| 轻轻说声我爱你 .....    | 徐望云      | 33 |
| 千层底 .....        | 赵今悦      | 35 |

|                 |              |    |
|-----------------|--------------|----|
| 爱,意味着拯救 .....   | [德] 赫尔曼·黑塞   | 37 |
| 谁来和我笨笨地相爱 ..... | 沈文婷          | 39 |
| 相信我 .....       | 王建兰          | 40 |
| 餐巾纸上的教堂 .....   | 朱 晖          | 42 |
| 春天里的林妹妹 .....   | 巫 昂          | 44 |
| 因品德而爱 .....     | 江上柳          | 46 |
| 戴维的筷子 .....     | 穆亚明          | 48 |
| 爸爸的味道 .....     | 张小娴          | 50 |
| 相依一颗善良的心 .....  | 洪战辉          | 51 |
| 开往他心的火车 .....   | 单 一          | 53 |
| 爱 .....         | 贝 拉          | 55 |
| 碑后面的字 .....     | 鲍尔吉          | 56 |
| 母亲的眼泪 .....     | [保加利亚] 卡拉利切夫 | 58 |
| 白发亲娘 .....      | 赵丽军          | 60 |
| 背 影 .....       | 亦 行          | 62 |
| 祖父的表 .....      | [英] 斯坦·巴斯托   | 64 |

## B 部 蓝鞋子的伴侣

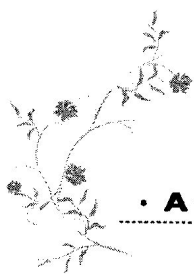
|                   |            |    |
|-------------------|------------|----|
| 地铁里的小提琴家 .....    | [美] 吉恩·温加腾 | 68 |
| 把世界当成一朵莲花来爱 ..... | 朱成玉        | 70 |
| 爱情、婚姻与幸福 .....    | 一 叶        | 72 |
| 给予有时只需接受 .....    | 苗连贵        | 74 |
| 爱,也是天赋 .....      | 邓 迪        | 76 |
| 当你有了孩子 .....      | 朱秀丽        | 78 |
| 蓼花停泊在送别的码头 .....  | 薇 雨        | 80 |
| 只因她贪恋泥淖里的温暖 ..... | 闫 红        | 82 |
| 小 银 .....         | [西班牙] 希梅内斯 | 85 |
| 光 阴 .....         | 宋如德        | 86 |
| 青春符号 .....        | 张伟明        | 88 |
| 相互扶持 .....        | 晓 林        | 91 |

|                     |              |     |
|---------------------|--------------|-----|
| 勇敢的人 .....          | [苏联] 苏霍姆林斯基  | 92  |
| 咬过的苹果 .....         | [蒙古] 波仁钦     | 93  |
| 爱心如水长流 .....        | 廖小勇          | 95  |
| 墨绿本子的似水流年 .....     | 苏细细          | 97  |
| 记 号 .....           | [美] 詹姆斯·道森   | 100 |
| 无 痕 .....           | 素 素          | 102 |
| 栀子花开 .....          | 刘剑桦          | 103 |
| 青春期轶事 .....         | 魏 微          | 105 |
| 我的那些旧爱与我的那些新欢 ..... | 桃 子          | 107 |
| 蓝鞋子的伴侣 .....        | [美] 彼得·H·雷诺兹 | 109 |
| 影 子 .....           | 叶锦添          | 112 |
| 闷蛋论 .....           | 榛 生          | 113 |
| 父亲的手 .....          | [美] 加尔文·渥星顿  | 116 |
| 他的手语——我来说 .....     | 冰莱儿          | 119 |
| 只给爱人半杯水 .....       | 莫衣紫          | 122 |
| 嗒嗒马蹄的美丽错误 .....     | 神龙儿          | 124 |
| 暗 恋 .....           | 戎 华          | 127 |
| 心间的云朵 .....         | 简 宛          | 129 |
| 微 笑 .....           | 刘湛秋          | 131 |
| 守住一颗心 .....         | 苇 笛          | 132 |
| 三个朋友 .....          | 王 扶          | 133 |

### C 部 猜猜我有多爱你

|                  |                |     |
|------------------|----------------|-----|
| 彼此的一语成谶 .....    | 周 瓦            | 140 |
| 以物质证明爱情 .....    | 刘仪伟            | 142 |
| 成长记 .....        | [阿根廷] 维维安娜·萨瓦诺 | 145 |
| 那些低到尘埃里的美好 ..... | 梅 子            | 147 |
| 秋水静好 .....       | 李 娟            | 149 |
| 送 行 .....        | 贾一丁            | 151 |
| 蜂鸟之泪 .....       | 树 英            | 153 |

|                   |             |     |
|-------------------|-------------|-----|
| 猜猜我有多爱你 .....     | [英]山姆·麦克布雷尼 | 155 |
| 七个小板凳 .....       | 许志强         | 157 |
| 蓝蝴蝶 .....         | 姬小苔         | 160 |
| 亲爱的,我们都一样 .....   | 凄小然         | 164 |
| 才知道青春 .....       | 蒋芸          | 166 |
| 没有人比我更爱你 .....    | 丁然          | 168 |
| 青春拼图里遗失的那一块 ..... | 柯西莫         | 171 |
| 下世你要有多美? .....    | 深雪          | 174 |
| 在岩壁上赎你 .....      | 徐立新         | 175 |
| 耐心等待 .....        | [德]亨利希·施颇尔  | 177 |
| 欠他一窗阳光 .....      | 叶小戚         | 179 |
| 我就是你的凤凰 .....     | 草叶          | 181 |
| 生死同床的爱 .....      | 川流          | 185 |
| 美作 .....          | 大仙          | 187 |
| 布拉格当铺 .....       | 刘茂胜         | 189 |
| 高一尺天阔云美 .....     | 王月冰         | 191 |
| 简单之美 .....        | [美]丽莎·普兰特   | 193 |
| 第三眼美女 .....       | 孔明珠         | 194 |
| 她的砒霜他之蜜糖 .....    | 江岸          | 196 |
| 暂停你的脚步 .....      | [美]麦可·汤姆斯   | 197 |
| 单车恋人 .....        | 范菲菲         | 200 |
| 两只狐狸的爱情 .....     | 天宇          | 202 |
| 睡在鞋子里的小老鼠 .....   | 贝蒂          | 205 |
| 在冬夜里歌唱的鱼 .....    | 查一路         | 209 |
| 狐狸变成的茶锅 .....     | [日]坪田让治     | 211 |
| 站立的平原 .....       | 李登建         | 213 |



· A 部 ·

## 开往他心的火车

月亮升起在我们中间，  
升起在两棵松树中间，  
树冠将要合拢。  
爱情伴随月亮上升，  
在我们鼓励的茎杆上生存。  
而，我们现在成了影子，  
相互缠绕，  
却只能亲吻空气。

因为爱，心变得敏锐；因为疼，才知道珍惜。爱你  
怎么会舍得让你痛？

## 疼 惜

●文/苏小蝉

自小他们就认识，一块考上大学，同一年毕业后又分到了同一座城市。生命中好像总有那么一些人和事，不容选择地如影相随。

他含蓄、木讷，不是她喜欢的类型。但他温良敦厚的体贴却带给了她最温情的实惠。上学时帮她搜集复习资料；上班后雨天接送她上下班；逢她休班时，便围着碎花围裙在厨房里为她做一碗热辣的泡菜鱼。

酸嫩的泡菜，柔滑的鱼片，还有那细小的青绿尖椒，她用筷子打捞着。那是她最爱吃的一道家乡菜，舌尖冒火，鼻头出汗时，心头也热得一塌糊涂。巴蜀老家的风土人情一并涌来。而他，更是通往亲切回忆里的一道关联……

再热辣的感觉，放在一日三餐的家常日子里，色也变淡，味亦变寡。那天，他们吵架后，她坐到那家著名的川菜馆里，品着那正宗的川味泡菜鱼，忽然无比疲倦。窗外，花童提着一大篮红玫瑰，甜甜地向路人兜售——正是情人节。

多么娇艳欲滴的花朵啊，而他却从没有给自己送过，哪怕一枝。除了做一大碗泡菜鱼，他还能带给自己什么呢？而这个城市里任何一家川菜馆都比他做得手法正宗，味道香浓。

回到家，他果然在灯下等她。盛放泡菜鱼的青花细瓷汤碗上倒扣了一只花碟。借了吵架的底子，她冷倦地说：我们还是算了吧。

他半天没说话，拉椅子到她跟前坐下了。他粗厚的手掌握住她细长的手指，自嘲地苦笑着：“我竟还指望握一辈子呢?!”

她心一酸。最后，他下定决心似的说：“这样吧——握着你的手，如果你挣得开，我们就分手——肯定有比我更适合的人握它……”

她犹豫着，最后咬牙将手放进他的手里。虽然他只是轻轻一握，那双手却像铁篱笆一样的结实，难以挣脱。她憋红了脸，使劲扭转手腕。这时，他将手轻轻松开：“如果攥得你痛了，再喜欢，我也会放手的……”

她愣怔在那里。世间的爱，各有各的路径，可是最终最深的走向，也不外两个字：疼惜。因为爱，心变得敏锐；因为疼，才知道珍惜。爱你怎么会舍得让你痛？

看过书，人不一定变得更聪明、更漂亮。看了20本关于恋爱的书，我最后还是失恋。原来，没有来图书馆那天，T是跟一个女孩子约好出去的。

## 图书馆的恋人

●文/[日] 新井一二三

我14岁那年，为了准备翌年的高中入学考试，除了上课以外，很多时间都在图书馆里温习。尤其放了暑假，每天一大早就到图书馆门口排队，以便获得里头较安静的座位。

有个男同学叫T，每天也一定来图书馆。有时候，我早晨起得晚，差一点就没赶上9点钟图书馆开门的时间。每逢此时T都帮我占个座位。我们邻座学习到中午，一起去食堂吃面包当午餐，跟着又做功课到下午6点钟。图书馆关门时一起出来，说声“明天见”，便各走各的路回家。我们之间，显然互相有好感。

有一天，T没有来图书馆。整整一天，我心里好像有了空洞。他怎么了？有事出去了？还是生病了？我感到很不安。

第二天，我在图书馆见到T。他并不说前一天为什么没有来，我也没有问他。我们照样坐在一起学习，到了中午一起吃饭，跟平时没什么两样。不过，我的感觉从此就不一样了。

当初我没有明白到底是怎么回事。看到T的脸，我觉得口渴；跟他说话，则心跳；找不到他时，心中不安得很；远处发现的他，简直像有了光晕一般，在我眼里异常灿烂。这一切，都是从来没有过的。

恋爱？

忽然想到这两个字，我大为狼狈。之前，我也喜欢过一些男同学，但是始终很理性。这一次，却好比得了病，或者说被他施了魔法，自己无法控制各种生理反应了。

我不由得跑到书库去了。虽然每天都来图书馆，平时很少进书库。里面很安静，很凉快。站在耸立的书架中间，我逐渐冷静下来了。如果我对T的感情是恋爱，那该怎么办？书库里有几万本书，关于恋爱的书也有不少。《恋爱论》、《为谁爱》……我找了一本又一本名字包含“恋”或“爱”字的，通通带到角落的小桌上去，开始慢慢翻阅了。

为了解决人生中遇到的问题找书本翻阅，对我来说还是第一次。最后究竟找到答案没有，则很难说。但我至少知道了，古今中外有很多人曾为恋爱而烦恼，我绝不是第一个。

看过书，人不一定变得更聪明、更漂亮。看了20本关于恋爱的书，我最后还是失恋。原来，没有来图书馆那天，T是跟一个女孩子约好出去的。

后来，每次心中有烦恼，无论身在世界哪个城市，我都一定到图书馆、书店去。找书本翻阅，虽然不一定给我带来答案，但每一次都让我知道，曾有很多人为同一个问题而烦恼，我绝不是第一个。

人生最难受的是孤独。即使是很辛苦的时候，只要身边有伙伴，始终受得了。然而单单一个人，连芝麻大的困难都会使人毁灭。

14岁那年，在新宿区立中央图书馆，我没有得到T的爱情，却找到了终生的伙伴。

让我们总是微笑相见，因为微笑就是爱的开端，一旦我们开始彼此自然地相爱，我们就会想着为对方做点什么了。

## 美丽的微笑与爱心

●文/ [印度] 特雷莎

穷人是非常了不起的人。一天晚上，我们外出，从街上带回了四个人，其中一个生命岌岌可危。于是我告诉修女们说：“你们照料其他三个，这个濒危的人就由我来照顾了。”这样，我为她做了我的爱所能做的一切。我将她放在床上，看到她的脸上绽露出如此美丽的微笑。她握着我的手，只说了句“谢谢您”就死了。

我情不自禁地在她面前审视起自己的良知来。我问自己，如果我是她的话，会说些什么呢？答案很简单，我会尽量引起旁人对我的关注；我会说我饥饿难忍，冷得发抖，奄奄一息，痛苦不堪，诸如此类的话。但是她给我的却更多更多——她给了我她的感激之情。她死了，脸上却带着微笑。

我们从排水道带回的那个男子也是如此。当时，他几乎全身都快被虫子吃掉了，我们把他带回了家。“在街上，我一直像个动物一样地活着，但我将像个天使一样地死去，有人爱，有人关心。”真是太好了，我看到了他的伟大之处，他竟能说出那样的话。他那样地死去，不责怪任何人，不诅咒任何人，无欲无求。像天使一样——这便是我们的人民的伟大之所在。因此我们相信耶稣所说的话——我饥肠辘辘——我衣不蔽体——我无家可归——我不为人所要，不为人所爱，也不为人所关心——然而，你却

为我做了这一切。

我想，我们算不上真正的社会工作者。在人们的眼中，或许我们是在做社会工作，但实际上，我们真的只是世界中心的修行者。因为，一天24小时，我们都在触摸基督的圣体……我想，在我们的大家庭里，我们不需要枪支和炮弹来破坏和平，或带来和平——我们只需要团结起来，彼此相爱，将和平、欢乐以及每一个家庭成员灵魂的活力都带回世界。这样，我们就能战胜世界上现存的一切邪恶。

我准备以我所获得的诺贝尔和平奖奖金为那些无家可归的人们建立自己的家园。因为我相信，爱源自家庭，如果我们能为穷人建立家园，我想爱便会传播得更广。而且，我们将通过这种宽容博大的爱而带来和平，成为穷人的福音。首先为我们自己家里的穷人，其次为我们国家，为全世界的穷人。为了做到这一点，姐妹们，我们的生活就必须与祷告紧紧相连，必须同基督结合一体才能互相体谅，共同分享，因为同基督结合一体就意味着互相体谅，共同分享。因为在今天的世界上仍有如此多的苦难存在……当我从街上带回一个饥肠辘辘的人时，给他一盘米饭、一片面包，我就能使他心满意足了，我就能驱除他的饥饿。但是，如果一个人露宿街头，感到不为人所要，不为人所爱，惶恐不安，被社会抛弃——这样的贫困让人心痛，如此令人无法忍受……因此，让我们总是微笑相见，因为微笑就是爱的开端，一旦我们开始彼此自然地相爱，我们就会想着为对方做点什么了。

也许，两个人在一起“有粥吃粥有饭吃饭，永远都不会分开”就是尘世最好的爱情。

## 尘世的爱情

●文/张 欣

让一个女人低头的，是爱情。

能把男人折磨得死去活来的，是他们的梦想。

初恋有多甜蜜，如果已经记忆模糊，只记得当年的项春成并不是一个激情冲动的热血青年。由于父亲早逝，母亲又是个药罐子，家里十分清贫，项春成性格孤僻，不善言辞，也不合群。

这样的男人尤其能打动如一，别人的苦难常常会变成她的责任。

由于两个人住得比较近，所以探亲、返岛总是结伴而行。一次探亲归来的晚上，项春成来找如一，说母亲犯病下不了床，又不肯让他帮她洗澡。如一听了二话没说，就赶到春成的家里，给春成的妈妈抹澡，又把家里的卫生打扫了一遍。

此后，只要有回城，如一都要去照顾春成的妈妈。一次在返岛的船上，春成递给如一一个布包，如一打开，是一对纯银手镯。如一的眼中满是问号，春成吞吞吐吐地说道，这是我妈妈让我给你的，她说你是一个好女孩。春成还说，这对手镯是我妈妈年轻的时候我奶奶送给她的见面礼。说完这话，项春成的脸红得像鸡冠花一样。

如一在暗涌的冲撞和起伏中想明白了这是什么意思，她的脸也红了。那个时代的爱情也是单一色调，能让你脸红的人就是爱人。

农垦建设兵团是半军事化管理，最宝贵的一次招生机会，如一的名字