

{ 小 故 事 珍 藏 版 }

翡

翠

心

田

CHICKEN
SOUP
FOR
THE
SOUL

心灵鸡汤

邓皓* 著
..... 读者..... 签约作家



青春图书馆
YOUTH GLE

湖南文艺出版社

湖南文艺出版社青春图文馆



“我手写我心” 征稿启事

青春图文馆是湖南文艺出版社倾力打造的青春状态读物品牌，
现面向在校学生征稿。

征稿对象：在校学生

征稿要求：体裁自由、字数不限

征稿内容：反映心灵世界、记录成长经历、叙说校园故事

投稿邮箱：长沙市雨花大道2号湖南文艺出版社青春图文馆

邮政编码：410014

电子邮箱：qctwg@163.com

联系电话：07315983086

联系人：陈新文 唐敏

心灵鸡汤

Chicken
Soup
For
The
Soul

翡

翠

心

田

邓皓
↓
著



湖南文艺出版社

{ 小 故 事 珍 藏 版 }



图书在版编目 (CIP) 数据

翡翠心田/邓皓著,——长沙;

湖南文艺出版社, 2004.8

(心灵鸡汤·小故事珍藏版)

ISBN 7-5404-3323-X

I. 翡… II. 邓… III. 人生哲学—通俗读物 IV. B821-49

中国版本图书馆CIP数据核字 (2004) 第062908号

心灵鸡汤·翡翠心田·小故事珍藏版

作 者: 邓 皓

责任编辑: 陈新文

书装设计: 可塑空间 www.cococd.com/小虫子

湖南文艺出版社出版、发行

(长沙市雨花大道2号 邮编: 410014)

湖南省新华书店经销

湖南东方速印科技股份有限公司印刷

2004年11月第1版第1次印刷

开本: 880×1230毫米 1/32

印张: 5

字数: 150,000

印数: 1-10,000册

ISBN 7-5404-3323-X/I.2093

定价: 12.80元

(若有质量问题, 请直接与本社出版科联系)

目 录

卷首语	008
A卷：滴水成海	009
一语惊心	010
睿智	012
智者无言	014
凯科命运里的禅机	016
信念无敌	018
我的担心	020
善待生命	023
赢在执著	025
坦然看生活	027
棋子	030
无字碑	032
B卷：智慧人生	033
两个故事	034
哈佛的理念	036
国家失于一个马掌	038
弦月之美	040
只要你飞，那堵墙就比你矮	042
别怕丢脸	044
逆耳忠言	046

C卷：凡心小语	048
酒的释义	049
关于《人与自然》	051
我的老师	053
像野花一样生长	054
一个细节	056
残缺与完美	057
漫步经心	058
良心的重量	061
片段	062
文字里的珍珠	063
网络综合症	066
那些老歌	068
秋天不管人间事	070
远或者近	072
一个人死了	073
读沈宏非	075
电话	076
暴殄天物	077
D卷：本色倾诉	079
一个夜晚左右的人生	080

目录

前世今生	083
我容易吗我	086
赠言	089
淡水之交	091
非常荣誉	094
儿子的威胁	097
何以宽容	099
E卷：生命之悟	101
一个半朋友	102
一个人在山上	104
舍得	107
为爱保留	110
生意人	112
名模不名时	113
曾经的诗人	115
最美的景色是心情	117
何不得悠然	120
世相	123
做人的本色	125
F卷：情感珍珠	128

一场好雪……	129
无语的爱情	131
写给儿子的箴言	133
我爱孩子的十种理由	135
死水的春天	138
母亲的婚纱照	140
美丽的谎言	143
回乡下过年的十五种理由	145
轮回	147
到父亲的坟头坐坐	148
爱无痕	150
母亲生日的那一天	151
童心在笑	153
小鱼的葬礼	157

卷首语

神中之神分出自己一小片心灵，使它如野花一般芬芳，月色一般柔和，微风一般清新。

给它斟上一杯喜悦，说：“喝吧，把过去的一切忘个干净！”

给它斟上一杯烦恼，说：“喝吧，尝一尝什么叫欢乐的生命！”

赋予它那来自天国的睿智，把正义的路子挑定。

赋予它能洞察一切奥秘的聪明。

赋予它在梦境中才流露的和理想结伴的情感。

为它穿上天使们用彩虹和流霞织成的激情的锦衣。

给它蒙上怀疑的阴影——光的幽灵。

给它从仇恨的熔炉取来的火，从粗暴的沙漠换来的风，从利己主义的海边捡来的沙子，从永恒脚下采集的灰尘。

给它以盲目的力量，让它在歇斯底里中咆哮，在狂热中膜拜；给它以生命——死的幻影。

神中之神终于把自己的心灵同人类联结在一起了，怀着包容一切的爱的感情，他不由露出了微笑，带着满脸的泪痕。

心
灵
鸡
汤

滴

水

成

海

【一语惊心】

爱出者爱返，福往者福来……

oIo

心灵鸡汤

翡翠心田

老家有一小小寺庙，曰洪山禅寺。那是一幽静的去处。我不信佛，但我爱煞了去寺庙里读书散步、清净内心。

有一段日子，我情绪低迷在家小憩。忽一日，我想到了去寺庙走走，藉此涤荡内心的郁闷。

到了寺院，但见寺庙里香客不断，檀香馥郁。再看香客们的脸，一张张写满坦然、安详、幸福，我有些嫉妒，又有些疑惑：莫非佛门真乃净地，果真能拂拭了众人的心灵？

信步流连中，但见一在枯树下潜心打坐的佛门老者，那入迷之态止住了我的脚步。走近细看，老者那面露慈祥却心纳天下的表情强烈地震撼了我——原来一个人能心态安详地活着是多么地美好！

我悄然坐在了老者身边，惴惴然向老者求得开悟。我向老者谈了我心中的苦痛，然后说，为什么现代人都会如我般嘘叹：人与人之间居心莫测，纷争不停？

老者拈须而笑，没作详解，却是铿锵而悠长地说，我送你一句佛语吧，老者一字一顿说的是：“爱出者爱返，福往者福来！”





一语惊心！醍醐灌顶。

天蓝草碧云白风清。

爱出者爱返，福往者福来！且看芸芸众生，许多的失意和烦忧不都是在苛求得到时萌生的么？你去做那个施人以爱、赐人以福的人，你精神愉悦舒张了，而最终爱心和福祉又会回到你的身边，何乐而不为？！

我不信佛，但我爱极了这句佛语。

【 睿智 】

盛容睿智的，一定是快乐的心……

我喜欢睿智一词。生活中睿智的人我更喜欢。

其实我想你和我也没什么不一样。比喻说你没准也喜欢看译制片，高兴读国外的小说。为什么，我以为理由便是我们需要被人家的睿智给征服的愉悦。

你看看人家写的一篇最短的获奖小说，全文就25个字，但是，人生几多的况味、对世事几多的参析都尽在其中，我承认我这一辈子也不可能有这样的睿智。小说是这样写的：

他说：“嫁给我吧！”

“不。”于是他们又继续幸福地生活在一起。连嘲讽都来得这般平和、暖色调、以及让我们选择不是仇视而是报以宽容的甄别，这等睿智只有在宽厚的人心里才可琼驻。

我还记得在一部电影里，一个导游想控制一下那些兴致高涨得几近疯了了的游客，以便听他的讲解，于是，他说：“如果诸位能安静一会儿，那么我们大家将听到面前的尼亚加拉大瀑布的水声。”我会心笑了的同时，我想到了我随团旅游时导游拿着大喇叭，通过刺耳的扬声器对着我们咆哮时的属于我的悲哀。

012

心灵鸡汤

翡翠心田



睿智是生命中快乐的养分，更是我们洗刷生活平淡的清流。

只是，为什么属于我们的睿智少而又少？

不是我们缺少睿智的头脑，而是我们缺少盛容睿智的心的容器。

智者无言

有两种方法能使世界变大：
登上山峰远眺，闭上眼睛沉思……

014

心灵鸡汤

翡翠心田

大海的深处是平静的。

花朵的一生是无声的。

巍峨的山峦是缄默的。

大自然中许多蔚为壮观的生命往往以沉默示人，而人的生命是否亦当如此？！

有这么两个人去应考厨师。甲一开言便说了个天花乱坠，从传统的中国名菜到洋派的西式糕点，从每道菜的用料着色到火候调味，似乎无一不能无一不精。乙则静候一旁一语不发。待问他时，他只说：“如果可能，给我30分钟时间，我做一桌菜出来看看便是。”

不用说，“讷于言”的乙被录取了。

机智和美妙的语言有时只不过是一种瞬时的智慧和淋漓的表达。但智慧和表达本身并不证明结果。朴实的行动是开在成功路上的鲜花。

认识一个人，不要光听他怎么说，而应当看他怎么去做，因为有一种语言叫言不由衷。就像认识一棵树，不需急着去看春天里开的花，因为有一种事实叫做华而不实。你可以等到秋天，那时你去看树上的果实，果实是



花的语言，也是树的注释。

芸芸众生，那个与你仅有一面之交便一览无余的人，你会觉得他索然无味，因为他说的太多。而那个一直一声不吭只以沉默示人的人，你不仅仅对他印象尤为深刻，而且对他有了探询的欲望——因了那不语带给女人的典雅矜持，也因了那不语带给男人的深邃练达。你要记住，生活中有些东西藏在心里便是一种真实一种深刻，说出来，反而淡了。比如一生一世的爱情。

很小的时候，母亲跟我说：你看大街上两个吵嘴的人，那个声嘶力竭叫得很凶的人，往往是理屈词穷的。因为真理不在他一边，他要先声夺人来掩饰自己的心虚。而那个沉默者心里一团正气，自然可以不动声色，因为沉默是最大的蔑视！

一个浅显的道理是：乌鸦和知了无疑是最善叫的，但他们都不算人类的宠物。

火山爆发那一声震天的巨响，那力拔山兮的气概，令人叹为观止。但这一奇观不会随时可见，为那一瞬间的壮观，它在地层深处沉寂和积聚了千年万年！

有两种方法能使世界变大：登上山峰远眺，闭上眼睛沉思。它们与语言无关。由此看来，世界不是语言描绘得大的。想必人也盖同此理。