

心灵甘泉

爱不据有，也不被据有；
因为爱在爱中满足。

世界上最开心的事情



清晨醒起，以喜悦的心来致谢这爱的又一日；
日中静思，默念爱的浓欢；
晚潮退时，感谢地回家。
然后在睡时祈祷，因为有被爱者在你心中，
有赞美之歌在你的唇上。

——〔黎巴嫩〕纪伯伦

XinLing GanQuan



世界上最开心的事情

它那么坚强不屈，春来生机勃勃，秋到硕果累累。

——【黎巴嫩】纪伯伦

责任编辑 /赵增越

图书在版编目(CIP)数据

心灵甘泉/刘桃主编. -北京:中国档案出版社,
2004.5

ISBN 7-80166-417-5

I. 心… II. 刘… III. 散文-作品集-世界
IV. I16

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2004)第 026119 号

XIN LING GAN QUAN

出版/中国档案出版社(北京市西城区丰盛胡同 21 号)

发行/新华书店北京发行所

印刷/北京密云红光印刷厂

规格/880×1230 1/32 印张/26 字数 580 千字

版次/2004 年 5 月第 1 版 2004 年 5 月第 1 次印刷

定价 45.00 元(全套三册)

主编声明

这套《心灵甘泉》珍藏丛书由于时间仓促及手头资料所限,无法和每一位原作者都联系上。按规定出书之前著作权人和出版社签订出版合同,短时间内联系实在困难,首先致歉。为此请原作者见书后及时和我联系,以便及时寄样书和付稿酬。

地址:北京大学勺园邮件室 邮编:100817

刘 桃 (收)



目 录

一堂阅读课	沙漠 / 1
改变一生的邂逅	约翰·德马蒂尼 / 5
老姬的世外桃源	卢奇志 编译 / 8
安妥那片蔚蓝	章黎子 / 16
世纪供养	陈鹏举 / 18
躲在书后面的孙犁	舒乙 / 21
我为什么生活	罗 素 / 25
不能缺少的人	袁莉 / 27
怎样活着	德谟克利特 / 30
假如我有九条命	余光中 / 32
只要活着	南子 / 36
个人的不幸算什么	谌容 / 39
以出世的精神,过入世的生活	闻秋宏 / 43
飞翔的路上有含泪的风景	潘理宏 / 46
敬畏生命	张晓风 / 50

柏林的玫瑰柏林的雪	杜磊 / 52
世界上最开心的事情	赵婕 / 55
爱因斯坦与孩子们的通信	沈致远 / 62
享受心安理得	朱晓林 / 66
人情与人道	裴重生 / 69
源自职业的温情	郭红 / 73
爱的盛宴	李奥·布斯卡格里亚 / 78
用心与感恩	释证严 / 83
生命常常是如此之美	乔叶 / 86
背影	朱自清 / 90
家书	傅雷 / 93
爱的故事	阿盛 / 95
生活处处有欢乐	丰村 / 102
幸福之杯	胡茄 / 106
快乐的共鸣	罗兰 / 109
一点人情味	艾伯特·P·豪特 / 112
唤起生命的热情	他他 / 114
只有爱才会创造爱	熊光德编译 / 118
11 枝康乃馨	章葭 / 122
爱情物语	周芬伶 / 125
何谓真爱	醉舟 / 129



一天用来爱,一天用来被爱	陈蔚文/131
天使	张枫霞/134
补鞋女	董劲聪/137
来生有约	赵泽华/140
鲜花中的爱	佳迪·库尔特/144
父亲的照片	罗兰/147
爱在左 情在右	杨如雪/153
好想告诉你	吴娟瑜/156
只想听听你的琴声	喻苇/158
逝去的美味	倾倾/160
半张纸	斯特林堡/166
大卫的机遇	霍桑/169
爱美即享受	巴勃罗·德菲特/172
种一株快乐的兰花	陈文杰/175
“幸福公式”	佚名/177
香港:最贵的一棵树	舒乙/179
总有惊喜在等候	黑马白浪/181
少年书滋味	作来/184
无牵无挂的日子	小满/188
冰淇淋的眼泪	彭永强/191
新尺子	吴士芒/193

学问之趣味·····	梁启超/196
随身带上十五个习惯·····	亚萍/201
过年·····	丰子恺/203
把回想留给未来·····	陈冲/212
至死靡他·····	林清玄/218
北大名师片断·····	孙绍振/222
以诗疗伤·····	于旭/227
像您今生爱我一样·····	张曼娟/230
品味春风·····	特里·米勒/236
美与同情·····	丰子恺/238
祭马思聪文·····	徐迟/240
忘掉它·····	艾利森·摩特洛克/244
一张生日支票·····	卡斯伦/248
收藏时光·····	潘向黎/251
唱一首简单的歌·····	罗兰/257





天哪，你们太棒了！你们看，就是伟大的作家也有出错的时候，所以，出错不是什么可怕的事情……

一堂阅读课

上课铃响了，孩子们跑进教室，这节课老师要讲的是《灰姑娘》的故事。

老师先请一个孩子上台给同学讲一讲这个故事。孩子很快讲完了，老师对他表示了感谢，然后开始向全班提问。

老师：你们喜欢故事里面的哪一个？不喜欢哪一个？为什么？

学生：喜欢辛黛瑞拉（灰姑娘），还有王子，不喜欢她的后妈和后妈带来的姐姐。辛黛瑞拉善良、可爱、漂亮……后妈和姐姐对辛黛瑞拉不好。

老师：如果在午夜 12 点的时候，辛黛瑞拉没有来得及跳上她的南瓜马车，你们想一想，可能会出现什么情况？

学生：辛黛瑞拉会变成原来脏脏的样子，穿着破旧的衣服。哎呀，那就惨啦！

老师：所以，你们一定要做一个守时的人，不然就可能给自己带来麻烦。另外，你们看，你们每个人平时都打扮得漂漂亮亮的，千万不要突然邋里邋遢地出现在别人面前，不然你们的朋友要吓着了。女孩子们，你们更要注意，将来你们长大和男孩子约会，要是你不注意，被你的男朋友看到你很难看的样子，他们可能就吓昏了（老师作昏倒状，全班大笑）。

好，下一个问题：如果你是辛黛瑞拉的后妈，你会不会阻止辛黛瑞拉去参加王子的舞会？你们一定要诚实哟！

学生：（过了一会儿，有孩子举手回答）是的，如果我是辛黛瑞拉的后妈，我也会阻止她去参加王子的舞会。

老师：为什么？

学生：因为，因为我爱自己的女儿，希望自己的女儿当上王后。

老师：是的，所以，我们看到的后妈好像都是不好的人，她们只是对别人不够好，可是她们对自己的孩子却很好，你们明白了吗？她们不是坏人，只是她们还不能够像爱自己的孩子一样去爱其他的孩子。

孩子们，下一个问题：辛黛瑞拉的后妈不让她去参加王子的舞会，甚至把门锁起来，她为什么能够去，而且成为舞会上最美丽的姑娘呢？

学生：因为有仙女帮助她，给她漂亮的衣服，还把南瓜变成马



车,把老鼠变成马……

老师:对,你们说得很好!想一想,如果辛黛瑞拉没有得到仙女的帮助,她是不可能去参加舞会的,是不是?

学生:是的!

老师:如果老鼠不愿意帮助她,她可能在最后的时刻成功地跑回家吗?

学生:不会,那样她就可以成功地吓倒王子了。(全班再次大笑)

老师:虽然辛黛瑞拉有仙女帮助她,但是,光有仙女的帮助还不够。所以,孩子们,无论走到哪里,我们都是需要朋友的。我们的朋友不一定是仙女,但是,我们需要他们,我也希望你们有很多很多的朋友。

下面,请你们想一想,如果辛黛瑞拉因为后妈不愿意她参加舞会就放弃了机会,她可能成为王子的新娘吗?

学生:不会!那样的话,她就不会到舞会上,不会被王子看到、认识和爱上她了。

老师:对极了!如果辛黛瑞拉不想参加舞会,就是她的后妈没有阻止,甚至支持她去,也是没有用的,是谁决定她要去参加王子的舞会?

学生:她自己。

老师:所以,孩子们,就是辛黛瑞拉没有妈妈爱她,她的后妈不爱她,这也不能够让她不爱自己。就是因为她爱自己,她才可能去寻找自己希望得到的东西。如果你们当中有人觉得没有人爱,

或者像辛黛瑞拉一样有一个不爱她的后妈，你们要怎么样？

学生：要爱自己！

老师：对，没有一个人可以阻止你爱自己，如果你觉得别人不够爱你，你要加倍地爱自己；如果别人没有给你机会，你应该加倍地给自己机会；如果你们真的爱自己，就会为自己找到自己需要的东西——没有人能够阻止辛黛瑞拉参加王子的舞会，没有人可以阻止辛黛瑞拉当上王后，除了她自己。对不对

学生：是的。

老师：最后一个问题？这个故事有什么不合理的地方？

学生：（过了好一会儿）午夜 12 点以后，所有的东西都要变回原样，可是，辛黛瑞拉的水晶鞋没有变回去。

老师：天哪，你们太棒了！你们看，就是伟大的作家也有出错的时候，所以，出错不是什么可怕的事情。我担保，如果你们当中谁将来要当作家，一定比这个作家更棒！你们相信吗？

孩子们欢呼雀跃。

——这，是美国一所普通小学的一堂阅读课。我当时就在他们当中。

沙漠



“第一,不要从封面来判断一本书的好坏,因为封面有时也会蒙骗你。

第二件事是要学会如何读书。因为这个世界上只有一种东西是别人无法从你的身上拿走的,那就是智慧!”……

改变一生的邂逅

如果一个人,在适当的时候和地方因为一句话而改变了另一个人的人生历程,你会感到惊异吗?然而这是千真万确的,它发生在我14岁那年。

那时,我正在读高中,也许我天生就不是读书的材料,或者是由于我学习不刻苦的缘故,总之,我的成绩真是太差了,因此我不得不中途辍学。我决心要到社会的大风大浪里去闯荡一番。我到处流浪,到处漂泊,痴痴地追寻着我的梦想。我先来到加利福尼亚州,后来又到了夏威夷,并且就在那里住了下来。我要说的这件事就发生在我刚离开得克萨斯州的休斯敦,经由爱坡索前往加利福尼亚州去的旅途中。

那天,在快要进入爱坡索市中心区的时候,我看到有一个老头坐在街道的拐角处,他是一个乞丐。当我就要从他的旁边走过去

时，也许是见我对他熟视无睹，没有向他施舍一两个美元感到不满，或者是对我行色匆匆的样子感到好奇，他竟突然开口向我发问。他问我是不是偷着从家里跑出来的。我想他这么问一定是看我太年轻，觉得我太嫩的缘故。“才不是呢，先生。”我对他说，“是我爸爸开车把我送到休斯敦的高速公路上的，他还为我祈祷，求神保佑。他鼓励我说：‘孩子，学会追寻你的梦想是非常重要的。’”

“噢，是这样的。”那个乞丐听后，点了点头，“我请你喝杯咖啡怎么样？”

于是，我们走进街道拐角处的一家酒吧，面对面地坐在转椅上，一边喝着饮料，一边天南海北地闲聊着。几分钟后，这个面貌和蔼可亲的乞丐对我说，他有些重要的东西要给我看并要与我共同分享。我紧紧地跟在他的后面，穿过了几个街区，来到了市立图书馆。我跟着老乞丐走进了这座神圣而又庄严的知识殿堂。

老乞丐把我带到一张桌子前，让我先坐下来稍等片刻。不一会儿，他腋下夹着几本旧书回来了。他把书放到桌子上，在我身边坐了下来。接着，他打开了话匣子，开始了那改变我一生命运的谈话。

“年轻人，我教你两件事。”他目不转睛地看着我，意味深长地说，“第一，不要从封面来判断一本书的好坏，因为封面有时也会蒙骗你。我敢打赌，你一定认为我是个乞丐，是不是？”

“嗯，是的，先生，我是这么想的。”我坦白地说。

“嗯，年轻人，我就知道你会这么想的。不过，我会让你大吃一



惊的。”他一边说着，一边神秘地笑望着我，“你可能不知道，其实我是这个世界上最富有的人之一，人们梦寐以求的任何东西我几乎都有。”说着，他收敛起笑容，目光也从我的脸上移向了远方，仿佛陷入了回忆之中，“我原来住在东北，凡是金钱能买到的东西，我全都有。但是一年前，我妻子死了，我为她祈祷，请求上帝保佑她的在天之灵。从那以后，我开始追忆过去的岁月，深刻反省人生的意义。我知道，生活是丰富多彩的，而我还有很多东西都没有体验过，比如做一个沿街乞讨的乞丐。于是我决定要做一年的乞丐。就这样，在过去的一年里，我从一个城市流浪到另一个城市，到处漂泊，到处乞讨。”说到这儿，他把目光再次移向我，“所以，年轻人，千万不要以貌取人，否则你会受骗的。”他顿了顿，咽了口唾沫，语重心长地继续说道：“我要教给你的第二件事是要学会如何读书。因为这个世界上只有一种东西是别人无法从你的身上拿走的，那就是智慧！”

说到这儿，他伸出一双肮脏不堪的手握住我的右手，把刚才从书架上找到的书放到了我的手上。那是柏拉图和亚里士多德的著作——已经流传了几千年的不朽的经典。

在我们分别的时候，他再三叮嘱我永远不要忘记他的教诲。

我发誓：我将永远铭记于心。

[美]约翰·德马蒂尼

李威译

她们生活中的至理名言不多，“不可强求”算一条，“得有耐心”算一条，“谋事在人，成事在天”也算一条……

老妪的世外桃源

去年夏天一个炎热的日子里，格瑞特走上了不归路，它将永远离开瓦尔茨家姊妹俩的农院。克拉拉哭了，玛丽在为她祈祷。

格瑞特要到屠宰场去，它只是头母牛，24岁，这是一头奶牛的暮年了，现在它每天只能挤出3升奶。但对克拉拉和玛丽来说，格瑞特是她们的伴侣，是漫长而艰辛的人生的一部分。

整个冬天，每天清晨5点半，当柴炉生起来的时候，牛圈是姊妹俩所拥有的最温暖的地方。春去秋来，克拉拉每天早晨都要从小溪里打来水，在柴炉上为格瑞特烧热后提到牛圈里去，因为它不喝冰凉的水。

整个夏天，玛丽都去割牧草，自己用板车拉回来，格瑞特就有的吃了。有一次，她把一枚发卡掉进刚刚割来的、堆积如山的新鲜



牧草里了，她大海捞针一般找了好久才把发卡找到，为的是不伤着格瑞特。随着格瑞特的离去，姐妹俩感到自己的时日也不多了。

玛丽 84 岁了，妹妹克拉拉 78 岁。她们的磨坊坐落在德国施瓦本地区的阿尔卑斯，磨坊周围的草地是租来的。格瑞特是她们的最后一头牛，以前她们养了 20 多头。现在，几只鸡、一个小花园、去年挣到的钱和每月 200 马克的养老金就是她们的所有财产。当然还有她们赖以生活的锯木坊。

她们自己发电，从小溪中取水。科技进步、网络空间、现代节奏、信息时代，就像深秋南飞的一群大雁在她们头上掠过：她们看到的所有这些东西却没有在她们身边停留，她们也并不因此而悲伤。

有些人听说，在新千年开始的今天，在发达的德国有一对姐妹，生活中没有冰箱、电视和电话，喝的是溪流中的水，烧木炭熨衣服，用水力锯木头，用搓衣板洗衣，就纷纷跑到锯木坊来看新鲜。人也能这样活着！对此他们感到十分惊讶。可是，克拉拉和玛丽只能这样活着，她们的老眼中放射出幸福的光彩。

生活没有给克拉拉和玛丽带来太多。早晨一片抹果酱的面包，中午是苹果加牛奶，晚上偶尔吃个鸡蛋。每十年才添一件新衣服，每天 3 个花环：早晨 5 点半献给幸福的人，中午献给痛苦的人，晚上献给值得称颂的人。星期天照例去教堂，去村里教堂要走上 4 公里。克拉拉 8 点钟去，玛丽 10 点钟去。因为万一锯木坊有