

【小故事珍藏版】

CHICKEN
SOUP
FOR
THE
SOUL

心灵鸡汤

谢胜瑜* 著



贝

涵

青春图书馆
YOUTH LIBRARY

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

宝

贝

涵

珠

谢胜瑜

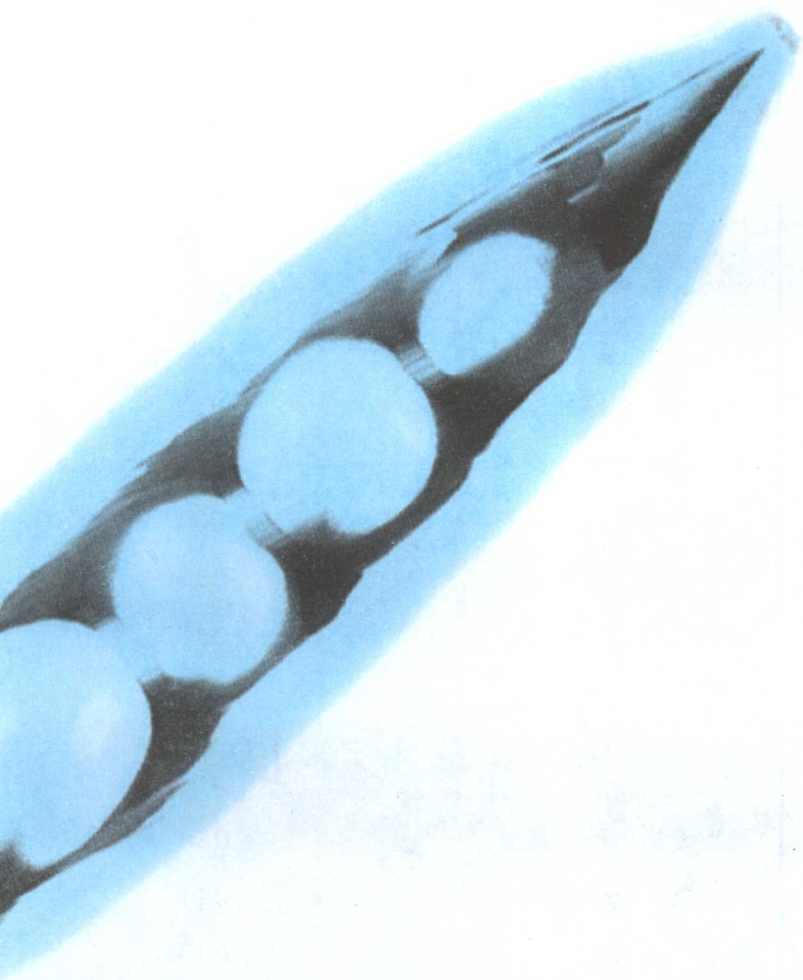
著



湖南文艺出版社



{ 小 故 事 珍 藏 版 }



图书在版编目(CIP)数据

宝贝涵珠/谢胜瑜著,——长沙;

湖南文艺出版社,2004.8

(心灵鸡汤·小故事珍藏版)

ISBN 7-5404-3324-8

I.宝… II.谢… 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062907号

心灵鸡汤·宝贝涵珠·小故事珍藏版

作 者: 谢胜瑜

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 7-5404-3324-8/I.2094

定价: 12.80元

(若有质量问题,请直接与本社出版科联系)

卷一：生存有智慧] 009

哪怕只是一枚硬币	010
迷路的飞虫	012
心灵后院	014
不要被一只蚊子害了	017
“非典”一课	020
到别人伞下去躲雨	023
生命火候	025
什么时候不做翻车鱼	027
长颈鹿的脖子	029
几帧裸体照片，一些人生道理	032
午夜惊险	035
红嘴鸥的生存之道	037

卷二：小事有大理] 037

因为无知，所以埋怨	038
坐在电车上	041
捡拾一地鸡毛	043
进门脱鞋	045
人生就像爬楼梯	046

家门前的学问	049
一颗土豆的作用	051
捷径是在开始的时候绕点弯	053
400万元和1000多个机会	056
一颗子弹能干什么	058
为一片红松林弯道	060
两份“通知”	063

卷三：真爱有密码] 064

总有理由看着火车开走	065
下午四点二十分的饭	067
全是我的，全是我的	070
信任比爱更重	072
所有开始都会有结束	075
没领的工资	080
开在五月的感情花朵	083
枯燥的数字与沉醉的生活	085
错读的广告	087
爱情的速度	090
百格柜里的秘密	093
掌心里的深情	095

特别特别想你的时候	097
碰上爱情或者鬼	099
给爱一个好的布景	101

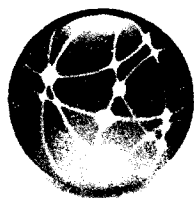
卷四：成功有方法] 103

“黑色记录”与“成功档案”	104
荒芜常常缘于我们拥有太多	107
沧海一粟	109
为生命画一片树叶	111
人生七百字	113
做人的光辉	115
快乐是苦难开出的花朵	117
18岁以后会成功	119
机会是扮好眼下的角色	122
培养对手	124
成功是平凡的细节在岁月里发酵	126
拜驴为师	129
班得瑞的“发迹”	131

卷五 人的价值与尊严]	133
一个山村教师的“欠债”	134
无敌最是抱成团	137
一张纸片昭示的生命奇迹	139
梦想以怎样的方式成真	142
书香弥漫	145
爱的声响	147
中国母亲	149
谎言中的善	151
“二仙膏”的故事	153
纳米人格	155
固执总是缘于厚爱	157

[→小故事珍藏版←]

宝 贝 涵 珠



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。

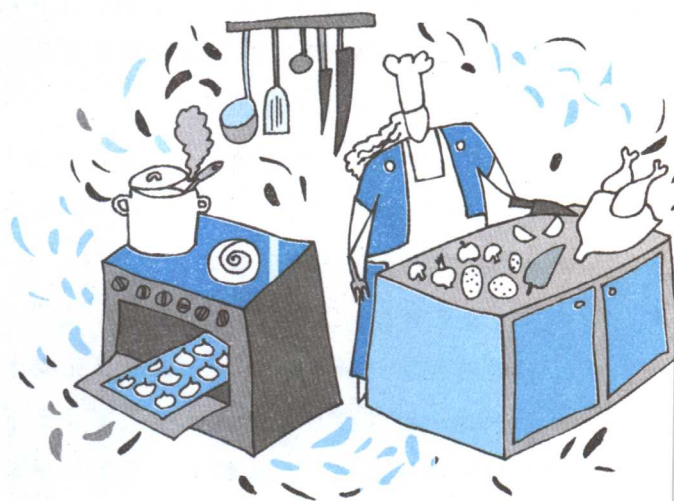
给它以盲目的力量，让它在歇斯底里中咆哮，在狂热中膜拜；给它以生命——死的幻影。

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

Chicken
Soup
For
The
Soul

生存有智慧





只要你把手中的工作做到没有人比自己更合适。

阿欣大学生毕业后有幸来到一家世界著名公司中国分部工作。在那现代又洁净的写字楼里，在那藏龙卧虎的地方，她的工作不过是抹抹桌子、接接电话、发发传真这么一些琐碎小事。而她的同事，都是一些血气方刚、趾高气扬的家伙。这些人不是博士就是硕士，他们瞧电脑时神情很专注，而从她跟前走过的时候，却很少拿正眼瞧她。

她为此总是感到焦虑而又自卑。尤其是最近，同事们的言行越来越WTO了，这更让她感觉自己在这么个人才济济的大公司里简直是毫无用处。

对前途忧心忡忡的她每天要等所有的人都下班后清扫完办公室，关好电灯，然后才能去挤公交车回家。因为走得匆忙，她总是忘了备零钱。

公交车是一元投币无人售票车，她总是在快要踏脚上车的时候从口袋里掏出来一把或百元或十元或五元的纸币。这个时候她总是因为找不到零钱而不得不把刚踏上车门的脚收回来，就近换了一元钱的硬币后再等下一趟车。

一枚硬币的面值不大，但拿它去坐公交车，却是又方

便又顺心。

人才其实就是百元，五十元，二十元，十元，五元，两元，一元不等的钱币，面值大小是一种“价值”，而找到一个“恰到好处”的投币口，也是一种“价值”优势。用一元钱去换一百元一张的门票当然是不自量力，但如果本来只需要一元钱就能坐车，人们无论是投一百元，五元，还是两元，这大小都是犯傻。这笔账，企业和人才本身都应算清楚。

有什么必要为自己不是“百元大钞”而焦灼呢？——只要你把手中的工作做到没有人比自己更合适。

阿欣自知不是“百元大钞”。于是，她每天都不忘对自己说：如果你只有一枚硬币，那么，拿它去坐公交车，将没有什么会比它更具竞争力。

迷路的飞虫

对待一只在黑暗中迷路而触痛你的飞虫，只要给他一个光明的方向和一个投奔光明的机会就好了。

012

心灵鸡汤

宝
贝
汤

“六一”儿童节傍晚，陪朋友一家三口去爬白云山。

爬到半山腰的时候，一只飞虫钻进了我左边的耳朵里。虫子像变小的孙悟空一样在耳朵里“嗡嗡”乱叫让我无法忍受，偏偏那飞虫还要在里面左奔右突瞎飞胡撞，弄得整个耳道奇痒无比且钻心地痛。

我呲牙咧嘴，不断地歪头晃脑，钻进耳朵里的飞虫就是不愿出来。被那作恶的虫子扰得无心上山的我决心干掉那只存心跟我过不去的害虫。

我的钥匙串上正好挂着一根银质掏耳小勺，我决定用它“深入虎穴”，立即置“闯祸者”于死地。可就在我小心翼翼地把小掏勺伸入耳孔当口，朋友却拦住了我，说：“你这样做是把飞虫往耳朵深处逼，他拼命地往里面逃命，一旦钻透你那又薄又软的耳膜，那就麻烦大了。”

朋友的话似乎有道理。可我该怎么办？难道我就这么耳阔鼻空任虫飞？

朋友的爱人是做医生的。她建议说：“你可以把头搁在桌子上，往左耳道里倒进去一两滴食油，这样就可以



把飞虫粘住，或者把飞虫憋死。等耳朵里没有动静了，再用少量温水冲洗耳朵，最后要用棉签吸干耳道里的残余水，这样才安全又卫生。”

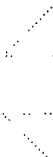
可朋友读小班的女儿琳达却不高兴了，她对她妈妈说：“小飞虫不是存心让叔叔痛的，它一定是在叔叔的耳朵里迷路了。”一会儿，小姑娘又扭头对我说：“叔叔，我有办法了！”

说着，她让我把头低下来，右耳朵贴在石桌上，她自己则站到了石凳上，用她的小电筒对着我的左耳朵笔直地照……

我一时找不到食油、棉签和温开水，也就听任小姑娘摆布。

我的耳朵很快就不痛了。琳达和他的父母惊喜地看到一只飞虫从我的耳孔里飞出，飞到了手电筒的亮光里。

那一天，一个小女孩教给了我们一种最简单、最智慧也最具人性的自救和救人办法——对待一只在黑暗中迷路而触痛你的飞虫，其实人们心里不必只想着惩罚和消灭，只要给他一个光明的方向和一个投奔光明的机会就好了。



在很多时候，“放下”才是健康人生。

无意中在洪昭光的《健康忠告》里读到一则故事：

一个老人刚从国外到深圳去旅游，晚上10点钟准备睡觉。可老有一只蚊子在耳边嗡嗡地叫，他就起身去打蚊子。可60岁的人了，蚊子有那么好打吗？他起身又坐下，坐下又起身，打到凌晨4点钟总算把蚊子打死了。

他又想，他还得再等半个钟头，看客厅里还有没有第二只蚊子。半个钟头后他没有看到第二只蚊子，就睡下了。可兴奋之后他却怎么也睡不着。

他一直在吃降压药，平常每天的血压都在120，那天天亮时一测，却一下升到了196。于是他赶紧吃药，医生告诉他“血压升高时药量可以加倍”，他加倍吃药后还是不管用，就再加倍，结果加到8倍还不行，急忙来到医院打点滴，这才把血压降下来。还好，他的脑子没出血，只是鼻子里出了不少血。

洪医生举这个例子的意思是说：一个人的疾病，在很大程度上受心理影响。对于老人而言，“放下”就是宁静、香甜和美梦。

一只小小的蚊子，搅了老人一夜好梦，血压升了，还差点就脑溢血丢了性命，真的好险！而实际上，一只蚊

子叮一口，如果不是太倒霉，应该不会带来比老人“因兴奋作战而一夜未眠”更深重的危险和灾难，若长远点看，贪婪的蚊子从来就没有什么好结果——它们或被掌击，或被烟熏，或被电烤，或被毒杀，总之“不得好死”是它们迟早的命运。这般想来，高血压老人何不暂时“放下”那只蚊子而安心去睡？

不要被一只蚊子所害！在很多时候，“放下”才是健康人生。

生活中，我们是不是经常会为一只蚊子所扰而不得安宁呢？这只蚊子，也许是你看不顺眼的一个人，也许是听起来不怎么舒服的一句话，也可能是一时让你感到棘手的某件生活小事，还可能是，你对竞争对手的算计或者积怨仇人的报复的担心、害怕，甚至是假想……

是的，我们中的许多人正是被这一只又一只蚊子掳去了太多的精力，破坏了一天的心情，搅了一夜的美梦，甚至带来一生的困扰和厄运。

为“一只蚊子”而寝食不安，而耿耿于怀，而殚精竭虑，而愤世嫉俗，为盘旋在自己身边、甚至是自己脑海中假想的“一只蚊子”而战——这是差点让老人命断黄泉的一个平常夜晚，也是人世间最常见的一个人的一生。