

精品文摘

向前跨进，
再向前跨进一步，
每一步都是不一样的风景。

一步一 人生

选编◎求真

一招走错，
满盘皆输，
劝君慎行之。



民主与建设出版社

一步一人生

YI BU YI REN SHENG

求真选编



民主与建设出版社

图书在版编目(CIP)数据

一步一人生 / 求真选编. — 北京: 民主与建设出版社,

2014.9

ISBN 978-7-5139-0434-6

I. ①一… II. ①求… III. ①人生哲学—通俗读物

IV. ①B821-49

中国版本图书馆CIP数据核字(2014)第191538号

© 民主与建设出版社, 2014

出 版 人 许久文

责任编辑 王 颂

策 划 学海伟业

装帧设计 李俏丹

出版发行 民主与建设出版社

电 话 (010) 59419778 59417745

社 址 北京市朝阳区曙光西里甲六号院时间国际8号楼北楼306室

邮 编 100028

印 刷 北京建泰印刷有限公司

成品尺寸 710mm × 1000mm

印 张 14

字 数 180千字

版 次 2015年1月第1版, 2015年1月第1次印刷

书 号 ISBN 978-7-5139-0434-6

定 价 25.00 元

注: 如有印、装质量问题, 请与出版社联系。



目录

CONTENTS



第一章 抓住生命的拐点

奖励与施舍	王旭日	2
瓦罐里的宽容	张良田	4
购买父亲的一小时	杨维文	6
种下一棵树的诺贝尔奖	陶乐天	8
熬过才能飞翔	林其贤	10
别拒绝他人的好意	欧楚生	11
在脸上开出一朵花	周玉婷	12
为爷爷长的手指	[美] 卡宾·威尔逊	14
安琪拉的“不”	王云贵	16
多年之后，我们成了你	萱草	18
生死攸关见责任	苏烟雨	21
助人的最高境界	孙台望	25
哈里回来了	[美] 里贝里	27
抓住生命的拐点	向南	30
三个病人	春光明媚	32
那盆迷迭香	荆棘鸟	33



第二章 一步一人生

上清华的秘诀	简答	37
人生太短	尚文涛	39
放弃北大的成功	窦思雨	40
幸福在等待	辜春生	42
父亲的处罚	鲁山	45
权贵的虚荣	马超林	46
欣赏别人的拥有	张铁军	47
成功的两条原则	王建军	48
狐之路	卢光耀	50
一步一人生	黄渊闻	52
没有什么是做不到的	[美] 罗伦·霍桑	53
把斧子卖给总统	乔新思	55
唯有品格最重要	宋进	57
追求生命的真实	周星峰	59
穿越大洋的思念	蒲松年	61
一只手鼓掌	[美] 汤姆·韩塞尔	63
土拨鼠的食物	范卫新	64
奇特的赠品	云愁	66
替补只会“踩单车”	李俊良	68
不要失去希望之灯	天河之水	69
上帝的玩笑	[美] 伊诺德·库珀	71



第三章 美丽的定格

爱的守候	李永军	74
别让他低头弯腰	张立新	77
狼之爱	许和	79
感情账本	袁响	81
对“朋友”的最好解释	沈曼文	83
祖母的名片	郭岚	85
从不笑的妈妈	丁玲	87
20英里	[美] 贾森·卡罗	89
与父亲的战争	李菲	91
你是我喜欢的人	刘莉	95
美丽的定格	郑浩	98
比镯子更值钱的是青春	李文喜	101
一头麝的赴死计划	范云	103
大山和大学	孔燕飞	106
最完美的圣诞节	韩丽普	109

第四章 常怀感恩之心

让善良长存	刘云伟	113
走自己喜欢的路	虫儿飞	115
只有靠自己	张智	116
信念的力量	冲天炮	117
小乞丐的万寿菊	[美] 弗朗西斯	119
半截牙签也能发热	张成	121



帮助别人，就是帮助自己	蔡志胤	124
常怀感恩之心	袁析	125
不能分享的痛苦	李丰	127
换一种方式	杨亚青	129
最后一抹晚霞	[蒙古] 舍·旺齐莱	131
弯腰和昂头	秦玉	134
不该孤独地死去	高尚	136
一杯冰红茶的温暖	张秋华	138
歉疚	宁静	139
生活的本身	郭君言	141
上善若水	陈乐东	143

第五章 你的微笑很美

小仲马的高度	刘毅	146
保留一双反省的眼睛	林不乐	147
树立信心的老鼠	黄川岳	150
自私的代价	尹皓	152
机会就在纵身一跃间	绿萝	153
梦想比条件更重要	[美] 加西亚·斯图尔特	154
乞丐的慷慨	[美] 沃尔特·詹姆斯	156
千米血路	陆高庄	158
我喜欢她	樊雪花	160
绝不可犹豫不决	气场人	162
快乐和幸福的秘密	鲁卫华	163
你的微笑很美	[英] 桑那·罗	165

善之花开
收听午夜广播的老人
带往天堂的白玫瑰
别让自己变成黑炭头
半壶沙子
别放错了宝石的位置

肖立人 168
土豆泥 170
[美] 威廉姆斯·科贝尔 172
向西 174
周叶青 175
易锦荣 177



第六章 绝境处的挣扎

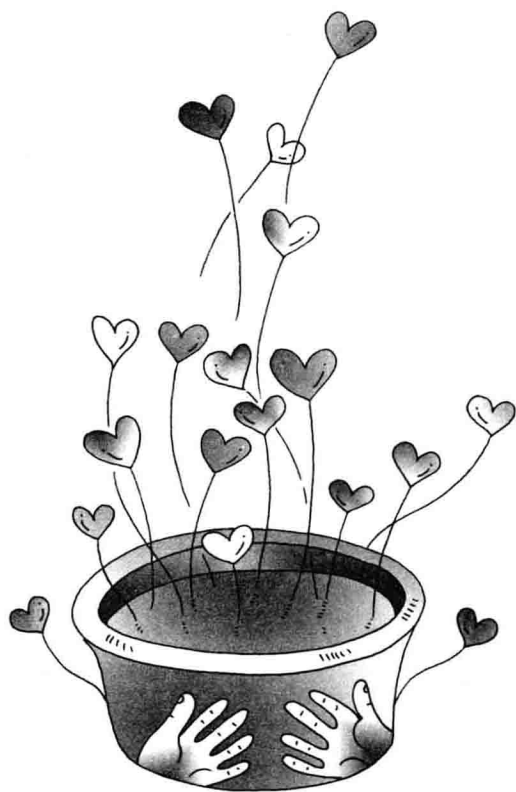
爱的姿势
绝境处的挣扎
鹰的重生
他一生的幸福
爱的表达式
爱得深，伤得深
母亲买鸡蛋
帮母亲穿一根针
最伟大的父亲
王英俊，我爱你
你那么孤单
生命之缸
挂在心上的小未来
几辈子的爱情

杨云龙 180
李聪敏 182
庄会侠 183
碧如春 184
[日] 熊谷和美 190
强子 192
茉莉卡 194
李晨亮 196
[美] 韦伯·克鲁兹 197
王书杰 200
紫衣 204
陈晓薇 208
风雨楼 210
朱梓桑 213



第一章

抓住生命的拐点



奖励与施舍

王旭日

学校聘请了一位外籍教师教学生口语。我与外教在一个办公室，相处的日子久了，便发现一个特点：总有学生给老外送礼物，但很少见老外主动给别人送礼物。

一次，老外买回一大袋小地球仪，准备当奖品发给学生。一个老师的小孩看见了，便想让老外送一个玩玩。老外不肯，小孩就把当老师的母亲请来。同事不好意思开口，便让我“代劳”。

我对老外说：这是本校老师的孩子，你送他一个吧，反正你的地球仪最后都要送出去的。

老外仍是不肯。

我“开导”老外道：中国是礼仪之邦，中国人讲究一个“情”字，送礼是联络感情的一个重要方式，你在中国任教，就要入乡随俗。一个小地球仪不值什么钱，但作为礼品送出去，那就是礼轻情义重。

到这个份上，老外仍坚定地摇着头。

我生气道：你真不给面子，一个小地球仪值多少钱？现在，人家求到我，你不给，人家会认为是我没尽力。

老外想了想，说：“你让那小孩说五个单词，我就给他一个。”

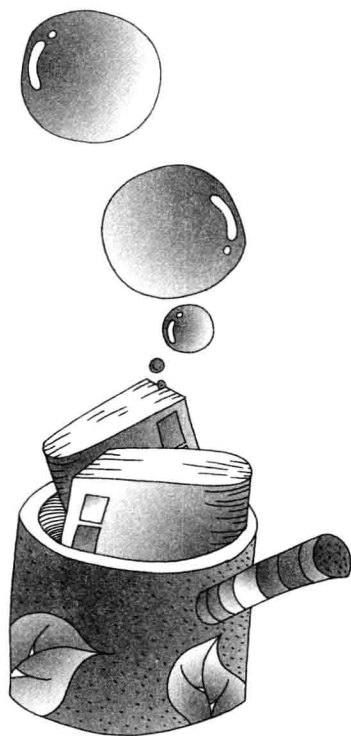
这不是成心为难人吗？一个上幼儿园的小孩，哪会说什么英语？但是，既然老外肯送了，那就赶紧想办法吧。好在小孩很伶俐，一教就会，不到五分钟，五个英语单词全会说了。老外除了白送一个地球仪，还高兴地低下头，亲了亲小孩的脸蛋。

这让我很纳闷：与其如此，何必当初？我问老外为什么要这样做？

他说：白送东西给人，是对人的一种侮辱。因为，“送”的意味是施

舍，即把对方当成乞丐；而那小孩很可爱，绝不应该侮辱他。只有在别人取得了成绩时，我们才能把东西奖给他，这是对人的一种鼓励。作为一个教师永远只能“奖”，而不能“送”，否则，就违背了一个教育工作者应该坚守的准则。

我的心里，一下子装满了敬意。



瓦罐里的宽容

张良田

一位朋友谈了这么一段经历让我经久难忘。

20多年前，他上乡中学时，各方面的表现都比较优秀，但家境困难，每次交几元钱的学费，都要跟家里哭闹一场。一次又要交书费，可家里实在没钱了。恰巧他发现一位老师的抽屉里有10元钱，便顺手牵羊拿走了。当时的10元钱还算一笔不小的数目。钱丢后，学校很重视，他的班主任——刘老师，当时刚升任校长，通过调查，知道钱是他拿的。不过刘老师没有单独找他，更没有当众公开。而是借题发挥，对全校进行教育，在一次师生大会上，刘老师说：

“钱，我们已经知道是谁拿了。相信这位同学是一时糊涂，做了错事。现在他一定很后悔，只要知错就改，就是好同学。我们全体师生也都会欢迎他，并为他高兴的。大家说，是不是？”“是！”同学们异口同声地回答……

为了“治病救人”，也为了让全体同学都能吸取教训，刘老师让大家都好好地反省一下自己过去的缺点和错误，还别出心裁地搬出了自己家盛面的瓦罐，放在办公桌上。第二天自习课上，让大家排着队，要求手插在兜里，依次进入办公室，不许向瓦罐里面看，只能抽出手来，把拿的钱，或自己过去的缺点、错误，一起丢到里面去，从此忘掉过去，好好学习，争做优秀学生……事后，听说瓦罐里不仅有他丢进的10元钱，还有别人放的一支钢笔、一把小刀……

钱丢了进去，也丢下了他心头的石头，可书费又没了着落。收书费时他没交钱，他已做好了休学的准备……

发新书的那天，刘老师搬来一摞新书，拍着他的肩头说：“书费我给

你垫上了，好好学吧！”听到这儿，他竟流下了眼泪。

是啊！人谁没有说错话、做错事儿的时候？当做错而知错时，我们多么渴望周围的人们多一份宽厚、仁爱之心，多一点“瓦罐式”的宽容，给我们一次改过的机会！我们多么不希望人们当众抓破我们的脸皮，墙倒众人推，使我们再也没有勇气见人，再没法做人。



购买父亲的一小时

杨维文

一位爸爸下班回到家很晚了，很累并有点烦，发现他5岁的儿子靠在门旁等他。“我可以问你一个问题吗？”

“什么问题？”

“爸爸，你1小时可以赚多少钱？”

“这与你无关，你为什么问这个问题？”父亲生气地说。

“我只是想知道，请告诉我，你1小时赚多少钱？”小孩哀求。

“假如你一定要知道的话，我1小时赚20美金。”

“喔，”小孩低下了头，接着又说，“爸，可以借我10美金吗？”

父亲发怒了：“如果你问这问题只是要借钱去买毫无意义的玩具的话，给我回到你的房间并上床，好好想想为什么你会那么自私。我每天长时间辛苦工作着，没时间和你玩小孩子的游戏。”

小孩安静地回自己房间并关上门。

父亲坐下来还生气。约一个小时候，他平静下来了，开始想着他可能对孩子太凶了——或许孩子真的很想买什么东西，再说他平时很少要过钱。

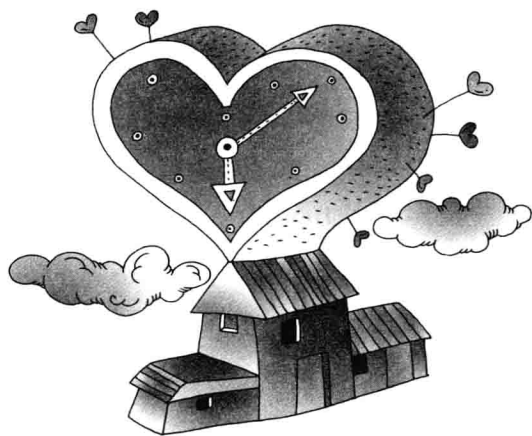
父亲走进小孩的房间：“你睡了吗，孩子？”“爸，还没，我还醒着。”小孩回答。

“我刚刚可能对你太凶了，”父亲说，“我将今天的气都爆发出来了——这是你要的10美金。”

“爸，谢谢你。”小孩欢叫着从枕头下拿出一些被弄皱的钞票，慢慢地数着。

“为什么你已经有钱了还要？”父亲生气地说。

“因为这之前不够，但我现在足够了。”小孩回答，“爸，我现在有20块钱了，我可以向你买一个小时的时间吗？明天请早一点回家——我想和你一起吃晚餐。”



种下一棵树的诺贝尔奖

陶乐天

获得诺贝尔奖，对于一个人来说，这是多么崇高而难以企及的人生目标。但是，有谁相信，因为在自己家的后院里栽了9棵树而获得诺贝尔和平奖的事吗？

马塔伊，一个出身贫寒的肯尼亚妇女，无论是她普通的父母还是她本人，做梦也没有想到，就是因为她1977年最初在自己家的后院里栽下了9棵树，而萌生了创立绿色环保组织“绿带运动”，在整个非洲发起广泛的植树运动，从而走上2004年的诺贝尔奖金颁奖台，获得当年诺贝尔和平奖，成为自1901年诺贝尔奖金设立以来，首位获此殊荣的非洲女性！也是世界上第12位获此殊荣的女性。她是继南非前总统曼德拉、联合国秘书长安南之后赢得这一荣誉的第7位非洲人。

2001年，在诺贝尔奖诞辰100周年之际，诺贝尔委员会把和平奖范围扩大到环保、文化、新闻等领域，表彰马塔伊是诺贝尔和平奖获得者，这是首次颁发给环保领域人士。

马塔伊从1977年开始在肯尼亚领导植树造林的“绿带运动”。30多年中，她坚持不懈地动员贫穷的非洲妇女在肯尼亚及非洲其他地区种植了3000多万棵树。马塔伊在194名候选人中被选定为诺贝尔和平奖得主，诺贝尔奖评委会指出，马塔伊为保护生态环境和可持续发展作出了贡献，不少国家借鉴她的植树环保做法，她的斐然业绩激励着非洲人民为可持续发展、民主与和平而斗争。

马塔伊1940年生于肯尼亚的一个小村庄，小时候家乡周围是绿色的群山和种植园，她那时候是个再平常不过的普通女孩子。但是她十分刻苦，学习成绩一直十分优异，1960年被肯尼亚政府送到美国留学。留学归国以后的



马塔伊，目睹因为毫无节制的砍伐而失去绿色的国土，内心充满痛苦。肯尼亚的森林覆盖率不足2%，森林资源的日益匮乏正在导致无数的家庭面临干旱和贫困。在肯尼亚，妇女们的工作就是拣拾柴火，早上带着一把小斧头出门，拾够了柴火就回家做饭。肯尼亚妇女被称为一个个“砍树者”。

她深深担忧，生态环境的恶化正在给肯尼亚和整个非洲带来灾难性的影响。她动员自己的家人，就从自己的家园开始，重建肯尼亚的绿色！她在媒体撰写文章，号召妇女从“砍树者”变成“植树者”。

她做的第一件事，就是动员自己的家人同自己一起在自己家的后院栽了9棵树。接着，她宣布成立环保组织“绿带运动”，她叫来了附近的妇女，邀请大家一起参加，希望每一个妇女都成为这个组织的成员，同她一起与非洲大陆日益猖獗的乱砍滥伐活动作斗争。

“栽一棵树难吗？”她在每次的演讲当中都这样问她的女性同胞。“这不过是举手之劳，我们为什么不呢？”她动情的演说常常令听者流泪。

因为同破坏环境的砍伐者作斗争，她曾经入狱并遭受到死亡的威胁，但是她没有放弃。

越来越多的妇女和学生加入到了她们的行列之中，绿色从她的家蔓延到她的村子，蔓延到一个县，一个省，蔓延到整个肯尼亚，又蔓延到整个非洲！自1977年起，“绿带运动”一直是非洲最重要和最有成效的植树造林工程。

栽一棵树，我们任何人都可以做到的举手之劳，非洲黑人妇女马塔伊却演绎出了壮丽的人生画卷。