



新黑马阅读[®]

全国68所教师进修学校推荐用书

感恩生活

教育部《语文新课程标准》推荐篇目

顾令莉 / 主编



名师解读版

- ★ 课标篇目全部收录
- ★ 专家名师全程助读
- ★ 阅读写作全面提升
- ★ 真题模拟全能演练

吉林出版集团 吉林出版

感恩生活

教育部《语文新课程标准》推荐篇目

顾令莉 / 主编

吉林大學出版社

图书在版编目(CIP)数据

感恩生活 / 顾令莉主编. — 长春: 吉林大学出版社, 2013.6
(新黑马阅读)

ISBN 978-7-5601-9880-4

I. ①感… II. ①顾… III. ①故事—作品集—世界 IV. ①I14

中国版本图书馆CIP数据核字(2013)第076693号

[新黑马阅读]

感恩生活

作者: 顾令莉 主编

责任编辑: 李国宏

吉林大学出版社出版、发行

开本: 787 × 1092 毫米 1/16

印张: 11.75 字数: 210千字

ISBN 978-7-5601-9880-4

版权所有 翻印必究

社址: 长春市明德路501号 邮编: 130021

发行部电话: 0431-89580026/28/29

封面设计: 刘瑜

延边星月印刷有限公司 印刷

2013年6月第1版

2013年8月 第2次印刷

定价: 18.80元

网址: <http://www.jlup.com.cn> E-mail: jlup@mail.jlu.edu.cn



前 言

感恩，是心灵里开出一株花，“感”是茎叶，“恩”是花朵。人人心存感恩，心灵便百花满园，世间便处处花香。

感恩父母，给了我们奇妙无比的生命，从呱呱坠地到走向成熟，伴随着父爱和母爱的阳光雨露。父爱，似一坛陈年老酒，历久弥香，醇厚绵长。母爱，似一首江南吴歌，柔和婉润，萦绕心田。感恩父母，让我们拥有绚丽多彩的人生，在泪水中映照欢笑，在挫折时拥有勇气，在成功后继续前行。

感恩老师，给予我们翱翔穹宇的翅膀，从懵懂顽童到天骄之子，伴随着每届老师的春风化雨般的爱。一段师爱，就是一段心灵深处的洗礼，似拂尘清扫尘埃，让我们如醍醐灌顶，甘露洒心。一段师爱，就是一段刻骨铭心的记忆，任时间雕刻岁月，花开花落更珍惜。感恩老师，甘做人梯，翘首等待花开的时节。

感恩朋友，给予我们高山流水的情谊，从管鲍之交到桃园结义，伴随着人性之间的完美特质。一种友情如大海，波澜壮阔，感天动地。一种友情如小溪，细水长流，滋润心田。一种友情如磐石，历经风雨，依然屹立。一种友情如水滴，以柔克刚，滴水穿石。友情如细雨，绵绵惬意，友情如春风，唤醒大地。

感恩生活，给予我们酸甜苦辣的滋味。从萍水相逢到相熟相知，伴随着人生舞台的千姿百态。感恩生活，给予磨练，才使生命的春光美丽无比。感恩生活，给予挫折，才使折断的翅膀续接希望。感恩生活，给予梦想，才让生命的尽头永远拥有曙光。感恩生活，给予美好，才使心中处处是天堂。

感恩社会，给予我们火炼水淬地锻造，从人间大爱到一个微笑，伴随着多少海纳百川的情怀关照。感恩社会，给予我们仁爱，让生活处处可见花开。感恩社会，给予我们团结，让我们的生活少些争吵和冷漠。感恩社会，给予我们温暖，让大雪



纷纷的夜晚不再孤单。感恩社会，给予我们理解，让人生永远得到关爱。

感恩自然，给予我们赖以生存的环境，从凄凄芳草到苍穹雄鹰，呈现出生生不息的自然胜景。感恩自然，给予我们无私的馈赠，从天空到大地，从湖泊到海洋，包罗万象。感恩自然，给予我们心灵的惩罚，从羚羊的跪拜到骆驼的眼泪，从动物诱杀到美国黑风暴，让我们认识到人和自然的和谐之道。

学会感恩，人生之道。

编者



目录

第一辑 翻过那堵墙，自己去摘

生活中处处存在“一堵墙”，这堵墙是我们做事的障碍，是心里的坎儿，面对“高墙”，很多人会畏惧、退缩，会担心爬不上去，会害怕摔伤。这个时候，需要一种勇气，一种破釜沉舟、无所畏惧的勇气，每翻过“一堵墙”，你的人生便会因此而熠熠生辉。

- ✧把你的梦想交给自己..... 2
- ✧抱抱法官..... 4
- ✧背影..... 7
- ✧不要用想象给自己制造困难..... 9
- ✧菜刀劈路，挽救 60 条生命..... 12
- ✧初三男孩手刨 4 小时救出女生..... 14
- ✧匆匆..... 16
- ✧对必然之事，且轻快地加以承受..... 18
- ✧翻过那堵墙，自己去摘..... 21
- ✧富有的穷人..... 24
- ✧改变一生的闪念..... 26

第二辑 活着，其实有很多方式

人生有美好的愿望本无可厚非，但有的人沉醉于未来，耽于空想，将美好的光

阴浪费在徘徊与空虚之中，却把责任归罪于坎坷的命运。然而有的人将美好的理想细化成一个个小小的目标，一步步扎扎实实，一天天循序渐进，终于在未来的某一天，到达了人生的远方。其实，生活有很多方式。

感恩	30
给生命配乐	33
给予树	36
沟通要扣住实质	38
孤独不哭	40
河对岸人家	43
活在今天的方格中	47
活着，其实有很多方式	49
己所欲，施于人	52
记住更多人的名字	55
价值 20 美金的时间	58

第三辑 人的一生到底在追求什么



人生由无数的追求与选择组成，我们可以追求生存，也可以选择死亡；我们可以追求自信，也可以选择自卑；我们可以追求高兴，也可以选择悲伤；我们可以追求阳光明媚，也可以选择阴雨连绵。正确的追求会给我们带来快乐，让周围的人也感受到幸福；错误的选择，则会使自己的人生黯淡。

借你一个微笑	61
尽力而为还不够	64
梦想与现实的差别	67
你两个选择	70
哦！冬夜的灯光	73
平民子弟的生日	75
穷人最缺少的是什么	78



✧让我长大的一句话	80
✧人的一生到底在追求什么	83
✧如果有个柠檬，就做柠檬水	85

第四辑 失败了再爬起来



磕绊是任何人所不能避免的，正如风吹雨淋的杨柳一样，只有经历了风雪的严寒，雷雨的摧残，才能茁壮挺拔，所以不要为自己无法站在人生舞台的中心而悲伤，只有悲伤过，才能大步向前，蔷薇有蔷薇的美丽芬芳，蒲公英有蒲公英的质朴高远，勇敢地站起来，你就要成功了。

✧善举的回报	88
✧善良也是一种罪过吗	91
✧身后的眼睛	93
✧生命的滋味	96
✧生命是井	99
✧失败了再爬起来	102
✧是天堂也是地狱	105
✧苏格拉底与失恋者的对话	109
✧所有的花儿都是美丽的	112
✧桃花开	114
✧淘金者的故事	116

第五辑 信念是一面旗帜



给自己树立一面旗帜，然后不遗余力地朝着旗帜前进。只要坚定一个信念，心中的希望就不会破灭，相信自己一定能够达到目标。信念看起来似乎微乎其微，然而它可以转化成内心巨大的力量，只要坚持下去，它的力量就会一天天强大起来，足以转变你的人生。





见微知著	119
天价微笑	122
铁钉、战马与王朝	124
突围的精神	126
完善每一个细节	129
小举动赢得大成就	131
小鸟，你飞向何方	133
信念是一面旗帜	138
雪山脚下的都市女教师	140
一杯鲜奶	145
一双球鞋	147

第六辑 最优秀的是你自己



因为不自信，我们曾经放弃了多少近在咫尺的梦想；因为不自信，我们曾经失去了多少稍纵即逝的良机；因为不自信，我们曾经错过了多少一览众山小的辉煌。你可以不相信他人，别人也可以不相信你，但重要的是自己要相信自己。生命中有些事我们无法掌控，但面对能够把握的事时，我们要勇敢地对自己说：“我可以。”

英雄不问出处	151
再加两个苹果	153
在“羞辱”中奋起	156
在最不经意的小处跌倒	158
战胜厄运的孩子	160
这时候你才算长大	162
真情无言	165
正视别人的批评	168
只要你认为可能	171
最后的善良	175
最优秀的是你自己	177

第一辑 翻过那堵墙，自己去摘



生活中处处存在“一堵墙”，这堵墙是我们做事的障碍，是心里的坎儿，面对“高墙”，很多人会畏惧，退缩，会担心爬不上去，会害怕摔伤。这个时候，需要一种勇气，一种破釜沉舟、无所畏惧的勇气，每翻过“一堵墙”，你的人生便会因此而熠熠生辉。



那一瞬间，我突然明白，那张床不属于我，这样得来的梦想是短暂的。我应该远离它，我要把自己的梦想交给自己，去寻找真正属于我的那张床！现在我终于找到了。

把你的梦想交给自己

19世纪初，美国一座偏远的小镇里住着一位远近闻名的富商，富商有个19岁的儿子叫伯杰。

一天晚餐后，伯杰欣赏着深秋美妙的月色。突然，他看见窗外的街灯下站着一个和他年龄相仿的青年，那青年身着一件破旧的外套，清瘦的身材显得很羸弱。

他走下楼去，问那青年为何长时间地站在这里。

青年满怀忧郁地对伯杰说：“我有一个梦想，就是自己能拥有一间宁静的公寓，晚饭后能站在窗前欣赏美妙的月色。可是这些对我来说简直太遥远了。”

伯杰说：“那么请你告诉我，离你最近的梦想是什么？”

“我现在的梦想，就是能够躺在一张宽敞的床上舒服地睡上一觉。”

伯杰拍了拍他的肩膀说：“朋友，今天晚上我可以让你梦想成真。”于是，伯杰领着他走进了富丽堂皇的公寓。然后把他带到自己的房间，指着那张豪华的软床说：“这是我的卧室，睡在这儿，保证像天堂一样舒适。”

第二天清晨，伯杰早早就起床了。他轻轻推开自己卧室的门，却发现床上的一切都整整齐齐，分明没有人睡过。伯杰疑惑地走到花园里。他发现，那个青年人正躺在花园的一条长椅上甜甜地睡着。

伯杰叫醒了他，不解地问：“你为什么睡在这里？”

青年笑笑说：“你给我这些已经足够了，谢谢。”说完，青年头也不回地走了。

30年后的一天，伯杰突然收到一封精美的请柬，一位自称是他“30年前的朋友”的男士邀请他参加一个湖边度假村的落成庆典。

在这里，他不仅领略了眼前典雅的建筑，也见到了众多社会名流。接着，他看到了即兴发言的庄园主。

“今天，我首先感谢的就是在我成功的路上，第一个帮助我的人。他就是我30前的朋友——伯杰！”说着，他在众多人的掌声中，径直走到伯杰面前，紧紧地拥



抱他。

此时，伯杰才恍然大悟。眼前这位名声显赫的大亨特纳，原来就是30年前那位贫困的青年。

酒会上，那位名叫特纳的“青年”对伯杰说：“当你把我带进卧室的时候，我真不敢相信梦想就在眼前。那一瞬间，我突然明白，那张床不属于我，这样得来的梦想是短暂的。我应该远离它，我要把自己的梦想交给自己，去寻找真正属于我的那张床！现在我终于找到了。”

感恩寄语

每个人都有梦想，特纳也不例外，但他的梦想开始只停留于幻想，只停留于无法得到的自怨自艾。直到他遇到了善良的伯杰，直到他走进了伯杰富丽堂皇的公寓，豪华的卧室……

自己的梦想在别人看来也许微不足道，别人伸出援助之手就能让自己的梦想在短期内轻易实现，青年可以接受伯杰的好意，睡在伯杰为他准备好的舒适大床上，然后用一生的时光来回忆这美好的记忆。但是他没有这样做，他幡然醒悟，他终于懂得了自己想要的是什么。他突然明白了，自己想要的并不是短暂的梦想，自己的梦想终究要靠自己实现，他做到了。

梦想与现实存在很大的差距，而如何缩短它在于我们付出多少努力。不要依靠别人的施舍，要是自己不懈地奋斗。其实伯杰并没有帮助特纳什么，他只是用善良向特纳展示了真实的梦想之地，给了他奋斗的力量和勇气。伯杰的豪华卧室，是特纳开始奋斗的真实起点。



让别人的生命有一点不同，有一点亮光是何等简单啊！

抱抱法官

杰克·坎菲尔、马克·汉森

里夏普洛是个法官，现在他已经退休了。里夏普洛从小就是个很有爱心的人。从小到大，他做任何事情总是以爱为前提，因为他知道爱是最伟大的力量。因此他总是拥抱别人。他的大学同学给他取了“抱抱法官”的绰号。甚至在他车子的保险杠上都写着：“别烦我！拥抱我！”

大约6年前，他发明了一个叫做“拥抱装备”的东西。外面写着：“一颗心换一个拥抱。”里面则包含30个背后可贴的刺绣小红心。他常带着“拥抱装备”到人群中，用一个红心，换一个拥抱。

里夏普洛也因此出了名，于是有许多人邀请他到相关的会议或大会上做演讲，他总是把“无条件的爱”这一理念分享给大家。在洛杉矶举行的一次会议中，有的媒体向他提出质疑：“拥抱参加会议的人，当然很容易，因为他们是自己选择参加的，但这在现实生活中是行不通的。也许没有人愿意接受你的拥抱。”

他们要求里夏普洛能在洛杉矶街头拥抱路人。里夏普洛答应了媒体的要求，大批的电视工作人员，追随着里夏普洛到街头进行探访。首先里夏普洛向经过的妇女打招呼：“你好，我是里夏普洛，大家叫我‘抱抱法官’。我是否可以用这些爱心和你换一个拥抱呢？”妇女欣然同意了，地方新闻的评论员则觉得这太简单了。里夏普洛在马路上看四周，他看到一个女交通警察，正在给一辆宝马的车主开罚单。里夏普洛微笑地走上前去，所有的摄影机紧紧跟在后面，想拍下接下来将要发生的一切。里夏普洛从容不迫地对交通警察说：“你看起来像需要一个拥抱，我是‘抱抱法官’，可以免费奉送一个拥抱，来抚平你生气的心情。”那女警接受了。

那位电视时事评论员出了最后的难题：“看，那边来了一辆公共汽车。大家都知道，洛杉矶的公共汽车司机最难缠，爱发牢骚，脾气又坏。让我们看看你能不能从司机身上得到拥抱？”里夏普洛毅然接受了这项挑战。

当公车停靠到路旁时，里夏普洛开始跟车上的司机攀谈：“你好呀，朋友。我是里夏普洛法官，人家叫我‘抱抱法官’。开车是一项压力很大的工作哦！我今天想拥



抱一些人，好让人能卸下重担，再继续工作。你需不需要一个拥抱呢？”那位身材又高又胖的公车司机离开座位，走下车子，高兴地说：“好啊！”



里夏普洛拥抱了他，还给了他一颗红心，看着车子离开还直说再见。采访的工作人员个个无言以对。最后，那位评论员不得不承认，他服输了。

一天，里夏普洛的朋友南希·詹斯顿来拜访他。她是个职业小丑，身着小丑服装，画着小丑的脸谱。

她来邀请里夏普洛带着“拥抱装备”，一起去残疾之家，探望那里的朋友。

他们到达之后，便开始分发气球、帽子、红心，并且拥抱那里的病人。里夏普洛心里觉得很难过，因为他从没拥抱过临终的病人、严重智障或四肢麻痹的人。刚开始他感到很勉强，但过了一会儿，南希和里夏普洛在医师和护士的鼓励之下，便很快地接受了这项活动。

数小时之后，他们终于来到了最后一个病房。在那里，他看到了这辈子所见过情

况最糟的三十四个人，里夏普洛的情绪顿时变得十分复杂。他们的任务是要将爱心分出去，点亮病人心中的灯火，于是里夏普洛和南希便开始分送欢乐。此时整个房间挤满了被鼓舞的医护人员。他们的领口全贴着小红心，头上还戴着可爱的气球帽。

最后里夏普洛来到最后一个病人里奥·纳德面前。里奥穿着一件白色围兜，神情呆滞地流着口水。里夏普洛看他流着口水时，对南希说：“我们还是把他略过吧，别去管他了！”南希回答：“可是他也是我们的一分子啊！”接着她将滑稽的气球帽放在里奥头上。里夏普洛则是贴了一张小红心在里奥的白色围兜上。他深呼吸一下，弯下腰抱了一下里奥。

突然间，里奥开始哈哈大笑，其他的病人也开始把房间弄得叮当作响。里夏普洛回过头想问医护人员这是怎么回事时，只见所有的医师、护士都喜极而泣。里夏普洛只好问护士长发生了什么事。

里夏普洛永远不会忘记她的回答：“23年来，我们头一次看到里奥笑。”

让别人的生命有一点不同，有一点亮光是何等简单啊！

感恩寄语

一个简单的拥抱，代表着无条件的爱与关怀；一个温柔的拥抱，代表着发自内心的平等与亲切；一个热切的拥抱，代表着对弱者的同情与抚慰。当我们都在对身边习以为常的事情和人们感到麻木时，里夏普洛法官却可以从他们的身上发现好品质，而且发自真心地给了他们拥抱和感谢。

里夏普洛没有做什么轰轰烈烈的大事，却让别人的生命有了一点不同，有了一点亮光。他的实验，让我们懂得了很多人对关怀与抚慰的渴望。里夏普洛以他细小的举动，化解了人们心里的烦恼，缓解了工作的压力，赢得了病人的欢笑。这不是简单的拥抱，因为不是每个人都能展开胸怀，接受别人的苦恼和愤怒。一个小小的拥抱也蕴含着无限情感和对生活的回馈，里夏普洛用爱的力量，改变了人们的生活，在他所到之处都留下了爱的脚印。

让我们不要再怀疑爱的力量，让我们也勇敢地加入到“抱抱族”的行列中来吧！





我看那边月台的栅栏外有几个卖东西的等着顾客。走到那边月台，要穿过铁道，须跳下去又爬上去。父亲是一个胖子，走过去自然要费事些。我本来要去的，他不肯，只好让他去。

背 影

朱自清

我与父亲不相见已二年余了，我最不能忘记的是他的背影。

那年冬天，祖母死了，父亲的差使也交卸了，正是祸不单行的日子。我从北京到徐州，打算跟着父亲奔丧回家。到徐州见着父亲，看见满院狼藉的东西，又想起祖母，不禁簌簌地流下眼泪。父亲说：“事已如此，不必难过，好在天无绝人之路！”

回家变卖典质，父亲还了亏空；又借钱办了丧事。这些日子，家中光景很是惨淡，一半为了丧事，一半为了父亲赋闲。丧事完毕，父亲要到南京谋事，我也要回北京念书，我们便同行。

到南京时，有朋友约去游逛，勾留了一日；第二日上午便须渡江到浦口，下午上车北去。父亲因为事忙，本已说定不送我，叫旅馆里一个熟识的茶房陪我同去。他再三嘱咐茶房，甚是仔细。但他终于不放心，怕茶房不妥帖；颇踌躇了一会。其实我那年已二十岁，北京已来往过两三次，是没有甚么要紧的了。他踌躇了一会，终于决定还是自己送我去。我两三回劝他不必去；他只说：“不要紧，他们去不好！”

我们过了江，进了车站。我买票，他忙着照看行李。行李太多了，得向脚夫行些小费才可过去。他便又忙着和他们讲价钱。我那时真是聪明过分，总觉他说话不大漂亮，非自己插嘴不可。但他终于讲定了价钱；就送我上车。他给我拣定了靠车门的一张椅子；我将他给我做的紫毛大衣铺好座位。他嘱我路上小心，夜里警醒些，不要受凉。又嘱托茶房好好照应我。我心里暗笑他的迂；他们只认得钱，托他们只是白托！而且我这样大年纪的人，难道还不能料理自己吗？唉，我现在想想，那时真是太聪明了！

我说道：“爸爸，你走吧。”他往车外看了看，说：“我买几个橘子去。你就在此地，不要走动。”我看那边月台的栅栏外有几个卖东西的等着顾客。走到那边月台，须穿过铁道，须跳下去又爬上去。父亲是一个胖子，走过去自然要费事些。我本来要去的，他不肯，只好让他去。

我看见他戴着黑布小帽，穿着黑布大马褂，深青布棉袍，蹒跚地走到铁道边，

慢慢探身下去，尚不大难。可是他穿过铁道，要爬上那边月台，就不容易了。他用两手攀着上面，两脚再向上缩；他肥胖的身子向左微倾，显出努力的样子，这时我看见他的背影，我的泪很快地流下来了。我赶紧拭干了泪。怕他看见，也怕别人看见。我再向外看时，他已抱了朱红的橘子往回走了。过铁道时，他先将橘子散放在地上，自己慢慢爬下，再抱起橘子走。到这边时，我赶紧去搀他。他和我走到车上，将橘子一股脑儿放在我的皮大衣上。于是扑扑衣上的泥土，心里很轻松似的。过一会儿说：“我走了，到那边来信！”我望着他走出去。他走了几步，回过头看见我，说：“进去吧，里边没人。”等他的背影混入来来往往的人里，再找不着了，我便进来坐下，我的眼泪又来了。

近几年来，父亲和我都是东奔西走，家中光景是一日不如一日。他少年出外谋生，独立支持，做了许多大事。哪知老境却如此颓唐！他触目伤怀，自然情不能自己。情郁于中，自然要发之于外；家庭琐屑便往往触他之怒。他待我渐渐不同往日。但最近两年的不见，他终于忘却我的不好，只是惦记着我，惦记着我的儿子。我北来后，他写了一信给我，信中说：“我身体平安，唯膀子疼痛厉害，举箸提笔，诸多不便，大约大去之期不远矣。”我读到此处，在晶莹的泪光中，又看见那肥胖的、青布棉袍黑布马褂的背影。唉！我不知何时再能与他相见！

感恩寄语

这是一首感恩的颂歌，质朴含蓄；这是一部爱的交响，真挚热烈。父亲的背影就这样穿越了80多年的时光，停驻在了所有人的心里，令人深思，令人落泪，令人震撼，令人感伤。

我们总是在赞美母爱的无私和伟大，却常常忽略了父亲对儿女的付出。《背影》中的父亲为了家庭的生计四处奔波劳碌，他的身影矮胖笨拙，缺乏美感，他的行为平凡无奇，只是细心地为儿子跑前跑后。看到他为儿子去买橘子时蹒跚的背影，听到父亲对儿子简单的叮嘱，一股酸楚涌上心头，让我们感动流泪。

我们是否也想到了父亲的背影：为生活艰辛奋斗时，他们早起晚归的背影；送我们到校后，夜色中离去的背影；抢种抢收时，瘦削弯曲的背影……没有伟大的举动，却总是无时无刻不付出着爱与无私，想到此处，有谁不泪眼蒙蒙呢？

