



读书是最美的姿态

Reading is most graceful

信念 感动 生命 关怀 人物 探索 品位 睿智 博闻 史话

天下阅读

总策划：毛文凤（教育学博士后）

我们从来不会认真地去考虑一棵树的生活质量，我们从来不会真正地去接触它，去感受它的真实，感受它粗糙的树皮和它的声音。我们要感受的不是风穿过树叶的声音，也不是早晨的微风轻轻拨动树叶的声音，而是树本身发出的声音，是它的树干和树根发出的静默之声。

——《与所有生命建立关系》

第五辑

生命



吉林出版集团有限责任公司

天下 阅读

【第五辑】

生命

《天下阅读》丛书编委会

总策划：毛文凤（教育学博士后）

总主编：钱晓征

执行主编：王冠

编委：徐芳芳 陈丽华 董文文

 吉林出版集团有限责任公司

图书在版编目(CIP)数据

生命 / 《天下阅读》丛书编委会主编. — 长春 : 吉林出版集团有限责任公司, 2011. 7
(天下阅读. 第五辑)
ISBN 978-7-5463-5990-8

I. ①生… II. ①天… III. ①散文集 - 世界 IV.
①I16

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2011)第 143200 号

天下阅读·第五辑☆生命

主 编 《天下阅读》丛书编委会
责任编辑 师晓晖
封面设计 张晓丽
开 本 787mm×1092mm 1/16
字 数 171 千字
印 张 13
版 次 2011 年 8 月第 1 版
印 次 2011 年 8 月第 1 次印刷

出 版 吉林出版集团有限责任公司
(长春市人民大街 4646 号 邮编:130021)
发 行 江苏可一出版物发行集团有限公司
(南京市山西路 67 号世贸中心 4 楼 邮编:210009)
电 话 总编办:0431-85600386
市场部:025-66989810
网 址 www.keyigroup.com
印 刷 南京玄武湖印刷实业有限公司

ISBN 978-7-5463-5990-8 定价:20.00 元

版权所有 侵权必究

举报电话:025-66989810

生活在别处

王冠 / 文

在所有有关书的名言中，我很喜欢赫尔岑的这句。他说：“书是行将就木的老人对刚刚开始生活的年轻人的忠告……种族、人群、国家消失了，但书却留存下去。”

书就像是我们的记忆，串起了过往悠久时空里的智慧与美好，保存了千百年来人类进化与发展中的知识与经验。读书让我们在短短几十年生命的光阴里，驰骋古今，超越凡俗，生活在别处。

在阅读中，我们不仅领略到了无休无止时间的流淌，也看到了那理想世界的神奇光芒。它让我们摆脱了短暂生涯的有限，思接千载，神游六合，与古今贤圣对话，与中外哲人恳谈。可以说，正是阅读，让我们生活在了别处。

法国著名作家普鲁斯特半生不离斗室，活动范围也仅限家乡小镇，但却写出了近三百万字的皇皇巨著《追忆似水年华》，为我们留下了一部璀璨迷人、高贵从容的心理文学巨著。很难想象，如果没有阅读，普

鲁斯特是如何于斗室中，追忆年华，充实一生的。

对于还没有养成读书习惯的人们而言，某种程度上他们的世界是受到禁锢的。也许他们可以环球旅行，但他们永远只能看见自己周遭所发生的事。可是对于一个爱读书的人而言，时间与空间都将是无限且延伸的。借着书，我们可以安坐家中，神游四海，可以山川如指掌，古今如对面。

从梭罗笔下不染纤尘的瓦尔登湖到斯宾塞书中鸟群扑面的天堂，从三闾大夫的泽畔行吟到唐诗宋词的隽永天籁。那些南飞的雁阵、故枝的新叶、塞外的风霜、水月的清姿，我们一不小心，便一篙从李清照的武陵春色撑到了欧阳修的深深庭院……

人说读书随处净土，闭门即是深山。可不是这样，书可以为我们从疲惫重复的现代生活里送来宁静与悠远，为我们在生活中打开一扇门，让我们可以徜徉于另一个与此生此地完全不同的世界里。阅读，也使弱者得信心，懦夫生勇气；使村野粗人趋儒雅，使凡俗众生增智慧；它让我们度过了精神虚空的时光，咀嚼出岁月的恬淡。它不能改变我们人生的长度，但可以改变我们人生的宽度和厚度，这是一件多么令人振奋且幸福的事。

在我们本套的美文选辑中，既有世界各国灿若星辰之文化，亦有古今中外史话新编，既有风云人物叱咤身姿，亦有生命与流年赋予我们的感动与震撼。在超越世俗生活的层面上，阅读为我们建立起精神生活的世界。这些文字的力量照透我们的身体以及灵魂，乃至生命。让我们一起，摊开书卷，享受这一刻生活在别处的阅读之美吧。

与所有生命建立关系

【印度】克里希那穆提 / 文

河边有一棵树，数周以来，每当日出时分，我们会凝望着它。当太阳缓缓从地面升起，慢慢爬过树梢，一瞬间，这棵树就会变得通体金黄，每片叶子都亮闪闪的，充满了生机。就在凝望之中，你忘记了时光流逝，忘记了弄清楚它是什么树。因为这并不重要，重要的是从它那美丽的身躯上散发出一股奇妙的韵味，慢慢荡漾开来，笼罩了山野，笼罩了河流。当太阳再升高一些，树叶就会微微颤动，跳舞一般。每一秒钟，这棵树都呈现出不同的风姿。日出之前，它朦胧暗淡、悄无声息，远远地矗立着，很是矜持。曙光渐放，叶片就沾满了光辉，开始舞动起来。此时，你会觉得它是那么的美丽，赞许之情油然而生。正午时分，它洒下浓浓凉荫，你可以端坐其下，躲避阳光的曝晒，有它做伴，你决然不会感到孤独。坐在那里，你会感受到它对你深深的呵护和一种只有树木才能理解的自由与安详。

临近傍晚，西下的夕阳用余晖照亮西部天际，这棵树就慢慢模糊起来，融入黑暗，它收拢着自己准备过夜。晚霞映衬下的天空五彩斑斓，绽放出最后的光辉，但是那棵树还是那么安静、矜持，悄悄地准备入睡。

如果你能和它建立关系，你就一定能和人好好相处，然后，你会对这棵树负起责任，也一定会对整个世界的树负起责任。但是，如果你不能和这个世界上有生命的东西建立起关系，那么你就有可能失去你的人际关系。我们从来不会认真地去考虑一棵树的生活质量，我们从来不会真正地去接触它，去感受它的真实，感受它粗糙的树皮和它的声音。我们要感受的不是风穿过树叶的声音，也不是早晨的微风轻轻拨动树叶的声音，而是树本身发出的声音，是它的树干和树根发出的静默之声。要听到它的声音，你必须十分敏感。它不是世界上嘈嘈杂杂的声音，不是风儿的窃窃私语，不是人们争吵之时所用的粗鄙之言和战争的喧闹，而是作为整个宇宙的一个组成部分的声音。

奇怪的是，我们对自然界了解得很少，比如我们不了解昆虫，不了解青蛙以及在群山之中呼唤同伴的猫头鹰，我们似乎从来不去感受地球上所有的其他生物。如果我们与自然界建立联系，我们就不会为了满足食欲而去屠杀任何动物，我们就永远不会为了私利而去伤害肢解一只猴子、一条狗和一头豚鼠。但是，人类这种心理疾病的治愈与了解自然界相比，完全是两码事。心灵上的缺失会慢慢纠正过来，但是为了达到这一目的你必须去亲近自然，亲近橘子树上的橘子，亲近从水泥地下破土而出的小草的叶片和笼罩在山脉上空的云朵。

这绝不是什么过分的矫情，也不是过于浪漫的幻想，人类已经嗜杀成性，他们屠杀飞奔的鹿群、美丽的羚羊，甚至庞大的大象。更有甚者，他们还喜欢相互屠杀。如果我们能够与自然界中实实在在的树木、花草乃至飞奔的云朵，建立起一种长期的、深厚的、真挚的关系，那么我们就绝对不会以任何借口去屠杀。屠杀是世界上最大的罪孽。

【摘自《广州日报》2010年2月22日】

总 序	3
卷首语	5

生命交响曲 ▼

生命交响曲 · 杨继权	002
自在与豁达的心境 · 俞敏洪	004
找一张A4纸，写下忧伤 · 毕淑敏	006
生命的三种契约 · 魏庆培	009
生命的接榫 · 林清玄	011
贫贱催人老 · 许冬林	013
年华的桑梓 · 王开林	015
你把人生放在哪儿 · 五月冰	017
活出生命力 · 黑幼龙	019
给人生一把剪刀 · 刘建明	022
四季豆 · 鲍勃 · 帕克斯 庞启帆/编译	024
我为什么不敢说我累了 · 蒋方舟	026
数字生命 · 萧生	028

生命的硬度 ▼

生命的硬度 · 路来森	032
为了母亲，站直了，别趴下 · 纳兰泽芸	034
疼痛的力量 · 【美】大卫 · 加拉德 韩星/译	038
静候死亡 · 王聪	040
贫困女生的生命意义 · 小平	042

向青春宣战的猖狂少年·康哲峰	044
幸福源于诚恳·张达明	046
站在绳子上的云雀·琴台	049
生命的出路·娟子	052

鹰曾是被抛弃的弱者 ▼

鹰曾是被抛弃的弱者·周礼	056
蜂鸟吉米和鲍伯·一娴	057
坚守的胡杨·李苜峰	060
骆驼是如何打败狼的·于同辉	063
麦克尼尔瀑布的棕熊·胡勇	064
神獾之死·沈石溪	066
选择一条充满危险的路·郭龙	069
永不向命运低头的蚂蚁·周毅	070
与鳄鱼共舞·刘清山	072
章鱼被天敌吞了以后·王磊	074
少年“猪”事·张鸣	075
南极企鹅，不是我们想象的Q·大地弦歌	078

钻孔生命 ▼

钻孔生命·程立祥	081
一对老龟·沈石溪	083
小猫史莫奇·【美】潘妮·波特 庞启帆/编译	086
爱让生命飞翔·海男	088

大象灵魂的黑夜 · 盖瑞 · 科瓦斯	090
父爱 · 许诺	092
母狗小白 · 非云	094
山羊兹拉特 · 艾萨克 · 什维斯 · 辛格	097
小和尚与大老虎 · 子夏	101
一条忍着不死的鱼 · 徐立新	103
与狼对视 · 王族	106
战胜死神的母爱 · 蒋光宇	110
来自天堂的光 · 琴台	112
拿枪的人 · 【美】奥斯卡 · 希斯戈尔 庞启帆/译	114

一只名叫橄榄的鸽子 ▼

一只名叫橄榄的鸽子 · 劳拉 · 埃文斯 青闰/译	119
贝姬和狼 · 彭尼 · 波特 小木/编译	122
阿尔卑斯山的玩雕世家 · 克里斯 · 凡 · 黛安娜 龙夫/编译	125
海豚奇缘 · 欧阳军 贾晨	127
家住动物园 · 陈铁军	132
美洲豹的爱意 · 王者归来	135
犬祭 · 非花非雾	137
时间冲不淡一头驴的思念 · 凌仕江	139
小羊的诞生 · 吉米 · 哈利	142
野狼报恩 · 李尊秀	145
冲出命运之茧 · 张达明	147

野雏菊的芬芳 ▼

野雏菊的芬芳·陈建宽	151
丑猫·李冬梅	154
一只泉隼的尊严·慧眼自然	156
死亡的姿势·荒城	159
生命从不等待·顾晓蕊	162
母亲的黄狗·刘火春	163
哈佛大学的一堂道德教育课·陈晓辉	167
当我迷失在海下沉船·【新西兰】菲尔·基奥汉 尹玉生/译	169
如果一只鸟选择了轻生·古保祥	171
当我撞死过一个女孩·达林·斯特劳斯 钟德沪/编译	173

静默而奔放 ▼

静默而奔放·安宁	178
白天鹅洗翅·刘成章	180
野菊花·邱裕华	183
红叶归处是秋风·查平	185
有情芍药·任崇喜	187
灵魂深处·王小波	189
会流泪的苦楝树·宫凤华	190
果实之美·若荷	193

生命交响曲



生命的旋律跌宕起伏。

静默时如舒伯特的《小夜曲》，缓慢、温馨、柔美，需静息凝神，用心追寻。

奔放间如贝多芬的《英雄》，热烈、豪放、激情四射，投入其间，人们忘记浮华春光，徜徉自由豁达间隙。

落寞中如柴可夫斯基的《悲怆》，沉郁、压抑、挣扎。泪流满面之后，重新奋身而起，激扬命运的旋律。

人生似水流年，刹那芳华，生命的乐章一直延续，生命的交响愈演愈烈。

生命交响曲

◎ 杨继权

流星划破天际，与岁月的长河承接递进。看不尽的尘烟，游不尽的河。掬一捧清水，品味生命漫溯；拾一粒卵石，抚触时间的脉络。一叶卷知天下秋，寒鸦一渡冰雪舞。生命就是一朵暗处的花，有代谢，有精彩与颓败，而且永远看不分明，但它的存在，即是一个奇迹。生命是茫茫大海上明亮的灯塔，让你在黑夜中找到航行的方向；希望是漫漫沙漠中水草丰美的绿洲，让你在绝望中饮到生命的甘泉。生命的歌是一支清远的笛，总在皎洁的月光中飘然而至；生命的歌是一只轻盈的风筝，总在异乡的天空荡漾；生命的歌是一种亲切的呼唤，总在游子的心中徘徊。

有时候觉得生命总是走得很累，迈步之前需要选择岔口，立起航向，每走一步，都需要调整步伐，追赶前列。与他人一比，或许弯得人心颤，浅得人心酸，或许会迷惘，或许会生出丝丝的惆怅，但是你要怀有健康而珍惜的目光善待自己的生命，你应该用自己的热情去维护、浇灌自己的生命之花。你的信念首先要告慰自己，不要因生活中小小的不如意而私下扭曲生命的辉煌，更不能轻言放弃生命的脉搏。

生命是一个旅程，如果能够乘兴而行，不管路途多么遥远，都是幸福而饶有风味的。生命是短暂的、无常的，没有一个人敢保证自己能够活到明天，所以每个人都应该学会珍惜，学会充分利用生命的价值。如果有一天，清晨起来，你突然想到泰山顶上看日出，沿着石阶走了很多层，清脆的鸟鸣和清新的空气已足以让你惬意万分，那么，你尽可以将你的脚步打住。站在山腰看日出一点也不逊色，展现在你眼前的未尝不是一道绝美的风景。你没有必要将自己搞得太累，太牵强，你要做的是唱着

歌下来，悠然地走好下山的路。感悟生命不由从连绵上浮起，从一脉一络中渗出，隐于细微。生命的长河倒映出红花绿叶飘零积雪，变迁就着畔边丝丝色泽渐渐地前行，直至荡出星星点点涟漪，吞没视线。大江东去，璀璨的生命镌刻着历史的痕迹，激荡着颗颗璀璨的珍珠。当你明白人们活着的信念，多半是为了得到赞美，获得更多人的承认；当你发现你所承担的角色有高低之分时，你要快乐、勇敢、自珍，不要因为职业的低微而轻放自己，不要因为些微的不如意而自卑自弃，更不要因生活中出现的某种小插曲而暗淡生命，因为生命是美好的。当一个生命依恋另一个生命时，相依为命，结伴而行，会感觉到世界真的很美好，天空是那么的蓝，大地是那么的纯洁；会明白在这个世界上，自己曾经是多么孤独的漂流者，才会知道在这个世界上需要珍惜和感激，才会感到生命是那么的珍贵。

生命需要用真心演绎，需要尽全力走好每一步，需要用心呵护，那生命的道路就是美的极致，每朵花都有其独特的色彩，每颗星都有其光芒的璀璨，每缕清风都会送来凉爽，每滴甘露都会滋润原野，都会留下不朽的诗篇。

生命会前行在历史的脉络上，沿途拾起一枝一叶，留待回忆，世界的存在会清晰而具体；生命会走进时间的大门，让夕阳给出记忆的钥匙。那捆记忆的柴火那么静静地躺在地上，等生命去抽取沿途拾来的枝枝叶叶，在夕阳的指尖静静回忆。

生命，那是自然给人类去雕琢的宝石。懂得生命真谛的人，可以使短促的生命延长。感受生命，珍爱生命，让生命之花永不凋谢！

【摘自《茶乡》2010年第6期】



点评:

作者用优美的文字，告诉我们要珍惜生命。生命的每一片花瓣都是美丽的，你要学会去欣赏；生命的每一次黑暗都是值得的，它会教会你如何去生活。领悟生命真谛，你就能奏响最动听的生命交响曲。（王卫东）

自在与豁达的心境

◎ 俞敏洪

生活中不可能存在永远完美的东西，就像你认为自己已经一切准备就绪，结果等到了机场才发现没有带身份证。

我们永远都会有追求。追求了，你没有得到会有遗憾，但还是要追求。如果每天浑浑噩噩地过去，你会发现生命没有意义。

人生的起点没有办法选择，但是人生的终点是可以由我们自己去选择的。你要设计怎样的程序，打开怎样的生命界面，要看自己是怎样的系统。在这个世界永远不可能是枪指挥脑袋，是脑袋指挥枪。你能走多远，主要是看你的脑袋指挥你走了多远。

如果生活中没有痛苦，那么生命就没有了意义，同时也正是因为生命有了意义，才更加需要追求和努力。我问过李宁，为什么当世界冠军站到领奖台上的时候总是泪流满面，这应该是他们最开心的时候才对。李宁说，当站在冠军领奖台上的那一刻，感觉到自己过去十几年的汗水和伤痕都得到了承认，便不由自主流下了幸福的眼泪。

人这一辈子，痛苦和幸福是等量的，所以不要一下子就把幸福用完，要学会用慢慢来的心态，拉长你的幸福。生命中很多东西是需要慢慢等待的，爱情、成功、机会都需要等待。有人讲来世，但我始终认为要努力做到把今生今世每一天都过好就好，为何要期待来世？若到了来世发现也不过如此，那还要期待再来一个来世吗？耐心加上等待，同时相信每一天都会过得精彩，我们也便不再需要期待来世。

生命中需要等待，但是不能被动去等待，一定要主动。人生中有困境是不可避免的，当我们身处困境的时候，不要抱怨，要考虑我能得到

什么，这是一个主题。永远不要认为困境会一辈子跟着你。曼德拉被困了那么多年，最终还是解放了南非，成为第一位黑人总统。

运气只是一时的，我查过世界上所有中彩的人，没有几个人有好的结局。运气只是偶然，任何为偶然而放弃了自己奋斗状态的人，他的人生都会荒芜。我始终相信，努力加智慧就是收获。

潇洒和豁达是人生很重要的一种态度。要知道这个世界上有两个东西不会变：第一是世界运行规律不变，日出、日落是恒久的；第二就是人性不会变，人性中的自私、贪婪不会变，但是同情心和良心也不会变。不管这个社会怎么变，同情心和良心始终是做人的底线。在我的概念中，潇洒是以出世的态度来做入世的事情。我们要做到超然，这样你也就没有了怨恨。

不要等到被人爱上了再去爱别人，不要等到寂寞了才想起朋友的重要，不要等到有了好工作再去工作，不要等到拥有了很多再去和人分享。即使你什么都没有也可以分享，至少可以分享笑脸。

有的名车之所以开得快，那是因为刹车系统好。我学会滑雪这么多年，到今天为止从来没有摔伤过，是因为我知道怎么停下来。

【摘自《甘肃日报》2010年4月1日】



点评：

人生总会遇到艰难的选择，折磨你的判断力；总有痛苦伴随着你，让你看不到幸福的方向；总要去等待，在煎熬中等待。如果以一种潇洒与豁达的人生态度去面对这些人生的考验，你的生命将不再灰暗。（王卫东）

找一张 A4 纸，写下忧伤

◎ 毕淑敏

把你不开心的理由写在一张纸上，你会惊奇地发现，它们完全没有你想象的那样多，一般来说，它们是不会超过 10 条的。在其中，把那些你不可能改变的理由划掉，然后认真地对付剩下的若干条，看看有哪些切实可行的方法可以将它们改变。

具体的操作步骤是这样的。假如你感到沮丧，就请你分门别类地把沮丧的理由写下来。假如你哀伤，就尝试着把哀伤的理由也提纲挈领地写下来。如果你不知道因为什么就是心烦意乱、百爪挠心、不知所措、诸事不顺的时候，也请你把所有可能导致如此糟糕心情的理由写下来。不要嫌麻烦，依此类推——当你愤怒的时候，当你寂寞的时候，当你无所适从的时候，当你自卑和百无聊赖的时候……都可以用这个法子试一试。

给你一个建议——找一张 A4 纸，如果你愿意用一张报纸一般大的纸，也未尝不可。反正我常常是这样开始的，引发我不适的感觉是如此强烈，深感没有一张大纸根本就写不下。当然了，你要找一个安静的地方，你要独自一人。不要把这当成一个玩笑，精神的忧伤是值得认真对待的，我们要凝聚心力，有条不紊地打开伤口。

打开精神的伤口是需要勇气的。当你写下第一条的时候，你很可能战战兢兢地地下不了笔。这时候，你一定要鼓起勇气，不要退缩。就像锋利的柳叶刀把脓肿刺开，那一瞬，会有疼痛，但你在进出眼泪的同时，也会感到一点点轻松。因为，你把一个引而不发的暗疾揪到了光天化日之下。

乘胜追击，不要手软。请你用最快的速度，再写下让你严重不安的