

美文 美读

本册主编◎洪方煜

◎◎ Elegancy Appreciation

北京朗曼教学与研究中心教研成果

珍爱生命

生命是上天创造的奇迹，世界因有生命之花而精彩纷呈。感悟生命的奇异，欣赏生命的美好，享受生命的乐趣，使我们的人生充实而满足，优美而高尚。我们从何而来？为何而生？如何生存？虔诚地思考生命的意义，热忱地关爱所有的生命，从而提升生命的境界，这是每个活着的人必须做的一件事情。珍爱生命吧，人类对于生命的虔敬和怜惜，体现着最基本的道德修养，奠定了一切崇高信仰的基石。本专题美文体现对生命的关爱和珍惜，歌颂生命的独特和神奇。

珍爱生命

丛书主编◎张田田

天津人民出版社

丛书主编◎张田田

珍爱生命

本册主编◎洪方煜

美文 —— 美读

◎◎ Elegancy Appreciation

编委 王毅兵 程锦秀
黄美红 陈友飞
程 辉 黄自伟
天津人民出版社

图书在版编目(CIP)数据

珍爱生命/洪方煜主编. —天津:天津人民出版社,
2007.2

(美文美读/张田田主编)

ISBN 978-7-201-05204-5

I. 珍… II. 洪… III. 文学—作品综合集—世界 IV. I11

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2007) 第 007702 号

天津人民出版社出版

出版人: 刘晓津

(天津市西康路 35 号 邮政编码: 300051)

河北省三河市华润印刷有限公司印刷 新华书店发行

*

2007 年 4 月第 1 版 2007 年 4 月第 1 次印刷

16 开本 720×960 毫米 14 印张 字数: 390 千字

定价: 18.80 元



栖心花开云舒间

鸿蒙孕育了生物，那是生命大原始；落红飘落在风中，那是生命大追溯；春花谢后见秋月，那是时序的轮回；一个婴儿的降临，那是生命的开始；一个生命的结束，那是生命的消亡。而生命又是短暂的，千百年来，人们在不断感叹着生命的逝去。面对春逝，人们更多的是顿足凭吊，却忘了迈开踟蹰的脚步追寻下一季的烂漫春花。面对逝去的生命，人们心中更多的是充满了黛玉葬花的惆怅。于是，人们尝试着将短暂的生命无限延长，他们铆足劲不停地前进，像一台机器那样不停转动。于是，在越来越多的世俗利益的熏染下，人往往会迷失自己。

但我们是否想过，长途跋涉时，偶尔停下来，倒一倒鞋中的沙砾，前行的步伐将更为有力？风雨兼程中，偶尔停下来，听一听虫鸣鸟叫，心境会变得宁静而悠远？当你裹挟在物质的洪流中滚滚向前的时候，是否想过给自己日益慌张和急迫的心灵寻一片休憩之地和补给之所？

脑中常常闪过这样一幅画面：柳枝低垂，亲吻着无纹的湖面，柳絮乱飞，散作人间真情。湖畔的鹅卵石铺成的小径上，总会有一对白首夫妻出现在月上柳梢的黄昏里，他们相互搀扶着走过，走过四季，走过变迁，也将共同走过剩下的美好时光。真的，有一天，黄昏的石径上不再有他们熟悉的身影，薄雾笼罩的湖畔不再响起他们的絮语。月亮发现石阶旁的青苔正悄然地滑过两行清泪。

那是一种怎样的生命境界啊！我们无法过到最好，但我们可以过得更好。既然如此，我们何不珍爱生命，在花开花落中静下心来，在云卷云舒中领悟生命的真意？！

敬告作者



为了编好这套《美文美读》丛书，我们与收入书中作品的作者进行了广泛联系，得到了不少作者的大力支持，在此，我们表示衷心的感谢。但由于一些作者的姓名和地址不详，我们无法取得联系，敬请各位有著作权的作者尽快与我们联系，以便向您支付稿酬，并致谢忱！

《美文美读》丛书编委会
联系电话：(010)59711380



卧看璀璨满天星

大家是什么？

大家是沙里金，大家是天上星；大家是夜明珠，大家是导航灯。

大家是火山口的熔浆，大家是险峰上的奇景；大家是历史的馈赠，大家是瞬间的永恒。

凝视是什么？

凝视是一种姿态，是一种心态；是一种渴望，是一种期望。

凝视是一份倾情，是一份甜蜜；是一份赞许，是一份向往。

每位大家都值得凝视，每个人都有凝视的时候。

凝视黎明，你会收获灿烂朝霞；凝视春天，你会收获万紫千红；凝视远帆，你会收获相逢的喜悦；凝视大家，你会收获思想的果实。

凝视大家，你就不会孤独，犹如梭罗有他喜爱的瓦尔登湖；凝视大家，你就不会忧伤，犹如陶潜采菊东篱忽见南山般的悠然；凝视大家，你会感到有一种默契叫心照不宣，有一种感觉叫妙不可言，有一种快乐叫美文相伴，有一种幸福叫守望百年。

天阶夜色凉如水，卧看璀璨满天星。凝视大家，品读美文，会给你如入宝山的惊喜，会给你神谕般的启示。说不定哪颗星会点亮你久熄的心灯，说不定哪一天你也会成为亮丽的风景。

目录

岁月匆匆^{◎◎}

- 003 告诉你 佚名
004 畅饮生命的春醪 祝勇
005 走进书房 渐欣
006 有时候 仲敬干
007 蓦然回首的刹那 艾明波
008 青春的呼唤 [俄]屠格涅夫
009 大河的苦闷 刘再复
010 时光 胡子宏
011 脚印 廖华歌
012 时钟 [苏联]高尔基
013 莫为昨天后悔 莫为明天
 忧愁 琦君
014 糖纸与宋词的半生缘 梅如雪
016 黎明的眼睛 端木蕻良
017 春之怀古 张晓风
018 人生如月 西广
020 钟声 鲍尔吉·原野
021 珍惜愤怒 毕淑敏

- 022 桥 [奥地利]卡夫卡
023 为时不晚 佚名
025 把一切交给时间 灏洋
026 才知道青春 蒋芸才
027 大雁的歌 席慕容
029 人生 季羡林
030 留住浪漫 李雪峰
031 岁月无声 邓皓
032 太阳的指纹 霜城
034 我的小学(节选) 贾平凹
035 相约新世纪 贾凤山

放飞心灵^{◎◎}

- 039 坐看云起 许臻
040 平静 [美]戴尔·卡耐基
041 阳光的香味 林清玄
042 从容日子 吴新宇
044 赠人一片云 王书春
045 豁达 符江

- 046 享受冬天 胡林沛
 047 说你说我 邴正
 048 展现真实 黄鹏
 049 音乐心情 萨仁图娅
 051 聆听世界的独语 佚名
 052 庆幸 汪蘅
 053 雨声 赵丽宏
 054 风雨 贾平凹
 055 乡下的秋天 汪红琼
 057 读《庄子》有感 王昱
 058 放下心灵的负重 田里
 059 无花果 王蒙
 061 春晖的一月 朱自清
 062 我知道你是明星 佚名
 063 窗外 王其忠
 064 春拂玉兰枝 荒平
 065 错过 郭丽华
 066 冬日,不要忘了到海边走走
 杨锦
 067 浮生断想 孙福万
 069 给和我一样流过泪的女孩们
 王蕊
 070 乐而开笑 郭海鹰
 071 人生自然的节奏 林语堂
 073 守一份心灵的宁静 郭文心
 074 素面朝天 毕淑敏

- 076 我们·诗人·哲学家 张晓风
 077 心灵的轻松 刘湛秋
 078 等待死亡 雨晴
 079 捷径 郭玉芝
 081 物我合一的世界观 葛兆光

生活箴言

- 085 有所敬畏 周国平
 086 别伤害自己 林润瀚
 087 生命的意义
 [美]罗杰·冯·伊区
 088 生活细笔 佚名
 089 生活的流行色 谢静华
 090 简单地生活 张兴胜
 091 欣赏 张坚
 092 只要你能欣赏 赵洁
 093 细小的快乐 刘桐
 095 在黑暗中并肩行走 周国平
 096 榜样 王安雄
 097 走进生活 吴善磊
 098 崇尚简单 李玲玲
 099 鸭的喜剧 王蒙
 100 上帝与兔子 廖钧
 102 两个厨师 萧戈
 103 演戏 怀鹰

- 104 新“孟母三迁” 佚名
106 梅花催 毕淑敏
107 猫吃辣椒 张小失
108 天平的砝码 佚名
109 最后一课 佚名
110 分苹果的故事 林夕
112 美德·竞争·车轮 胡昊
113 说“伪装” 朱国良
115 别出心裁的“惩罚” 赵宁宁
116 人 三毛
117 启示 蒋夷牧
118 普通真好 金志斌
120 人生真味 柯灵
121 如意与遗憾 程乃珊
122 智者的四名箴言 曾奇峰
123 忙碌与悠闲(外两则) 林清玄
125 有裂缝的水桶
[美]格利菲兹
126 体验幸福 邹德学
127 一念之间 殷卫
128 留一条缝隙 佚名
129 奔跑 王庆伟
130 一条路的发现 李传奎
131 放大你的优点 崔修建
132 成败一念间 崔鹤同
133 留点距离 陆勇强
134 当你遇到怨恨循环
齐平均 张淑敏
135 智慧与人品 周国平
- ## 勇者无畏
- 139 壮烈 龙人
140 蚕 雷抒雁
141 浇铸一种新的人性
[英]D. H. 劳伦斯
142 我相信 柳荫
143 选择的诠释 卢锡铭
144 承受是一种力度 张新宏
145 勇敢的宣言 姚元午
146 思考大树 周桐淦
147 根的神韵 张和平
149 贝多芬的灵魂 王虎林
150 为自己减刑 余秋雨
151 大山与小溪的对话
——“生与死”的遐想
丛维熙
153 如果麦子没有考验 林清玄
154 石缝间的生命 林希
155 高贵的施舍 肖树
157 做最好的鞋匠 张国庆
158 虚掩着的门 阿健
159 给自己一片悬崖 游宇明

161 苏格拉底的证明 佚名

162 松明 陆鑫

163 老人

[伊朗]穆罕默德·赫加泽

164 人生没有乞丐 佚名

166 抱着生命过海洋 程武

167 上帝只掌握一半 罗秋菊

168 正眼看人生 罗兰

169 兄弟,我们不哭 邓康延

灵魂悸动

173 度过法门 欣儿

174 生存智慧 张平

175 这条小鱼在乎,另一条小鱼也
在乎 佚名

177 一道受用终生的测试题

[美]威廉·贝纳德

178 平视 朱华贤

180 雨什么时候下 筱楚

181 生命的价值 佚名

182 选定一把椅子 郑则

183 被上帝咬过一口的苹果 张锦喜

184 三个旅人的雨天哲学 佚名

185 何妨笑语解轻颦 徐璜

187 要能赢得“第二块糖” 许延年

188 被苍蝇击倒的世界冠军

王树槐

189 人生三象 雷抒雁

190 尊严无价 佚名

191 谁拉你走向了平庸 马德

193 储蓄尊严 莫小米

194 稻草人 安武林

195 虎猫对饮 马长山

197 夏洛的网

——不像童话的童话

[美]怀特

198 永远的蝴蝶 陈启佑

199 每件事的发生都有着特殊的
背景 沙屯农

200 苍蝇变蜜蜂 佚名

201 赎回灵魂 佚名

202 屋檐三境 杜静静

204 五瓣丁香 佚名

205 月亮的脸·手掌的心 佚名

206 致网虫儿子 赵芹

207 轻视的代价 流沙

208 珍贵的礼物 鲁先圣

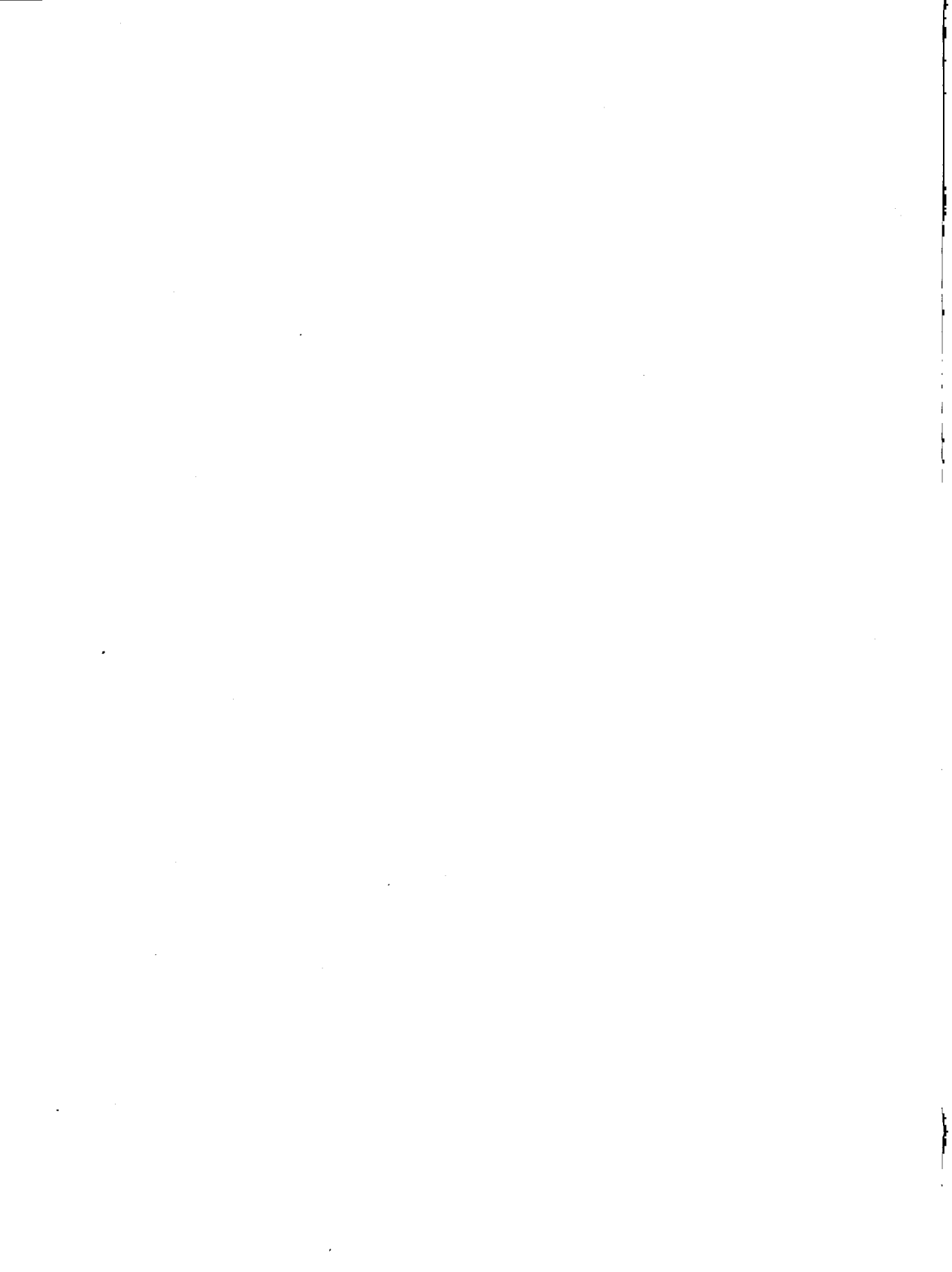
209 《鱼儿不会说话》的启示

吴志雄



岁月匆匆

竹林在微风的抚摸下翩翩起舞，发出沙沙的声音，宛如一阵清风激起了波纹。鸟儿尽情地歌唱，歌唱这自然的风光。最喜欢的是竹下的幽兰，发出不受世俗污染的清香。匆匆流逝的岁月中，我们更需要享受大自然赋予我们的宁静与快乐。陶渊明“登东皋以舒啸，临清流而赋诗”，把“方宅十余亩”当成自己的“世外桃源”；王维在辋川别墅静听鸟鸣，闲看流云，独享了宇宙的真意；李白则把自己的灵魂安置于“庐山秀出南斗傍”，“影落明湖青黛光”的壮丽河山，在名山大川中找到心灵的归宿。或许只有如此，我们才能在岁月的流逝中留下最宝贵的一些东西。





告诉你

□佚名

我们有过那些远离朋友而独倚花季的日子，有过年轻的豪情在现实的墙壁上被撞得粉碎的失落，有过刻骨铭心的期待，甚至有过为一场难以预料的凄雨而黯然神伤的时刻。

有时候，面对许多默默的眼睛，面对许多没有预约的挫伤，我们以为自己无可救药，或者以为整个世界都变了。

或许仅仅因为我们没有走过年轻，或许我们生活的世界根本就没变，没有，变的只是我们自己和不再回首的时间。最要紧的是我们是否改变了自己的信念——我们最初的对生活的信念。

是的，不论我们中的多少人忘记了这一点，但信念却永远是冬末那催醒春日的嫩绿，只要有召唤的熏风，它会欣然覆盖我们的眼睛。

是的，各具忧伤的日子都曾经有过，但哪怕再不宁静，哪怕我们拥有的再简洁，哪怕再何其重复，只要你留心，只要你不割舍那份当初对生命的誓言，对生活的渴念，那每一个细微的日子里，便有它所能给我们的无限爱意，有所告诉你的这一切。

孙膑受刑而作《孙膑兵法》，为什么？史铁生残疾而写《地坛》，为什么？霍金瘫痪而写《时间简史》，为什么？这都是因为他们心底有个坚定的信念，积极对待人生的每一次挫折，于是他们名留青史。

明月虽无法让大地亮如白昼，却也铺了一地清辉；青苔虽无法让春天增添一笔亮绿，却也给阴暗的角落带来了生机；用心对待虽无法立刻看到胜利的曙光，却也让我们更接近成功。

信念之于事业就像一个顽皮的精灵。也许你会觉得它如雁掠空，了无痕迹。但是你看见天边一朵轻轻颤动的云朵了吗？也许积极的信念无法立刻看到成功的影子，但是你却可以听到成功靠近的脚步声。





畅饮生命的春醪

□祝 勇

如果生命是一杯酒，我愿相信它是世上最醇美的酒。

它是用大地的收获酿制的，它是以满天的星雨调成的，它是在时光的酒窖里发酵的，它是靠心灵的杯盏盛载的。

它美丽，如盛装的少女，玉立于岁月的河岸；它芳醇，似夜晚的玉兰，浸入灵魂的馨香经久不散。

如果生命是一杯酒，我愿是那技艺精湛的调酒师——调进去清风如缕的晨昏，也调进去雨露多变的四季；调进去人在旅途的畅想，也调进去历经沧桑的咏叹；还有诗意的花朵，纯净的情怀，幽邃的思想，炽烈的信仰——在人生的酒杯中旋转交融成缤纷的图像。

如果生命是一杯酒，我愿敞开心怀，像诗人说的，“高举盛到杯缘的春醪畅饮”。让酒香环绕心胸，唤起青春的冲动与激情，使生命永远在青春激荡中生长；让琼浆渗入血脉，荡涤与青春品性不相容的杂质，并化成一股雄浑磅礴的力量，把我们青春的创造和青春的冒险写在生命的史册上！让人生的理想像春醪一样历久弥香，让不息的追求比春醪更绚烂闪光！

004

当你在冬日里满怀落寂苍凉之心，翻过重重冷山越过累累岩丛以为再也寻不出一丝艳丽时，忽然望见一片金灿灿的不知名的山花，扑天盖地，遍布山野；当你在寒冬腊月里白雪覆野时以为再也找不出一线生气时，你忽然瞥见墙角不知何时冒出一簇点点红的腊梅，傲然开放。你是怎样地被这默默无闻的生灵震撼，这就是生命的可贵，比春醪更绚烂闪光。我们的人生不也如此吗？美丽，芳醇，浸入灵魂的馨香经久不散。

让我们也“高举盛到杯缘的春醪畅饮”吧！“让酒香环绕心胸，唤起青春的冲动与激情，使生命永远在青春激荡中生长；让琼浆渗入血脉，荡涤与青春品性不相容的杂质，并化成一股雄浑磅礴的力量，把我们青春的创造和青春的冒险写在生命的史册上！”



走进书房

□渐欣

有如农夫走向田野，蜜蜂飞向花海，从喧嚣的闹市中来，从繁杂的琐事中来，去寻觅宁静，感悟平淡，自然而从容地走进书房，沉浸于别人的世界。比照自己，鞭策自己，寸心熨帖而舒畅。走进书房，与书对望，大千世界跃然纸上，芸芸众生纷至沓来。书似青山常乱叠，置身它博大的胸怀，你的思绪便如野草般疯长和蔓延，撩起喷泉般的力量和创造，倍感生命诚可贵，知识价更高。

走进书房，你是自己当然的国王，“结庐在人境，而无车马喧”，常常一人憋了许久的念头急待诉诸笔端，不吐不快。这时一管在握，信笔涂鸦，神游稿纸间，心可在天外，何其快哉！但更多的时候是为那些时聚时散鸡零狗碎的“灵感”所感所累，它们像横生的逆子，藏头露尾，久孵不化，痛煞我也，末了硬邦邦生出个畸儿怪胎，也有变成铅字的，方觉难产后的分娩分外轻松幸福。

走进书房，荷笔当锄，精神家园种满稚嫩的庄稼，也许远离丰收的季节，但心里总装着一个秋天。也有受挫后乏味地走进书房的时候，心灰意冷间与书群对话，书笑我我也笑我，慢慢地愁肠纾解，残雪消融，浮躁渐趋平静，紊乱变得有序，顷刻间阴霾一扫，心空一片晴朗亮丽。

古人云：士大夫三日不读书则面目可憎。人生如旅，刻不容缓，走进书房，你便走近了充实。

在这越来越纸醉金迷、利益至上的社会里，让我们保持闲情逸致去捕捉江上之清风、山间之明月，让自己心灵的明镜台保持一泓清流，让我们的生活多一点青山绿水，多一点响遏行云，让苏轼的大江东去穿透历史的涛声，从那遥远的宋朝走向我们的科技时代，通过聆听历史唇边的吟唱，滋润那濒临干涸的心泉，浇灌出一块绿洲……只有这样，我们才能在步履匆匆中找一个宁静的的心灵憩息地，静下来反思生活，检点人生，在这物化的世界里找回迷失的自己。

让我们抽点时间，静下心来，走进书房，读点好书。

有时候

□仲敬千

有时候喝醉了酒，醉意中反而什么烦恼都没有了，清醒之后顿感全身轻松如风，这时想想觉得醉也是人生，醒也是人生。

有时候看到一对夫妻在规格齐全地打骂着，再想想自己依然是单身一人，不由得觉得聚也依依，散也依依。

有时候偶尔去参加一个聚会，热闹过后，顿觉静时的妙处来，其实热闹也是好的，静下来时也是好的。有时候不小心去看一个歌星的演唱会，台下歌迷疯，台上歌者癫，我也迷失了就跟着一起狂，激荡之后，想想还是平凡一点心安。

有时候看完了瀑布，觉得非常美，可是平静的湖面也是很美的呀。

有时候愁来时，心中只有秋风秋雨，走在雨里就有一种满足感；而高兴时又觉得阳光是知己；想想哀愁和快乐，既是甩不掉的麻烦，那还不如照章全收，消化它们哩。得与失、泪与笑、富与贫、爱与恨，多多少少点出了人生的滋味，尝过了才显得生活的精彩，未尝过也许活得更精彩。

经历了太多的事情，不妨暂驻一下匆匆的脚步，将身上的纤尘弹落；失意总是徘徊不去，或可拈花微笑，为心灵抹上点亮色，让人生的缝隙改变你的生活原色。

我们常常有这样的经历，无论是喜悦还是痛苦充满心灵的时候，我们总会在心灵的大世界里找出一点点空隙，挑一个明媚的日子，爬上高山，看轻寒的枝头花蕾初绽，听苏醒的大地万籁低语，任凭那轰鸣空谷的湿润的山风撞击着自己的躯体，给自己以力量的宣示。这种小插曲般的生活的缝隙，也许不能定格辉煌，也许不能换回残局，但是这于生命格外有意义的缝隙——释放心灵，却占据了心灵的一小块。成长起来，顽强起来，支撑着我们投入命运的洪流。在这样的小插曲中，我们才能真正领略到“得与失、泪与笑、富与贫、爱与恨，多多少少点出了人生的滋味”，才懂得什么是真正的人生。



蓦然回首的刹那

□艾明波

独立于自己的天地之间，自己便是整个世界了，让自己从心灵的蜗居中敞敞亮亮地走出，然后把人世间的喧哗与嘈杂当成背景。双手合一是倾听大自然的歌声，席地而坐是将自己幻化成一粒微尘、一朵白云抑或是一缕轻风。静静地融在这空旷的时间里，让阳光从容地走过自己的额头，走过自己的心境，走过季节的辙印，走过一眼无尽的空濛。这样，冷漠就变成了亲切，伟大就变成了普通！

虽没有对月小酌，虽没有把酒临风，虽没有语言的碰撞，虽没有醉眼朦胧，可在自己的天空中寻到了一方晴朗，比世间的一切事情都令人心动，在这种意蕴的弥漫之中，你会独独地体味到：天人有缘成一体，“此时无声胜有声”。

派一种意念去与大地来往，遣一种恬淡去与流云交融，带一种静默去与小草对话，携一种温馨去与自然共觅神性。潇潇洒洒坦坦诚诚，有如此的默契并非是自作多情，而是在博大而宽泛的领悟中，获取了一份不可多得的空灵。

多么好啊，触摸生命却不伤害生命，体味空濛却不惊动空濛！让目光徘徊于尘俗，这并不说明你还清醒。让思绪流浪于纷乱的利欲，那也不能证实你还精明。将大片大片纷至沓来的声音全部拒之门外，冷笑与热讽便不会再来打扰你幽美的梦境。该走的一定要走，行色匆匆，该来的一定要来，林林总总。

那么就让我们愉快地迎接与欢送吧，坦然的心境会容纳夏日的火热与冬天的寒冷。

“闲敲棋子落灯花”，这是等待一种缘分，“黄梅时节家家雨”，这是季节的变更。只有蓦然回首的刹那，才会与心灵相约，才会与悟性相逢。

在这个节奏加快、高速运转的社会里，人们的压力不断加重，心态渐趋烦躁。每个人都应该学会自我调节。别人不给你留空间，你得自己给自己留一点空间；别人不给你放假，你得自己给自己放假；别人不给你减轻心灵负荷，你得自己给自己减负。

所以，在枯燥的学习和生活中，我们应抬起头看看蔚蓝的天空中飘过的一朵白云，看看西天晚霞的余光在栀子叶上跳跃，聆听山间的清泉，聆听花开的声音，用自然界的天籁之音擦去功利，留住心间的宁静，诗意地生活在喧嚣浮躁的花绿世界中。保持性灵的一抹清凉，做一个性情中人，让自己的