

宁远

林曦

夏小暖

茉莉

吴宏凯

杨菲朵

YOLI

小木头

鹭

荷香

卫西谛

慕容素衣

邓安庆

周宏翔

北京时代华文书局

愿你善意温柔，
清澈透明。

善意如清流

宁远
林曦
鹭
慕容素衣
等著

宁远
林曦
鹭
慕容素衣
等著

善
意
如
清
流

图书在版编目 (CIP) 数据

善意如清流 / 宁远等著. -- 北京 : 北京时代华文书局, 2016.11
ISBN 978-7-5699-0716-2

I. ①善… II. ①宁… III. ①散文集—中国—当代IV. ①I267

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2016) 第 232945 号

善意如清流

著 者 | 宁 远 林 曦 鹭 慕容素衣 等

出 版 人 | 王训海

策划编辑 | 陈丽杰

责任编辑 | 陈丽杰 骆礼波

装帧设计 | 熊 琼 迟 稳

内文摄影 | 《二十四节气》青简

责任印制 | 刘 银

出版发行 | 时代出版传媒股份有限公司 <http://www.press-mart.com>

北京时代华文书局 <http://www.bjsdsj.com.cn>

北京市东城区安定门外大街 136 号皇城国际大厦 A 座 8 楼

邮编: 100011 电话: 010-64267955 64267677

印 刷 | 北京卡乐富印刷有限公司 010-60200572

(如发现印装质量问题, 请与印刷厂联系调换)

开 本 | 880×1230mm 1/32

印 张 | 7

字 数 | 200 千字

版 次 | 2017 年 1 月第 1 版 2017 年 1 月第 1 次印刷

书 号 | ISBN 978-7-5699-0716-2

定 价 | 39.80 元

版权所有, 侵权必究



善意	002
我承认此刻我的无力	008
我被这位孤独的老人温暖了	013
好想抱抱她	020
眼睛有一点热	027
假如没有明天	031
我们都是凭借温暖在世间行走	034

第一章





得未曾有	044
外婆	048
没有多余的感情不是一件坏事	054
有间客栈	062
教育就是等待	068
此时便是良端	075
房东与狗	078

第二章





人生的另一种可能	084
吃一颗馄饨，就是咬开一个宇宙	090
陌生人，如果你在路上遇见我	096
明天你好	102
生命里珍贵的发小	109
刻在心里的姑娘	116
如果我最爱的那个人离开了	120

第三章



他们是你远方的亲友	129
有颗流星划过生命的天幕	134
黑夜中也健步如飞的人	142
老板，来一份鸡蛋炒饼	150
一个有着赤子之心的人	158
我记得你的笑容	164

第四章



他站在火红的枫树下	172
讨缘	180
善良来自内心的安定	187
绒绒和她的故事	192
温暖不过是一句善意的话	202
我和我的朋友小叶子	208

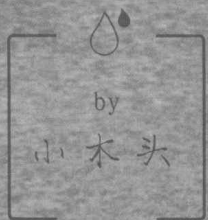
第五章





第一章

第一章 第一章



善意

小木头：写作者，微信公号：为自己加冕。烘培爱好者，小确幸收集者。



我一个人带着孩子乘坐高铁出门，这已经是第二次了。

尽管上车之前已经想到了种种细节问题，可是心急火燎地上了火车之后，我还是遇到了诸多不便。

若两个人一起带孩子，两个座位再塞上一个孩子是不成问题的，但一个人，就一定要抱着他，辛苦倒在其次，孩子觉得不舒服，难免就动来动去，会影响到别人。譬如孩子要点什么东西的时候，就得出去、进来地折腾，恰好是个中间的座位，每次都跟邻座说，不好意思。却依然觉得非常抱歉……

很幸运是，遇到很多善意的人。

譬如帮我把箱子放到行李架上的那一位，后来忍不住逗一逗孩子：你几岁了？豆豆倒是很警惕地问我：认识他吗？在得到我的默许之后，才回答一下当成隐私的年龄。

譬如我的邻座，非但没有对我们进进出出皱起眉头，还善意提醒说，待会儿座位坐不满，可以找个宽敞的地方。豆豆也是来来去去几次，许是觉得这个人已经熟了，趁我不注意，居然伸手去摸人家的络腮胡，幸好那男士并没有厌恶，甚至是笑嘻嘻地，跟他开玩笑；

再譬如，我旁边的那位年纪大一点的乘客，大部分时间都戴着耳机看电影的，但是看到我被豆豆指挥得团团转，要脱外套，要放立体书，要拿走包包，便指一指自己的小桌板说：“你可以放到这里。”

我是常常感慨过的，我遇到了太多善良可爱的人，在我并不算多么长的人生之路上，太多时候是被暖意包围的。

偶尔，自然也是有恶意出没的，也会遇到毫无善意的人。

前些日子，省博举办野生动物展，听说甚是宏伟壮观，便带着豆豆去看。排队许久，参观许久，有点累了，到了楼上的茶座，给豆豆要一份甜点，克莱德先生喝一杯咖啡，休息一会儿。

茶座人不少，大人孩子，有人在休憩，有人在吃东西。有一家四口，坐在我们的对面，不知何时，豆豆跑过去，站在那位妈妈和小宝宝之间，也不说话，只是站着。

我下意识地以为，他是要跟那个小宝宝说话的，那是个两三岁的孩子，我跟豆豆说：“你拿一个小蛋糕给弟弟吃呀！”那位爸爸，大约也以为

这是两个孩子在对视呢，打趣道：“你们两个大眼瞪小眼干什么呢？”

我们还没搞懂怎么回事，那位妈妈的脸色却变了，用一种奇怪而厌恶的表情对丈夫说：“我也奇怪，他为什么盯着我看？”

善意与恶意，是可以无声地发散出来的，一个眼神，一瞬间的脸色变化，甚至嘴角一点点抽动，都可以让人察觉到的。

更何况，我是那么敏感的人。

我疑惑着，当妈妈的人怎么会这么恶意满满地对待孩子。我走过去低声在豆豆耳边说：“我们到别的地方玩吧。”豆豆懵懂而不情愿地跟我走开了，我却还能听见那女人跟丈夫嘀咕，发着牢骚说：“他看着我干什么，真奇怪。”

豆豆照例高高兴兴去玩了，我自己却要做好一会儿心理疏导，才能够说服自己，这世界上本来就有很多奇怪的人啊，接受这个美好下午也可能会遇到一点莫名其妙的讨厌事这种情况。

最近几年，我们时常会提到“垃圾人”这个词，国外的心理学专家称之为“垃圾车定律”，指的是在我们的周围有些人有很多的垃圾、负面情绪，他们跑来跑去，随时准备倾倒在别人身上。

而社会上发生的那些有些匪夷所思的恶性事件，也能看到“垃圾人”的身影，他们自己负面情绪满满，只要有一点点机会，就要向别人释放恶意，有时候发生的甚至就是后果严重的恶性事件。

我们能做的，不过就是一笑而过，不要让自己宝贵的时间，美好的心情受到这种人的影响？

是的，走的路多了，总是会遇到坑。见的人多了，总有几个不那么



喜欢的，这么想一想，真是情理之中。

不释放恶意，对这个世界而言，已经是一件很难得的事情。

我们来去匆匆，每个人都在忙自己的工作、生活和未来。每个人都一肚子的压力，也有许多情绪在内心中翻滚，可是素昧平生的我们，若是在公交车上被挤了一下，彼此说一句“对不起”与“没事儿”，就很赞了。

曾经一度，二十岁的我，终日惶惶，很怕自己在四十岁的时候变成这个样子——拎着鼓鼓的皮包挤在公交车上，梳着文丝不乱的发型，穿着挺挺的大衣，保持着所谓风度自我感觉良好的中年女人。但偶尔被人家碰了一下胳膊，就怒火难耐，尖酸刻薄没有尽头，斤斤计较到寸步不让，因为我的生活里有太多酸甜苦辣，我工作很累家务很多婆媳关系不顺孩

子也不让自己省心，你居然还敢碰我？我看到过一两个这样的女人之后，从此就成了我的噩梦。

但我在遇到了一个又一个充满善意的人之后，我也在学习释放善意，学习理解，学习懂得，学习去给别人一点点力所能及的帮助。并不是所有的事情都要有个结果，也并不是所有的善意都要掌声与赞美来回应——陌路相逢的车厢里，一个微笑，一次小小的帮忙，那种和煦温暖的氛围也许在火车到站时就会烟消云散，可是留在彼此心中的那一点点暖意，会慢慢地积累在心里，久而久之，一个人就成了温暖的善意的人，不用刻意，也会散发着善意的光。

在镇江的金山寺，我牵着豆豆的手，他站在高高的门槛上，迟疑着想要跳得远一点，大约又怕我一个人拉着不管用。这时候，门槛外的一个年轻男子伸出手，拉住豆豆的手，帮助他远远地跳了出去……

我想，我们大约要先成为一个充满善意的人，才会愿意去做充满善意的事情，才不会那么计较到刻薄，才会胸中有沟壑，心中有世界吧，才不会成为一个“小”的人。

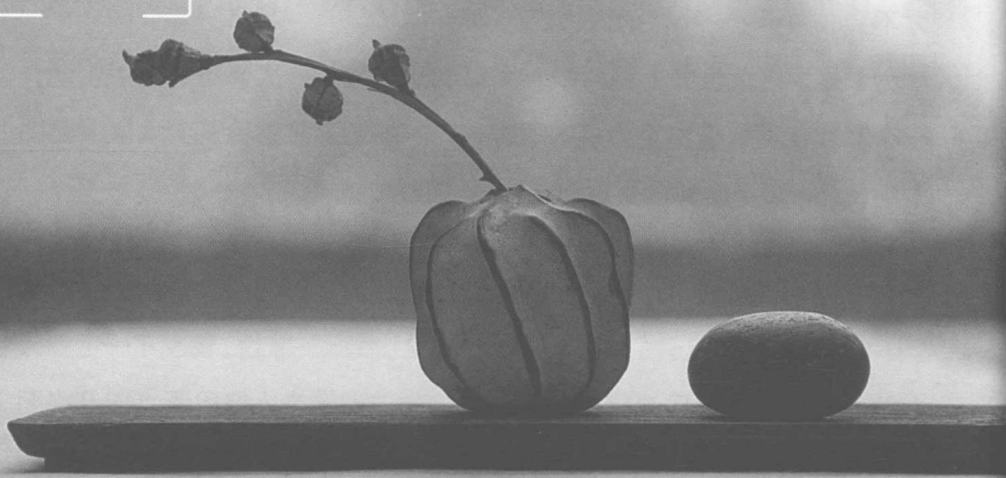
于是，这个世界上就会多一个善意的微笑，一次善意的出手相助，一个愿意在雨夜借出半边伞的陌生人，一间愿意接纳拾荒老人读书的图书馆，许许多多愿意以善意的姿态面对世界的你我他……

这世界，就好了。

我承认此刻我的无力



by 宁远



宁远：“远远的阳光房”创始人，除了做衣服，养孩子，还演话剧，写作，十足脚踏实地的理想主义者。出版过畅销书《把时间浪费在美好的事物上》。

我和贝壳带着三个小女孩走在河边，河对面是二姨的菜地，小女孩都提着篮子，要去对面菜地摘豌豆尖。春夏之交的河堤铺满了绿色，前方就是连接对岸的小桥了。小女孩们走走停停，偶尔蹲下来采野花，在微风里她们快活无比。

快到小桥的时候，小树下站着一只吃草的白色山羊，练第一个跑上前跟羊打招呼：小羊小羊，咩咩咩，我们可以跟你一起玩儿吗？小溪也和和气气地跟了过去：咩咩咩，我们可以跟你一起玩儿吗？羊抬起头看了看小孩们，又低下头吃草了。

贝壳说：你们喂小羊吃草吧。好啊好啊！仨小孩迅速在河边摘下最嫩的青草陆续递到羊的嘴边，羊也不怕生，咔滋咔滋吃起来。

和羊在一起的时间过去大约十五分钟，要摘了豌豆尖回家做午饭，我们催促孩子们该过桥了。练不舍得走，我说等我们回来还可以喂它吃豌豆尖呢。听我这么说，大家就走上桥往对岸去了。

摘豌豆尖的时候，对面草地传来惨叫声，羊被狗咬了。