

夏午
编著

XLAWI WORKS

学会 感恩

用爱来感谢
爱的传递

首版畅销
10万册



一篇篇珠玑

每一个故事都经得起时间检验，
催人泪下，堪比《读者》美文。

学会感恩

就是感谢生活和生命中所有恩赐，
才会知足常乐。



据调查国人缺少的十个品质中

缺少感恩名列第一

不洗脑
不鸡汤

篇篇来自真人
真事

网路和现实世界中，抱怨等负面戾气充斥，没有感恩的心态，
就会对社会和周边的人苛责多，抱怨多。

学会



感恩

用爱来感谢
爱的传递

夏午
编著

xiawu works

 江苏人民出版社

图书在版编目 (CIP) 数据

学会感恩 / 夏午编著. -- 南京: 江苏人民出版社,
2016.2

ISBN 978-7-214-17330-0

I. ①学… II. ①夏… 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 040874 号

书 名 学会感恩

著 者 夏 午

责 任 编 辑 朱 超

装 帧 设 计 浪殿飞扬设计

版 式 设 计 张文艺

出 版 发 行 凤凰出版传媒股份有限公司
江苏人民出版社

出版社地址 南京市湖南路1号A楼, 邮编: 210009

出版社网址 <http://www.jspph.com>
<http://jsrmebs.tmall.com>

经 销 凤凰出版传媒股份有限公司

印 刷 北京中印联印务有限公司

开 本 718 毫米 × 1000 毫米 1/16

印 张 13.75

字 数 151 千字

版 次 2016 年 7 月第 1 版 2016 年 7 月第 1 次印刷

标 准 书 号 ISBN 978-7-214-17330-0

定 价 28.00 元

序言

感恩是人间的温暖与呵护

献上感恩的心

归给至尊全能的神

因他所赐下的一切

使大地得以生息

献上感恩的心

归给纯全无瑕的爱

因她所拥有的美丽

使生命得以延续……

这是我很早就学会的一首歌。每当我轻轻哼起这首歌的旋律的时候，疲惫的精神总会升腾出一种灵魂与生命的感动：啊，久违了，感恩！

啊，久违了，感恩！长久以来，我们一直带着一颗渴求拥有的贪婪之心负重前行。我们渴求拥有财富，我们渴求拥有成功，我们渴求拥有荣耀……我们总是在渴求，却忽略了我们已经拥有的一切。我们的渴求之心遮蔽了我们灵魂里的眼睛，它使我们总是忽略上苍每天所给予我们的恩赐，它使我们总是因对未来的无限期待而忘记对今天的感恩。

是啊，久违了，感恩！没有阳光，就没有日子的温暖；没有雨露，

就没有五谷的丰登；没有水源，就没有生命；没有父母，就没有我们自己；没有亲情和爱情，世界就会是一片黑暗和孤寂。虽然没有人不懂这些浅显的道理，但是，我们总是常常缺少一种感恩的思想和心理。

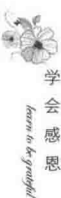
是啊，久违了，感恩！“谁言寸草心，报得三春晖”；“谁知盘中餐，粒粒皆辛苦”，我们小时候背诵的诗句，讲的就是感恩。滴水之恩，涌泉相报；衔环结草，以报恩德，中国绵延多少年的古老成语，告诉我们的也是要感恩。但是，这样的古训有多少已渗进我们的血液，今天有多少人还会记得，无论生活还是生命，都需要感恩？

因此，对于日日沉浸于世界的美丽怀抱中、享有了那么多的喜悦和幸福的我们来讲，世界给予我们的实在太多，而我们回报给世界的，却实在微乎其微。我们都对世界欠了一笔巨大的心债，然而我们却利用了世界的慷慨，至今仍继续索取而拒绝偿还。为此，难道我们不应感觉到于心不安或心怀内疚，并进而反省反省自己的灵魂？

感恩是一种生活的必需。因为，感恩不只是一种对于生命馈赠的欣喜，感恩也不只是一种对于这一馈赠所给予的言辞的回馈；感恩乃是我们赤子般纯洁无瑕的心，去领受那付出背后的艰辛、期冀、关爱和温情。感恩是茫茫天地间宇宙大爱的传承，感恩是宇宙洪荒中生命与生命相联系的见证。

感恩是一种对生命恩赐的领略，感恩是一种生活的智慧。“感恩”不一定要感谢大恩大德，“感恩”可以是一种生活态度，一种善于发现美并欣赏美的情趣。人生在世，不如意事十有八九。如果我们囿于这种“不如意”，终日惴惴不安，那生活就会索然无趣。

感恩是一种生存境界，感恩是对现在拥有的在意，感恩是对有限生



命的珍惜。然而，有意或无意地忽略你身边所拥有的一切，似乎是人类的通病。因为人们总是有理由使自己相信，远方的远方肯定比这里更精彩，外面的世界有这里见不到的新鲜玩意儿。然而当你真正游历了远方，你或许会发现，原来你已经拥有的，才是这世上最独特最珍贵的东西，只是因为你已经拥有了，所以不珍惜。

感恩之心是成功的第一步，感恩是感激冤家和对手的气度，感恩的心让我们谦卑。

感恩是对赐予我们生命的人的牵挂，感恩是对陌路关爱的震颤。“感恩的心，感谢有你，伴我一生，让我有勇气做我自己……感恩的心，感谢命运，花开花落，我一样会珍惜……”

感恩既是如此的美好，那么，究竟什么时候，我们才会为自己拥有的一切而心怀感激呢？难道只有当我们发现人生无常的时候，我们才能发现并乐于承认，我们所拥有的每一天，每一分钟，每一次呼吸，真的都是……上帝所赐予我们的礼物？而在我们春风得意的时候，我们是不是会记得为自己所拥有的一切而感谢上天的？

感恩之心需要学习，这是人生必修的一堂功课。因为，学会感恩，就是学会不忘恩负义；学会感恩，就是学会谦虚之德；学会感恩，就是学会敬畏之心；学会感恩，就是学会爱多于恨；学会感恩，就是学会懂得忏悔；学会感恩，就是学会不沉溺于财富和权力；学会感恩，就是永远也不要忘了说一声“谢谢”……

假如每一个人在需要帮助的时候都得到帮助，假如每一个得到过帮助的人都记得感恩，假如人与人之间这付出与回报的链条永不中断，那么，人们就永远生活在爱的链条中，那时，人间就会如天堂般美丽！那

时，人间便处处充满温情，而人生则时时都会遭遇奇迹——

如今，软弱者已得刚强

贫穷者已成富足

都因为施与一切的上苍

已成就了大事

感恩！

夏 午

CONTENTS

目录

母亲 / 001

感恩是对生命恩赐的领略

心债 / 006

生命的每一天都是礼物 / 011

生命的额外之物 / 016

莫忘致谢 / 020

感恩节的荆棘花 / 024

橡树的恩赐 / 028

陌路相逢的感动 / 031

感恩是美好的 / 034

感恩是对生命与生活的洞见

感恩需要一种穿透人生的智慧 / 038

感恩是一种生活态度 / 041

感恩是保持一颗过客的心 / 043

感恩是一种生存境界 / 045

感恩是一种灵魂的洗礼 / 047

感恩是对有限生命的珍惜 / 050
感恩是对现在拥有的在意 / 053
感恩是永远对自己得到的心怀感激 / 055
感恩之心是成功的第一步 / 058
感激冤家和对手 / 060
感恩的心让我们谦卑 / 063

感恩是对赐予我们生命的人的牵挂

趁双亲还健在 / 068
感恩的心 / 072
感谢父亲的爱 / 075
感激父亲给予的惊喜 / 080
谢谢你做我的父亲 / 084
写不完的母亲 / 088
母亲的遗产 / 092
献给母亲的万寿菊 / 096
母爱的见证 / 099

感恩是对陌路关爱的震颤

今天是谁替你扎好了降落伞 / 106
用爱来感谢爱的传递 / 108
感激陌生人 / 113
幸存者的记忆 / 118
感激偶然的奇遇 / 121

感激一生受用无穷的善 / 126

感激生命的再生之德 / 129

及时地说一声“谢谢” / 135

感恩是真诚的奉献与付出

帮助别人是一种幸福 / 140

感恩之心 / 143

致谢之旅 / 145

真实的善良 / 148

自救即是给予 / 150

无价的付出与感激 / 152

能给予就不贫穷 / 156

爱的手臂 / 159

施恩不望报 / 161

上帝就是施与 / 165

春天的感恩 / 167

感恩是对人间温情的期待

偿还一杯牛奶 / 170

心中有桌永恒的筵席 / 172

人间情分是感恩 / 175

感激心海中的宝石 / 179

感谢陌生的柔情 / 182

感谢敌人的高贵 / 186

感恩是生命的效仿 / 190

感恩是相互的拯救 / 193

感恩是特别的谢礼 / 197

感恩是对天使的期待 / 199

感恩是滴水绵绵 / 202

感恩营造人间仙境 / 205





母亲

肖复兴

我总觉得妈妈的心脏会永远地跳动着，却从来没想到，妈妈会在有一天突然地倒下。妈妈，请您的在天之灵能原谅我们，原谅我们儿时的不懂事，而我永远也不能原谅自己。我知道在这个世界上，我什么都可以忘记，却永远不能忘记您给予我们的一切……

世上有一部永远写不完的书，那便是母亲……

那一年，我的生母突然去世，我不到八岁，弟弟才三岁多一点儿，我俩朝爸爸哭着闹着要妈妈。爸爸办完丧事，自己回了一趟老家。他回来的时候，给我们带回来了她，后面还跟着一个小姑娘。爸爸指着她，对我和弟弟说：“快，叫妈妈！”弟弟吓得躲在我身后，我撅着小嘴，任爸爸怎么说就是不吭声。“不叫就不叫吧！”她说，伸出手要摸摸我的头，我扭着脖子闪开，说就是不让她摸。

望着这陌生的娘儿俩，我首先想起了那无数人唱过的凄凉小调：“小白菜呀，地里黄呀，两三岁呀，没有娘呀……”我不知道那时是一种什

么心绪，总是忐忑不安地偷偷看她和她的女儿。

在以后的日子里，我从来不喊她妈妈，学校开家长会，我硬是把她堵在门口，对同学说：“这不是我妈。”有一天，我把妈妈生前的照片翻出来挂在家里最醒目的地方，以此向后娘示威，怪了，她不但不生气，而且常常踩着凳子上去擦照片上的灰尘。有一次，她正擦着，我突然向她大声喊着：“你别碰我的妈妈。”好几次夜里，我听见爸爸和她在商量：“把照片取下来吧！”而她总是说：“不碍事儿，挂着吧！”头一次我对她产生了一种说不出的好感，但我还是不愿叫她妈妈。

孩子没有一个是省油的灯，大人的心操不完。我们大院有块平坦、宽敞的水泥空场。那是我们孩子的乐园，我们没事便到那儿踢球、跳皮筋，或者漫无目的地疯跑。一天上午，我被一辆突如其来的自行车撞倒，重重地摔在水泥地上，立刻晕了过去。等我醒来的时候，已经躺在医院里了，大夫告诉我：“多亏了你妈呀！她一直背着你跑来的，生怕你留下后遗症，长大了可得好好孝顺她呀……”

她站在一边不说话，看我醒过来便俯下身摸摸我的后脑勺，又摸摸我的肚子。我不知怎么搞的，第一次在她面前流泪了。

“还疼？”她立刻紧张地问我。

我摇摇头，眼泪却止不住。

“不疼就好，没事就好！”

回家的时候，天已经全黑了。从医院到家的路很长，还要穿过一条漆黑的小胡同，我一直伏在她的背上。我知道刚才她就是这样背着我，跑了这么长的路往医院赶的。以后的许多天里，她不管见爸爸还是见邻居，总是一个劲儿埋怨自己：“都赖我，没看好孩子！千万别落下病根

呀……”好像一切过错不在那硬邦邦的水泥地，不在我那样调皮，而在于她。一直到我活蹦乱跳一点儿没事了，她才舒了一口气。

没过几年，三年自然灾害就来了，只是为了省出家里一口人吃饭，她把自己的亲生闺女，那个老实、听话，像她一样善良的小姐姐嫁到了内蒙古。那年小姐姐才18岁，我记得特别清楚，那一天，天气很冷，爸爸看小姐姐穿得太单薄了，就把家里唯一一件粗线毛大衣给小姐姐穿上，她看见了，一把给扯了下来：“别，还是留给她弟弟吧，啊！”车站上，她一句话也没说，只是在火车开动的时候，向女儿挥了挥手。寒风中，我看见她那像枯枝一样的手臂在抖动，回来的路上她一边走一边叨叨：“好啊，好啊，闺女大了，早点寻个人家好啊，好！”我实在是不知道人生的滋味儿，不知道她一路上叨叨的这几句话是在安抚她自己那流血的心。她也是母亲，她送走自己的亲生闺女，为的是两个并非亲生的孩子，世上竟有这样的后母？望着她那日趋隆起的背影，我的眼泪一个劲儿往外涌。“妈妈！”我第一次这样称呼了她，她站住了，回过头来，愣愣地看着我，不敢相信这是真的，我又叫了一声“妈妈”，她竟“呜”地一声哭了，哭得像个孩子。多少年的酸甜苦辣，多少年的委屈，全都在这一声“妈妈”中融解了。

母亲啊，您对孩子的要求就是这么少……

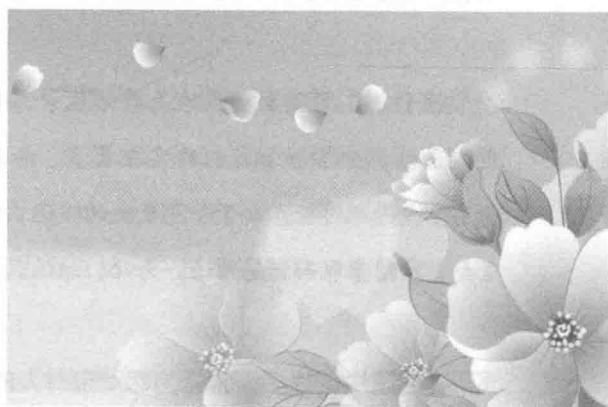
这一年，爸爸因病去世了，妈妈先是帮人家看孩子，以后又在家里弹棉花，攥线头，她就是用弹棉花攥线头挣来的钱供我和弟弟上学。望着妈妈每天满身、满脸、满头的棉花毛毛，我常想亲娘又怎么样？！从那以后的许多年里，我们家的日子虽然过得很清苦，但是，有妈妈在，我们仍然觉得很甜美，无论多晚回家，那小屋里的灯总是亮的，橘黄

色的灯光里是妈妈跳动的心脏。只要妈妈在，那小屋便充满温暖，充满了爱。

我总觉得妈妈的心脏会永远地跳动着，却从来没想到，我们刚大学毕业的时候，妈妈却突然地倒下了，而且再也没有起来。妈妈，请您的在天之灵能原谅我们，原谅我们儿时的不懂事，而我永远也不能原谅自己。我知道在这个世界上，我什么都可以忘记，却永远不能忘记您给予我们的一切……感激苦难的温情。



是对生命恩赐的领略



心债

生命的每一天都是礼物

生命的额外之物

莫忘致谢

感恩节的荆棘花

橡树的恩赐

陌路相逢的感动

感恩是美好的

心债

对于日日沉浸于世界的美丽怀抱中、享有了那么多的喜悦和幸福的我们来讲，世界给予我们的实在太多，而我们回报给世界的，却实在太少了。我们都对世界欠了一笔巨大的心债，然而我们却利用了世界的慷慨，至今仍继续索取而拒绝偿还。为此，难道我们不应感觉到于心不安吗？

在生活中，许多人常常抱怨上帝对人的不公：我没有更高贵的出身，没有更漂亮的外表，没有更炫人的学历；更令人气恼的是，我付出了百倍于人的努力，然而我得到的，却总比别人的少。生活待人为什么总是那么偏心呢？当我渴望成功时，我遭遇的却总是失败；当我渴望荣耀时，我所得到的却总是寂寞；而当我渴求金钱时，我所得到的却仍是贫穷。

我匆匆地来，匆匆地去，匆匆地活。当我们拥有时，我们总是埋怨自己得到的太少，缺乏的太多。当我们失去时，我们只记得自己一无所有，却忘记了我们曾经拥有过许多美好的事物。在这种“贪婪”的心态中生活久了，我们就会觉得：没有我们欠世界的道理，只有世界欠我们的。直到有一天，我读到如下一个震颤心灵的故事时，才忍不住沉思良久：

修道院位于一座山上，山下是广袤的农田，山北是蔚蓝的大海。

修女安已在修道院生活了 50 年，但至今辽阔的大海仍令她惊叹，