

抚慰情感的经典美文，也是温暖千万心灵、改变千万人生的励志故事

读世界
Read World

精选珍藏版

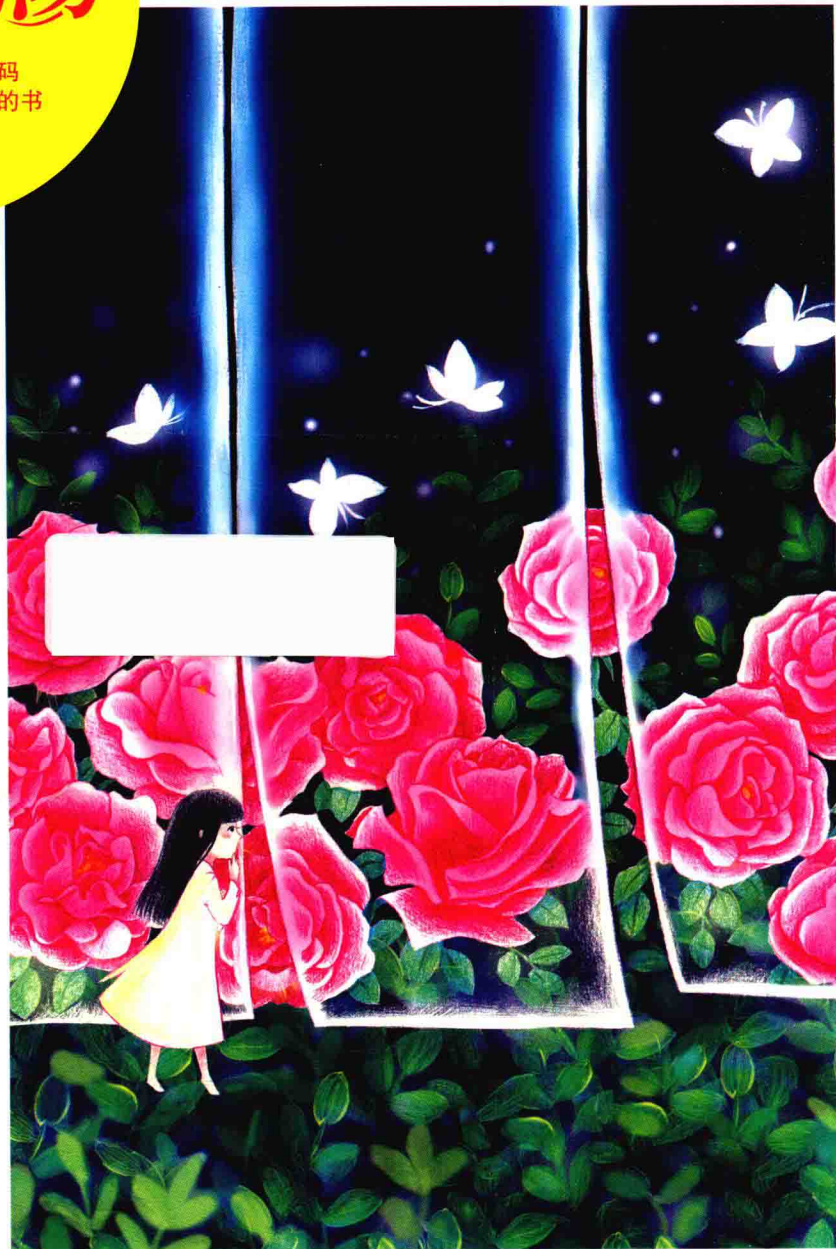
Chicken Soup
for the Soul
品读
心灵鸡汤

获得幸福的心灵密码
一本散发着点点亮光的书
为梦想插上翅膀

用励志的内容给你力量
用温暖的情感为你疗伤
用智慧的语言让你痛快阅读

陈晓辉
一路开花 / 主编

享受前所未有的心灵盛宴，
获得终身受用的人生智慧！



精选珍藏版



Chicken Soup
for the Soul
品读
心灵鸡汤

获得幸福的心灵密码
一本散发着点点亮光的书
为梦想插上翅膀

青春在左 阳光在右

陈晓辉 一路开花 / 主编

煤炭工业出版社

· 北 京 ·

图书在版编目 (CIP) 数据

青春在左 阳光在右 / 陈晓辉, 一路开花主编.

-- 北京: 煤炭工业出版社, 2017

(品读心灵鸡汤)

ISBN 978 - 7 - 5020 - 5858 - 6

I. ①青… II. ①陈… ②一… III. ①故事—作品集—中国—当代 IV. ①I247.81

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2017) 第 107583 号

青春在左 阳光在右

主 编 陈晓辉 一路开花

责任编辑 马明仁

编 辑 郭浩亮

封面设计 宋双成

出版发行 煤炭工业出版社 (北京市朝阳区芍药居 35 号 100029)

电 话 010 - 84657898 (总编室)

010 - 64018321 (发行部) 010 - 84657880 (读者服务部)

电子信箱 cciph612@126.com

网 址 www.cciph.com.cn

印 刷 北京凯达印务有限公司

经 销 全国新华书店

开 本 710mm × 1000mm^{1/16} 印张 14 字数 180 千字

版 次 2017 年 6 月第 1 版 2017 年 6 月第 1 次印刷

社内编号 8738 定价 28.00 元

版权所有 违者必究

本书如有缺页、倒页、脱页等质量问题,本社负责调换,电话:010 - 84657880

Contents

目录

Part 01

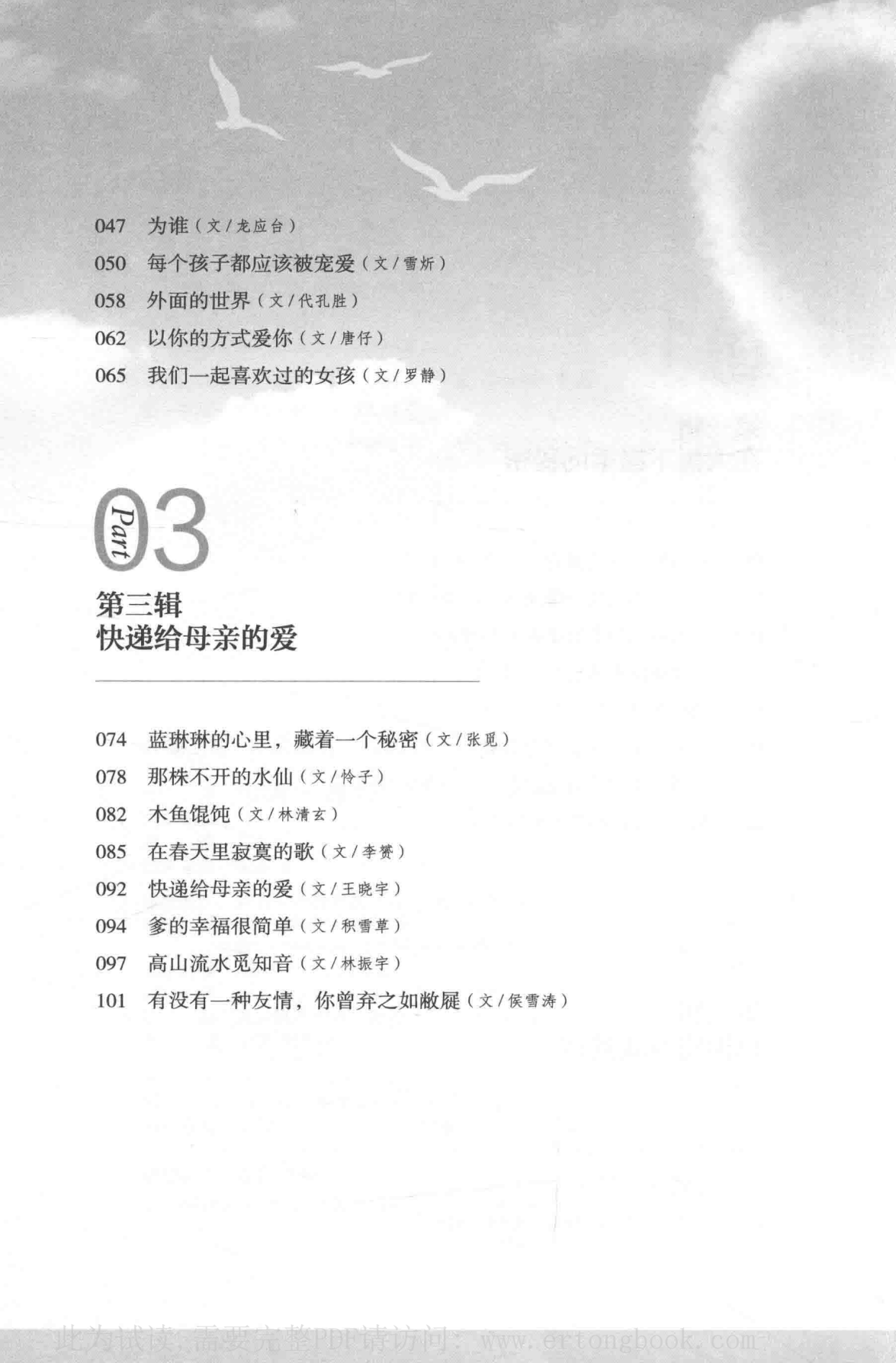
第一辑 在大树下温柔的秘密

- 002 让我的青春不寂寞（文/安一朗）
007 爱情，不是同一条河流（文/林玉椿）
011 在大树下温柔的秘密（文/柏俊龙）
018 不想被世界遗忘（文/邢占双）
021 爱的恒温（文/李曼）
024 让友情穿越这个寒冷冬季（文/罗光太）
031 一场夭折的“离家出走”（文/龙岩阿泰）
036 美丽与苍凉的手（文/闻明）

Part 02

第二辑 以你的方式爱你

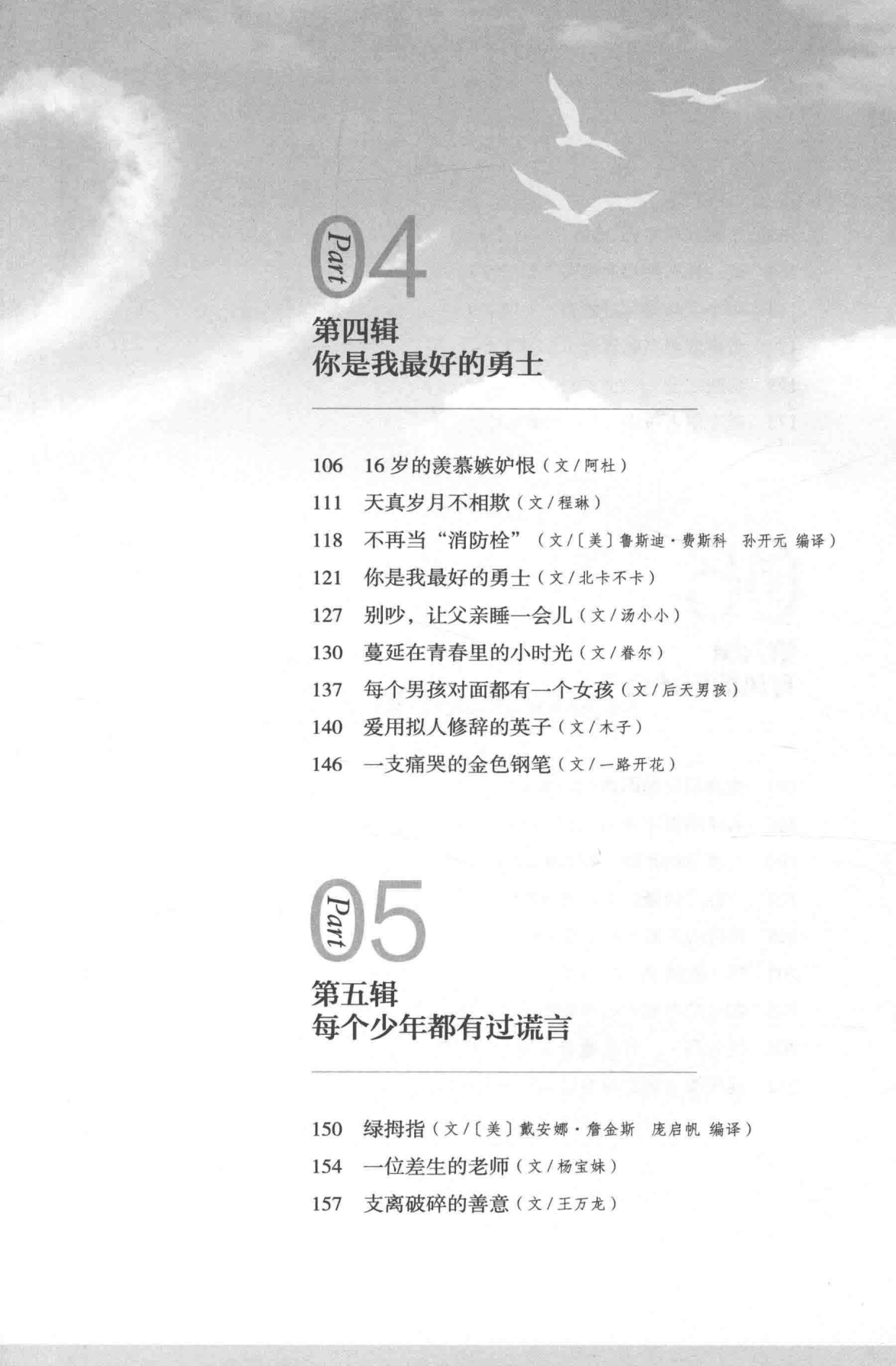
- 040 风雪夜归（文/杨晴）
042 千纸鹤的海（文/落辕）
045 那年 那人 那些事（文/黄志明）

- 
- 047 为谁（文/龙应台）
050 每个孩子都应该被宠爱（文/雪妍）
058 外面的世界（文/代孔胜）
062 以你的方式爱你（文/唐仔）
065 我们一起喜欢过的女孩（文/罗静）

Part 03

第三辑 快递给母亲的爱

- 074 蓝琳琳的心里，藏着一个秘密（文/张觅）
078 那株不开的水仙（文/怜子）
082 木鱼馄饨（文/林清玄）
085 在春天里寂寞的歌（文/李赞）
092 快递给母亲的爱（文/王晓宇）
094 爹的幸福很简单（文/积雪草）
097 高山流水觅知音（文/林振宇）
101 有没有一种友情，你曾弃之如敝屣（文/侯雪涛）



Part 04

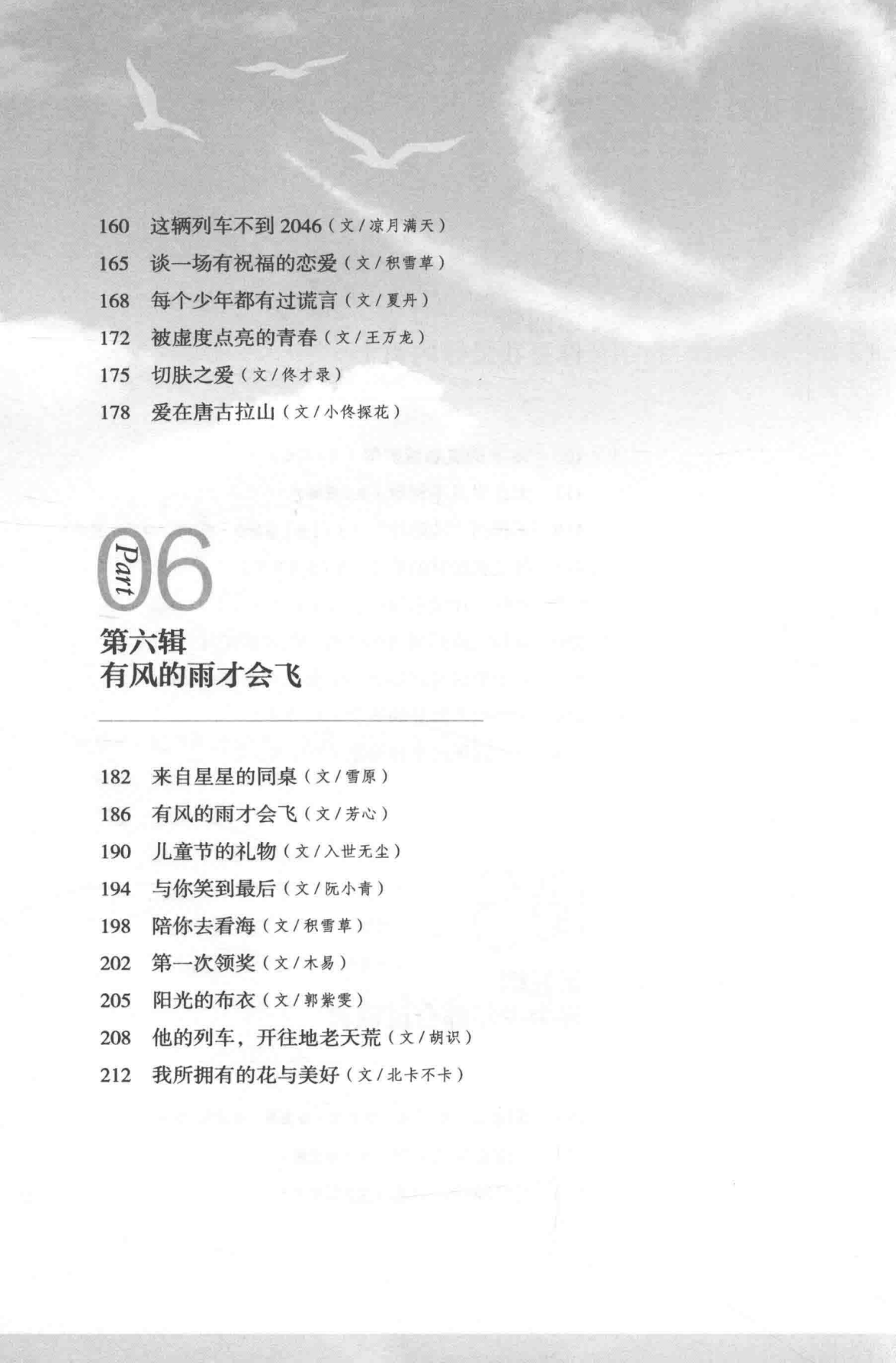
第四辑 你是我最好的勇士

- 106 16岁的羡慕嫉妒恨（文/阿杜）
- 111 天真岁月不相欺（文/程琳）
- 118 不再当“消防栓”（文/[美]鲁斯迪·费斯科 孙开元 编译）
- 121 你是我最好的勇士（文/北卡不卡）
- 127 别吵，让父亲睡一会儿（文/汤小小）
- 130 蔓延在青春里的小时光（文/眷尔）
- 137 每个男孩对面都有一个女孩（文/后天男孩）
- 140 爱用拟人修辞的英子（文/木子）
- 146 一支痛哭的金色钢笔（文/一路开花）

Part 05

第五辑 每个少年都有过谎言

- 150 绿拇指（文/[美]戴安娜·詹金斯 庞启帆 编译）
- 154 一位差生的老师（文/杨宝妹）
- 157 支离破碎的善意（文/王万龙）

- 
- 160 这辆列车不到 2046 (文 / 凉月满天)
165 谈一场有祝福的恋爱 (文 / 积雪草)
168 每个少年都有过谎言 (文 / 夏丹)
172 被虚度点亮的青春 (文 / 王万龙)
175 切肤之爱 (文 / 佟才录)
178 爱在唐古拉山 (文 / 小佟探花)

Part 06

第六辑 有风的雨才会飞

- 182 来自星星的同桌 (文 / 雪原)
186 有风的雨才会飞 (文 / 芳心)
190 儿童节的礼物 (文 / 入世无尘)
194 与你笑到最后 (文 / 阮小青)
198 陪你去看海 (文 / 积雪草)
202 第一次领奖 (文 / 木易)
205 阳光的布衣 (文 / 郭紫雯)
208 他的列车，开往地老天荒 (文 / 胡识)
212 我所拥有的花与美好 (文 / 北卡不卡)

在大树下温柔的秘密

为了不让彼此内心这么痛苦，为了安慰对方也为了安慰自己，他们在那条河流旁许下诺言：这辈子都是知己，永远不会忘了对方。无论世事如何变迁，无论岁月如何老去，他们都是对方最亲密的人，他们的心灵永远属于对方。



让我的青春不寂寞

文 / 安一朗

如果没有另一匹马紧紧追赶并要超过它，它就永远不会疾驰飞奔。

——奥维德

一

父母下岗后到市场摆摊卖菜，有空时，我会硬着头皮去市场替换一下父母，让他们歇一会儿。虽然我觉得有点难为情，但好在这里都没有人认识我。

没想到暑假里的一天傍晚，我正和妈妈一起卖菜时会遇见同学吴昕。她是我在班上最强劲的竞争对手，成绩与我不相上下。虽说同学两年了，但没讲过几句话，青春狂妄的年纪里，我们就像两只骄傲的孔雀，谁也不服谁，都有自己的小圈子。

没想到我在市场卖菜的秘密居然被她发现了，真是怕什么来什么！看见她时，我想躲已来不及了。她看到我，愣住了，眼睛睁得老大，嘴张得足以塞进一个肉包子。好半天后，她才惊讶地挤出一句话：“你在这儿卖菜？”我的脸瞬间涨得通红，气急败坏地说：“关你什么事？”

摊子前挤了几个买菜的大妈，她们挑挑拣拣，讨价还价。我心慌意乱，

再没有往日里的利索，低低瞥了吴昕一眼，在她脸上仿佛看到了两个字：奚落。

二

她果真把我在市场卖菜的事告诉了其他同学。有一天轮到我值日，自习课时，一个女生一直在与同桌说话，我走过去低声提醒她不要影响其他同学。那女生却仰起头，一脸不屑地指着我说：“你不就是一个卖菜的嘛，你以为你是谁呀？要你来管我？”

班上的同学闻声，齐刷刷地把目光集中过来，嘲讽、惊奇，各种目光交织在一起将我笼罩，我恨不得找个地洞马上钻进去。他们怎么也想不到一向张扬、自信的我居然会在闹哄哄的市场里卖菜。

我也傻了，脸上一阵发烧，连反击的语言都没有，心里有种撕裂般的痛楚。

吴昕听到后慌忙跑过来，阻拦那个与我吵嘴的女生再说出什么难听的话。她张了张嘴，似乎有话要说，但在她走向我时，我狠狠地推了她一下，她没防备，一个趔趄，整个人摔在地上，摔得仰面朝天。

“真野蛮！居然动手打人。你本来就在市场卖菜，难道是我说错了？”那个挑起是非与我争执的女生不适宜地火上浇油。几个女生扶起坐在地上哭泣的吴昕，不满地指责我，轻声安慰她，把我当成了空气。

我刚刚涌起的一点歉意即刻消失，只是在众多的指责声中我无力反驳。

三

我恨死了吴昕。

那段时间里，我成了一只闷葫芦，对谁也不愿意开口。对生活充满了厌倦，对身边的人也充满敌意。我的成绩开始一落千丈，还变本加厉地开



始逃课。

老师找我谈话，我低着头，一声不吭。从她焦虑的眼神中，我看得出她那恨铁不成钢的心痛。

吴昕再也不敢正眼看我，面对她我总是横眉立目，我身上仿佛一夜间长满了刺，一丁点小事就会惹得我大发雷霆。在学校是这样，在家里也是如此。

我执拗地坚持着自己的冷漠和孤傲，觉得全世界的人都亏欠我。夜里，我躺在床上，思绪如云。我一次次地回想那天发生的事情，那些嘲笑声、指责声仿佛还回响在耳边，泪水悄然滑落。

我没有看不起我的父母，我明白他们的辛劳是为了我，我只是不希望被同学知道他们是卖菜的，这有错吗？我也知道这是虚荣心在作祟，但十三四岁的年纪，谁不要一点面子？想到吴昕给我带来的伤害，我决定不原谅她。

每天坐在一起，我都不给吴昕好脸色看。她的成绩一如既往的好，而我已经对学习失去了热情，难以与她匹敌了。

四

有一天刚下课，她走过来，支吾着对我说：“殷子，对不起！上次的事情……”

她的声音很轻，但我听清楚了。

“看见你现在的样子，我很难过。我的本意不是这样的，我没有取笑你的意思，但我没想到事情最后会变成这个样子，对不起！是我考虑欠妥。”

我依旧不动，但眼角渐渐湿润。在这段被人孤立的日子里，在一次次逃课出去时，我只是用表面的冷漠来掩饰内心的惶恐和孤单。

吴昕走出教室时，塞给我一张折叠成纸鹤的字条。

“殷子，对不起！上次的事情是我的错，只是那不是我的本意。在市场看见你卖菜的那一刻，我对你充满了钦佩。我佩服你能够体谅父母的辛苦，并且身体力行地为他们减轻负担。最初我并不服你，把你当成学习上的劲敌，一直铆足劲和你竞争，但知道你课余时间常常去帮父母卖菜后，我觉得我们之间的竞争不公平，是我占了便宜。于是我把这事告诉给了几个要好的同学，希望他们的父母去买菜时，能够专门买你家的菜，这样你就能腾出更多的时间来学习……我没想到事情到了后来会那么深地伤害了你。对不起！”

我仰着头，紧紧地闭着双眼，生怕泪水一不小心就会滑落……

五

在解开心结后，我与吴昕成了无话不说的好朋友。

吴昕还在每个周末写完作业后陪我去市场卖菜，并且美其名曰体验生活。但我明白吴昕只是用她自己的方式，来表达她对我的尊重，还有对这份友情的珍惜。

有吴昕陪在身边，我在市场帮父母卖菜时再也不会难为情了。她热情洋溢的笑脸，甜甜的吆喝声，为菜摊引来了不少顾客，那些大爷、大妈一边挑菜，还会一边逗乐地询问我们是不是姐妹花？“是呀！是呀！我们是最好的姐妹花！”在我还不知道如何回答时，吴昕已经乐呵呵地说了。望着她如花的笑脸，我心里暖暖的。

我们是好朋友了，但在学习上，我们依旧是最强劲的对手，这方面一点都不含糊。

我喜欢这个对手，有她的存在，我斗志昂扬，精力充沛。就像吴昕说的：“对手，就是自己的另一只手，对对手最大的尊重就是竭尽全力地发挥



出自己最大的潜能。”

我尊重吴昕这个对手，因为她是她最好的朋友。有对手存在的青春，我们就不会寂寞。

选自《做人与处世》2015年第2期

青春里的进步，或多或少都充斥着攀比和不甘落后的意味，可是还有比自尊更重要的事情，那就是可贵的友谊之花。

爱情，不是同一条河流

文 / 林玉椿



不太热烈的爱情才会维持久远。

——莎士比亚

他和她相识在一场聚会中，两人几乎是一见钟情。当他们的目光相遇时，立刻就迸出了火花，内心涌起无尽的温暖。第一次见面，在众多的面孔中，他们几乎就已经确认对方就是自己的那杯茶。

当他们第三次见面时，他们就陷入了深深的热恋中。那晚，他们喝完啤酒颇有些醉意，然后悄然撇下其他人，走到深夜的大街上。两人的手有意无意地触碰，然后就紧紧地牵在了一起。

那晚，他将她按到墙边，深情地吻了她。她没有感到任何的意外，相反，她的眼神流露出了她对这美好一幕发生的期待。于是，一切感觉是那么亲切，一切感觉是那么温暖，一切感觉是那么和谐。他们的每一个牵手、拥抱、亲吻都可以令彼此血液沸腾又内心舒坦。

他们经常脱口而出的竟然是对方想说的话，于是很惊讶地说：“咦，我也正想这么说呢。”这样说完，彼此内心掠过一丝喜悦。他们也经常会异口同声地说出同样的话，然后彼此相视而笑：“咦，你怎么也这么说呀。”这样说完，彼此内心便涌起一股暖流。他们的内心是如此地相通，他心里在想什么，她总能感觉得到；她心里在想什么，他也总能知晓。

他们互相翻看对方的照片，惊讶地发现两人去过许多同样的地方，在同样的景点拍过照，甚至用了很相似的姿势。他们有一种相见恨晚的感觉。



他们毫无疑问地认为，这就是缘分，是上天安排了他们的相遇、相识、相爱。他们毫无疑问地认为，他们是天造地设的一对。

于是，他们爱得天昏地暗，爱得肆无忌惮，爱得目中无人，似乎全世界只有他们两个人，其他的任何存在都无关紧要。他们爬到半山上热烈地亲吻拥抱，他们来到大海边尽情地追逐嬉戏，他们在花前月下郑重许诺，他们在拥挤街头十指紧扣绝不松开，她对着大海喊出他的名字，喊出“我爱你”的热烈话语；他在她耳边呢喃细语，表达着他对她的绵绵情意。

他们最喜欢来到那条穿城而过的河流边，沿着那条河堤散步，说着爱情的甜言蜜语。他们对着河流发誓，这辈子都会好好珍惜这份难得的爱，这辈子永远都不会分开。

然而，他们最终还是分开了。

还是在那条河流旁。那天的夜晚，月光洒满大地，河水倒映着月光，波光粼粼。可是起风了，风吹得身上都是凉意。

“我们结婚吧。”她说。

他沉默了，良久，他抬起头：“可以等我三年吗？”

她的脸上写满了失望，两行清泪顺着脸颊流了下来。她摇了摇头，说：“女孩的青春等不起。”

于是，她选择回到了相恋多年的前男友身边，与前男友走进了婚姻的殿堂。

这样的分开，对于他们两个人，都是撕心裂肺的疼痛。很长很长的时间，这种心绞般的疼痛没有一丝减弱。只要一想到对方，就心痛得想号啕大哭。

为了不让彼此内心这么痛苦，为了安慰对方也为了安慰自己，他们在那条河流旁许下诺言：这辈子都是知己，永远不会忘了对方。无论世事如何变迁，无论岁月如何老去，他们都是对方最亲密的人，他们的心灵永远属于对方。

带着这样的幻想，她试着慢慢适应婚后的生活，他也试着慢慢接受她

已经结婚的现实。

他仍然像往常一样在网上跟她聊天，聆听她的心事。她尽情地向他倾诉着婚后的生活，诉说着与公公婆婆相处的烦恼，诉说着与丈夫生活观念的冲突。

对于那些鸡毛蒜皮的事，对于那些柴米油盐的事，他总是仔细地聆听，尽心地开导和安慰。可是慢慢的，他发现这种安慰再也不能像以前那样奏效了。以前，她心情不好时，他喜欢将她紧紧地拥在怀里，她的一切不开心立刻就烟消云散。可是现在，无论他说多少安慰的话语，他也明显感觉到无法消释她的烦恼。

后来，她有了孩子，工作和带孩子成了她生活的全部。她渐渐地和他越聊越少，偶尔在网上和他聊的，也都是她的生活，她的孩子。慢慢的，他发现她似乎不再关心他的生活，不再关心他的心情。以前，他有什么心事，遇上什么挫折和困难，她都会很敏感地发现，及时地劝慰。然而现在，即使他在网上的留言显示出他正遭遇不幸、创伤、挫折，她都没有任何一句关心的询问和安慰的话语。而这些，其他最一般的朋友都做到了。

渐渐的，他们在网上不怎么说话了，有时十天半个月也不说一句话。偶尔打声招呼，也不再有任何话题。

他明显地感觉到彼此之间已经筑起一层厚厚的隔阂，彼此之间正逐渐变得陌生，明显感觉到他在她心目中已失去了全部的地位。他忽然想起她以前说过的一句话：我爱你时你是一切，我不爱你时你什么都不是。现在，他知道，在她心目中，他已经什么都不是了。

他又来到了那条河流旁，眺望着这座宽广的城市，他深切地感到自己的渺小与悲哀。在这座城市的万家灯火中，隐藏在那水泥森林的格子间里，多少浪漫美好的爱情正在开始？多少山盟海誓的诺言正在粉碎？多少生老病死的无常正在发生？多少悲欢离合的故事正在上演？他想，其实自己只是这个世界上非常渺小的个体，上天又如何这么有心来安排这些故事的发生呢？以前一切的美好，不是天意，而是人愿。



他伫立在河边，望着缓缓流动的河水。他想起一句话来：人不可能踏进同一条河流。是啊，这条河，似乎与往日并没有什么不同，还是这样静静地流淌。但他知道，这已经不再是同一条河流，河里的流水不再是昔日的流水。昔日的流水早已远去，现在河里流淌着的，是陌生的水流。

而她，似乎与往日并没有什么不同，但他知道，这已经不再是同一个“她”。以前的她，血液里流淌着的是对他最热烈的爱，而现在的她，体内流淌着的却是对他的漠视与陌生。

不是同一条河流，不是同一个“她”，为什么还要把以前与自己相恋的“她”和现在已为人妻的“她”互相联系起来比较呢？为什么还要耿耿于怀放不下呢？所以，不要恨，不要遗憾，不要不甘心。过去的东西，就像河里的流水，永远无法找回。

把那段回忆好好地珍藏起来吧，那是自己生命中最美好的年华。在那段幸福的记忆中，有他，也有她，是互相深爱着的他们。但是现在，必须把回忆与现在割裂开来，把以前的她留在内心的那份美好中。忘了现在的她，因为以前那份爱情，与现在的她无关。

虽然有时心里还是会掠过一丝悲哀，但是，保存好以前那份美好的往事，任河流继续远去吧。让一切自然而然的事继续自然而然地发生，让永不停歇的岁月继续向前行走，又何须悲哀呢？于是，他也就慢慢释然了。

选自《语文报》2016年第33期

不管岁月如何溜走，我们的心里始终住着一个人。她不属于爱情，可是一想起来总是那么心疼。