

文摘珍藏版

GANWUSHENGHUO

感悟生活



① 体味自然的深情
 ② 抒写生命的灵光
 ③ 感悟生活的真谛
 ④ 倾听心灵的悸动

延边大学出版社

YANBIAN DAXUE CHUBANSHE



责任编辑：金永彪

责任设计：张沐沉

文摘珍藏版

感悟生活

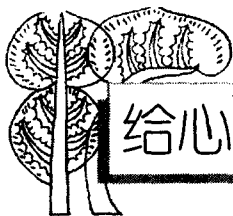
出 版 延边大学出版社
社 址 (吉林省延吉市公园路 105 号 邮编:133002)
印 刷 延边新华印刷有限公司印刷
发 行 全国新华书店
开 本 大 32 开(850×1168) 字 数 300 千字
印 数 1-5000 册 印 张 13.125 印张
版 次 2001 年 9 月第 1 版 2001 年 9 月第 2 次印刷
标准书号 ISBN 7-5634-1427-4/G·223
定 价 99.00 元(全五册)

(本书如发现印装质量问题请直接与承印厂调换)

个和木于 ●
人你柴你我
的的，我知
房影关，道
间子紧我有
一所知一
起有道个
来的怎冬
临门样日
窗点属
弥，燃
漫让起
在温
只暖
有
—



目录



给心情涂上颜色

生命不能绝望·····	孙 军(3)
搭起心灵的圣坛·····	刘元举(5)
一路平安·····	谢志强(6)
人不只是要生存下去·····	福克纳(8)
日子,每天都是新的·····	霜 枫(10)
有钱以后·····	夏 叶(12)
给心情涂上颜色·····	赵 冬(14)
把命运转换成使命·····	刘云清(17)
醒不了时就睡觉·····	路 漫(19)
创造幸运·····	简 捷(21)
选择坚强·····	大 卫(24)
我的对手钦佩我·····	西岭雪(27)
窗外的窥视·····	俞天白(31)
无须崇拜·····	任惠敏(34)
珍惜荣誉·····	潘文军(37)
相信自己·····	爱默生(40)

处境并非最重要·····	王菲(42)
拒绝天真·····	董 雯(44)
人和机会·····	思 乡(46)
活得真实·····	佟可竟(48)
人生咏叹调·····	圣 宗(50)
寻找幸福·····	霜 枫(51)
对自己说“不要紧”·····	安娅·贝特曼(53)
幸福不可比·····	山 山(55)
世界不再等待我们·····	罗 西(57)
给年轻的妻子·····	爱里诺·格兰(59)
舒展你的心灵·····	刘 墉(61)
不要珍藏爱情·····	杨耀红(64)
超然时刻·····	索格尔(66)
好福好运哪里来·····	柴 火(69)
寻找自己·····	维 群(73)
一颗善心·····	林语堂(75)
信任·····	卡 罗(77)
快乐原则·····	鲍 冬(79)

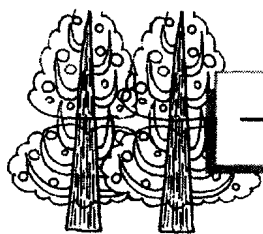
心存感动



初恋是一种永恒·····	阿 明(85)
--------------	---------

要先对别人说:你好!	詹妮/译(88)
不要说你爱我一无所有	笑悠然(90)
刻印	吴鸣(94)
女人无须证明	李晖(96)
你查字典了吗?	乔叶(100)
爱的感应	赵游侠(104)
听到一声“到妈妈那儿去”	阿毕(107)
心存感动	佟月姝(109)
岁月那边的日子	丁惠忠(112)
女大不中留	佚名(115)
爱情:小心轻放	张玉庭(117)
敢于说爱	洪烛(120)
眸上有心痕	七巧(122)
雨夜	白小易(126)
仁爱之心	安德烈夫(128)
夏日里最后一朵玫瑰	刘继明(132)
春天里的爱情故事	杨庆华(136)
过渡的青春	童素心(139)
无牵无挂的日子	小满(142)
礼物是一片爱心	巴巴拉·巴尔托奇(144)
千金一诺	张艳梅(148)
寄给我水仙花的女孩	张平治(150)
何谓真爱	醉舟(154)
爱是绝对不能放弃的	吉井顺子(156)
漂泊者的故乡	刘墉(158)

与生命的对话	尤 今(162)
抱着生命过海洋	程 武(165)
独白	席慕蓉(167)
心灯如月	谢新源(169)
亮在需要处	王安雄(173)
一路花香	栖 云(175)
爱情不是童话	邓 皓(177)
不说再见	艾 子(179)
笑着面对生活	孙玉茹(181)
只有爱才会教人去爱	敫 心/译(183)
云在青天水在瓶	黄朵朵(186)
为你终生守口如瓶	吴 言(190)



一 叶 一 菩 提

陌生人的红苹果	黄文婷(195)
磨难,人生的一份财富	许文红(197)
最后一道菜	胡永红(199)
女人怎么变得可爱	奥斯勒(201)
红发夹	董德勇(203)
爱的真味	楚 儿(206)
蓝色的连衫裙	佚 名(211)

呵护世界.....	林 森(214)
枫树的启示.....	王哲夫/译(216)
上帝睡着了.....	斯密特(218)
一言既出.....	爱 薇(221)
翅膀.....	宋绍荣(223)
世间最妙是书信.....	陈少华(225)
我为什么生活.....	罗 素(228)
享受“失去”.....	王书春(230)
一间房的家.....	子 敏(232)
简化生活.....	佟月妹(235)
自满与知足.....	赵淑侠(238)
情到深处.....	栖 云(241)
寂寞绽放.....	晓 荷(243)
我的位置在最高处.....	王建华/译(246)
沉 静.....	陇 东(248)
丧失中必有所得.....	周生祥(250)
好女如佛.....	柴 火(253)
生活是美好的.....	契诃夫(256)
吃亏成功术.....	子 敏(258)
悟.....	古 龙(261)
一叶一菩提.....	尤 今(263)
大山的花朵.....	王安雄(266)
门.....	莫 雷(268)
黄玫瑰的心.....	冯观富(271)
雪做的爱情.....	吉 丑(274)

自由与生命.....索尔·贝洛(277)

一只背袋.....米洛斯拉夫·茹拉夫斯(279)

泪水的咸味叫爱情.....栖云(282)



独味生活

平平淡淡也是真.....琼林(289)

给自己一个旁观的眼神.....佟可竟(291)

心宽常乐.....钟强(293)

独味生活.....艾明波(295)

错落的情结.....文茹(297)

愈无聊愈有趣.....傅浩(300)

想哭就哭.....邓皓(302)

等待生活.....阿尔·马丁内斯(305)

何必自寻烦恼.....倪辉祥(308)

天天有个好心情.....艾蒿(310)

何不做个生活的赢家.....黑幼龙(312)

开放的心.....孙曼玲(314)

与时间面对面.....麦李(316)

抛弃体面.....乔伟(318)

何必喜新不厌旧	陈秀中(320)
做梦的真实性	王 刚(322)
激情一时	黄玫瑰(324)
秋天,也是一种开始	段正山(326)
缘分	李 静(328)
不敢逗人笑	曹 云(331)
追寻简单	牟瑞彬(333)
度	星 竹(336)
享受生命的乐趣	许南泉/译(339)
瘦	洋 中(343)
音乐是一种心境	远 方(347)
爱如茉莉	映 子(350)

活着是一种美丽



太阳每天都从我的窗前升起	他 他(355)
脱去烦恼带回快乐	杨小宏(357)
没钱的日子	木 易(360)
求助的陌生人是天使	F·奥斯勒(365)
人贵自知	韩 文(367)

年老 比你想象的更慢·····	匿名(369)
怎样不负责任·····	倪 迅(370)
泪的重量·····	林 希(372)
大方地领情吧·····	弗多斯·坎佳(379)
爱情之后还有爱情·····	曾晓文(382)
珍惜弱点·····	姜维群(385)
没有白吃的午餐·····	桃乐赛杜伦(387)
活着是一种美丽·····	高 辉(389)
玫瑰陷阱·····	叶 南(392)
收拾心情·····	吕秀芳(394)
成功的梦想·····	王建清/译(396)
注意日期·····	布兰卡(399)
落花人独立·····	林小龙(402)
红袖添香·····	洪 烛(405)
琐事集·····	罗根·史密斯(408)

给心情涂上颜色





生活不是一帆风顺的，有时会四顾茫茫陷入绝境，又孤立无援，但只要坚持再坚持，是一定会会有一个意想不到的结局，不是绝望，是希望的结局。

—— 生命不能绝望 ——

◇ 孙 军

一群同学去游泳，我夹在其中，虽然我不会水。

游泳池四四方方，池水绿汪汪，太阳火辣辣。水深三米，我不敢下，光着脚坐在池边踢水，挺没意思。在同学们再三鼓励下才下了水。我双手高举过头，身子笔直地贴着池壁沉下，双脚着了地便猛一蹬，双手很轻松地冲出水面扒住了池边，很开心。如此几次，觉得很容易。于是让同学走开，自己玩。

忘记是第几次了，我沉下去再蹬上来，双手冲出水面扒池边。竟扒脱了！我跌入水里，双脚慌忙猛踩，用手乱抓，却抓不住池边。我挣扎着但无济于事，巨大的恐惧突然攫住我的心，我不敢再动，努力下沉。然而，很久很久，我的两脚空空的，脚尖依然探着水。我沉不住气了，慌急的用手抓摸池壁，池壁穿了光滑的衣服，滑了手，一点力也用不上。我慌急之极，又一次疯狂地挣扎起来，然而什么也碰不到，四周只有无边无涯的水。我几乎绝望了，脑子



一片空白。只有一个意念在我脑里闪现：下沉再下沉，一定能成一定能成。

然而，那无情无义强硬无比的水破开我的嘴唇，一口，再一口，一连灌了数口。我实在憋不住了，我要完了！我紧闭嘴唇坚持着，心里喊：“下沉吧下沉吧！”突然，脚触到硬物，不是水，那分明是坚硬的池地！终于，双脚平踩在那地上，猛一蹬冲出了水面，双手扒住了池边。我大口喘息，泪流满面。

喘定了，哭过了，我瘫在光洁的池边上，耷拉着眼皮环顾：池中男男女女，包括那些我熟悉的同学们，或游或戏，都欢声笑语，竟没有一个人注意我，更不会知道，就在这平静的池边，刚刚有人经历了一场生与死的搏斗。

想起来很后怕，那时我才十九岁。然而，从此我明白了：生活不是一帆风顺的，有时会四顾茫茫陷入绝境，又孤立无援，但只要坚持再坚持，或许，不，不是或许，是一定会有一个意想不到的结局，不是绝望，是希望的结局。

是的，生命不能绝望。



我觉得,若要有意义地去活,是需要在心灵中搭设圣坛的。这圣坛就是理想,就是毅力,就是追求!

——搭起心灵的圣坛——

◇刘元举

当你把天上的星星视为水中的鹅卵石;当你把少女的披肩视为伸展的柏油路;当你把一枚苍白的镍币视为一轮炽白的太阳,你的心灵还能有几许圣洁?

人都有过痛苦的时刻,也都有过惆怅和迷惘。这不要紧,只要你肯去寻找。寻找是为了解脱也是为了拯救。于是,乔达摩·悉达多告别了那瑰丽的庄园,在漫漫苦行中修炼出耀世的佛光。于是,梵高扑向了那片热烈的灼人的蒙特梅哲山去经受孤独的煎熬。如果摒弃迂腐和修饰,我也曾有过一次真正的寻找。

那是一个十分苍凉的季节,我孤身走向黄河源。无边无际的枯黄馈赠给我从未有过的生命活力,在一种体验与感悟中,我搭起了一座心灵的圣坛。那里没有人造的菩萨,没有香炉,没有紫气,但那里却有着丰富而激烈的生命哲学,有着足可以征服心灵的偶像。这偶像有多大,全在于圣坛搭设的工程量。

于是,我懂得了生活,懂得了作为人的本身,懂得了怎样去做。

我觉得,若要有意义地去活,是需要在心灵中搭设圣坛的。这圣坛就是理想,就是毅力,就是追求!



生人缄口不语,然而,心灵撞击的火花竟融在溢于言表之情中……

—— 一 路 平 安 ——

◇谢志强

他指着空位,问空位对面的中年男子:

“同志,这里有……有人没没有……”

中年男子摇了摇头。

他欣然落座。

列车启程时,他晃晃随身带着的扁形茶叶罐:

“来……来点吧?”

中年男子举起茶杯,表示:已经有了。

他朝中年男子笑笑,呷了一口茶,心里泰然了。他是第一次单独出差,因为他口吃得厉害,平时不肯出门,这次,厂里人手紧,他只得硬着头皮上路了。

车厢里,一片静谧,前前后后的座位,都由睡意笼罩着,此起彼伏的鼾声更加浓了这气氛。他脑海里一个闪念:不要乘过站了。

“现在是……啥……地方?”他问中年男子。

中年男子把脸偏向一侧,并排的一位青年说: