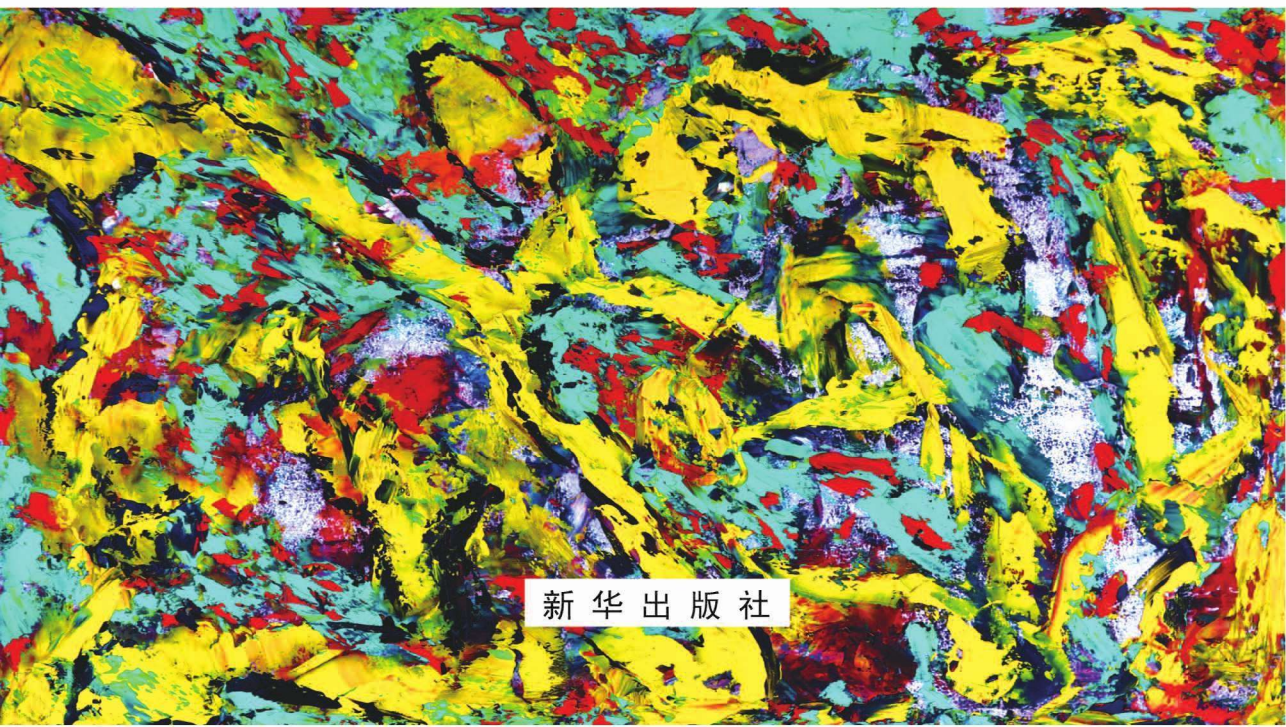


心灵之旅

王荣泰 王琳涵◎主编



新华出版社

图书在版编目(CIP)数据

心灵之旅 / 王荣泰, 王琳涵主编. ——北京: 新华出版社, 2015.6

ISBN 978-7-5166-1755-7

I. ①心… II. ①王… ②王… III. ①散文集—中国—当代 IV. ①I267

中国版本图书馆CIP数据核字(2015)第130296号

心灵之旅

主 编: 王荣泰 王琳涵

出 版 人: 张百新

选题策划: 要力石

责任编辑: 张永杰

封面设计: 马文丽

封面油画: 力 勇

责任印制: 廖成华

出版发行: 新华出版社

地 址: 北京市石景山区京原路8号 邮 编: 100040

网 址: <http://www.xinhupub.com> <http://press.xinhuanet.com>

经 销: 新华书店

购书热线: 010-63077122

中国新闻书店购书热线: 010-63072012

照 排: 尹 鹏

印 刷: 北京文林印务有限公司

成品尺寸: 170mm × 240mm

印 张: 22.5

字 数: 330千字

版 次: 2015年6月第一版

印 次: 2015年7月第一次印刷

书 号: ISBN 978-7-5166-1755-7

定 价: 42.00元

图书如有印装问题, 请与出版社联系调换: 010-63077101

序

梁 衡

什么是阅读，阅读就是思考，是有目的的，带着问题看，是一个思维过程。广义地说，人有六个阅读层次，前三个是信息、刺激、娱乐，是维持人的初级的浅层的精神需求，后三个是知识、思想、审美，是维持高级的深层次的精神需求。

一个经济体量巨大的国家，应该有与之相匹配的阅读生态。“一个不读书的民族，是没有希望的民族。”遍观周遭，浅阅读、碎片化阅读盛行，深阅读、慢阅读成为稀见之事。物质的繁荣替代不了精神的丰富，浅阅读也构建不起基础牢固的精神世界。人要多一些含英咀华来涵养自己。读文学，可以陶冶情操，滋养情怀；读历史，可以鉴古知今，明得失，知兴衰；读哲学，可以把握规律，增长见识。

心理学研究表明，一个人的思想意识、行为方式的养成，需要经历服从、

认同、内化三个阶段。习近平总书记这样谈读书的作用：“读书可以让人保持思想的活力，让人得到智慧启发，让人滋养浩然之气。”在今年的《政府工作报告》中，李克强总理说：“阅读作为一种生活方式，把它与工作方式相结合，不仅会增加发展的创新力量，还会增强社会的道德力量。”阅读对于每个人来说，都会持续释放出个人潜在的极大力量。

《中国剪报》创办 30 年的历程，记录着社会进步，文化发展的变迁，也是 30 年来社会阅读精神史的记录。

《中国剪报》经新闻出版署正式批准于 1991 年元旦创刊，在全国率先开发报刊信息资源、服务经济建设。次年 5 月，《中国剪报》编辑部迁至北京。

三十年来，《中国剪报》始终坚持“集千家精华，成一家风骨”的办报宗旨，立足主流媒体，把握正确导向，传递有效信息，传播适用知识，面向中老年读者。共刊发文章 30 万篇，文字总量 1.5 亿，发行总数达 16 亿份。为了适应中青年读者的需要，中国剪报社在 2005 年又创办了面向全国发行的《特别文摘》杂志。

《中国剪报》和《特别文摘》十分重视与读者互动，广泛征求读者对报刊的意见建议，自 1992 年以来已连续举办 23 届读者节活动，共投入资金 240 万元，参与人数达 45 万人次，获奖人数达 3.4 万，受到读者的普遍好评。中国剪报社还主动承担企业的社会责任，积极支持公益事业，先后在中国共产党早期领导人瞿秋白的纪念馆竖立“觅渡、觅渡、渡何处”的巨石文碑，在江西井冈山和云南大理捐建希望小学，向灾区捐款献爱心等，受到各界人士好评。社长王荣泰被中国报业协会授予“中国杰出报人奖”，报社荣获“中国报业经营管理奖”。

今年适逢《中国剪报》创办 30 周年。30 年来我一直是这张报纸的读者、

作者和朋友，见证了她的成长。现在，报社从《中国剪报》和《特别文摘》中精选出了近 3000 篇文章，编辑两套丛书共 16 本，既有经典美文，也有平凡故事；既有读史新见，也有百科揭秘；还有生活之道，健康智慧，等等。作为编辑部回报读者的礼物，也是向社会上所有关心过本报的人们的汇报。目前，“书香中国”“全民阅读”正方兴未艾。期望这两套丛书能为每个人的精神成长、社会文明增添新助力，贡献正能量。



目 录

心香一瓣

好好爱自己的心	李碧华	3
生命的道理	柯云路	4
代代都有一本难念的经	孙寿千	6
有点老也很美	积雪草	7
心老才是真的老	雪小禅	9
别样善良	苏 婴	12
爱在右手边	张丽钧	13
茶道即人道	流 沙	15

世界上谁最懂你	刘 丹	16
话到唇边顿一顿	吴汉玲	18
把出息收藏起来	傅春桂	19
生命中的三种人	蔡 成	22
读懂父母的思念	安 宁	23
感激生活之美妙	雪小禅	26
爱的艺术	阿波罗	29
每天身上揣着硬币	孙道荣	31
不一样的幸福	杨 晨	33
戈壁滩上的交通规则	杨子富	35



把微笑留给伤你的人	胡 杨	38
“目的”决定人生	张晓惠	40
感 动	胡守文	42
美德与善良	王立常	44
何谓成熟	邵道生	46
发现自己	何 蔚	48
安 详	王 蒙 蔡梗民	50
直面孤独	付淑芳	52
“寡欲”知福	李志友 一 铭	54
归去来兮	龙伏佑	56

寻找淡泊	王占信	58
悠闲的境界	刘宝田	60
人生何为福	殷栋梁 王占信	61
生活的滋味	彭 菲	63
幸福是什么	蒋子龙	65

逆旅寻欢

旧欢如梦	安意如	69
说话真是大学问	刘 墉	71



生活相对论	沈 岩 74	懒人没福	水 杉 90
丢不了的东西	周云龙 76	先做事，后做人	陈大超 92
识人如看葱	赵盛基 77	学会放弃	云中飞 94
人到无求品自高	金 庸 78	简单两字好辛苦	秦 俑 96
穷得有品位	吴淡如 80	承受尖刻	刘心武 98
别把快乐抱太紧	陈亦权 82	做情绪的主人	视亚平 100
干什么不要太像什么	杜 梨 84	漫说清闲	舒 展 102
鼻子与眼睛的组合	井延峰 85	朋友四型	余光中 104
好心情决定好生活	流 沙 87	阔人与窄人	张远山 106
反穿袜子	六月蛇 88	死亡问题	侯德云 高 运 108



活着的理由 白 玮 110

承受现实 匡语堂 112

乐为凡人 夏献成 114

说求缺 鲁 子 116

度 星 竹 118

要习惯于失去 何 平 张少波 120

生命的深处 王克楠 122

自寻快乐 聚 敏 石 英 124

拒绝承诺 杨玉洲 126

哪个位置属于你 王重阳 128

知道自己 司马非马 130

你不认识你自己 李 桦 132

有感于《时间自白》 张维芳 134

漂泊意识 侯 军 136

好的最终会被选择 秦时月 汪 慧 138

思维和联想 朱玉生 140

智慧男女

外遇都不叫幸福 吴淡如 143



你是谁便会遇上谁	张小娴	144	说她漂亮是毁她	荆 歌	163
聪明老婆不泼男人冷水	吴淡如	145	男人爱俗女	苏 芩	164
男人都曾是一块生铁	雨中漫步	147	大家闺秀的风范	杨慧卿	166
婚姻是一种缘分	傲 雪	149	折腾一生不如藏对一件	中 笑	168
发上等愿 结中等婚	林 蔚	151	青春是一道苦茶	胡子宏 陈德新	169
幸福拼的是姿态	李轶男	153	人生如船	郭 滨	170
幸福是个浑蛋	李景香	155	寂 寞	蒋家平	172
看透，但别说透	周 洲	157	风过人情	李 梅 孔令申	174
八十岁也要相信爱情	戈 娅	159	上帝公平	郭瑾芳	176
别跟女人讲逻辑	红袖网友	161	拒绝诱惑	方 平	178



气质论	余老樵	180
守住婚姻		182
老男人手腕上的劳力士	茉莉	183
男人不能跟女人一起做的事	夹子	185
武则天是个好妻子	风格的一种	187
林冲对爱不负责	陋岩	190
想看透男人，先看他身边的女人		
	陈屹	192
努力	龙德芳	193
生命之美	李清华	195

故事藏海

己所欲，施于人的分寸	吴稼祥	199
能受气，方成器	乔娟	201
另辟蹊径	聂延力	203
聪明不可滥用	林訥言	204
授人以鱼不如授人以欲	李愚	206
机遇面前慢半拍	仲达明	209
锋芒太露的人必败	丁晓霞	210
大气度能成事	东方尔	212



不要迷信自己的雅量	刘诚龙	214	善待人生	蒋光宇	232
江湖越老胆子越小	卫宣利	216	躺着睡觉的马	周海亮	234
万事开头易	刘心武	218	知识与能力	孙虹钢	236
请求赦免	周海亮	220	善听驶得万年船	何 谐	237
尊重每一个人	崔鹤同	223	让自己站到富人堆里	柏兴武	238
善良是我们的路标	感 动	225	有一种批评是甜的	李丹崖	239
微软的固执	郭 龙	227	狼不敢吃的羊	刘俊成	241
善心善果	姚轩杰	228	嫉妒是一盆火	唐剑锋	242
向前的狼和狗	李星涛	229	珍惜弱点	蔡梗民	244
该松手时就松手	唐 汶	230	寻找自己	维 群	246



思考的魅力	于宗信	杨晓威	248
为善，做人第一原则			
	白	木	一 铭 250
不贪与慎独		李永君	252
富贵亦读书	傅秀宏	蔡梗民	254
做人与凿井	文	章	陈岱荣 256
关于钱		谷南泉	258
幸存者的境界	李卫平	陆寿华	260
生活的变奏			263

方圆人生

修炼内功靠近贵人	琴 台	267
先舍后得	李 愚	269
人活一口气	威 少	271
就是你自己	袁 岳	272
做事要方做人要圆	王 玉	274
人生的弯道	王 涛	276
鱼不死网不破	苏潘云	277
宁为凤尾，不为鸡头	李 愚	279
人到何时最清醒	鲁 民	281



哄哄自己	张庆和	282	乘势而为与借势成功	吴稼祥	302
没有功劳就别谈苦劳	冯凡	284	说方道圆	田望生	304
后悔没有冒险	孙君飞	286	相信你自己	周东江	306
站出来才被看得见	晓蓉	288	一诺千金	贺震	308
坚忍是一副良药	刘绍龙	290	得失之间	艾丰	310
狡猾个性难成大器	陈铁	292	学会欣赏	思羽	312
聪明砸到脚	彭华强	294	人生的空白区	吕平 蔡纪新	314
先喝一杯冰水	孙道荣	295	人生不是冲刺	姜维群	316
最值得夸赞的是善心	施建霜	296	知足与欲望	龚屏 余斯明	318
总有一个人影响你一生	情结	298	但求无愧我心	白木 一铭	319
拿破仑为什么不逃跑	老东方	300	生命的空载	江岳 芙蓉	321



尊重痛苦	肖剑涛 孔令申	323
人生如尺	建 民	325
人生五字	涂光群 余同仁	326
生命的刻度	陈君华	328
锻炼忍耐	黄少平 周凤权	330
人生有规律可循吗	张伯钦	332

真话永不过时	潘多拉	334
人生意味着什么？	刘传广	336
直面人生是大境界	刘祖慈	338
不要惊世骇俗	罗 西 张永强	340

后 记	编 者	341
-----	-----	-----

心
香
一
瓣

