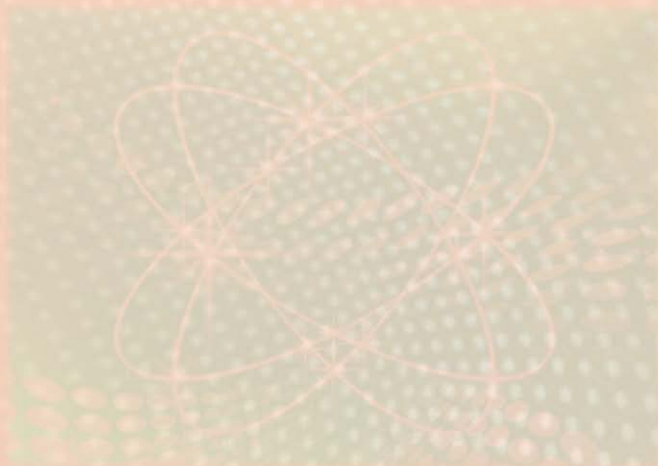


中华阅读文库

影响一生的心灵鸡汤

王书林 主编



延边人民出版社

图书在版编目(CIP)数据

中华阅读文库/王书林 主编.——延吉: 延边人民出版社, 2003. 9(2008. 9 重印)

ISBN 978-7-80698-059-0

I. 中... II. 王... III. 汉语—阅读—课外读物

IV. G634

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2003)第 088516 号

中华阅读文库——影响一生的心灵鸡汤

责任编辑: 肖玉梅

责任校对: 李秋根

版式设计: 李宏

王书林主编

延边人民出版社出版

(吉林省延吉市友谊路 363 号, <http://www.ybcbs.com>)

北京奥达福利装印厂印刷

延边人民出版社发行

700×1000 毫米 1/16 印张: 216 字数: 2400 千字

2008 年 9 月修订 2008 年 12 月第 2 次印刷

标准书号: ISBN 978-7-80698-059-0

全套定价: 240.00 元

前言

书的力量是巨大的，它可以引导人的一生走向成功。正是基于此，我们编著了《中华阅读文库》，作为读者朋友面对现实生活的一面旗帜，来感召、激励人生，共同朝着美好的未来前进。

人首先要认识自己，才可以认清世界。这些已经被中外智慧人士不断印证过了。他们的成功，正是因为有着矢志不移的追求；有着不可摧毁的意志；有着对痛苦等闲视之的心境。在一次次生活的坎坷与磨难中自我提升与超越，才使他们成就了自己，丰富了自己。

跨越时空的长廊，思索生命的意义；走进岁月的角落，寻找快乐的源泉。一滴水里有一个海洋，任生命之舟在波光里尽情荡漾，《中华阅读文库》为您缔造心灵的海洋；一朵花里有一个春天，任青春之花在春天里肆意绽放，《中华阅读文库》为您营造时光的春天。让广大读者在优美的文章中释放，在醉人的书香中感悟，通过文章点拨和自身领会，感悟人生百态，点亮生命的希望！

目 录

第一篇 神圣的目标.....	1
一本日记造就的漫画大师	1
原谅伤害你的人	3
琴声是最好的教育	3
伟大的俄罗斯体操名将.....	4
那棵大树叫什么名字.....	5
一只很特别的鸟	7
难忘的红色运动衫	7
老鞋匠的一张支票	10
从他人的过错中挖掘长处	12
一块质感上乘的石头.....	13
一株才华初露的幼苗.....	13
两尊大理石雕塑	15
福楼拜曾经的失败	16
用尽全部的力量	17
神圣的目标	18
投降并不是可耻的	19
家传之宝.....	20
把帽子扔过墙去	21
坚忍不拔的创业精神.....	22
美国电影史上的聋哑影后	24
屡遭打击的富兰克林.....	26
谅解可以产生奇迹	28
对孩子要有更多的宽容.....	30
一盒水彩笔指引了我的整个人生.....	31
面对吃羊的野狗	33
旅馆里的老鼠	36
一个女人的心愿	37
发现快乐幸福的眼光.....	38
狠心的电报.....	39
不要被贪婪蒙蔽住内心.....	41
克制自己.....	42
贪婪会让你毁灭	43
金仙子	44
得与失	45
一切都会在得意时失去.....	47

你可以改变环境	50
第二篇 真正的信任.....	52
世界足坛名将的童年.....	52
自己和别人的关系	53
视网膜效应.....	54
遇到狼的农夫与和尚.....	55
碑下的灵魂都在笑	57
要经过 3 个筛子筛选.....	58
第四十一个遇险者	59
什么才是真正的信任.....	61
能再说一遍你的名字吗.....	63
靠秤发的财.....	64
经常和父亲发生口角的小伙子	66
只会尊重你的选择	67
每年都破土而出的腊兰.....	68
一条危害人间的大蛇.....	70
束手就擒的野鸡.....	71
能栽培出最好玫瑰的大师	71
学会越过障碍	72
善意的欺骗.....	73
有甜有咸.....	74
夸奖“干净”	75
陌生的关爱.....	76
让你觉得并不陌生，蛋糕人生	78
当你们老成我的孩子.....	80
展开梦想的翅膀	82
只要上进的空间	84
艺术的故乡	85
挑战传统思维.....	87
恒者更具实力	89
第三篇 生命的运动.....	91
全力以赴向着梦想努力.....	91
静待复活的机会	92
自己亲手做的鸟笼子.....	93
一个普通邮差的职业精神	95
人的道德底线都化成了数字	96
救命的“弱点”	98
把碗晾干.....	99
生命运动是一次探险.....	100

南极的另一端.....	101
选择快乐就能快乐	102
第五个人.....	103
坦然面对失去.....	104
退回来的“路”	105
忏悔之语.....	106
失而复得的朋友	107
感恩一切.....	108
不是怕他.....	109
选定一把椅子.....	109
清理人生.....	111
鼓励更重要.....	113
漂亮的“秘方”	114
仔细地分析自己	114
有坚持才会有突破	116
先品尝失败.....	118
实现果断的真正价值.....	119
生命的林子.....	121
承担	122
敢于直言，也敢于付出代价	124
一棵树三堂课.....	125
冲出心理牢笼.....	127
不易得到才去争	128
第四篇 地狱与天堂.....	130
为快乐而工作.....	130
态度改变人生.....	130
笑对病魔.....	131
制服恐惧.....	133
一切取决于感受	133
眼睛在上面.....	134
人生需要减压.....	135
比宝石贵重的.....	137
只管发光.....	137
一块怀表.....	138
关于平静.....	139
比富人“富有”	139
活出自我.....	140
爱成绕指柔.....	142
幸福是一种感觉	143
风轻云淡.....	144

唠叨是爱.....	145
地狱与天堂.....	146
真诚不等于“实话实说”	147
不会骄傲的树.....	148
数学史上的一宗冤案.....	148
出什么事了.....	149
信任也是一种约束	151
一个很好的教训	152
一种名贵的花卉	154
一只小鸟的厄运	155
还没上任就贪污	157
无私的乔丹.....	158
治脚茧的药.....	159
不要让蛋糕烤焦	160
安第斯山脉的马铃薯.....	161
不速之客.....	163
端正爱的态度	165
爱是每一个细节	167
爱在身边.....	168
岁月的老酒.....	169
亲吻喜悦.....	171
快乐的电梯员	172
爱的邂逅.....	174
母爱的力量.....	175
梦想是人生的指南针.....	177
想象自己是穿越冰河的驯鹿	178
第五篇 生命的韧力.....	181
梅尔·布鲁克和路人.....	181
角色的需要.....	182
姓名状元.....	183
不胜利就没有生存	185
抽水机旁的水瓶	186
他找到了金戒指	187
品德上的“破绽”	188
一群人和一群猴	189
班固智斗强盗.....	190
生命的韧力比一切更坚强	191
沉默是金.....	192
礼貌就像油漆一样	193
找到别人的秘密	194

不要束缚自己的脚步.....	196
生不带来死不带去	197
突破内心的界限	198
朝闻道，夕可死	199
把蜡烛点起来	200
决定心情的并不是环境	201
消除内心的恐惧	203
会跳高的水牛	204
牛气的骆驼	205
你的病用什么治	206
更重要的是心态	207
抱怨解决不了问题	208
别让自己不开心	209
创造丰富的生活	210
碰运气的工匠	211
控制自己的脾气	213
过早被剪了毛的羊	214
98 岁的小学生	215
不要给自己留下遗憾	216
寻找自己的人生之路	218
即便面对死亡也不能逃避	219
财富有价而生命无价	220
为人不做亏心事	221
放弃了胜利	222
美国只能有一个总统	224
美国人的自制	225
野鸭子也是列队飞行	227
没道德的司机	228
瑞士洗盘子的规矩	229
这并不属于我	230
世界需要热心肠	231
失去的热心	233
心态决定快乐和悲伤	234
快乐藤需要快乐的根	235
一切都是最好的安排	236

第一篇 神圣的目标

一本日记造就的漫画大师

◆文/佚名

德国青年卜劳恩，又一次失业了。满大街地转了一天，依然没有找到工作。情绪极度低落的卜劳恩去酒吧坐了半天，直到将身上最后一块钱换了酒喝下肚后，才拖着疲惫的身躯回到家。可是，家里也不是天堂，他寄予厚望的儿子克里斯蒂安并没有给他争气，他的成绩单居然比上学期还退步了。他狠狠地瞪了克里斯蒂安一眼，再也不想跟他说话，便回到自己的房间呼呼大睡起来。

当卜劳恩醒来的时候，已是第二天早上。他习惯性地拿起笔补写昨天的日记：5月6日，星期一，真是个倒霉的日子，工作没找到，钱也花光了，更可气的是儿子又考砸了，这样的日子还有什么盼头？

卜劳恩来到小房间，打算叫儿子起床，但克里斯蒂安早已经自己上学去了。就在此时，卜劳恩突然发现，克里斯蒂安的小日记本忘记锁进抽屉了，于是便忍不住好奇地看了起来：5月6日，星期一，这次考试不太理想，但当我晚上将这个消息告诉爸爸的时候，他却没有责备我，而是深情地盯着我看了一会儿，使我深受鼓舞。我决定努力学习，争取下次考好，不辜负爸爸的期望。

怎么会是这样呢，自己明明是恶狠狠地瞪了儿子一眼，怎么就变成深情地盯着他看了呢？卜劳恩好奇地翻开了克里斯蒂安以前的日记：5月5日，星期天，山姆大叔的小提琴拉得越来越好了，我想，有机会我一定要去请教他，让他教我拉小提琴。

卜劳恩又是一惊，赶紧拿起自己的日记本来看：5月5日，星期天，这个该死的山姆，又在拉他的破小提琴，好不容易有个休息日，又被他吵得不得安生。如果他再这样下去，我非报警没收了他的小提琴不可。

卜劳恩跌坐在椅子上，半天无语。他不知道自己从什么时候起，竟然变得如此悲观厌世、烦躁不堪，难道自己对生活的承受力还不如一个小孩儿吗？

从此，卜劳恩变得积极和开朗了起来。他日记里的内容也完全变了：5月7日，星期二，今天又找了一天工作，虽然还是没有哪家单位肯聘用我，但我从应聘的过程中学到了不少东西。我想，只要总结经验，明天我一定能找到一份满意的工作。5月8日，星期三，我今天终于应聘成功了，虽然是一份钳工的工作，但我想，我一定能成为世界上最出色的钳工。

他，就是德国漫画巨匠埃·奥·卜劳恩。卜劳恩1903年3月18日生于德国福格兰特山区翁特盖滕格林村，曾经在工厂当过钳工，给报刊画过漫画，为书籍画过插图。而最广为人知的是他的连环漫画《父与子》。《父与子》的素材，大多来源于他和儿子克里斯蒂安在一起的日子。卜劳恩所塑造的善良、正直、宽容的艺术形象，深深打动了全世界读者的心。《父与子》被人们誉为德国幽默的象征。

后来有人采访卜劳恩问他：“听说是一本日记造就了您今天的大师成就，这是真的吗？”

卜劳恩说：“是的，确实是因为一本日记，但需要声明的是，那个大师不是我，真正的大师是我的儿子——克里斯蒂安。”

人生箴言

一个人只要具备善良、正直和宽容的性格，那么便没有什么困难能够压得倒他。宽容别人、宽容生活，就是宽容自己。

原谅伤害你的人

◆文/佚名

有人向大师请教：受人伤害了该怎么办。

“超越伤痛的唯一办法，就是原谅伤害你的人。”大师说。

“这样，未免太便宜他了！”

大师反问：“你真的相信，自己气得愈久，对他的折磨就愈厉害？”

“至少我不会让他好过。”

“假如你想提一袋垃圾给对方，是谁一路上闻着垃圾的臭味？是你。不是吗？”大师说，“紧握着愤恨不放，就像是自己扛着臭垃圾，却期望熏死别人一样，这不是很可笑吗？”

人生箴言

佛陀说：“以怨报怨，恨永远存在；以爱对恨，恨自然消失。”如果你想报复别人，最终受到伤害的必然是你自己，既然如此，何不更豁达一些、宽容一些呢？

琴声是最好的教育

◆文/佚名

一位世界一流的小提琴演奏家在为人指导时，从来不说话。每当学生拉完一曲，他总是把这一曲再拉一遍，让学生从倾听中得到教诲。

“琴声是最好的教育。”他如是说。

他收了一位名不见经传的新生，在拜师仪式上，学生为他演奏了一首短曲。这个学生很有天赋，把这首短曲演奏得出神入化、天衣无缝。

学生演奏完毕，这位大师照例拿着琴走上台。但是这一次，他把琴放在肩上，却久久没有奏响。他沉默了很长时间，然后把琴从肩上又拿了下来，深深地叹了口气，走下了台。

众人惊慌失措，不明白发生了什么事。这位大师微笑着说：“你们知道吧，他拉得太好了，我没有资格指导他。最起码在刚才的一曲上，我的琴声对他只能是一种误导。”

全场静默片刻，然后爆发出一阵热烈的掌声。

盛名之下的大师没有担心在大庭广众之下褒扬学生的高超会无形中降低自己的威信，他在拥有一流琴艺和一流师名的同时，也依然拥有磊落的胸怀和可贵的谦逊。这就是真正的大师。

人生箴言

真诚地发现和赞美别人的优秀之处，不怕自己丢面子，需要豁达的心胸；实际上，这样的人是不会丢面子的，他只能赢得更多的尊重。

伟大的俄罗斯体操名将

◆文/佚名

2004年8月23日，雅典奥运会男子单杠决赛正在激烈进行，28岁的俄罗斯名将涅莫夫第三个出场，他以连续腾空抓杠的高难度动作征服了全场观众，但在落地的时候，他出现了一个小小的失误——向前移动了一步，裁判因此只给他打了9.725分。

此刻，奥运史上少有的情况出现了：全场观众不停地喊着：“涅莫夫！”“涅莫夫！”并且全部站了起来，不停地挥舞手臂，用持久而

响亮的嘘声，表达自己对裁判的愤怒。比赛被迫中断，第四个出场的美国选手保罗·哈姆虽已准备就绪，却只能尴尬地站在原地。

面对这样的情景，已退场的涅莫夫从座位上站起来，向朝他欢呼的观众挥手致意，并深深地鞠躬，感谢他们对自己的喜爱和支持。涅莫夫的大度进一步激发了观众的不满，嘘声更响了。一部分观众甚至伸出双拳，拇指朝下，做出不文雅的动作来……

面对如此巨大的压力，裁判被迫重新给涅莫夫打了 9.762 分。

可是，这个分数不仅未能平息观众的不满，反而使嘘声再次响成一片。

这时，涅莫夫显示出了他非凡的人格魅力和宽广胸襟。他重新回到赛场，举起右臂向观众致意，并深深地鞠了一躬，表示感谢；接着，他伸出右手食指做出噤声的手势，然后将双手下压，请求和劝慰观众保持冷静，给保罗·哈姆一个安静的比赛环境。

涅莫夫的宽容，让中断了十几分钟的比赛得以继续进行。

在那次比赛中，涅莫夫虽然没有拿到金牌，但他仍然是观众心目中的“冠军”；他没有打败对手，但他以自己的宽容征服了观众。

人生箴言

真正的宽容豁达，比一块金牌更能体现奥林匹克的精神。

那棵大树叫什么名字

◆文/佚名

8 月中旬，科考队乘船来到哈苏里奥克土著旗部落，考察那里的风土人情。中午时分，我们把船停在离岸约 15 米的河面，准备吃饭。我看到一家土著人房后有一棵大树，样子很奇特。我以前从没见过，问船上的人，也没人知道树名。岸边有个中年土著妇女正在洗衣服，

一个小女孩儿在旁边玩耍，估计是她的女儿，六七岁的样子，皮肤黝黑，光着膀子，清晰的肋骨显示出营养不良。我请随行的翻译帮忙，他用土著语高声询问妇女，房后的大树叫什么名字，妇女显然听到了翻译的话，停下手中的活，抬头看了看我们，然后转身进屋去了。

过了一会儿，她从屋里拿出一个小塑料袋，交给小女孩儿。她对小女孩儿比划着，用手指着塑料袋，又指指我们。然后，小女孩儿跳进水里，左手托着塑料袋举过头顶，右手奋力地划水，向科考船游过来。

她过来索取小费，我立刻反应过来。因为事先看过一些资料，当地有这样的传统，别人为你提供了帮助或服务，就应该付小费，入乡随俗，我赶紧准备好零钱。

看看小女孩儿向我们游来，我开始担心她的安全，心中责怪那个狠心的母亲，仅仅为了一点小费，却让这么小的孩子冒险涉水，值得吗？

她还是顺利地游过来了。小女孩儿被我们拉上船，她的小脸已经涨红，微微喘着气，把手中的塑料袋交给我。

出乎意料，里面还装了一张小纸条，纸条的一角已经被水浸湿。上面写着一行字，我看不懂，把它交给翻译。

纸条上写着：我是哑巴，不能说话，我让孩子送来树名：大科里亚树。

人生箴言

为人处世宜宽厚豁达些，千万不要犯“以小人之心，度君子之腹”的错误。

一只很特别的鸟

◆文/佚名

过去，雪山上住着一只很特别的鸟，它的身体上同时长着两个头。奇怪的是，一个头经常能吃到香美甘甜的果子；另一个头却从来没有尝过美果的滋味，反而都吃到坏的、烂的果子。在一个暖风徐徐的晌午，鸟儿又飞向树林觅食。正当它停下来要享用果子的时候，没有尝过美果的这个头，生起了嫉妒心，嘀咕着：“真不公平，为什么我总是吃不到好东西！既然如此，今天不如吃个有毒的果子，以后你就再也不必吃了！”

另一个头听了，安慰道：“虽然我吃了好的果子，但最终我们都能一起吸收营养、同样得到好的体力啊！”

尽管这番好言相劝，想不开的那个头还是依然故我地吃下了那颗毒果，当然，结果就可想而知了。

人生箴言

嫉妒的心理就像一条毒蛇，它会因总是看到别人的优点而嫉恨异常。与其去破坏别人的良好处境，倒不如自己去努力争取，或改变自身的心境，乐观豁达地与人相处，使彼此都得到利益。

难忘的红色运动衫

◆文/佚名

康威老先生叫我去他那里一趟，他是我们家的邻居。他年事已高，而我猜想他叫我去无非是为了一件家务杂事，就像以前我妈妈叫我去做的一样，因为我已经长大了。

我到他家后，老先生叫我把他的一双旧鞋送到城里吉特勒先生的鞋店修理一下。

就在我等着他把鞋脱下来时，一辆小轿车开过来，一个男的带个小男孩儿从车里下来，想要点水喝。当我给他们递去盛满水的水杯时，小男孩儿身上的红色运动衫引起了我的注意。他看上去跟我的年龄差不多大，约 14 岁左右，运动衫也跟我的大小一样，但这是我所见到的最漂亮的一件运动衫，运动衫前面印着一只蓝色的仰着头的大角麋鹿。

小男孩儿正喝着水时，康威老先生养的两只小狗咬起他的鞋带来，小男孩儿转过身来和小狗一块儿玩起来。当小男孩儿与小狗玩熟时，我就大着胆子问他运动衫是从哪儿买来的，多少钱一件。他告诉我是城里的商店买的，货架上全是这种运动衫。

他们走了以后，康威老先生用报纸将旧鞋包好，从衣兜里掏出 1 元 4 角 5 分钱对我说：

“对不起，孩子，我没有零花钱给你了，实际上这是最后一点钱了。”

我夹着老先生的鞋往城里走时，他叫住我：“告诉吉特勒先生，你就站在那里等他修好；告诉他，我就坐在火旁等你回来。”

我一边走，一边想着那件红色运动衫。我回到家后，急切地告诉妈妈，那个小男孩儿身上穿的红色运动衫以及运动衫上印的骄傲的蓝色大角麋鹿有多棒。不一会儿，妈妈给了我 3 块钱——虽然看得出来她犹豫了片刻。

我到了城里后，先到小男孩儿告诉我的那家大商店，并找到挂着那件运动衫的柜台，毫不犹豫地用 3 块钱买了一件。出了商店我就穿上了。

我慢慢走着，心里充满了自豪。

在吉特勒先生的鞋店里，我将鞋子放在柜台上，他打开后检查了一下鞋子，然后转过身瞧着我，摇了摇头说：

“没法再修了，鞋底全坏了。”

我夹着那双旧鞋走出了鞋店。

我站在街角抱着鞋等了一会儿，我好像看到老人在他那小河湾旁的小屋里赤脚等着我。我瞥了一眼这双老人穿得不能再穿的破鞋子，我想那双鞋子可能是世界上他最亲近的东西了。

我开始在楼前徘徊。我又一次站在大商店的门口。我衣兜里只剩下1元4角5分钱。我把运动衫脱下走进商店。

“我打算不要这件运动衫了。”我告诉售货员，“我想买双跟这双旧鞋一样大小的鞋子，用这件运动衫的退款再加上1元4角5分。”

我向售货员说明为什么想要买这双鞋以及老人的鞋不能再修了。

“噢，我认识那位老先生，他来过几次。”售货员和颜悦色地说，“他常想要双软点的鞋子，我这儿还有几双。”

她转身拿出一个鞋盒，我看到盒子上的标价：4.5美元。

“我用这件运动衫再加上1元4角5分买了。”

售货员没说什么，她只是爬上去，拿下鞋盒，放进鞋子，用旧报纸将鞋盒包起来。

我将那件骄傲的仰着头的大角麋鹿运动衫放在柜台上，抱着鞋盒走出了商店。

当那间我熟悉的小屋进入眼帘时，我慢慢走着思考着，我想着一些稀奇古怪的想法和如何去对老先生讲。我记得妈妈说过，风暴过后总是阳光明媚，黑色的天空最易看星星，以及悲伤之后是快乐。

“吉特勒先生说你的鞋不能再修了，鞋底全坏了。”我一本正经地对老先生说。