

当你推开心灵小木屋的这扇门的时候，就会感觉到人生的温暖……

少年读者的智慧背囊 青年读者的心灵鸡汤
堪与《罗兰小语》、《萤窗小语》媲美的人生经典

一盏心灯

胡建文◎著

站在春天的阳光里，请与所有的鸟雀一起朗诵，请与所有的花朵一起歌唱——

人生，没有跨不过的季节；心灵，没有召唤不来的温暖。

大众文艺出版社

当你推开心灵小木屋的这扇门的时候，就会感觉到人生的温暖……

一盏心灯

胡建文◎著

站在春天的阳光里，请与所有的鸟雀一起朗诵，请与所有的花朵一起歌唱——

人生，没有跨不过的季节；心灵，没有召唤不来的温暖。

文丛文艺出版社

图书在版编目 (CIP) 数据

— 一盏心灯 / 胡建文著.

— 北京: 大众文艺出版社, 2006.6

ISBN 7-80171-803-8

I. — …

II. 胡 …

III. 人生哲学—青少年读物

IV. B821-49

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2006) 第 050365 号

大众文艺出版社出版发行

(北京市东城区交道口菊儿胡同 7 号 邮编: 100009)

北京市通县蓝华印刷厂印刷 新华书店经销

开本 880×1230 毫米 1/32 印张 8 字数 125 千字

2006 年 6 月北京第 1 版 2006 年 6 月 第 1 次印刷

印数: 1—5000 册

ISBN7-80171-803-8/B·43

定价: 20.00 元

版权所有, 翻版必究。

大众文艺出版社发行部 电话: 84040746

北京市东城区交道口菊儿胡同 7 号 邮编 100009



小木屋主人，中国制造，湖南新化出品。自幼读书习武，以笔为剑，化剑为笔，走南闯北，人称胡大侠，亦称剑客书生。

青春年少时在新化老家当过木匠，风华正茂时在湖南师大修行四载，大学毕业后在首都北京见过文化和商业的大世面。做过报纸、杂志，大型门户网站主编及专业房地产谈话节目主持人，现在高校执教。系湖南省作家协会会员，国际汉语诗歌协会会员。一生的追求是：财富自由，心灵自由；做人的原则是：善待自己，关怀他人，用心灵画出生命的美好。

作品上过《文萃报》、《人民文学》等大报大刊及漓江出版社，长江文艺出版社，春风文艺出版社出版的多种年度选本，得过全国新诗大赛一等奖、全国散文诗大赛校园诗星奖，湖南省报纸副刊作品年赛银奖等多种奖项，结集出版的有《寻梦的季节》、《青春就像一阵风》等书。文学创作之外长期以来潜心研究个人修身与励志成功学方面的课题，取得了一定的成果，在大陆及台湾出版相关编著数百万字，多次荣登全国畅销书排行榜前列。

心灵小木屋网址：<http://www.huajianwen.com>

新浪博客：<http://blog.sina.com.cn/m/hujianwen>

电子邮箱：wenjian0405@163.com



不管前一天发生了什么，不管夜里做的是好梦还是噩梦，每天清晨一醒来，我都要活动一下眼睛，然后把头转向曙色朦胧的窗外，露出一个会心的微笑。渐渐地，练习微笑就成为我生活中的一种习惯。笑过以后，我想起波兰诗人米沃什的一句话：“不管我曾遭受过什么样的苦难，我都忘了。”练习微笑，就是为自己点一盏心灯啊。



左起：归亚蕾、何娟、张义玉、胡建文

2005年12月22日那天，我陪张义玉老人走进了湖南卫视《爱星来了》北京演播室。录完节目下来，著名演员归亚蕾握着我的手说：“胡老师，你真伟大！”其实，真正伟大的不是我，是爱。人生因爱而美丽。所有的爱与关怀，都是我们为亲人，为朋友，为素不相识的陌生人点亮的心灯。

选题策划：经炳文化/胡长辉

责任编辑：阎世宏 崔晓华

封面设计：  湖北文化出版 84027415
www.ertongbook.com

湖南卫视著名节目主持人何娟倾情推荐

少年读者的智慧背囊
青年读者的心灵鸡汤

何娟



何娟与本书作者

自序

生活是一把锯子，在心上来回地锯，血迸出来，殷红一片。痛，但不能说，坚持的过程，即生命的意义。

这是我的一番最真实的心灵感悟。

最近两年，我看似“辉煌”的人生，实际上却是一片灰暗。很少有人知道，我平静的微笑下面，究竟埋葬了多少痛苦，多少悲伤。

人生变故，风雨沧桑。左一脚，右一脚，一路走来，艰苦备尝。如同穿越了一条长长的黑暗的隧道，我之所以能够笑着走出来，挺挺胸膛，站成一棵树的样子，那是因为，我的心中有光。

生命不能没有光。真正的智者，总是站在有光的地方。

太阳很好的时候，生命在阳光下奔跑。当太阳熄灭了的时候，还有那一轮高挂夜空的月亮。当月亮熄灭了的时候，还有满天的星星闪烁。如果有一天，星星也熄灭了，那就点一盏心灯吧，为自己，也为别人。

点一盏心灯，驱散灵魂的黑暗，照亮人生的漫漫旅程。



2006年2月27日写于湘西

目录

嘲讽的力量	1
换一个方向走	2
让出来的机会	3
造一轮太阳给自己	4
不是不可能	5
努力要趁早	7
进攻是最好的防守	9
人生三问	10
做自己的伯乐	12
珍藏感动	14
预习死亡	16
隐居湘西	19
自己的风景	21
初恋是一只美丽的小纸船	22
给自己一杯忘情水	24
选择执着	26
走过坎坷	27
生活	29
寻找那扇打开的窗	30
信任	32
拒绝开门	33

一盏心灯

目录 CONTENTS

在坚忍中等待春天	34
惯性亲情	36
惜缘	37
提醒自己	38
拼搏与征服	40
感悟四季	41
用心灵画出生命的美好	43
快乐其实很简单	45
绝望向左，希望向右	48
爱情留白	50
想唱就唱	51
写在岁末	53
证明自己	54
追求	56
想做一颗树	58
苦果	60
梦中的地方	62
甜蜜与苦涩	63
虚掩的门	64
生命的桥	65
放孩子一条生路	66
过年	69
摔跤	70
替他人着想	71
人生是一本书	72

目录 CONTENTS

逼自己去成功	73
生活，是很公平的	75
正视压力	77
寂寞与孤独	79
关于失恋	80
相信爱情	82
我要做个好儿子	85
把目光投向山顶	86
弯腰的姿势	88
煤渣	90
草	92
窗	93
有的人	94
走向大海	95
谦卑与狂妄	96
小草与巨石	97
纵身一跳	98
美丽的圈套	99
平凡与卓越	101
失败的成功	102
改变自己	104
热爱生命	106
墙不知道答案	107
心灵语丝	108
爱的感悟	111

一盏心灯

目录 CONTENTS

给心灵开扇窗	113
绝招与绝活	115
在乎自己	117
教母亲写字	119
圣诞树上的愿望	122
感受阳光	126
苦难是一所人生的大学	130
我当木匠	139
爬过大学这道坡	143
聊天记录	149
心灵散步	156
点亮心灯（后记）	239

现实生活中，我们每一个人都免不了受到别人的冷嘲热讽。所不同的是，成功者总能把嘲讽当做一块又一块砖头，码在前行的路上，失败者却将嘲讽砌成了一堵墙……

嘲讽的力量

我读高中的时候，有一位姓陆的语文老师，山里人，矮矮胖胖，普通得不能再普通。但他有个并不普通的理想：考上北京某名牌大学的研究生。在一个大学本科生都凤毛麟角的乡村中学，这个理想确乎是大了一点儿。

他考了一年又一年，分数总上不去。据说他考研的目的是为了从政，于是，暗地里笑他蚍蜉撼大树的同事们，便送给他一个“县长”的绰号。一些不太注意场合的同事，有时竟当着学生的面“县长”长“县长”短地喊个不停，喊得原本内向的他，脸从脖子红到耳根。

后来，他调走了。再后来，他终于圆了他的名牌大学梦。现在，已经获得博士学位的他，在一所名牌大学执教。虽然没有从政，但他无疑是很成功了。而促使他耐住寂寞坚持到最后的，也许正是那嘲讽的力量啊！

现实生活中，我们每一个人都免不了受到别人的冷嘲热讽。所不同的是，成功者总能把嘲讽当做一块又一块砖头，码在前行的路上，失败者却将嘲讽砌成了一堵墙……



心灵小木屋系列

人生，真的不能一条道走到黑。当遇到“此路不通”的境况时，最好早点换一个方向走。

换一个方向走

我的一位老师，曾经教过这样一个学生，考大学考了八年，真正的“八年抗战”。

他的家庭条件很苦，但幸运就是不肯垂青于他，每次都差那么几分上线。可以想见，读得胡子拉碴的他最后黯然离开学校的那一刻，是多么的痛苦和绝望。

命运终于有了转机。他回到农村，意外地受到乡党委的高度重视。因为八十年代的中国贫困农村，高中毕业生可是高学历青年啊。

他当了村长。接着又当了乡长、镇长，一路春风得意。

可见，人生，真的不能一条道走到黑。当遇到“此路不通”的境况时，最好早点换一个方向走。

在生命的途程中，有时候，美德往往比能力更重要，不是吗？

让出来的机会

朋友高中毕业后，到深圳去打工。

人生地不熟，他去了一个月都没找到合适的单位。眼看带来的钱就要花光了，他心急如焚。

他依旧天天跑人才市场，天天坐同一路公共汽车。因为找工作的人多如牛毛，这路车挤得不能再挤了。不过，他来回都是从起点站上车，每次都有座位。

那天，他又一次希望破灭，从人才市场沮丧而归。兜里只剩买一张回家的火车票的钱了，坐在拥挤不堪的公共汽车上，不禁黯然神伤。车到中途，上来一个衣冠楚楚的中年人，捂着肚子，脸色很不好，多半是胃病发作。但没有人注意他，更没有人给他让座位。

朋友离这位中年人站的地方较远，隔了好几个人。他还是决定把自己的位置让给他。中年人听到他的招呼，感激地笑笑，摆手谢绝了。

车又过了几站，朋友下车了。中年人也下车，笑着递给朋友一张名片：“小伙子，你是来找工作的吧？”朋友点点头。中年人接着说：“如果我没记错的话，今天你给我们公司投过材料。祝贺你，你被录用了，明天你来上班吧。我是公司的人事主管，直接来找我就可以了。”

就因为让了一次座位，命运便因此而改变。所以说，在生命的途程中，有时候，美德往往比能力更重要，不是吗？



心灵小木屋系列

无论你是幸运还是不幸，无论你生活在顺境还是逆境，你都没有理由不记住下面这句激励过千万人的名言：“我们总是为没鞋穿而苦恼，有的人没有脚，他在大街上微笑！”

造一轮太阳给自己

在我所供职的这所大学里，经常可以看到一位失去了一条腿的残疾学生，她拄着双拐，无论遇到谁，无论跟谁说话，都是一脸的灿烂。每次见到她，我的心里都会不自觉地萌生一种敬意，感受到一种生命的鼓舞。

这使我想起许多身康健的她的同龄人。他们面色阴郁地走在校园，有脚却步履沉重，有手却难得潇洒地挥一挥，他们拥有太阳，却整个儿生活在漫漫长夜里。为什么？因为他们自己挡住了自己的阳光！

在这个世界上，的确生活着这么两种人：一种人拥有阳光却感觉不到阳光的存在，一种人远离阳光却知道自己给自己造一轮太阳。结果可想而知，后者反而比前者生活得更好。

因此，无论你是幸运还是不幸，无论你生活在顺境还是逆境，你都没有理由不记住下面这句激励过千万人的名言：“我们总是为没鞋穿而苦恼，有的人没有脚，他在大街上微笑！”

李宁公司有句口号：“一切皆有可能！”一点没错，这世上没有奇迹，你就是奇迹。不管有多晚，行动起来，也许下一个奇迹的创造者就是你，真的，不是不可能！

不是不可能

复读机发明人钟道隆教授，45岁学英语，46岁当翻译，总结出英语学习逆向法，成为著名的英语教育专家。二十多年来，逆向法使成千上万人学会英语走向成功，逆向英语也成为最有影响力的全国性英语品牌之一。

钟道隆教授无疑是一个奇迹。而我的“老”同学刘家兴教授，更以76岁高龄，创造了一个不大不小的奇迹。

刘老生于1928年，现年76岁，是我在北京体育大学进修的同期同学，也是至今为止北体最年长的学生。刘老是哈尔滨体育学院的教授，已经退休。关于他为什么这么大年纪还来学习，刘老跟我们说了两个理由。一是老伴刚刚过世，对于他本人来说，这是一段危险期，年老脆弱的生命，难免抵挡不住悲伤和孤独的侵蚀；二是自己虽然已经是教授了，但总觉得这一辈子还有很多问题没有弄懂，他想自己活一天就要学习一天，在生命走向终结之前，要尽可能多明白一些问题，少留下一些遗憾。

至今记得当时已74岁的刘老最喜欢坐前排，记笔记最认真，回答老师的问题也最积极。在学位班里，他也应该是旷课缺课最少的一个，因为即使人数再少，我总能看到刘老端坐在讲台下认真地听课。

那天浏览北京体育大学网站，无意间看到刘家兴老人通过硕士学位论文答辩的消息，不禁感慨万千。网站上有刘老答辩时的照片，也有答辩后他跟导师王安利教授的合影。清瘦的面容，稀疏的



心灵小木屋系列

白发，以及镶嵌在目光和笑容里的那一种不老的精神，我是再熟悉不过的了。对于刘老，我一直怀有一种深深的敬意，而今天，这种敬意尤为强烈，如滚滚海潮冲击着我的心扉。刘老用他智者的言行告诉我，不要为自己的平庸寻找任何自以为合理的借口，不管做什么事情，只要你想做就做，那么，年龄再大也不会晚！

人生啊，为什么总是要在行将失去的时候才懂得珍惜呢？为什么总是要在失去之后让自己去后悔呢？我感到惊讶，当一个一个年轻人都显得老气横秋不求上进的时候，76岁的刘老反而活出了年轻人的风采！这究竟是因为什么？

这段时间，我也在努力地学习英语。相对于十几岁的青少年来说，我是已经老大不小了，但大我一倍的刘老可以创造人生的奇迹，我为什么不能？

李宁公司有句口号：“一切皆有可能！”一点没错，这世上没有奇迹，你就是奇迹。不管有多晚，行动起来，也许下一个奇迹的创造者就是你，真的，不是不可能！