

心灵甘泉

智慧生出三种果实：
善于思考，善于说话，善于行动。

尘世是惟一的天堂



不应该贪图那些不属于自己的东西，而应该满足自己所有的东西。将自己与那些更不幸的人比一比，想想他们的痛苦，你就会庆幸自己的命运比他们好多了。

——【古希腊】德谟克利特

尘世是惟一的天堂

我是幸福的，惟一觉得美中不足之处，是没有让大家都像我也幸福。

——〔苏联〕普里什文

责任编辑 / 赵增越

图书在版编目(CIP)数据

心灵甘泉/刘桃主编. - 北京:中国档案出版社,
2004.5

ISBN 7-80166-417-5

I. 心… II. 刘… III. 散文-作品集-世界

IV. I16

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2004)第 026119 号

XIN LING GAN QUAN

出版/中国档案出版社(北京市西城区丰盛胡同 21 号)

发行/新华书店北京发行所

印刷/北京密云红光印刷厂

规格/880×1230 1/32 印张/26 字数 580 千字

版次/2004 年 5 月第 1 版 2004 年 5 月第 1 次印刷

定价 45.00 元(全套三册)

主编声明

这套《心灵甘泉》珍藏丛书由于时间仓促及手头资料所限,无法和每一位原作者都联系上。按规定出书之前著作权人和出版社签订出版合同,短时间内联系实在困难,首先致歉。为此请原作者见书后及时和我联系,以便及时寄样书和付稿酬。

地址:北京大学勺园邮件室 邮编:100817

刘桃 (收)



目 录

要怀着希望	阿莱桑德雷·梅洛/1
我现在就付诸行动	奥格·曼狄诺/3
细芽	列夫·托尔斯泰/6
那年,我们共同走过一座桥	小桥/9
上帝的答复	文燕/13
敬畏生命	张全民/16
人生问答	池田大作 松下幸之助/19
真正的勇气	凯西·豪茉莉/23
勇气	狄斯妮/29
平淡地生活	苏童/33
人生最好的教育	胡平/36
赤脚男孩的长征	辛西娅·克西/39
我们活在世上不为求人原谅	亦舒/45
人不只是要生存下去	福克纳/48
爱是没有条件的	张 青编译/50
我交给你们一个孩子	张晓风/55

善恶随想曲	罗兰 / 57
幸福不可比	山山 / 63
谢谢你给我的温柔	文莽 / 65
日历	冯骥才 / 70
百万英镑的忠告	大陟 / 75
如果	阿忆博士 / 77
让规则看守世界	陈全忠 / 82
一个人需要多少土地	列夫·托尔斯泰 / 86
树木	黑塞 / 95
六岁那年的圣诞节	弗洛伊德·德尔 / 98
家庭没有幸福是不可能的	刘燕敏 / 103
关于生活	邓怀念编译 / 106
最好的年龄	麦达德·赖茨 / 108
化悲痛为法律	刘燕 / 110
最感人的理想	蔡成 / 113
人人都有少年时	徐倩秋编译 / 115
黑酥油与白酥油	鲍尔吉·原野 / 120
15 岁的选择	傅祥友 / 123
那年我 18 岁	香子 / 127
岂只是幸福	罗兰 / 131
一片树叶	东山魁夷 / 136
孤独	亨利·大卫 / 139
善待“对手”	李智红 / 142





没有选择生活	忻之湄/146
永久的憧憬和追求	萧红/150
在黄土地上成长	陈洁/152
财富如何让快乐永恒	俞敏洪/160
世界上最遥远的距离	泰戈尔/165
曾经把爱关到门外	秦箏/166
犹太人的“扶贫”	严晓/170
最后的童话	柯云飞/172
心壶	司马攻/175
乡村生活	秦文君/178
说不完的话,走不完的路	胡建国/181
无情江湖有情天	西岭雪/187
我是世间一粒尘埃	李忠效/191
永远的牵挂	谭圣林/195
过滩谣	廖静仁/199
《飘》与昆德拉	张曼菱/203
只因为年轻啊	张晓风/207
小人物	牛车/210
谁入地狱	韩美林/212
格林斯潘放飞气求	陈志宏/216
不怕出丑敢于尝试	朱迪思·维奥特/219
巴甫洛夫很忙	姚伟雷/222
从三岁开始理财	叶运生 姚思远/224

别让自己更孤独	刘墉 / 227
生命的穿越	郝磊 / 231
快乐的来源	乔伊丝·布拉泽斯 / 235
听泉	东山魁夷 / 240
谢谢你来	詹姆斯·玛·肯尼迪 / 243
往事	冰心 / 247
结婚,我想要的不过就是你的棉衣	慧子 / 250
珍重生命	江袁弘 / 258
母亲致爱子	兰斯登·休斯 / 263
没有比信仰更重要的事	橡子 / 265





要怀着希望

你懂得生活吗？你懂，
你要它重复吗？你正在原地徘徊。
坐下，不要总是回首往事，要向前冲！
站起来，再挺起胸；这才是生活。
生活的道路啊；难道只有额头的汗水，身上的荆棘，
仆仆的风尘，心中的苦痛，而没有爱情和早晨？
继续，继续攀登吧，咫尺即是顶峰。
别再犹豫了，站起来，挺起胸，岂能放弃希望？
你没觉得吗？你耳边有一种无声的语言，
它没有语调，可你一定听得见。
它随着风儿，随着清新的空气，
掀动着你那褴褛的衣衫，
吹干了你汗淋淋的前额和双颊，
抹去了你脸上残存的泪斑。
在这黑夜即将来临的傍晚，

它梳理着你的灰发，那么耐心，缓缓。
挺起胸膛去迎接朝霞的蓝天，
希望之光在地平线上已经冉冉升起。
迈开坚定的步伐，认定方向，信赖我的支持
迅猛地朝前追去……

[西班牙]阿莱桑德雷·梅洛

陈光孚 译





只有行动才能使地图、法律、宝典、梦想、计划、目标具有现实意义。行动像食物和水一样，能滋润我，使我成功……

我现在就付诸行动

我的幻想毫无价值，我的计划渺如尘埃，我的目标不可能达到。

一切的一切毫无意义——除非我们付诸行动。

我现在就付诸行动。

一张地图，不论多么详尽，比例多么精确，它永远不可能带着它的主人在地面上移动半步。一个国家的法律，不论多么公正，永远不可能防止罪恶的发生。任何宝典，即使我手中的羊皮卷，永远不可能创造财富。只有行动才能使地图、法律、宝典、梦想、计划、目标具有现实意义。行动像食物和水一样，能滋润我，使我成功。

我现在就付诸行动。

拖延使我裹足不前，它来自恐惧。现在我从所有勇敢的心灵深处，体会到这一秘密。我知道，要想克服恐惧，必须毫不犹豫，起而行动，惟其如此，心中的慌乱方得以平定。现在我知道，行动会使猛狮般的恐惧减缓为蚂蚁般的平静。

我现在就付诸行动。

从此我要记住萤火虫的启迪：只有在振翅的时候，才能发出光芒。我要成为一只萤火虫，即使在艳阳高照的白天，我也要发出光芒。让别人像蝴蝶一样，舞动翅膀，靠花朵的施舍生活；我要做萤火虫，照亮大地。

我现在就付诸行动。

我不把今天的事情留给明天，因为我知道明天是永远不会来临的。现在就去行动吧！即使我的行动不会带来快乐与成功，但是动而失败总比坐以待毙好。行动也许不会结出快乐的果实，但是没有行动，所有的果实都无法收获。

我现在就付诸行动。

立刻行动！立刻行动！立刻行动！从今往后，我要一遍又一遍，每时每刻重复这句话，直到成为习惯，好比呼吸一般，成为本能，好比眨眼一样。有了这句话，我就能调整自己的情绪，迎接失败者避而远之的每一次挑战。

我现在就付诸行动。

现在是我的所有。明日是为懒汉保留的工作日，我并不懒惰；明日是弃恶从善的日子，我并不邪恶；明日是弱者变为强者





的日子，我并不软弱；明日是失败者借口成功的日子，我并不是失败者。

我现在就付诸行动。

我渴望成功、快乐、心灵的平静。除非行动，否则我将在失败、不幸、夜不成眠的日子中死亡。

成功不是等待。如果我迟疑，她会投入别人的怀抱，永远弃我而去。

此时。此地。此人。

我现在就付诸行动。

[美国]奥格·曼狄诺

安辽 译



人只有一个愿望——让所有人生活得好,让所有人幸福。而且他更想亲自去做,让所有人生活得好,而为了
让所有人永远生活得幸福愉快,他愿献出自己、自己的
生命。这就是爱,也只有这才是爱,人的生命就在于
此……

细 芽

爱就是生命本身。但是这个生命不是没有理智的、充满痛苦的、必将死亡的生命,而是幸福无限的生命。我们所有的人早就知道这一点。爱不是理智的结论,不是某种活动的结果,而是生命的愉快活动本身,它就在我们身边,我们大家从可以回忆起来的童年开始就知道这一点,一直到世界上的虚伪学说搞乱了我们的心灵,夺去了我们体验它的可能性。

爱不是对能增加人的肉体的短暂幸福的东西的偏爱,例如对挑选出来的某些人和事物的爱,而是对人之外的幸福的追求,它在人抛弃了动物性躯体的幸福之后仍留在人的心间。

活着的人中间有谁没有体会过这种幸福的感情呢?至少总会



有一次，尤其是在童年，当他的心灵还没有被虚伪搅混，生命还没有被虚伪淹没的时候，在这种情感中，人想去爱一切人：他的亲人、父亲、母亲、兄弟、凶恶的人、敌人，甚至狗、马、小草。人只有一个愿望——让所有人生活得好，让所有人幸福。而且他更想亲自去做，让所有人生活得好，而为了让所有人永远生活得幸福愉快，他愿献出自己、自己的生命。这就是爱，也只有这才是爱，人的生命就在于此。

这种包容着生命的爱，出现在人的心灵里，就像一株不显眼的嫩芽出现在与其相似的一大堆杂草的粗芽中一样，人们总是把各种性欲的杂草叫作爱。最初，人们自己会觉得这个细芽将来可能成为大树，树上将会落满小鸟，同所有别的芽苗完全一样。人们甚至还会更加偏爱那些长得快的杂草的芽苗，却让生命的惟一细芽枯死；然而更经常地发生的是更坏的情形：人们发现这一片芽苗之中有一棵真正的最有生命力的叫作爱的细芽，他们踩死它，开始培育另外的杂苗，并称杂苗为爱。还有比这更糟的：人们用粗鲁的手拔起这棵真正的细芽，高喊：“噢，它在这儿！我们找到它了，我们现在知道它了，我们要使它长大。爱！爱！多么高尚的情感，瞧，它就在这里！”于是人们栽种它，改良它，占有它，揉搓它，以至于细芽还没有长到开花时就死掉了。于是有人说：所有这些都是胡扯、荒诞、都是无聊的感伤。爱的嫩芽，在刚刚出现时是细弱的，是经不起摸碰的，只有长起来的时候，它才强大无比。上面说的那些人所做的一切只能使它遭殃。爱的细芽

所需要的只有一样，那就是不要挡住理智的阳光对它的照射，理智的阳光是惟一使它成长的东西。

[俄国]列夫·托尔斯泰





在时间的狂流中，我从来也没有忘记在深夜的天桥上交握的三双手，也不会忘记那座我们共同走过的天桥。因为迷失过，因为寻找过，所以那段经历会成为一个温馨的故事，常常入我梦帘……

那年，我们共同走过一座桥

晚上 11 点的乌鲁木齐街头依然热闹喧哗，在这个边疆城市，深夜的概念要往后延几个小时。我、洛小非、左虹三个人从严老师家走出来时，就像约好了似的，她们走在前面，我在后面的不远处跟着，若即若离地上了那条繁华的中山路。

灯火辉煌中，夜市的摊子摆得热火朝天，行人拥挤，洛小非下意识地拉住了左虹的手。怕失散？我轻蔑地哼一声，继续独自走路。走了一段时间却发现，她们在人群之中消失了！我踮起脚尖四下寻找，却只看见远远近近、密密麻麻的陌生人，不断有人从我身边穿过，就是不见她们俩的影子。我只好接着向前走，想到要在这样的时间独自穿过南门那条小巷子时，我有些慌乱