

名刊
卷首语
精 选
I

《报刊精萃》编辑部◎主编

MingkanJuanshouyuJingxuan

◎一场心灵的盛筵◎一本智慧的结晶◎一个卷首的豪华大盘点◎



I

《报刊精萃》编辑部◎主编

图书在版编目(CIP)数据

名刊卷首语精选 I /《报刊精萃》编辑部主编. —北京:中国时代经济出版社,2008. 1
ISBN 978 - 7 - 80221 - 543 - 6
(名刊主编精选作品)

I. 名… II. 报… III. 散文—作品集—世界 IV. I16
中国版本图书馆 CIP 数据核字(2007)第 201689 号

名刊主编精选作品
名刊卷首语精选 I
《报刊精萃》编辑部 主编

出版者	中国时代经济出版社
地 址	北京西城区车公庄大街 乙 5 号鸿儒大厦 B 座
邮政编码	100044
电 话	(010)68320825(发行部) (010)88361317(邮购)
传 真	(010)68320634
发 行	各地新华书店
印 刷	北京鑫海达印刷有限公司
开 本	787 × 1092 1/16
版 次	2008 年 1 月第 1 版
印 次	2008 年 1 月第 1 次印刷
印 张	14.5
字 数	230 千字
印 数	1 ~ 10000 册
定 价	28.00 元
书 号	ISBN 978 - 7 - 80221 - 543 - 6

版权所有 侵权必究



生命中总有一些东西教我们学会感动。它可以是一朵花，一阵风，一束阳光，一次偶遇的桃源风景；也可以是一句话，一本书，一个眼神，一次无私的伸手相助。

生活中总有一些东西教我们学会感悟。匆匆中，我们一直在探求生命的真谛，一直在思考人生的意义。我们有太多的理想要去实现，于是我们总是在路上，来不及观看路上的风景，来不及倾听内心的呼唤。好多时候，我们忘记了自己是谁，不知道来路，也不知道要归往何处。夜深人静，听着自己的呼吸，孤独到心痛，却还是不敢与自己的灵魂面对。这时我们盼望前行的路上能有一盏明灯指引，能有一位大师给我们开悟，能让我们负载过重的心轻装上阵。

生活中总有一些东西教我们学会学习。今天，这本书来了，它教我们收藏阳光，重捡笑容；它教我们内心纯静，自信坚定；它教我们活出尊严，活出智慧。是的，它是大师们的杰作，是经典中的经典，它是几十种国内知名刊物卷首的汇集，是滋养我们心灵的盛宴。

读它吧，在大师的指引下，让我们这些忙忙碌碌的俗人踏上圣人之路，给我们的心一个安静的去处。



人 生 篇

002◎ 人生的意义与价值	季美林
004◎ 人生如诗	林语堂
005◎ 我发过誓	肖复兴
006◎ 工作与人生	王小波
007◎ 阳光,是一种语言	雷抒雁
008◎ 谈生命	冰 心
009◎ 好日子怎么过	池 莉
010◎ 今天最好	原 野
011◎ 云和鸽子	羊令野
012◎ 绿色的心	赵咏鸿
013◎ 熟悉的地方没有风景	刘燕敏
014◎ 拿什么量度生命	必 须
015◎ 守住一颗宁静的心	刘巧丽
016◎ 宽容的美丽	罗 强
017◎ 求助自己	王文华
018◎ 人生的意思	郑海啸
019◎ 永不放弃你的希望	曾奇峰
020◎ 高处无雨	徐 静
021◎ 时间布	真水无香
022◎ 盛享人生的清凉	马 德
023◎ 春天已经来了	朵朵 等
024◎ 丰收的秘密	张建伟

- 026◎ 提干提坏了武二郎 慈 伦
- 027◎ 感谢生活 乔 叶
- 028◎ 人生只有使用权 吴 汾
- 029◎ 创造生活 包利民
- 030◎ 最优秀的人是你自己 纪广洋
- 031◎ 一盏明灯 于明扬
- 032◎ 人生两支笔 汪金友
- 033◎ 欲望 陆勇强
- 034◎ 生命的空隙 佚 名
- 036◎ 生命的责任 吴川安
- 037◎ 时间静止十点十分 佚 名
- 038◎ 自由与生命 索尔·贝格
- 039◎ 人生的试金石 乔希·罕兹
- 040◎ 人类的镜子 普里什文
- 041◎ 美 邦达列夫
- 042◎ 生活,也让别人生活..... 阿·叔本华
- 043◎ 岁月 沙巴·冯
- 045◎ 幸福的秘密 保罗·科埃略
- 046◎ 花 杰克·坎菲尔 马克·汉森
- 047◎ 最富有的人 维克多·罗梅罗
- 048◎ 快乐箴言 丹尼尔·罗宾斯
- 049◎ 青春常在 威廉·赫兹里特
- 050◎ 热爱生活 Henry David Thoreau
- 051◎ 你有没有虚度此生 李荷卿编译

智 慧 篇

- 054◎ 智慧之光 李国文
- 055◎ 对一朵花微笑 刘亮程
- 056◎ 梦结束的地方 栖 云
- 057◎ 忘我 琦 君
- 058◎ 两根沉木条 陈志宏
- 059◎ 我们都是赶车的人 孟庆德
- 060◎ 幻想与幻灭 关万维
- 061◎ 别太把自己当回事 尹玉生
- 062◎ 快乐 马明博



063◎ 别让灰尘落到心上	马良晓
064◎ 荷在水中站了	伍中正
065◎ 你不能施舍给我翅膀	张丽钧
066◎ 心的高原	华木兰
067◎ 深深一躬	王国华
068◎ 用切口证明自己	刘克升
069◎ 像珠穆朗玛一样长高	陈文中
070◎ 打扫一下心房	贾广利
071◎ 谁把快乐丢了	林 鸣
072◎ 珍惜宁静	周晶岐
073◎ 捐出好心情	吴 汾
074◎ 人对军人的挑战	王开岭
075◎ 一块豆腐的理想是什么	阎 涛
076◎ 留条后路给自己	李雪峰
077◎ “?”和“!”	尹爱科
078◎ 不可饶恕	蔡玉明
079◎ 秘密是一种黏合剂	星 竹
080◎ 心常常因细腻而伟大	摩 罗
081◎ 缩小梦想	赵俊辉
082◎ 遵守死去的诺言	佚 名
083◎ 满溪流水香	林新居
084◎ 特别的心理测验	席慕蓉
085◎ 谁敢,就赢	张晓风
086◎ 快乐的真谛	诺宾·基尔福德
087◎ 平静	詹姆斯·E·艾伦
089◎ 初雪	约·普利斯特利
091◎ 你为生存做些什么,我不关心	达纳·左哈 伊恩·马歇尔
092◎ 一心一意	安德烈·莫洛亚
093◎ 草莓	伊瓦什凯维
095◎ 最大胆的梦想也是可以实现的	沃尔克尼·依斯特万
097◎ 怎样活着	德漠克里特
098◎ 与你无关吗	三浦绫子
099◎ 自然和感伤	秋山骏
100◎ 乐在奋斗中	威廉·吉尔兰德
101◎ 你不必完美	哈罗德·斯·库辛

- 102◎ 心灵的简单 克里希那穆提
103◎ 鞋 布 朗
105◎ 偏见止于宽容 鲍尔吉·原野
106◎ 建造沙城堡 明 达
107◎ 心灵的镜子 刘宇婷

感 悟 篇

- 110◎ 心灵的空间 周国平
111◎ 黄铜的幽默 余秋雨
112◎ 心轻上天堂 毕淑敏
113◎ 非走不可的弯路 张爱玲
114◎ 发现快乐 夏天阳
115◎ 感受优雅 阿 利
117◎ 美丑 黄苗子
118◎ 别被淹没 星 竹
119◎ 给自己多点爱心 原 野
120◎ 一语惊心 邓 皓
121◎ 一笑而过 马国福
122◎ 最不准的天平 刘洪涛
123◎ 信念的力量 鲁先圣
125◎ 小幸福 今 文
126◎ 大象从不倒下 袁利霞
127◎ 水仙花开 华明玥
128◎ 受用一生的话 萧石心
129◎ 是什么束缚了人类 杨树培
130◎ 平和的心是金 刘燕敏
131◎ 快乐方程式 向 明
132◎ 摆渡 高晓声
133◎ 眼前,我感到一亮 王周生
134◎ 心中的圣人 雪 凡
135◎ 那一双手 莫小米
136◎ 永抱“必胜”之心 简 单
137◎ 墓碑上的空白 刘燕敏
138◎ 谁记得你曾说过的话 轻 木
139◎ 品位 寒双子



140◎ 52 张报纸	佚名
142◎ 煮雪	林清玄
143◎ 用心与感恩	释证严
144◎ 给你一颗漂亮的心	潘台成
145◎ 阳光下的时光	约翰·布莱德列
146◎ 让完美歇着去吧	J·沃尔特
147◎ 羽毛相同的鸟儿一起飞	苏珊·肖特
148◎ 雏菊	雨果
149◎ 幸福意味着自我满足	蒙田
150◎ 美	泰戈尔
151◎ 发自内心	皮耶罗·费鲁奇
152◎ 太阳	艾哈迈德·艾敏
153◎ 祈祷生活之根更深	菲利普·加利
154◎ 夜的声音	Donna Watson
155◎ 寂寞	梭罗
157◎ 培植善念	鲍尔吉·原野
158◎ 所有之上	保罗·科尔贺
159◎ 你见过那棵树吗	罗伯特·S·凯弗
161◎ 欢乐无价	万学
163◎ 没有错误,只有教训	许兰贞编译
164◎ 风暴之夜你能否安眠	刘俊成编译

情 感 篇

166◎ 此情可待成追忆	南怀瑾
168◎ 最好的爱情	安妮宝贝
169◎ 窗外的天空很蓝	高兴
170◎ 这也会过去	蒋光宇
172◎ 只能陪你一程	游宇明
173◎ 快乐的钥匙	洋洋
174◎ 爱着	张玉庭
175◎ 光阴的故事	张晓风
176◎ 练习快乐	流沙
177◎ 心安	王建兰
178◎ 收藏阳光	王尔山
180◎ 七颗安定	汤馨敏



181◎ 感恩	彭明榜
182◎ 人性的掌声	塞 林
183◎ 十二次微笑	秦 明
184◎ 知遇之恩	严丽萍
185◎ 当一块石头有了愿望	陆勇强
186◎ 爱的临界点是“6”	曹晓桅
187◎ 巴西总统的第一任老师	刘燕敏
188◎ 有效期限	游宇明
190◎ 我消化过一个沙漠	沙洲冷
191◎ 新德里的棕色阳光	夏小桔
192◎ 奔跑的豌豆	黑 白
193◎ 享受生命的春光	李海燕
194◎ 像她一样姿态从容	海 燕
196◎ 法兰克福的微笑	朱 砂
197◎ 做老师的理由	澜 涛
198◎ 母亲的抉择	程立祥
200◎ 妈妈的黄瓜头儿	王也丹
202◎ 光阴	赵丽宏
203◎ 情深似海	徐 莲
204◎ 一封中国人难以理解的信	孙守管
206◎ 心灵的呼唤	陈志宏
208◎ 感恩的轮回	管斌全
210◎ 爱恨	隐 地
212◎ 抚摸	凯文·威廉姆斯
213◎ 爱原来可以如此豁达	刘 墉
214◎ 爱是最好的老师	诺曼·文森特·皮尔
215◎ 论爱	雪 莱
216◎ 细芽	列夫·托尔斯泰
217◎ 这就是爱情	哈姆生
218◎ 友情	池田大作
219◎ 爱在爱中满足了	纪伯伦
220◎ 光和影的游戏	邓笛编译

名刊卷首语精选 I
MINGKAN JUANSHOUYU JINGXUAN





人生的意义与价值

人生的意义与价值在于对人类发展的承上启下、承前启后的责任感。

季羨林

时光流逝，一转眼，自己已经到了望九之年，活得远远超过了我的预算。有人认为长寿是福，我看也不尽然。人活得太久了，对人生的种种相、众生的种种相，看得透透彻彻，反而鼓舞时少、叹息时多。远不如早一点离开人世这个是非之地，落一个耳根清净。

那么，长寿就一点好处都没有吗？也不是的。至少对了解人生的意义与价值，会有一些好处。

根据我个人的观察，对世界上绝大多数人来说，人生一无意义，二无价值。他们也从来不考虑这样的哲学问题。走运时，手里攥满了钞票，白天两趟美食城，晚上一趟卡拉OK，玩一点小权术，耍一点小聪明。甚至恣睢骄横、飞扬跋扈，昏昏沉沉、浑浑噩噩，等到钻入了骨灰盒，也不明白自己为什么活这一生。

其中不走运的则穷困潦倒，终日为衣食奔波，愁眉苦脸、长吁短叹。即使是日子还能过得去的，不愁衣食、能够温饱，然而也终日忙忙碌碌，被困于名缰、被缚于利锁。同样是昏昏沉沉、浑浑噩噩，不知道为什么活这一生。

对这样的芸芸众生，人生的意义与价值从何谈起呢？

我自己也属于芸芸众生之列，也难免浑浑噩噩，并不比别人高一丝一毫。如果想勉强找一点区别的话，那也是有的：我，当然还有一些别的人，对人生有一些想法，动过一点脑筋，而且自认这些想法还是有点道理的。

我有些什么想法呢？话要说得远一点。当今世界战火纷飞、物欲横流，“黄钟毁弃，瓦釜雷鸣”，处在一个十分不安定的时代。但是，对于人类的前途，我始终是一个乐观主义者。我相信，不管还要经过多少艰难曲折，不管还要经历多少时间，人类总会越变越好，人类大同之域绝不会仅仅是一个空洞的理想。但是，想要达到这个目的，必须经过无数代人的共同努力。有如接力赛，每一代人都有自己的一段路程要跑。又如一条链子，是由许多环组成的，每一环从本身来看，只不过是微不足道的一点东西，但是没有这一点东西，链子就组不成。在人类社会发展的长河中，我们每一代人都有自己的任务，而且绝不是可有可无的。如果说人生有意义与价值的话，其意义与价值就在这里。

但是，这个道理在人类社会中只有少数有识之士才能理解。鲁迅先生所称之为“中



国的脊梁”，指的就是这种人。对于那些肚子里装满了肯德基、麦当劳、比萨饼，到头来终不过是浑浑噩噩的人来说，有如夏虫不足以语冰，这些道理是没法谈的。他们无法理解自己对人类发展所应当承担的责任。

话说到这里，我想把上面说的意思简短扼要地归纳一下：如果人生真有意义与价值的话，其意义与价值就在于对人类发展的承上启下、承前启后的责任感。

[摘自当代中国出版社《季羡林谈人生》]



人生如诗

人生应该如恒河，气势恢宏而又豪迈地流向大海。

林语堂

我以为，从生物学角度看，人的一生恰如诗歌。人生自有其韵律和节奏，自有其内在的成长与衰亡，人生始于无邪的童年，经过少年的青涩，带着激情与无知、理想与雄心，笨拙而努力地走向成熟。后来人到壮年，经历渐广，阅人渐多，涉世渐深，收益也渐大。及至中年，人生的紧张得以舒缓，人的性格日渐成熟，如芳馥之果实，如醇美之佳酿，更具容忍之心。此时处世虽不似先前那么乐观，但对人生的态度趋于和善。再后来就是人生迟暮，内分泌系统活动减少。若此时吾辈已经悟得老年真谛，并据此安排残年，那生活将和谐、宁静、安详而知足。终于，生命之烛摇曳而终熄灭，人开始永恒的长眠，不再醒来。

人们当学会感受生命韵律之美，像听交响乐一样，欣赏其主旋律、激昂的高潮和舒缓的尾声。这些反复的乐章对于我们的生命都大同小异，但个人的乐曲却要自己去谱写。在某些人心中，不和谐音会越来越刺耳，最终竟然能掩盖主曲；有时不和谐音会积蓄巨大的能量，令乐曲不能继续，这时人们或举枪自杀或投河自尽。最初的主题被无望地遮蔽，只因他缺少自我教育。否则，常人将以体面的运动和进程走向既定的终点。在我们多数人胸中常常会有太多的断奏或强音，那是因为节奏错了，生命的乐曲因此而不再悦耳。我们应该如恒河，学她气势恢宏而豪迈地流向大海。

人生有童年、少年和老年，谁也不能否认这是一种美好的安排。一天要有清晨、正午和日落，一年要有四季之分，如此才好。人生本无好坏之分，只是各个季节有各自的好处。如若我们持此种生物学的观点，并循着季节去生活，除了狂妄自大的傻瓜和无可救药的理想主义者，谁能说人生不能像诗一般度过呢？莎翁在他的一段话中形象地阐述了人生分七个阶段的观点，很多中国作家也说过类似的话。奇怪的是，莎士比亚并不是虔诚的宗教徒，也不怎么关心宗教。我想这正是他的伟大之处，他对人生秉着顺其自然的态度，他对生活之事的干涉和改动很少，正如他对戏剧人物那样。莎翁就像自然一样，这是我们能给作家或思想家的最高褒奖。对人生，他只是一路经历着、观察着离我们远去了。

[摘自《新东方英语》]



我发过誓

一个说出口的诺言就是一颗钉天的星，永远闪烁在自己的心头。

肖复兴

那只是一个私人之间的诺言，他却把它当成和自己的性命一样的重要。他像一个生死厮守的志士，也像是一个与世隔绝的隐士，隐遁在北大荒那片白桦林中。

我曾经在北大荒插过队，知道在那里出现过上海知青英雄金训华。那是1968年8月15日在北大荒发生的事情，为了抢救落入洪水中的国家财产——150根电线杆，金训华带领同样是上海知青的陈健跳入洪水中，奋不顾身去抢救。当营救他们的船开来，陈健抓住船身，却因筋疲力尽手被洪水打松，离开了船身。就在这生命的关键时刻，是金训华在后面使劲推了他一把，把他救上了船，而自己却被洪水卷走，永远失去了最宝贵的生命。那一年，金训华和陈健都才19岁。

想起了这段陈年往事，不仅是对金训华感到惋惜，更让我心头沉甸甸的，是陈健在金训华牺牲那一年的一个诺言。他说金训华是为救我牺牲的，我发誓要永远留在北大荒，为金训华守一辈子墓



地。他说了，也做了好多年，尽了心意，已经很不容易了，而且，并没有人在监督他一定要真的守一辈子墓地，相反，许多人都好心地劝他回上海。他摇头说不，他对金训华允诺了一个诺言，他得做到。如今，35年光阴过去了，19岁的陈健已经54岁，他一直坚守着自己的诺言，一直在北大荒、在那片白桦林中为金训华守墓，他说到了，也做到了。35年呀，人的一辈子能够有几个35年？一个人把一个诺言守住了35年，就是石头也能够感动得开花了。在35年中间，更何况他要面临妻子离婚、父亲病逝、自己的疾病等种种意想不到的苦难，以及所有知青大返城之后他自己所要面临的孤独。但是，陈健将一个说出口的诺言变成一颗钉天的星，永远闪烁在自己的心头和北大荒的空中。其实，那只是他和金训华一个私人之间的诺言，只是他一个自我良心的约束，他却把它当成和自己的性命一样的重要。他像是一个生死厮守的志士，也像是一个与世隔绝的隐士，隐遁在北大荒那片白桦林中。

是的，想起陈健，我不能不为他感动，感动之余，更是长长地怅然。我常常在想，如果我是陈健，我能够做到吗？为了当初19岁时的一个诺言，坚守35年漫长而寂寞的时光。

[摘自《中国青年》]

工作与人生

人的一生干什么都是好的，但要干出个样子来，这才是人的价值和尊严所在。

王小波

人从工作中可以得到乐趣，这是一种巨大的好处。相比之下，从金钱、权力、生育子女方面可以得到的快乐，总要受到制约。举例来说，现在把生育作为生活的主题，首先是不合时宜；其次，人在生育力方面比兔子大为不如，更不要说和黄花鱼相比较；在这方面很难取得无穷无尽的成就。我对权力没有兴趣，对钱有一些兴趣，但也不愿为它去受罪——做我想做的事（这件事对我来说，就是写小说），并且把它做好，这就是我的目标。我想，和我志趣相投的人总不会是一个都没有。

根据我的经验，人在年轻时，最头疼的一件事就是决定自己这一生要做什么。在这方面，我没有什么具体的建议：干什么都可以，但最好不要写小说，这是和我抢饭碗。当然，假如你执意要写，我也没理由反对。总而言之，干什么都是好的，但要干出个样子来，这才是人的价值和尊严所在。人在工作时，不单要用到手、腿和腰，还要用脑子和自己的心胸。我总觉得国人对这后一方面不够重视，这样就会把工作看成是受罪。失掉了快乐最主要的源泉，对生活的态度也变得灰暗……

人活在世上，不但有身体，还有头脑和心胸——对此请勿从解剖学上理解。人脑是怎样的东西，科学还不能说清楚。心胸是怎么回事就更难说清。对我自己来说，心胸是我在生活中想要达到的最低目标。某件事有悖于我的心胸，我就认为它不值得一做；某个人有悖于我的心胸，我就觉得他不值得一交；某种生活有悖于我的心胸，我就会以为它不值得一过。罗素先生曾言，对人来说，不加检点的生活，确实不值得一过。我同意他的意见：不加检点的生活，属于不能接受的生活之一种。人必须过他可以接受的生活，这恰恰是他改变一切的动力。人有了心胸，就可以用它来改变自己的生活。

中国人喜欢接受这样的想法：只要能活着就是好的，活成什么样子无所谓。从一些电影的名字就可以看出来：《活着》、《找乐》……我对这种想法是断然地不赞成，因为抱有这种想法的人就可能活成任何一种糟糕的样子，从而使生活本身失去意义。高尚、清洁、充满乐趣的生活是好的，人们很容易得到共识。卑下、肮脏、贫乏的生活是不好的，这也能得到共识。但只有这两条远远不够，我以写作为生，我知道某种文章好，也知道某种文章坏。仅知道这两条尚不足以开始写作。还有更加重要的一条，那就是：某种样子的文章对我来说不可取，绝不能让它从我笔下写出来，冠以我的名字登在报刊上。以小喻大，这也是我对生活的态度。

[摘自《一只特立独行的猪》]



阳光，是一种语言

每天和阳光对话，感受光明、温暖、向上、力量。

雷抒雁

早晨，阳光以一种最明亮、最透彻的语言和树叶攀谈。绿色的叶子，立即兴奋得颤抖，通体透亮。像是一页页黄金锻打的箔片，炫耀在枝头。而当阳光微笑着与草地上的鲜花对语，花朵便立即昂起头来，那些蜷缩在一起的忧郁的花瓣，也迅即伸展开来，像一个个恭听教诲的耳朵。

晴朗的日子，走在街上，你不会留意阳光。普照的阳光，有时像是在对大众演讲的平庸演说家，让人昏昏欲睡；到处是燥热的嘈杂。

阳光动听的声音，响在暗夜之后的日出，严寒之后的春天，以及黑夜到来前的黄昏。这些时刻，阳光会以动情的语言向你诉说重逢的喜悦、友情的温暖和哪怕是因十分短暂的离别而产生的愁绪。

倘若是雨后的斜阳，彩虹将尽情展示阳光语言的才华与美丽。赤、橙、黄、绿、青、蓝、紫，远处的山根，腾空而起，瞬间飞起一道虹桥，使你的整个身心从地面立刻飞上天空。现实的郁闷，会被一种浪漫的想象所消解。阳光的语言，此刻充满禅机，让你理解天雨花，石点头，让你平凡生活的狭窄，变成一片无边无垠的开阔；让你枯寂日子的单调，变得丰富多彩。

可这一切，又是一种语言。你不可以将那金黄的叶子当成黄金；江河之上，那些在粼波里晃动的金箔也非真实；你更不要去攀缘那七彩的虹桥，那是阳光的话语展示给你的不可捉磨的意境。瞬间，一切都会不复存在。可是，这一切又都不是空虚的，它们在你的心中留下切切实实的图画，在你的血管里推涌起浪潮，在你耳边轰响着不息的呼喊，使你不能不相信阳光的力量和它真实的存在。

和阳光对话，感受光明、温暖、向上、力量。即使不用铜号和鞞鼓，即使是喁喁私语，那声音里也没有卑琐和阴暗，没有湿淋淋的、怯懦者的哀伤。

你得像一个辛勤的淘金者，从闪动在白杨翻转的叶子上的光点里把握阳光的语言节奏；你得像一个朴实的农夫，把手指插进松软的泥土里，感知阳光温暖的语言力度。如果你是阳光的朋友，就会有一副红润健康的面孔和一窗明亮晴朗的心境。

阳光，是一种语言，一种可以听懂的语言。

[摘自《江南》]