

精 品 文 摘 系 列

精品故事文摘

选编 谭波

一步改变一生

人生过程的景观一直在变化，向前跨进，就看到与初始不同的景观，再上前去，又是另一番新的气象。

湖南人民出版社

「精品文摘系列」

精品故事文摘

选编 谭波

一步改变一生

人生过程的景观一直在变化，向前跨进，就看到与初始不同的景观，再上前去，又是另一番新的气象。



湖南人民出版社

图书在版编目 (CIP) 数据

一步改变一生 / 谭波选编. —长沙: 湖南人民出版社,

2010. 2

(精品故事文摘)

ISBN 978 - 7 - 5438 - 6260 - 9

I. 一… II. 谭… III. 文摘 - 世界 IV. Z89

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2009) 第 239968 号

一步改变一生

谭 波 选编

出 版 人: 李建国

责 任 编 辑: 李 进

装 帧 设 计: 果子殿

出版、发行: 湖南人民出版社

网 址: <http://www.hnppp.com>

地 址: 长沙市营盘东路 3 号

邮 编: 410005

经 销: 湖南省新华书店

印 刷: 湖南凌华印务有限责任公司

印 次: 2010 年 2 月第 1 版第 1 次印刷

开 本: 710 × 1000 1 / 16

印 张: 18

字 数: 260000

书 号: ISBN 978 - 7 - 5438 - 6260 - 9

定 价: 29.80 元

营销电话: 0731 - 82226732

(如发现印装质量问题请与承印厂调换)

| 拾捡 与抓挠

(代序)

文/费尔南多·萨瓦特尔 于 施(译)

一位禅师问他的徒弟：“这个房间里你最喜欢什么？”

机灵的徒弟指指酒杯，它是以黄金和大理石制成的，肯定价值不菲。

“那好，拿走它吧。”禅师说。

徒弟不等吩咐第二遍，立刻用右手紧紧抓住了那个酒杯。

“你不想放开它吧？”禅师接着问道，“没有别的你喜欢的了吗？”徒弟承认，桌上那个胀鼓鼓的钱袋，也不惹他讨厌。

“没关系，你也拿去吧。”禅师说道。

于是小徒弟又用左手欣喜地夺过钱袋。“现在呢？”他有点儿紧张地问禅师。

“现在你挠挠自己看。”

他当然做不到了，除非他能放下自己紧抱的东西！我们紧紧抓住的东西，也用它的方式把我们抓住了，如何行事不过头，才是更需注意的问题。

在电影《公民凯恩》里，凯恩是个百万富翁，在他豪华的宫殿里，他无所顾忌地收集了世界上最美丽的藏品。他很富有，什么都不缺，生活在他周围的人，都被他出于自己的目的，用作了达成他的野心的简单工具。但在他生命的尽头，当他孤独地漫步在别墅空荡的大厅里，四壁镶嵌的镜子把他的形单影只扩大了一千倍——只有虚无的镜像陪伴着他。他临终前喃喃地吐出了一个词：“玫瑰花蕾！”

一位记者试图破解这最后一声呻吟的秘密，却没有成功。其实，“玫瑰花蕾”是凯恩小时候玩的雪橇上写的一个名字，那是一个他周围仍然充满关爱的时代：大家都喜欢他。他也回报给大家同样的笑脸。从别人身上聚敛起来的财富和权力，没有给他带来任何比童年记忆更为美好的东西。在生命的最后关头，凯恩满仓库的宝贝，也不及这件卑微的旧雪橇。这个雪橇让他想起，在他全力投入倒买倒卖之前还曾爱过与被爱过，这远胜于拥有或操纵的快感。

这里我们不是反对赚钱，或是反对收集漂亮东西，但我们手中所拥有的物品，同时也在占有着我们。因为双手和灵魂都占满了财物而不得空闲，当凯恩突然感到奇痒难耐时，竟不知用什么来抓挠。

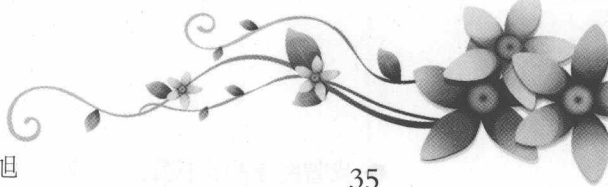
生活远比我们预想的复杂，因为双手不仅要用来拾捡，还要用来抓挠和抚摸。我们除了相信要“做自己想做的事”，还要“给自己一份好生活”。



CONTENTS

生命是一种责任

● “送”与“奖”的哲学	文/费 慧	01
● “瓦罐式”的宽容	文/张爱文	03
● 20美金的价值	文/唐继柳	04
● 9棵树演绎出的壮丽人生	文/鲁先圣	05
● 熬鹰的启示	文/黄 斌	07
● 别剥夺他人的给予乐趣	文/陈荣生(译)	08
● 不要为卑微的东西祈祷	文/陈海强	09
● 沉睡的大拇指	文/Gaban wilson	11
● 安琪拉的心语	文/芭芭拉	13
● 当你们老成我的孩子	文/安 宁	15
● 生命是一种责任	文/苏 容	18
● 最温暖的阳光	文/李晓琴	22
● 回家	文/[美]里贝尔 梁 莉(译)	24
● 人生从一件事开始	文/南 北	26
● 生命的力度	文/南春光	28
● 谁是你的重要他人	文/毕淑敏	29
● 他托起我的手臂	文/睡醒的雪	32



● 晚上回家吃饭吗?	文/李良旭	35
● 碗底的诱惑	文/鲍尔吉·原野	38
● 王鱼的启示	文/吴 山	39
● 唯有亲情不能隐藏	文/清风慕竹	40
● 温情罚款	文/流 沙	43

一步改变一生

● 他是这样考上清华的	文/佚 名	44
● 太长和太短	文/高德增	46
● 铁凝放弃上北大	文/佚 名	47
● 挺直的腰杆	文/鲁先圣	49
● 一条腿站立	文/卢画庐	52
● 虚荣就是三把石粉	文/流 沙	53
● 一生的功课	文/张丽钧	54
● 一个推销员的成功之路	文/王爱国	55
● 学会在心底找路	文/马 德	57
● 一步改变一生	文/田 野	59
● 永远不说你是做不到的	文/王 欣(译)	60
● 自信的价值	文/刘燕敏	62
● 最好的奖励	文/佚 名	64
● 周国平眼中的崔健	文/周国平	66
● 智慧的美丽	文/佚 名	67
● 一只手鼓起来的掌声	文/迪姆·韩塞尔 绛 心(译)	69



● 我曾经是只土拨鼠	文 / 川子	70
● 珍贵的赠品	文 / 刘云良	72
● 因为他不会传球	文 / 清 山	74
● 希望之灯	文 / 来 河	75
● 完美的错误	文 / 佚 名	77
● 你必须有一样是出色的	文 / 潘 炫	79

刻骨铭心的一课

● 摩西奶奶的明信片	文 / 刘燕敏	80
● 好好活着就是爱母亲	文 / 李 晓	81
● 父亲二十年前的叮嘱	文 / 徐德新	83
● 母爱	文 / 毕淑敏	85
● 奶奶的账本	文 / 袁风华	87
● 朋友的信任	文 / 龙 婧 (译)	88
● 婆婆的名片梦	文 / 郭凤英	90
● 我的妈妈从来不爱笑	文 / 含笑花	92
● 刻骨铭心的一课	文 / [美] 贾森·博卡罗 邓 迪 (译)	94
● 父亲给我的世界	文 / 莫 菲	96
● 两个女孩	文 / 陈文茜	99
● 生死伴侣	文 / 尹晓波	101
● 赎回灵魂	文 / 晓 荷	104
● 永远铭记一头麝	文 / 马文秋	106
● 有个儿子在读书	文 / 雪含冰	109



- 在圣诞节说我爱你 文 / Shirley 111
- 只是我们碰巧相爱 文 / 张小娴 114
- 助人者就是天使 文 / [美] F·奥斯勒 115

半截牙签的温暖

- 恻隐之心 文 / 李云伟 117
- 踩出的最佳路径 文 / 晓 宝 119
- 断箭 文 / 佚 名 120
- 非洲甲虫 文 / 鲁先圣 121
- 风雨中的菊花 文 / 佚 名 123
- 半截牙签的温暖 文 / 蔡 成 125
- 改变行车路线 / 佚 名 128
- 感恩惜福 文 / 析 儿 129
- 快乐与痛苦 文 / 佚 名 131
- 垃圾点子 文 / 亚 吉 132
- 那时的晚霞 文 / 舍·旺齐莱 134
- 你少了一枚钉子吗? 文 / 陈文杰 137
- 你又没有死过 文 / 笑 丫 138
- 暖暖的一杯冰红茶 文 / 廖孟秋 140
- 歉疚 文 / 吴泊宁 141
- 敲响生命 文 / 张丽钧 143
- 人也需要水的智慧 文 / 陈亦权 145
- 如果我是木头 文 / 唐 韵 147



梦想比条件更重要

- 一位获得了自由的人 文 / 保罗·科埃略 149
- 真情与美丽 文 / 辜 丽 (译) 151
- 真实的高度 文 / 苏 一 153
- 只是一团污迹 文 / 林 夕 154
- 纸篓里的老鼠 文 / 王 悦 157
- 自私的代价 文 / 邓 皓 159
- 总有理由看着火车开走 文 / 忆 君 160
- 梦想比条件更重要 文 / 辛西娅·斯图尔特 161
- 交换 文 / 老 面 163
- 金钱豹的故事 文 / 樊富庄 164
- 救人的理由 文 / 陆 子 165
- 不要犹豫不决 文 / 佚 名 167
- 唱着开心的歌谣去生活 文 / 鲁先圣 168
- 得卢斯比的小丑 文 / 罗桑那 170
- 等待花开 文 / 匡立庆 173
- 东京塔的眼泪 文 / 龙 信 175
- 风中的白玫瑰 文 / [美] 威廉姆斯·科贝尔 177

生命的姿势

- 白衬衫 黑木炭 文 / 南 北 179
- 半壶水 文 / 佚 名 180



● 宝石不如草	文/容 若	182
● 抱头的动作	文/佚 名	184
● 老鹰的再生	文/佚 名	185
● 李禾禾的单飞之路	文/陈 梅	186
● 每个人都是自己的英雄	文/[美] 米歇尔·瑞安	189
● 每月第一个礼拜五	文/阿雷詹德奥·迪兹	192
● 美丽的手机号码	文/一 夫	194
● 平分生命	文/佚 名	195
● 启示	文/尤 今	197
● 生命的姿势	文/佚 名	199
● 我已经祈祷过了	文/玛萝·托马斯	201
● 卧车厢里的人生	文/范春歌	203
● 向大树道歉	文/佚 名	206
● 向上走，向下走	文/江北风	208

我不想你那么孤单

● 为你舍弃一生的幸福	文/安 宁	210
● 洋葱头的故事	文/熊谷和美	215
● 那个被你伤得最深的人	文/丁立梅	217
● 六元钱“买”下爱	文/鲁小莫	219
● 母爱那根针	文/尤天晨	221
● 天底下最伟大的父亲	文/杨柳岸	222
● 文艺中年帅爸爸	文/静女棋书	225

● 我不想你那么孤单	文 / 素 衣	229
● 一只布满裂纹的水缸	文 / 包利民	232
● 许你一个香格里拉的未来	文 / 风为裳	234
● 父爱的距离	文 / 秦采桑	237
● 一位母亲最后的力量	文 / 从玉华	243
● 天空里有注视我的眼睛	文 / 若 若	247
● 再叫我一声“兔崽子”	文 / 兔 子	250
● 领着她，不要走得太快	文 / 一路开花	253
● 母亲的伤痕	文 / 刘 壖	258
● 爱你，像你爱我一样	文 / 风为裳	267
● 视线之外的视线	文 / 茉莉淡开	273
● 我们身边的爱情	文 / 邹扶澜	278





“送”与“奖”的哲学

文/费慧

学校聘请了一位外籍教师教学生口语。我与外教在一个办公室，相处的日子久了，便发现一个特点：总有学生给老外送礼物，但很少见老外主动给别人送礼物。

一次，老外买回一大袋小地球仪，准备当奖品发给学生。一个老师的小孩看见了，便想让老外送一个玩玩。老外不肯，小孩就把当老师的母亲请来。同事不好意思开口，便让我“代劳”。

我对老外说：这是本校老师的孩子，你送他一个吧，反正你的地球仪最后都要送出去的。

老外仍是不肯。

我“开导”老外道：中国是礼仪之邦，中国人讲究一个“情”字，送礼是联络感情的一个重要方式，你在中国任教，就要入乡随俗。一个小地球仪不值什么钱，但作为礼品送出去，那就是礼轻情义重。

到这个份上，老外仍坚定地摇着头。

我生气道：你真不给面子，一个小地球仪值多少钱？现在，人家求到我，你不给，人家会认为是我没尽力。

老外想了想，说：“你让那小孩说五个单词，我就给他一个。”

这不是成心为难人吗？一个上幼儿园的小孩，哪会说什么英语？但是，既然老外肯送了，那就赶紧想办法吧。好在小孩很伶俐，一教就会，不到五分钟，五个英语单词全会说了。老外除了白送一个地球仪，还高兴地低下头，亲了亲小孩的脸蛋。

这让我很纳闷：与其如此，何必当初？我问老外为什么要这样做？

他说：白送东西给人，是对人的一种侮辱。因为，“送”的意味是施舍，

即把对方当成乞丐；而那小孩很可爱，绝不应该侮辱他。只有在别人取得了成绩时，我们才能把东西奖给他，这是对人的一种鼓励。作为一个教师永远只能“奖”，而不能“送”，否则，就违背了一个教育工作者应该坚守的准则。

我的心里，一下子装满了敬意。





“瓦罐式”的宽容

文/张爱文

一位朋友谈了这么一段经历让我经久难忘。

20多年前，他上乡中学时，各方面的表现都比较优秀，但家境困难，每次交几元钱的学费，都要跟家里哭闹一场。一次又要交书费，可家里实在没钱了。恰巧他发现一位老师的抽屉里有10元钱，便顺手牵羊拿走了。当时的10元钱还算一笔不小的数目。钱丢后，学校很重视，他的班主任——刘老师，当时刚升任校长，通过调查，知道钱是他拿的。不过刘老师没有单独找他，更没有当众公开。而是借题发挥，对全校进行教育，在一次师生大会上，刘老师说：

“钱，我们已经知道是谁拿了。相信这位同学是一时糊涂，做了错事。现在他一定很后悔，只要知错就改，就是好同学。我们全体师生也都会欢迎他，并为他高兴的。大家说，是不是？”“是！”同学们异口同声地回答……

为了“治病救人”，也为了让全体同学都能吸取教训，刘老师让大家都好好地反省一下自己过去的缺点和错误，还别出心裁地搬出了自己家盛面的瓦罐，放在办公桌上。第二天自习课上，让大家排着队，要求手插在兜里，依次进入办公室，不许向瓦罐里面看，只能抽出手来，把拿的钱，或自己过去的缺点、错误，一起丢到里面去，从此忘掉过去，好好学习，争做优秀学生……事后，听说瓦罐里不仅有他丢进的10元钱，还有别人放的一支钢笔、一把小刀……

钱丢了进去，也丢下了他心头的石头，可书费又没了着落。收书费时他没交钱，他已做好了休学的准备……

发新书的那天，刘老师搬来一摞新书，拍着他的肩头说：“书费我给你垫上了，好好学吧！”听到这儿，他竟流下了眼泪。

是啊！人谁没有说错话、做错事儿的时候？当做错而知错时，我们多么渴望周围的人们多一份宽厚、仁爱之心，多一点“瓦罐式”的宽容，给我们一次改过的机会！我们多么不希望人们当众抓破我们的脸皮，墙倒众人推，使我们再也没有勇气见人，再没法做人。



20美金的价值

文/唐继柳

一位爸爸下班回到家很晚了，很累并有点烦，发现他5岁的儿子靠在门旁等他。“我可以问你一个问题吗？”

“什么问题？”

“爸爸，你1小时可以赚多少钱？”

“这与你无关，你为什么问这个问题？”父亲生气地说。

“我只是想知道，请告诉我，你1小时赚多少钱？”小孩哀求。

“假如你一定要知道的话，我1小时赚20美金。”

“喔，”小孩低下了头，接着又说，“爸，可以借我10美金吗？”

父亲发怒了：“如果你问这问题只是要借钱去买毫无意义的玩具的话，给我回到你的房间并上床，好好想想为什么你会那么自私。我每天长时间辛苦工作着，没时间和你玩小孩子的游戏。”

小孩安静地回自己房间并关上门。

父亲坐下来还生气。约一个小时候，他平静下来了，开始想着他可能对孩子太凶了——或许孩子真的很想买什么东西，再说他平时很少要过钱。

父亲走进小孩的房间：“你睡了吗，孩子？”“爸，还没，我还醒着。”小孩回答。

“我刚刚可能对你太凶了，”父亲说，“我将今天的气都爆发出来了——这是你要的10美金。”

“爸，谢谢你。”小孩欢叫着从枕头下拿出一些被弄皱的钞票，慢慢地数着。

“为什么你已经有钱了还要？”父亲生气地说。

“因为这之前不够，但我现在足够了。”小孩回答，“爸，我现在有20块钱了，我可以向你买一个小时的时间吗？明天请早一点回家——我想和你一起吃晚餐。”



9棵树演绎出的壮丽人生

文/鲁先圣

获得诺贝尔奖，对于一个人来说，这是多么崇高而难以企及的人生目标。但是，有谁相信，因为在自己家的后院里栽了9棵树而获得诺贝尔和平奖的事吗？

马塔伊，一个出身贫寒的肯尼亚妇女，无论是她普通的父母还是她本人，做梦也没有想到，就是因为她1977年最初在自己家的后院里栽下了9棵树，而萌生了创立绿色环保组织“绿带运动”，在整个非洲发起广泛的植树运动，从而走上2004年的诺贝尔奖金颁奖台，获得当年诺贝尔和平奖，成为自1901年诺贝尔奖金设立以来，首位获此殊荣的非洲女性！也是世界上第12位获此殊荣的女性。她是继南非前总统曼德拉、联合国秘书长安南之后赢得这一荣誉的第7位非洲人。

2001年，在诺贝尔奖诞辰100周年之际，诺贝尔委员会把和平奖范围扩大到环保、文化、新闻等领域，表彰马塔伊是诺贝尔和平奖获得者，这是首次颁发给环保领域人士。

马塔伊从1977年开始在肯尼亚领导植树造林的“绿带运动”。30多年中，她坚持不懈地动员贫穷的非洲妇女在肯尼亚及非洲其他地区种植了3000多万棵树。马塔伊在194名候选人中被选定为诺贝尔和平奖得主，诺贝尔奖评委会指出，马塔伊为保护生态环境和可持续发展作出了贡献，不少国家借鉴她的植树环保做法，她的斐然业绩激励着非洲人民为可持续发展、民主与和平而斗争。

马塔伊1940年生于肯尼亚的一个小村庄，小时候家乡周围是绿色的群山和种植园，她那时候是个再平常不过的普通女孩子。但是她十分刻苦，学习成绩一直十分优异，1960年被肯尼亚政府送到美国留学。留学归国以后的马塔伊，目睹因为毫无节制的砍伐而失去绿色的国土，内心充满痛苦。肯尼亚的森林覆盖率不足2%，森林资源的日益匮乏正在导致无数的家庭面临干旱和贫困。在肯尼亚，妇女们的工作就是拣拾柴火，早上带着一把小斧头出门，拾够了柴火就回家做饭。肯尼亚妇女被称为一个个“砍树者”。

她深深担忧，生态环境的恶化正在给肯尼亚和整个非洲带来灾难性的影响。她动员自己的家人，就从自己的家园开始，重建肯尼亚的绿色！她在媒体撰写文章，号召妇女从“砍树者”变成“植树者”。

她做的第一件事，就是动员自己的家人同自己一起在自己家的后院栽了9棵树。接着，她宣布成立环保组织“绿带运动”，她叫来了附近的妇女，邀请大家一起参加，希望每一个妇女都成为这个组织的成员，同她一起与非洲大陆日益猖獗的乱砍滥伐活动作斗争。

“栽一棵树难吗？”她在每次的演讲当中都这样问她的女性同胞。“这不过是举手之劳，我们为什么不呢？”她动情的演说常常令听者流泪。

因为同破坏环境的砍伐者作斗争，她曾经入狱并遭受到死亡的威胁，但是她没有放弃。

越来越多的妇女和学生加入到了她们的行列之中，绿色从她的家蔓延到她的村子，蔓延到一个县，一个省，蔓延到整个肯尼亚，又蔓延到整个非洲！自1977年起，“绿带运动”一直是非洲最重要和最有成效的植树造林工程。

栽一棵树，我们任何人都可以做到的举手之劳，非洲黑人妇女马塔伊却演绎出了壮丽的人生画卷。