

健康心灵美文书系

美文，就像一杯清茶，散发着淡淡的幽香，令人回味；
美文，恰如一抹幽兰，绽放着无尽的芬芳，沁人心脾……



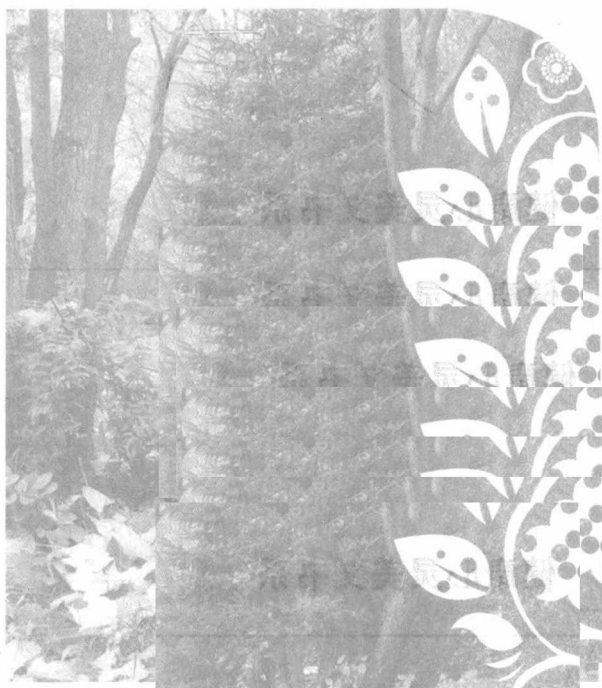
感动 一生的 哲理美文

漫漫人生路，一道道都有绚丽的美景
暖暖世间情，点点滴滴都是幸福

史东梅 主编

内蒙古人民出版社

健康心灵美文书系



感动 一生的 哲理美文

史东梅 主编

内蒙古人民出版社

图书在版编目(CIP)数据

感动一生的哲理美文/史东梅 主编. —呼和浩特:内蒙古人民出版社,
2008. 11

(健康心灵美文书系)

ISBN 978 - 7 - 204 - 09761 - 6

I. 感… II. 史… III. 散文—作品集—世界 IV. I16

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2008)第 181786 号

 健康心灵美文书系

主 编	史东梅
责任编辑	波勒格太
图书策划	腾 飞
封面设计	袁剑锋
出版发行	内蒙古人民出版社
地 址	呼和浩特市新城区新华大街祥泰大厦
印 刷	北京中创彩色印刷有限公司
开 本	710 × 1000 1/16
印 张	330
字 数	3000 千
版 次	2008 年 11 月第 1 版
印 次	2008 年 12 月第 1 次印刷
印 数	1 - 5000 套
书 号	ISBN 978 - 7 - 204 - 09761 - 6/I · 2058
定 价	616.00 元(共 22 册)

如出现印装质量问题,请与我社联系。联系电话:(0471) 4971562 4971659



前言

美文是文学世界的一束奇葩，是跳跃在纸上的心灵文字。阅读经典美文，不仅能开阔眼界、增长知识、启迪心灵，还会在悄无声息中照亮我们生命中的每一个角落。

人生的成长就是心灵跋涉的历程，其间难免要经历情感的困惑、欲望的折磨和失败的迷茫，它们会像尘垢一样裹住心灵，使心灵失去本来的清新与灵动，这个时候就需要给心灵以洗涤。为此我们精心编排了《健康心灵美文书系》，用启迪思想的哲理和触动情感的文字，帮助读者洗去心灵的浮躁与疲惫，让心灵得到呵护和润泽，重新焕发生命的热情与活力，让你以一颗健康的心灵和积极乐观的心态去创造幸福美好的人生。

本书所选的美文，均是名家以自身的生活经历和对人生的感悟及细腻激扬的情愫，凭借生花的妙笔，写下的无数文采斐然、脍炙人口的美文佳作。它们不仅丰富了世界文学宝库，而且在人类文明史上留下了永恒的印迹。

读一篇优美的文章，犹如和一颗至纯至美的心灵在晤谈。精选的经典美文，字字珠玑，每天读一刻钟，便能提高你的阅读能力，丰富你的审美情趣，提升你的人文内涵，培养你的综合能力。在美文的浸润中，培养你优雅的气质，练就你坦荡的胸怀，丰富你的深厚的底蕴。品味精致典雅，解读意趣智慧，激发读写灵感，体会成功启迪！

感人的美文犹如灿烂的阳光，可以温暖我们成长的岁月；温馨的心灵小语犹如汨汨清泉，可以滋养我们的心田；字里行间闪现的智慧之光，可以为我们指明前行的方向。我们诚挚地期望，本书能够洗涤你的心灵，提升你的人生品位，让你在精彩美妙的文字中，体味人生、感悟真情、汲取营养，让你的人生更精彩、更洒脱！



目 录

幸福一生

蓝色的眼睛	3	雪	22
蟋蟀之歌	5	养花	23
乡村	6	雪夜	24
春雨	8	距离	26
脸的问题	10	幽默岂止一笑	28
大海日出	11	我的老师	29
美腿与丑腿	12	快乐是一种选择	34
独语	14	同路人	35
思想的尊严	16	塞纳河畔的早晨	37
马	17	秘密	38
严于律己	18	快乐的期待	39
耶利哥的玫瑰	19	笑声	40
生活的写意	20	悠闲	41

情感笔记

理解的价值	45	感觉灰色	67
古老的情歌	46	瞬间的永恒	69
母亲	47	爱心不败	71
爱情的罗曼蒂克	48	爱在围城	72
打猴儿	50	此岸·彼岸	74
论爱情	51	爱心如阳光	75
思恋	53	不上锁的门	76
像一尾充满幻觉的鱼	55	在我成长的日子	77
我的征婚广告	57	送你一朵玫瑰花	79
一缕夜的深呼吸	58	重找一种理由	81
孩子的礼物	63	在八月	83
寻找水滴	64	爱情箴言录	87
永在爱中成长	65	饥荒岁月中的那群兔子	88

热爱生命

生命力	93	玫瑰树	103
假如鱼也生有翅膀	94	一条腿的鸟	105
一滴水	96	女教师的祈祷	106
热爱生命	97	在莫泊桑葬礼上的演说	107
处方碑	98	我在	109
又是月季芬芳时	101	散步	112

遗嘱	113	健康	126
燃烧的火	114	蜉蝣	128
蓝色的黄河	115	落叶树	129
阳光与黑夜	118	死亡与人生的形式	130
来雨时走出家门	120	两条路	131
启示	122	巴黎的自由之树	133
年轻的母亲	123	伟大的渴望	134
行走	124		

快乐生活

弟弟	139	孤意与深情	165
变是好事	140	理想与幸福	170
瞬间	141	童年	171
良知三题	142	沉默	172
生活中重要的一句话	145	寻找生之乐园	173
小丑	146	遥远的声音	174
为人类而工作	148	音乐与舞蹈	175
俯仰之间	149	自信	176
智者与庸人	152	不值得	177
人性的光辉	153	某年某月的某一天	178
一只金苹果	155	教堂	180
幸亏我不是	157	学无止境	182
人生劝解释	160	麻雀	183
树之死	161	大地的忠诚	184
青年与老年	164	错过	185



走进自然

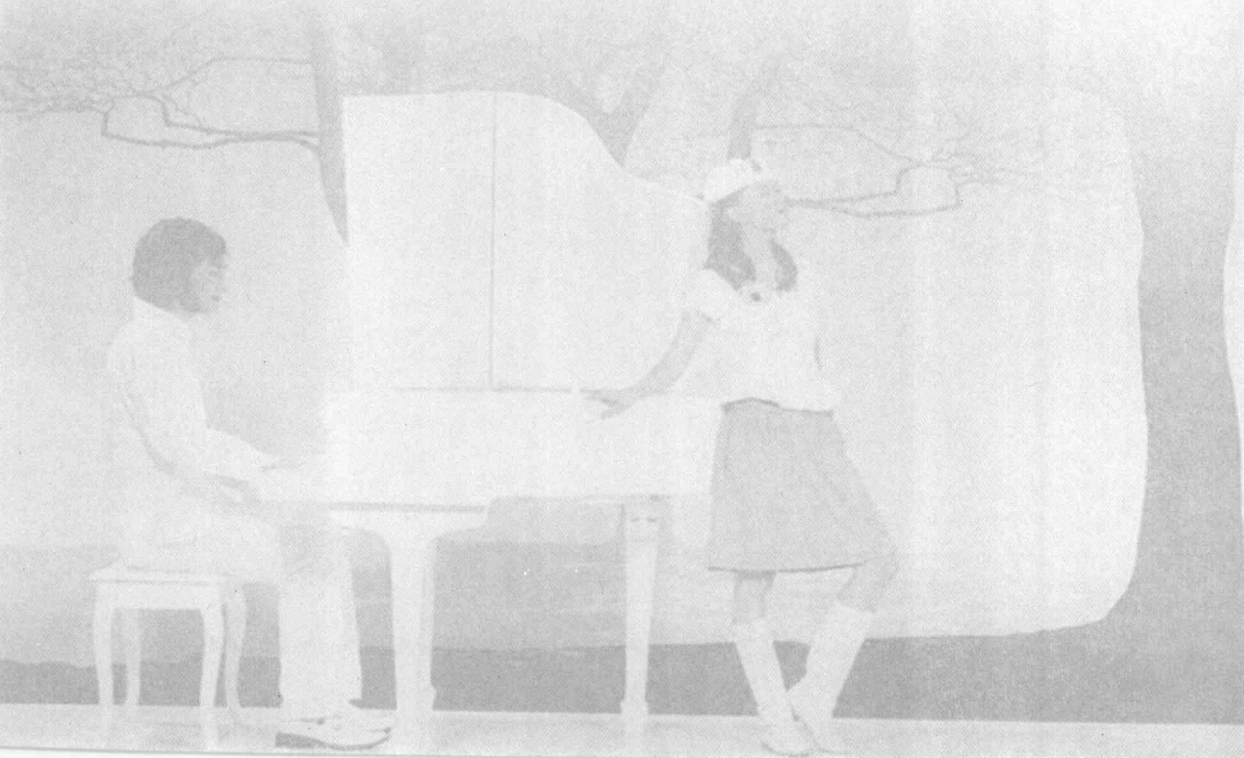
艺术的起源	189	内涵	209
完美	190	小鸟,你好!	210
幸福是什么	191	人体美	212
大树和我们的生活	193	施舍的树	213
音乐	195	九寨沟	215
云与波	196	变化的美	217
家有斑鸠	197	蚯蚓	218
生活在大自然的怀抱里	199	山核桃	220
笑像一把刀	201	孝心就是美德	222
阳光,是一种语言	202	反思	223
量	203	流沙	224
圆融	204	美和崇高	226
美与实用有关	207	花之笔记	227





幸福一生

所谓幸福，应有两种类型：一种是因欲望得到满足而产生的幸福感，另一种是自己知道应当干些什么并去干了，由此而得到生命的充实感。也许有人认为：拼命挣扎于苦痛的不幸泥沼中的人，只要欲望得到满足就会获得幸福。但是，这种幸福只是短暂的、虚幻的，一旦得到满足后，也迟早会消失。在下一个瞬间，他又会去跟有同样东西的人相比，不知怎地总觉得自己得到的东西毫无意义，或者又复产生其他新的欲望，于是再一次被痛苦折磨，不可终日。



卷一

[illegible]

蓝色的眼睛

我一觉醒来，浑身汗涔涔的。刚洒过水的红砖地上散发出一股蒸人的热气。一只灰翅膀的蛾子围着昏暗的灯泡飞来飞去，使人目眩。我从吊床上跳下来，光着脚，小心翼翼地穿过房间，唯恐踩着从藏身处钻出来乘凉的蝎子。我走近小窗，吸了吸田野的气息，聆听着那夜晚深沉而又富有女性的呼吸声。我回到屋中，将瓦罐里的水倒进搪瓷盆里，打湿毛巾擦洗身子和腿。稍稍擦干之后，看了看衣服缝里确实没藏着臭虫跳蚤之类的小动物之后，我才穿上衣服和鞋，跑下了楼梯。在客店门口，我碰见店老板，一位说话有点吞吞吐吐的独眼人。他坐在草编的小凳上抽烟，眼睛微眯着。他用沙哑的声音问我：

“先生，您上哪儿去？”

“天太热了，出去走一走。”

“唉，到处都关门了，街上没灯，还是不出门的好。”

我耸耸肩，咕噜了一句：“我一会儿就回来。”于是便走进黑暗之中。起初什么也看不见，我摸索着在石子路上走。我点上一支烟。突然，月亮从一团黑云里钻了出来，照亮了一堵残破坍塌的白墙，白得刺眼，我停住了脚步。一阵微风吹来，我闻到了罗望子果的香味。树影婆娑，虫鸣唧唧，一个颤动的夜晚。蟋蟀已在草丛中栖息。我抬头仰望：天上的星星早已安顿下来。我想，整个宇宙就是一个庞大的信息体系，万物之间在进行着交谈。而我的行为、蟋蟀的鸣叫、星星的眨眼，都只不过是那种对话中的音节、停顿或零散的词句罢了。那么，我是哪个词中的一个音节呢？是谁说的？向谁说的？我将烟头扔向路旁，它像一颗小彗星，在空中画了个明亮的弧线，在掉到地面时，溅出瞬间即灭的小火花来。

我慢悠悠地走了好一阵。我感到轻松、安全、惬意，一种满意感此时此刻流

人生应该如蜡烛一样，从顶燃到底，一直都是光明的。

——萧楚女



——爱尔兰维修



我又睁开了双眼，火苗烤着我的睫毛。他突然一下将我放开。

他消失在黑暗中。我用胳膊撑住墙，双手抱住头。好一会儿我才站起身来，跌跌撞撞地在空荡荡的村子里跑了一个小时，跌倒爬起来，起来又跌倒，当我回到广场时，看见店主人还端坐在门前，我一句话也没说就进了门。第二天我便逃离了那个村子。

5

蟋蟀在黄昏时的第一支歌是犹豫、低沉而粗糙的。他转调了，他向自己学习，跟着一点一点的升到正确的音高上去，仿佛在寻找切合那个时空的和谐。忽然间，当透明的天空中星星都出来的时候，他的歌声便获了一种旋律式的甜蜜，像随意摇荡的钟声。

清新的紫色的凉风来了又走了,夜的花朵在尽情开放。在天地交会的蓝色田畴上,一种圣洁的精华正飘过平原。蟋蟀的歌愈唱愈开心,响彻整个村野,像影子的声音。他再也不犹疑,再也不沉默了。就像把自己流淌出来一样,每一个音符都是另一个的双生兄弟,有一种黑水晶似的血缘关系。

时光安详地度过。世界上没有战争,工人酣睡着,远处天空的景象达到了他的梦境。在爬山虎丛中,靠着墙边也许有狂恋着的情人,眼神与眼神正互相交融。小块地上盛开的豆花,向城镇吹送着轻柔的芬芳的消息,这种消息,仿佛

——爱默生



来自一个无拘无束、心灵开放而感情微妙的青春期少年。青春的麦子，摆动在月光中，迎风而叹息，在早晨两点到四点的时刻。蟋蟀的歌声一度唱得那样悠长，现在却消逝了。

又唱起来了！啊，那清晨的蟋蟀之歌！我和普拉特罗冷得发抖，正沿着那条露水凝霜的小径回家睡觉。月正落，红而瞌睡。现在，那歌声正为月色而步履浮荡，为星辉而沉醉欲睡，浪漫、神秘而丰盛。然后是那一大片令人沮丧的云，镶着悲哀的紫蓝色的边，缓缓地把白天从海面上拉上来。

乡村

六月里最后一天。周围是俄罗斯千里幅员——心爱的家乡。

整个天空一片蔚蓝。天上只有一朵云彩，似乎是在飘动，似乎是在消散。没有风，天气暖和……空气里仿佛弥漫着鲜牛奶似的东西！

云雀在鸣啭，大脖子鸽群咕咕地叫着，燕子无声地飞翔，马儿打着响鼻、嚼着草，狗儿没有吠叫，温驯地摇尾站着。

空气里蒸腾着一种烟味，还有草香，并且混杂一点儿松焦油的皮革的气味。大麻已经长得很茂盛，散发出它那浓郁的、好闻的气味。

一条坡度和缓的深谷。山谷两侧各栽植数行柳树，它们的树冠连成一片，下面的树干已经龟裂。一条小溪在山谷中流淌。透过清澈的涟漪，溪底的碎石子仿佛在颤动。远处，天地相交的地方，依稀可见一条大河的碧波。

沿着山谷，一侧是整齐的小粮库、紧闭门户的小仓房；另一侧散落着五六家薄板屋顶的松木农舍。家家屋顶上，竖着一根装上椋鸟巢的长竿子；家家门檐上，饰着一匹铁铸的扬鬃奔马。粗糙不平的窗玻璃，辉映出彩虹的颜色。护窗板上，涂画着插有花束的陶罐。家家农舍前，端端正正摆着一条结实的长凳。猫儿警惕地竖起透明的耳朵，在土台上蜷缩成一团。高高的栅栏后面，清凉的

听真理的并不弱于讲真理的人。

——纪伯伦

前室里一片幽暗。

孩子们长着卷发的小脑袋,从每一堆干草后面钻出来。雄鸡晃动着鸡冠,在干草里寻觅各种小虫。白唇的小狗,在乱草堆里翻滚。

留着淡褐色卷发的小伙子们,穿着下摆束上腰带的干净衬衣,蹬着沉重的镶边皮靴,胸脯靠在卸掉了牲口的牛车上,彼此兴致勃勃地谈天逗笑。

圆脸的少妇从窗子里探出身来。不知是由于听到了小伙子们说的话,还是因为看到了干草堆上孩子们的嬉闹,她笑了。

另一个少妇伸出粗壮的胳膊,从井里提上一只湿淋淋的水桶……水桶在绳子下抖动着、摇晃着,滴下一滴滴闪光的水珠。

我面前站着一个年老的农妇,她穿着新的方格布裙子,蹬着新鞋子。

在她黝黑、精瘦的脖子上,绕着三圈空心的大串珠。花白头发上系着一条带小红点儿的黄头巾。头巾一直遮到已失去神采的眼睛上面。

但老人的眼睛有礼貌地笑着,布满皱纹的脸上也堆着笑意。也许,老妇已有60多岁了……就在现在也可以看得出来:当年她可是个美人呵!

她张开晒黑的右手五指,托着一个罐,上面蒙着许多玻璃珠子似的水汽,左手掌心里,老妇拿给我一大块儿还冒着热气的面包。她说:“为了健康,吃吧,远方来的客人!”

雄鸡忽然啼鸣起来,忙碌地拍打着翅膀,拴在圈里的小牛犊和它呼应着,不慌不忙地发出哞哞的叫声。

“瞧这片燕麦!”传来了马车夫的声音。

啊,俄罗斯自由之乡的满足,安逸、富饶!啊!宁静和美好!

向真理弯腰的人,一旦挺起胸来,将顶天立地。

——沈舜福

春 雨

在干旱的、尘沙飞扬的北京城里，本来不多雨。这几日，不知为了什么，落了一次，今晚又落起来了——想是送给暮春的。

我的心陡然忆起当日青年争相传说的—件故事：

在古老的东方有一块曾经被外人蹂躏过的地方，早年来过了一个这样的异省少女：缟衣素手，意态幽然；每当午后，烈日偏西的时候，母亲睡了午觉，她便携着唯一的亲密的伴侣——约有六七岁的小弟弟，一起轻启了房门，向外面走去。日子经久了，母亲有时醒来，不见爱女，便带人在外寻找。

“妈妈，我和姐姐在那边看学生体操。”刚—进门，小弟弟便这样说了。母亲凝视着爱女，隐忍一声不语；爱女看了一看母亲，仿佛含有几分羞怯更有几丝怒意似的。

然而异乡做客，这些细微的隔膜都在亲情中燃烧去了。有一日，小弟弟从外面跑回来，手里拿着糖果，笑眯眯地进了姐姐屋里。

“姐姐，”他进了房门便说，“那边有个学生给我买的这些东西，他原先本说带我去摘野果。”少女两颊微泛红意了，仿佛更有点热；她的心像小鹿在跳，一把将小弟弟紧紧搂住，小弟弟几乎急得要哭了。

“哦，他别的可说了些什么？”少女轻轻地问，更显得不安了。小孩子摇一摇头，从她的怀中脱出，将糖果向口中—塞，便跑出门外不见了。

日子久了，小弟弟手中时常不断糖果，姐姐对小弟弟也更加热爱起来了。太阳快下山了。少女立在阶前，注视着远方红光灿烂的暮霞；在这暮霞的里面仿佛有一种神秘的，不可言说（尤其对于少女）的东西似的。

这时候，小弟弟从外面走来，低低地说：

诡计总要穿衣服，真理却喜欢裸露着。

——佚名

“姐姐，你回答他的，我已经告诉他了。哦你看这……”小弟弟说着这话，便将纸条递给了姐姐。她顺手将纸条塞进自己的口袋里。

“小弟弟。”她说，“我们一同到后园里去，我捉蜻蜓和蝴蝶给你。”

“好。”小弟弟答了一声，她们便携着手走去了。

夜色盖笼了大地。青藤下，微风吹来，感受到丝丝的凉意。少女心中在想：“我明日傍晚怎么去约会他呢？倘若我的母亲，倘若这四周的邻人要是知道……不过这也不大要紧。我害怕，我莫名其妙的畏惧，我很害怕初次看见了他……”这时候，在少女的脑海里，出现一条生满了绿草的蜿蜒的小道向海边迤去。在这小道上，有个青年，穿着海军制服，面孔红白，身体异常秀健……少女想：“倘若我也随着这位少年顺这山路走去，到了海边，我们又将说些什么呢？”“不去”这只在少女意念的中一现，便又如迅速的流星一般躲了起来。

晚钟敲了十下，慈母呼爱女就寝。

前面是无际涯的大海，两旁环绕了葱茏的丛山，小道上，夕阳下，隐约着两个人影，缓缓地前进。

这时候，不知为什么消息透露到全校同学耳中了。在一种不可知的力量支配下，成群的青年抛下了晚餐，如中病魔似的，也走上小道了。

海风吹得正紧，野木忽忽有声，可怜在这异样的衰老的东方古邦的命运压抑着他们，心血异常地沸腾起来了，他们想探一探这神秘的究竟。

海天，树木，野草，晚烟，暮霞……作了这奇迹般的陪衬。

少女，面临大海，当着晚风，挺立在海边不动……晚潮渐渐地上来了，浸湿了她足下的沙石，一转眼便又将她的两脚盖下了……成群的学生在四周成弓形坐着，围着她和他……最后有人提议，如果她说一声“请你们回去”，我们大家便走。

少女，面临大海，当着晚风，挺立在海边一动不动。

晚潮渐渐地上来了。……

此时除了低微的波声，一切都沉浸在沉默里。猝然间，好像发生了什么骇人的意外似的，学生都紧张地，慌忙地先后立了起来，折向旧道走去。“他”呢，在这剧烈的变化下，转眼一看，也便默然地随着他们。

一个有智慧的人，才是真正一个无量无边的人。

——巴尔扎克