



读者

Reader's
Digest
文摘

(心灵篇)

Xinling Pian

佳作评选
精华版

成功没有彩排的机会，每一天都要以正式上场的姿态面对。琐碎的光阴，庸常的日子，读一篇读者文摘，为疲倦的身心注入新的活力。

《读者文摘》好运将一路相随！

阅读一篇篇美文，感悟一颗颗心灵，享受一次又一次精神的盛宴。

马不停蹄的青春

Mabutingti De Qingchun

孙禾/著



中央编译出版社
Central Compilation & Translation Press



读者

Reader's
Digest
文摘

(心灵篇)

Xinling Pian

佳作评选
精华版

成功没有彩排的机会，每一天都要以正式上场的姿态面对。琐碎的光阴，庸常的日子，读一篇读者文摘，为疲倦的身心注入新的活力。

《读者文摘》好运将一路相随！

阅读一篇篇美文，感悟一颗颗心灵，享受一次又一次精神的盛宴。

马不停蹄的青春

Mabutingti De Qingchun

孙禾/著



中央编译出版社
Central Compilation & Translation Press

图书在版编目(CIP)数据

马不停蹄的青春 / 孙禾著. -- 北京 : 中央编译出版社, 2014.2

(读者文摘)

ISBN 978-7-5117-1898-3

I. ①马… II. ①孙… III. ①散文集-中国-当代

IV. ①I267

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2013)第 274908 号

马不停蹄的青春

出 版 人 刘明清

排版制作 腾飞文化

责任编辑 邓永标 余海伦

责任印制 尹 珺

出版发行 中央编译出版社

地 址 北京西城区车公庄大街乙 5 号鸿儒大厦 B 座(100044)

电 话 (010)52612345(总编室) (010)52612371(编辑部)
(010)66161011(团购部) (010)52612332(网络销售部)
(010)66130345(发行部) (010)66509618(读者服务部)

网 址 www.cctphome.com

经 销 全国新华书店

印 刷 北京盛兰兄弟印刷装订有限公司

开 本 710×1000 毫米 1/16

字 数 180 千字

印 张 14

版 次 2014 年 2 月第 1 版第 1 次

定 价 28.00 元

本社常年法律顾问:北京市吴栾赵阎律师事务所律师 闫军 梁勤

凡有印刷质量问题,本社负责调换。电话:(010)66509618

目录

Contents

第一辑 许愿青春

- 给梦一扇门 / 2
- 冬日阳光里睡觉的女孩 / 3
- 挂草帘的茅屋 / 5
- 爱情,别敲我的门 / 7
- 男孩子,女孩子 / 9
- 生命的落叶 / 11
- 那年春节,我挨打了 / 14
- 走过秋天 / 16
- 海边童话 / 18
- 向左走,向右走 / 20
- 落花 / 23
- 你是冬的女儿 / 25
- 最 09 的忧伤 / 27
- 1998 年,爱过爱情 / 29
- 有个女孩叫苹果 / 32
- 多雨的季节 / 34

第二辑 逝水有声

- 叩门,给你开门 / 38
- 爱像一场无心雨 / 40
- 爱与不爱,都是一种忧伤 / 42

目录

Contents

- 吹开吹谢两何因 / 44
- 另一种成长 / 47
- 你是风儿我是沙 / 49
- 青衣 / 51
- 撒花瓣的女孩 / 54
- 伤心岛 / 56
- 逝水有声 / 58
- 我知道我爸爸是谁 / 60
- 夏夜情思 / 63
- 幸福花 / 65
- 一辈子是多久 / 67
- 不安 / 71
- 遇见王小羊 / 74

柔情三千

第三辑

- 梦雪 / 78
- 春天的掌声 / 80
- 三十六分之一的平常心 / 82
- 城市女孩与山 / 84
- 比星星更高的是什么 / 87
- 伤心雨 / 90
- 要你做我的新娘 / 92
- 毕业这年 / 94
- 女孩小晴 / 96
- 下一个季节还有冬天 / 98
- 雪是不能忘记的 / 100
- 淮水的故事 / 104
- 爱像纽扣一样飞了起来 / 106
- 窗外 / 108
- 花园里的女孩 / 110

目录

Contents

追逐阳光 / 112

替我叫一声妈妈 / 114

血奶 / 117

妈妈的爱有几斤 / 120

第四辑 思路花雨

成长的困惑 / 124

记忆洛阳 / 126

谁是佳人 / 128

怀念那个叫老蔡的兄弟 / 132

安静的女子叫余晗 / 134

关于两朵叫梅的花 / 136

旧情书 / 140

世纪的肖像与缅想 / 144

同学猴毛 / 148

细述一季的心语 / 150

像金鱼一样相望 / 154

写小说的陈宏伟 / 156

遭遇孩子 / 159

写小小小说的张敬邦 / 161

生命的承受 / 164

《荣誉》，情节及其他 / 166

目录

Contents

行板如歌 第五辑

- 爱,需要勇气 / 170
- 毕业那天 / 172
- 难忘漂泊 / 174
- 用微笑细数流年 / 176
- 我不拥有你 / 178
- 寻梦季节 / 179
- 朋友 / 181
- 做有用的人 / 183
- 希望你 / 185
- 湘江情思 / 187
- 真正的生活 / 189
- 做个没有特长的孩子 / 191
- 沉重的乡土 / 193
- 秋天过后 / 195
- 走向成熟 / 197
- 从此他有了父亲的命运 / 199
- 我与父亲的战争 / 202
- 像我这样的年轻人 / 205
- 为诗而孤独的河风 / 207
- 在文学的岁月里寻找故乡 / 210
- 后记——告别纯真年代 / 215

第一辑



冬日的阳光，滔滔而来，
从天空的制高点，咻咻流下，
柔软地淌到女孩身上，可一点儿
也没有要把女孩打湿的念头。女
孩就坐在草房子里的木窗边，
伏桌而睡，好像什么也不想，
又好像什么也没有遗忘，包括
青春，包括美丽，包括思念，
包括远方。

许愿青春



给梦一扇门

梦中，也有一串串日子，我们就在日子中行走；
梦中，我们不会迷路，乌黑的夜都飘到了远方；
梦中，黑发如瀑的你穿着恋梦的长裙，以蝶的轻盈，
以雪的秀逸，款款如斯。



给梦一扇门，我就把你锁进梦中。

梦中，也有一串串日子，我们就在日子中行走；梦中，我们不会迷路，乌黑的夜都飘到了远方；梦中，黑发如瀑的你穿着恋梦的长裙，以蝶的轻盈，以雪的秀逸，款款如斯。

梦不大，却是我们一生一世的家。家的墙壁挂满了你微笑时的照片，那低低的吊灯下面整齐地排满了床、衣架、柜子、茶几、椅子和书架，其余的地方便是我们的天地，我们每天就在家中站着或坐着，我们要走走，便会投入彼此的怀抱。我们做饭就在门外，篱笆搭的棚子只能遮住少许的阳光，下雨的时候我打着伞你就不会被淋湿，雨珠落到你的脸上我帮你擦去。饭做好后我们就每人端一碗趴在书桌上相对细嚼微笑。

有了你，我就已经满足，虽然我没有能力为你营造一个温暖的家，但我会梦中给你百般的呵护。

给梦一扇门，我就把你锁进梦中，从此天长地久地与你厮守。



如果你无法改变别人，那么就要尝试着去改变自己。

——颜廷利

冬日阳光里睡觉的女孩

冬季的从容，使阳光整整跨越一季，把消落的往事一一梳理，厚重不再，风声不再，女孩却耐人寻味——因为女孩圆了许多或一些人的一个很难追寻的梦。



冬日的阳光，滔滔而来，从天空的制高点，哗哗流下，柔软地淌到女孩身上，可一点儿也没有要把女孩打湿的念头。女孩就坐在草房子里的木窗边，伏桌而睡，好像什么也不想，又好像什么也没有遗忘，包括青春，包括美丽，包括思念，包括远方。

女孩毛茸茸的睫毛真是好看，一排排，一根根，支撑起一些鲜嫩的故事。女孩成了一朵开在书桌上的花苞，与旁边清冷的日子和一些简单的梦组成一种浪漫或古典，把季节围绕。

也许，女孩的眼睛里含有泪水，一种芬芳且极具光芒的液体；也许，女孩的眼睛里含有心事，梦中王子留下的信物。

可女孩睡着了，眼睛闭得紧紧的，没有给人任何暗示。阳光直下，用一种最简单的方式诉说，像心事，陷入雪地之后留下的斑斑驳驳。

此时，我又有一点点害怕，害怕偶有雨水，或更具质量的东西落下来，触伤女孩的睫毛，让心情大面积生病，抑或故事大面积逃跑。

天空依然明亮在窗外，草房子的烟囱上，朴素得很，又缺少不得，跟一把踏实耐用的花雨伞差不多。

此刻，女孩和阳光都成了一种鲜艳的事物，阳光一缕一缕地洒在女孩身上的声音潮湿得很，很容易让人想象雨季，想象雨水的火焰，平添许多

从一个冬天到另一个冬天的勇气和信心。

冬日阳光里睡觉的女孩，那份平静，那份执着，容易让人想起最美的音乐和关怀。

女孩是幸运的，甚至是幸福的。阳光的风吹过，女孩自成风景。但风景不是最美，守望风景才是最美，守望美丽的心情才是最美。

一切都静悄悄，从女孩到阳光，从花朵到雨水，从黎明到黄昏，甚至心灵或午夜。

寒风敲窗，依然会想起女孩，想起阳光，使梦获救。

冬季的从容，使阳光整整跨越一季，把消落的往事一一梳理，厚重不再，风声不再，女孩却耐人寻味——因为女孩圆了许多或一些人的一个很难追寻的梦。

>>>

如能善于利用，生命乃悠长。

——塞涅卡

挂草帘的茅屋

掀开草帘，走出茅屋。我们就淋着花瓣雨相拥而舞，我们就在蓝色的月光里相拥而舞，任那伤感的音乐淌来淌去，任那流逝的青春且纷且飞……



爱心片片，目光柔柔，你我携手走进挂草帘的茅屋。我说，这就是我为你建造的童话城堡，足可以容下我和你小小的身子。

屋子是这样布置的：一张木质的桌子，两把高靠的椅子，两杯温热的咖啡，四支燃着的红烛。对了，还有一部老式的留声机和几首经典伤感的老歌，譬如《落泪的戏子》，譬如《避风港》，再譬如《一生一次的痛，微微》。

这些你都喜欢吗？其实也谈不上喜欢不喜欢，就是得用心灵去感受。感受亲爱的寂寞花开，感受执着的许愿青春。

我要把你打扮成美丽的新娘，头上扎满象征爱情的鲜花。

你就站在那儿，静静地，于故事的开头处等我。我先把那把曾经象征我们经历过风吹雨打的蓝色油纸伞撑好。

这样，许多浪漫的情节就已经开始了，有故事的蓝色油纸伞开始讲述，音乐的翅膀开始张开，燃烧的红烛正也开始一寸寸地达到生命的高潮……不要说话，也不要走动，眼睛尽可能地闭着；不要思考，也不要思念，我们不会惊醒床头那嗓音洪亮满是挂念的纸质风铃……我们已远离世俗、远离尘嚣，这里除了茅屋草帘树丫天空呼吸运动白云，就剩下你和我。



你和我之间除了眼睛一切也都是多余。你知道吗？梦中你那含泪的黛眸总是久久地凝望我，凝望我，照亮我生命中最无际的夜空。我爱你那毛茸茸的眼睛，我爱你那明明亮亮的凝望，你能感到幸福吗？来，让我握住你的手，握住你的幸福，不要滑掉。

我会很轻很轻，很柔很柔，不会把你的手指捏痛，不会把你的梦想捏破。你是我今生最可人的花朵，我会给你一生一世的绽放……

最后，你说，我们出去跳跳舞，好吗？

我说好。

掀开草帘，走出茅屋。我们就淋着花瓣雨相拥而舞，我们就在蓝色的月光里相拥而舞，任那伤感的音乐淌来淌去，任那流逝的青春且纷且飞……

>>>

生命在闪耀中现出绚烂，在平凡中现出真实。

——伯克

爱情，别敲我的门

苹果是个漂亮的女孩儿，在土豆的眼里更是如此。意思也就是说，土豆喜欢苹果。土豆喜欢苹果胖嘟嘟的脸盘，土豆还喜欢苹果傻乎乎的可爱。土豆喜欢的这些，很简单，简单的除了他本人外，谁都不知道，当然也包括胖嘟嘟、傻乎乎的苹果。



苹果是个漂亮的女孩儿，在土豆的眼里更是如此。意思也就是说，土豆喜欢苹果。土豆喜欢苹果胖嘟嘟的脸盘，土豆还喜欢苹果傻乎乎的可爱。土豆喜欢的这些，很简单，简单的除了他本人外，谁都不知道，当然也包括胖嘟嘟、傻乎乎的苹果。

某一天，熟了的苹果就恋爱了。恋爱的对象自然不是土豆。

土豆就是土豆，长相太委婉。

苹果喜欢长得帅得掉渣的那种男生。土豆说，人家喜欢你吗？苹果说那我不管。

帅得掉渣的那种男生总是很少有时间陪苹果。苹果就自己抱着自己的脸盘坐在教室对着窗户胡思乱想。有时，在土豆睡得糊里糊涂的时候，感到有人在扯他的耳朵，土豆猜是苹果。睁开眼果然是苹果。苹果主动对土豆说，你知道吗，帅得掉渣的男生一般都很忙，即便上网聊天，都需要开许多窗口。土豆若有所悟地点了点头。

后来的故事是难以预料的。

土豆在放假回乡下的路上遇上了歹徒。在中巴车上，歹徒并没有对乘客行凶，而是盯上了车上那个长得像苹果的女司机，并要带她下去“玩玩”。女司机情急呼救，无人敢应。但当长得像苹果的女司机被拖下车时，



忍无可忍的土豆还是喊着苹果的名字站了起来。

长得像苹果的女司机并未因土豆的站起而获救。

土豆却被打倒在地。

半个时辰后，两个歹徒拖着衣衫不整的女司机从山林处回来时，女司机却要撵土豆下车。土豆说我想救你的，你怎么这样。女司机却说，你救了我吗？你救了我什么？你不下车，我就不开。

没想到的是，满车刚才对暴行熟视无睹的乘客们，此刻却都像刚刚睡醒般，齐心协力地“劝”土豆下车。有几个力气大的甚至起身挪动土豆的行李。最终，土豆被推搡而下，行李从车窗扔出……

土豆是回到学校才看到报道的。报道这么说：9月27日，发生惨烈车祸，一中巴车摔下山崖，车上司机和12名乘客无一生还……这时土豆呆了。

土豆抱着报纸哭了起来。谁也不知道他哭什么，为什么哭。

第二天早上，土豆敷衍地吃了点饭，破天荒地第一次撒谎请病假回了宿舍。

他把宿舍门关得死死的，一个人静静地躺在床上。中午，苹果替土豆打了一瓶开水送去，不管苹果怎么敲门，土豆死活不开，不应声。当苹果不停地喊着“我是苹果”时，土豆才把门打开，泪流满面的土豆看着苹果说，苹果，那个苹果死了。

苹果怔怔地看了一会儿土豆，扑进土豆怀里，也失声痛哭起来。



寿命的缩短与思想的虚耗成正比。

——达尔文

男孩子，女孩子

男孩子可以在外面挣生活挣气质，挣男孩子的本分与实在。女孩子可以在小屋里闭着眼睛守天空守月亮，守女孩子一生的幸福和梦想。



在这个奔跑的岁月中，因为有了男孩子和女孩子，才充满了故事和花香；因为有了男孩子和女孩子，才有了风歌乐雪和饼干说话。

男孩子们都有自己的天下。

当然，做男孩子有做男孩子的好处，做女孩子有做女孩子的好处。

男孩子有了心事可以挥拳乱舞，并以酒浇愁；女孩子有了心事可以遥望星星，然后独自泪流。

男孩子可以去流浪，说梦在远方。女孩子可以到远方做梦，说爱就是一辈子。

男孩子可以潇洒，可以爱得干脆，可以爱得如风。女孩子可以漂亮，可以爱得缠绵，可以爱得像雨。

男孩子离别的时候可以抱拳说，今生多珍重。女孩子离别的时候可以掩泪说，来世再相逢。

男孩子的睡眠可以有呼噜可以有冲动。女孩子的睡眠可以有微笑可以有悄悄话。

男孩子的床头可以有个大背包。女孩子的床头可以有个布娃娃。

男孩子可以承担痛苦忍住忧伤，可以独步长街，嫉恶如仇。女孩子可以有咸咸的泪水，可以有长长的头发，浅浅的温柔。



男孩子可以在外面挣生活挣气质，挣男孩子的本分与实在。女孩子可以在小屋里闭着眼睛守天空守月亮，守女孩子一生的幸福和梦想。

男孩子没事时可以编个故事吓唬吓唬女孩子。女孩子可以没事时用一根小草门住情感的门考验考验男孩子。

男子女孩子各自有各自的故事，男子女孩子各自有各自的传说，男子女孩子都喜欢无忧无虑的生活，男子女孩子都有激情澎湃的情愫。男孩子没什么不好，女孩子也没什么不好。

最后，有人会说，一个人一辈子只做男孩子或女孩子是多么乏味的事情呀。要是男孩子想做一回女孩子，或女孩子想做一回男孩子，怎么办？

要是让我说，没办法。

就下辈子吧。



珍惜生命就要珍惜今天。

——谚语