

用感恩的心体验人生 • 用感恩的心面对世界

Antary Know Ledge Of Geography
Niali Kjihj goabcegh

给自己一颗 感恩的心



ENTARY KNOW LEDGE OF GEOGRAPHY

丁松◎编著

不知感恩的人将会麻木不仁，
心灵空虚，落落寡合，孤独寂寞，他们的人生之路必然迷茫；
懂得感恩的人将会心清气朗，
内心充盈，高朋满座，欢歌笑语，他们的人生之路必然坦荡。

 新世界出版社
NEW WORLD PRESS

Antary Know Ledge Of Geography
Niali Kjihj qoabeegh

给自己一颗 感恩的心



丁松◎编著

 新世界出版社
NEW WORLD PRESS

图书在版编目 (CIP) 数据

给自己一颗感恩的心/丁松编著. —北京: 新世界出版社, 2008.11
ISBN 978-7-80228-991-8

I. 给... II. 丁... III. 人生哲学-通俗读物 IV. B821-49

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2008) 第 176823 号

给自己一颗感恩的心

策划: 梁小玲

作者: 丁 松

责任编辑: 梁小玲

封面设计: 创品牌

出版发行: 新世界出版社

社址: 北京市西城区百万庄大街 24 号 (100037)

总编室: +86 10 6899 5424 6832 6679 (传真)

发行部: +86 10 6899 5968 6899 8733 (传真)

网址: <http://www.nwp.cn> (中文)

<http://www.newworld-press.com> (英文)

电子信箱: nwpcn@public.bta.net.cn

版权部电话: +86 10 6899 6306 frank@nwp.com.cn

印刷: 九州财鑫印刷有限公司

经销: 新华书店

开本: 787 × 1092 1/16

字数: 330 千字 印张: 20

版次: 2008 年 12 月第 1 版 2008 年 12 月第 1 次印刷

书号: ISBN 978-7-80228-991-8

定价: 39.00 元

版权所有 侵权必究

印装错误可随时退换



人，随着降生后的第一声啼哭，就走上了感恩之路。

从那一刻起，就要感谢苍天，感谢大地，感谢阳光，感谢雨露，感谢大自然给予我们的一切；

从那一刻起，我们的生命就在无数的恩泽中成长；

从那一刻起，我们就被春夏秋冬、酸甜苦辣所包围，我们将体会到寒冷和温暖，体会到成功和失败，体会到激情和泪水。

这就是生活。

在无数的颠簸中，我们坚持着；在无数的挫折中，我们奋斗着。在成功的那一刻，我们看到了无数双充满喜悦的双眼，在那里有我们苍老的父母，有我们尊敬的老师，有我们真诚的朋友……

面对身边的爱，一种伟大的情怀在我们心中激荡，那就是感恩。

每当夜晚来临，当我眺望星空时，总会想起已故诗人顾城的一首诗：

我的心爱着世界

爱着，在一个冬天的夜晚

轻轻吻她，像一个纯净的

野火，吻着全部草地

草地是温暖的，在尽头

有一片冰湖，湖底睡着鲈鱼

给自己一颗感恩的心

我的心爱着世界
她溶化了，像一朵霜花
溶进了我的血液，她
亲切地流着，从海洋流向
高山，流着，使眼睛变得蔚蓝
使早晨变得红润

我的心爱着世界
我爱着，用我的血液为她
画像，可爱的侧面像
玉米和群星的珠串不再闪耀
有些人疲倦了，转过头去
转过头去，去欣赏一张广告

当感恩的情怀灌注内心，世界将变得五彩缤纷，生活将变得充满激情，
让我们怀着感恩的心，去面对生活吧！



目 录

第一章

彼得堡的黄昏

当我们站在人生的某个高点上，回忆过往的一切，我们的心是一片荒凉的土地，还是盛开着美丽的花朵？如果没有感恩之心，那么我们的内心一定如荒凉的土地一样贫瘠；反之，我们的生命则会充满蓬勃生机。无论父亲还是母亲都是我们成长中的雨露和阳光，我们的人生在他们的爱护下静静地成长，充实丰满。是父母给了我们生命和青春，是父母让我们拥有花朵般的生命。

那一刻的感动 / 3

除夕夜的恩情 / 4

无尽的爱 / 6

启明星 / 7

挚友 / 8

漫天风沙 / 10

最深沉的爱 / 11

小女孩与麻雀 / 13

彼得堡的黄昏 / 13

回家的路 / 15

迷失 / 16

五莲峰的回忆 / 17

信 / 19

一张支票 / 19

献给母亲的生日蛋糕 / 23

美丽世界的孤儿 / 24

钢琴曲 / 26

危情时刻 / 27

处处留恩 / 28

没有结局的故事 / 30

第二章

邂逅枫叶街

清晨，当我们站在窗前，内心中能否闪过瞬间的感动？如今，我们的心越来越冷漠，越来越缺少敏锐的判断力，而一味地沉溺于鄙陋和庸俗中。敞开我们的心吧，让感恩的情怀陪伴我们，让感恩的波涛汹涌，只有这样，我们才能告别心灵的黑暗，迎来充满阳光的生活。

- | | |
|---------------|--------------|
| 红色打火机 / 35 | 谦让 / 46 |
| 春蚕到死丝方尽 / 36 | 纯真的梦 / 47 |
| 双目失明的老人 / 37 | 背影 / 48 |
| 铭记一生的感动 / 38 | 三个面包 / 50 |
| 饿汉报恩 / 40 | 大地之梦 / 51 |
| 为我照亮整片天空 / 41 | 心声 / 53 |
| 扇画 / 42 | 邂逅枫叶街 / 54 |
| 故乡的天空 / 43 | 无题 / 56 |
| 一条红领巾 / 45 | 永生难忘的感动 / 57 |
| 阳光下的录音带 / 46 | |

第三章

寄往天国的信

在成长的道路上，会面临许多歧途，稍有不慎就会追悔莫及。当我们走上人生的坦途，向着既定的目标不断前进时，是否应当回

头看一看曾经走过的一个个人生的十字路口，是谁为我们指出了正确的道路，是谁为我们把握了人生？当我们认识到误入歧途的可怕时，内心中自然会产生难以言说的感恩。

在雨中 / 61	夕阳 / 77
风雨同舟 / 62	月影的泪 / 78
摆脱抑郁的困扰 / 63	阳光心情 / 79
红娘 / 64	姐妹情深 / 80
引路人 / 65	阴霾终会消散 / 81
遥远的记忆 / 67	尼姑庵寻妻 / 82
沉痛的教训 / 68	面对歹徒 / 84
高贵的夫人 / 69	恩师 / 85
救命的包裹 / 72	寄往天国的信 / 86
泪水为谁而流 / 74	护士茜茜 / 88
豪杰赌徒 / 76	儿时的玩伴儿 / 89

第四章

海滩余晖

真正的朋友是值得信任的，在最困难的时候是朋友为我们提供帮助；在最需要安慰的时候，是朋友给我们送来慰藉。朋友就像春风，时时抚慰我们，温暖我们的心。也许，一声谢谢无法表达出对朋友的无尽感激，但是我们仍要真诚地说一声：感谢你，我的朋友！

野孩小晴 / 93	恩泽与鲜花 / 97
绣出美丽人生 / 94	来自陌生人的关爱 / 98
珍妮 / 95	养老院逸事 / 99

- | | | | |
|--------|-------|----------|-------|
| 深海惊魂 | / 101 | 深情相拥 | / 112 |
| 梦碎之后 | / 103 | 阿满的故事 | / 113 |
| 海滩余晖 | / 104 | 小象与报恩的老鼠 | / 114 |
| 灿烂的笑容 | / 106 | 最艰难的日子 | / 115 |
| 归途 | / 107 | 一生追寻 | / 116 |
| 灾年散粮 | / 108 | 托梦报恩 | / 117 |
| 月光下的泪水 | / 111 | | |

第五章

斯德哥尔摩的回忆

感恩是一种体验，是一种认同，更是一种回报。感恩的心就像太阳那样温暖着我们。也许许多大恩无以回报，也许施恩之人不求回报，但是感恩的情怀必须永远在我们心里。

- | | | | |
|--------|-------|----------|-------|
| 遗失与获得 | / 121 | 斯德哥尔摩的回忆 | / 134 |
| 一生的感动 | / 122 | 忠诚 | / 135 |
| 百里相送 | / 123 | 迷路老人 | / 136 |
| 盘旋天空 | / 124 | 夙愿 | / 138 |
| 诉说 | / 125 | 悲喜时刻 | / 139 |
| 分别时的泪水 | / 126 | 的士司机 | / 141 |
| 美好的回忆 | / 128 | 日月星辰 | / 142 |
| 父亲的相片 | / 129 | 踏上报恩路 | / 143 |
| 凤凰姐妹 | / 130 | 迷途的孩子 | / 145 |
| 祖父的手 | / 131 | 最遥远的距离 | / 147 |
| 校花 | / 133 | | |

第六章

夕阳琴声

如果在心中永远保持着感恩的情怀，那么就永远不会抱怨。正是许多人的付出使我们的生活丰富多彩，我们之所以不会因乏和贫瘠，之所以能体会到欢乐和幸福，正是因为无数的人默默奉献着他们的青春和智慧。感恩是一种情怀，更是一种信念，感恩不是简单的回报，而是生命的升华，更是人性的光辉。

童年的记忆	/ 151	沉默的爱	/ 164
破袍子的秘密	/ 152	涓涓细流	/ 165
老中医与戴维斯	/ 153	生命之门	/ 167
摘芒果的小女孩	/ 154	康乃馨	/ 168
生命的潜能	/ 155	夕阳琴声	/ 169
歧路	/ 156	报童	/ 171
失恋之后	/ 158	那一刻……	/ 172
达席尔瓦和佩德罗	/ 159	阿曼妮	/ 173
无法寻找的背影	/ 160	人情冷暖	/ 174
由《辞源》想起的	/ 161	遗物	/ 175
江先生买布	/ 163		

第七章

波尔多之恋

我们的灵魂是漫长的旅程，从幼小时就接受着来自母亲的爱。正是母亲的爱使我们懂得了人生的意义，也正是通过这种爱使我们

感受到母亲的伟大。母亲的爱是深沉而沉默的，因为她是用自己的生命在保护她的子女。母亲的爱宽广无边，包容一切，完美而伟大。当我们在深沉母爱的包容中，成长为有独立思想的人时，我们就会感到母亲的无私和奉献。也许，在人生的所有礼物中，最伟大的礼物就是母爱，同时最应该感恩的也是母爱。

柿子树下 / 181

绵延无期的爱 / 182

兔子和大鸟 / 183

困境中的女孩 / 184

绝境亲情 / 185

回报 / 186

七月的下午 / 187

从苦难中走出 / 188

沉默的小雨 / 190

饶恕 / 191

陌生的城市 / 192

明信片 / 193

爱心永在 / 194

生死之间 / 196

那恩，那情 / 197

波尔多之恋 / 198

良师益友 / 201

牵挂 / 202

希望之光 / 203

钢琴教师 / 204

红裙子 / 207

第八章

紫荆花的传说

我们虽然活着，但如果扪心自问，我们真正的生活过吗？我们的内心是浅薄狭隘，还是深广宽阔？当我们仰望天空时，是否能感觉到自己的贫乏，是否能认识到自己深陷在迷雾之中？也许我们永远不知道自己最终的归宿，但我们至少应该知道，是谁带领我们来到这个世界，我们也许不能作出杰出的成就，但我们至少应该懂得感恩。

拯救 / 211	邻居家的小偷 / 226
感恩节的祝福 / 212	满天繁星 / 227
往事 / 213	感恩的心永远跳动 / 228
一首短诗解恩仇 / 215	走出阴影 / 229
长老与松鼠 / 216	飞翔的鸽子 / 231
脊梁 / 217	别让好心人流血又流泪 / 232
徘徊在绿荫下 / 220	常回家看看 / 233
面临死亡的抉择 / 221	曾经彷徨 / 234
久病床前 / 223	紫荆花的传说 / 236
温暖的双手 / 224	相濡以沫 / 238
燃烧自己 / 225	大学时的恋人 / 239

第九章

湖边晚霞

感恩有时不是一种具体的回报，因为有些恩情无以回报；感恩更多的时候是一种情怀，是一种心绪，是一种怀念，只要心存感恩的心，灵魂就会升华。生活是平静的，但绝不是平淡的，在平静中处处显露着人间的真情，只要我们用心去体会，就能发现有许多人在默默地奉献着，也有许多人在关注着我们，并为我们提供着帮助，让我们的心更灵动一些，更敏感一些，只要有感恩的心，我们的生活就会充满生机。

一把雨伞 / 243	在讲台上 / 249
有梦的女孩 / 244	老虎与猎手 / 250
灯塔 / 246	身边的事 / 251
际遇与感恩 / 247	相隔万里的爱 / 252
一件大衣 / 248	湖边晚霞 / 253

冰上遇险 / 255	街角的流浪汉 / 263
紫嫣的回忆 / 256	紫蝶 / 265
双头蛇 / 257	杰弗逊和伊莲娜 / 267
僧院往事 / 258	遭遇灾祸之后 / 268
鬼魅情深 / 259	醒悟 / 269
宽恕 / 260	心口永远的痛 / 272
忍辱复仇 / 262	永远的恋人 / 273
鞭打之恩 / 262	

第十章

童年印象

许多恩情是难以报答的，也许根本就无须直接报答，只要我们在日常的工作中能够努力奉献，并帮助他人，也许就是最好的报答。所谓感恩，不一定是对某一个人的感恩，也许是对整个社会的感恩，因此让我们努力工作，并以出色的成绩回报整个社会。

错位 / 279	知恩不报者的下场 / 292
神秘的老者 / 280	执子之手 / 294
同根树 / 282	依恋 / 295
患难之交 / 283	童年印象 / 296
斯坦哈斯特的微笑 / 284	兄弟 / 298
报恩的战马 / 285	人鬼情未了 / 299
用爱点燃希望 / 286	小镇上的人们 / 300
叶天士医贫 / 288	梦想成真 / 302
幸福的千景惠 / 289	袜中米 / 303
孩子的天堂 / 291	雨中的玫瑰 / 304

第一章

彼得堡的黄昏

当我们站在人生的某个高点上，回忆过往的一切，我们的心是一片荒凉的土地，还是盛开着美丽的花朵？如果没有感恩之心，那么我们的内心一定如荒凉的土地一样贫瘠；反之，我们的生命则会充满蓬勃生机。无论父亲还是母亲都是我们成长中的雨露和阳光，我们的人生在他们的爱护下静静地成长，充实丰满。是父母给了我们生命和青春，是父母让我们拥有花朵般的生命。





那一刻的感动

前几天同学聚会时，我又碰到了阿良。在上中学的时候，我们是最好的朋友，聊起当年的往事，大家都深有感触。

那会儿我们正在上初中，每个同学的家中都不富裕，阿良的家里仅有一辆自行车，那是他父亲上班用的，所以我经常骑车带着阿良去上学。当时，阿良最大的梦想就是拥有一辆属于自己的自行车，后来父亲买了一辆新的，才把旧自行车给了阿良，阿良高兴极了，总是约我一起骑车上学。

有一次阿良来找我，我们约好一起骑车上学，一路上我们有说有笑，车骑得也比平常快，一会儿工夫就骑了十几里路。可能是只顾着说笑，一不小心阿良把自行车骑到了路边的沟里，人也摔出去了，好在没什么大碍，不过自行车却摔坏了。由于没有工具根本就没法修理，我们只好推着车走，边走边找修车的铺子。天色渐渐暗了下去，我们也越走越累，可是没有看到一处修车的。这时，一个陌生人停下车子走了过来，看看我们焦急的样子，问道：“车坏了，要帮忙吗？”我们两个又惊又喜，非常感谢那个人。不一会儿车就修好了，还没等我们说声谢谢，那人就开车走了。我们一头雾水，素不相识的路人为什么要停下车帮助我们呢？

带着这种疑惑，我们继续往前骑，边骑边聊，阿良问我：“如果碰到这种情况你会帮忙吗？”我说：“我也不知道，根据情况吧，素不相识的人管他干吗？”阿良也自言自语道：“是啊，反正都是陌生人。”两人一边说着，一边自嘲地笑了笑。快到学校的时候，天色已经暗了下来，路上的行人也渐渐稀少。我们看见路边停着一辆班车，好像是车子熄火了，周围的路人都在帮忙推车，前面领头的那个人正是帮我们修车的师傅，他正在有节奏地喊着口令。大家随着一声声嘹亮的口令一齐使劲推车，不一会儿车子就

给自己一颗感恩的心

发动起来了，司机师傅笑着向人们挥手致谢，大家也都露出了欣慰的笑容。

那一刻我和阿良被嘹亮的口号声震颤着，巨大的感动涌上了我们的心头，看着好心的路人，我和阿良面面相觑，惭愧地说不出话来。那一刻成了我们心中永恒的记忆，也开启了我们的心灵。从此，我们懂得了人们要互相帮助、彼此关爱，要以感恩的心去面对人生。



感恩寄语：

感恩之心是人珍藏于心灵深处最伟大的情感。没有人不需要帮助，而得到帮助的人则可以摆脱困境，甚至克服苦难，使自己的人生在平淡中感受到震撼和祝福。拥有感恩之心，便能学会关爱。可以说，关爱是人生成长的麦穗和雨露，缺少关爱，甚至不会对别人付出关爱的人，他们的人生等于从未起程，他们的心灵将会一片漆黑。



除夕夜的恩情

乾隆年间有个叫汤金钊的，在浙江省会考时，获得了乡试第一名。当时前程似锦，但由于他知道如果当时进京参加会试，一定会与和珅发生某种联系，出于刚正不阿的性格，他毅然放弃了会试的机会，从而也避免了巨大的灾祸，但他之所以获得当年乡试的第一名，自己却不知其中原委，这还要从一段感恩的故事说起。

汤金钊的父亲在家乡的街市上开了一家小店，虽然并不十分富有，但却衣食无忧。有一次，正赶上除夕之夜，汤金钊的父亲外出收账，身上带有三十两银子，正在匆匆赶回家。这时，他忽然看到一对年轻夫妇正在街边抱头痛哭，场面十分凄惨。汤父很疑惑，便走上前去询问：“除夕之夜到处喜气洋洋，你们夫妻二人为何如此痛哭？”那丈夫说：“我们被债主逼债，