

美丽心灵
精彩人生
MEILIXINLING
JINGCAIRENSHENG

时光如烟，任目光在飘渺的淡蓝色薄雾中穿梭，忧郁的思绪却依然抓不住往昔的时光。

多少惆怅，多少悲伤，在轻轻荡漾的轻薄烟雾中恍惚徜徉。

世事一场大梦，人生几度秋凉——时光荏苒，人生路长，无论沉重还是轻松，无论飘渺还是真实，品味时光，品味人生，均属一种难得的人生体验。

Time

如烟的时光

Ruyan de
Shiguang

史志敏◎主编



内蒙古人民出版社

美丽心灵 MEILIXINLING
精彩人生 JINGCAIRENSHENG

Time

如烟的时光

Ruyan de
Shiguang
史志敏◎主编



内蒙古人民出版社

图书在版编目(CIP)数据

如烟的时光/史志敏主编. —呼和浩特:内蒙古人民出版社,2009.3
(美丽心灵 精彩人生)

ISBN 978 - 7 - 204 - 09985 - 6

I. 如… II. 史… III. 小小说 - 作品集 - 中国 - 当代 IV. I247.8

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2009)第 035300 号

美丽心灵 精彩人生

主 编 史志敏 徐传亮 曾秀英 申世清 毕德才

责任编辑 波勒格太

图书策划 腾飞文化

封面设计 大 章

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 北京市业和印务有限公司

开 本 710 × 1000 1/16

印 张 396

字 数 4000 千字

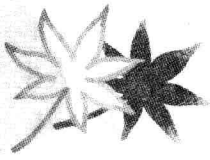
版 次 2009 年 4 月第 1 版

印 次 2009 年 4 月第 1 次印刷

印 数 1 - 10000 套

书 号 ISBN 978 - 7 - 204 - 09985 - 6/1 · 2123

定 价 655.60 元(全 22 册)



前言



打开你喜爱的书，就走近了心灵，开始了对话与交流；推开好心情的门，就走近了人生，体悟了人生的美丽与精彩。

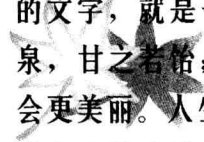
生活是一部永远也读不完的书，更是为人类搭起的一个大舞台，人们在上面扮演着各种角色，演绎着各自的酸甜苦辣和喜怒哀乐。曾经迷惘，曾经抑郁，也曾经感动和流泪。为了慰藉心灵，为了在生活中少走弯路，从容地对待生命中遇到的困难和挫折，我们精心编排了这本《美丽心灵精彩人生》一书，让那些饱含哲理的精美文字来陪伴你，拾取久违的感动，体悟百味人生，感受人生的快乐。多一些有益的人生启迪，学会从容地面对生活中的各种问题，更深刻地理解和把握人生，使人生臻于完美。

本书带给你的不仅仅是美的欢跃与情的慰藉，还有精神的支撑与拓展。它用无形的力量营造了我们生命的凭籍，犹如一盏不灭的灯，引领着迷茫的心灵；它是爱的化身，是真情的足迹，是风雨人生中的希望之光，是一串串灵动跳跃的音符轻轻滑过心田，快乐地舞动着，让颤抖于情感冬季的心灵，感受爱的温暖，让误入生活荒漠的灵魂，领略人生的精彩。

在成长的路上，好书常常使我们心旷神怡。情绪郁闷时，不妨读一篇美文，感受一下激越；独自伤感时，不妨诵一篇美文，舒展一下胸襟；心绪不爽时，不妨悟一篇美文，熨烫一下感情。品读本书，能使你无垠的心灵荒漠变成希望的绿洲，使你寂寞和空虚的灵魂走向丰富和充盈，使你从虚荣和浮躁中走向宁静与平和。

用心去感受美的事物，才可以拥有美的智慧。打开心灵之门，重新审视我们周围的世界，重新观照我们内心的世界，一切才会有所改变。品悟那些精美





的文字，就是一次甜美的享受，犹沐浴和煦的春风，神清气爽；犹如饮一泓甘泉，甘之若饴；犹如聆听高人的谈话，使你茅塞顿开。有本书的陪伴，你的人生会更美丽。人生最大的学问莫过于获得心灵的智慧，人生最大的快乐莫过于荡涤心底的尘埃。

这里的每一个故事都源自经典，每一篇文字都散发着智慧的光芒，每一次震撼都来自心灵的感动。阅读一个个小故事、一篇篇唯美的文字，感悟一颗颗心灵，品味人生的精彩！

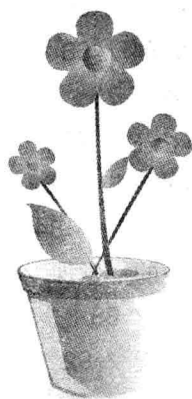
让我们一起分享——

人生的精彩，
心灵的盛宴。

目录

信念支撑的生命

- 信念支撑的生命 / 3
- 学会珍惜时间 / 5
- 永不放弃 / 7
- 成功的绊脚石 / 9
- 积极乐观的面对困难 / 11
- 好机会与坏机会 / 13
- 好大的一片果林 / 15
- 莫让心态乱了方寸 / 17
- 生命不能太负重 / 19
- 生活需要简单 / 21
- 挖掘自己的长处 / 22
- 不要看轻自己 / 24
- 把握命运的密码 / 26
- 一颗百折不挠的心 / 28



- 珍惜现在拥有的一切 / 30
- 享受生命的春光 / 32
- 人生路,不回头 / 34
- 生活的境界 / 38
- 破碎的美丽 / 39
- 流泪的苦瓜 / 42
- 心灵的伤疤 / 44
- 有一种拥有叫失去 / 46
- 人生的意义 / 48



遥远的声音

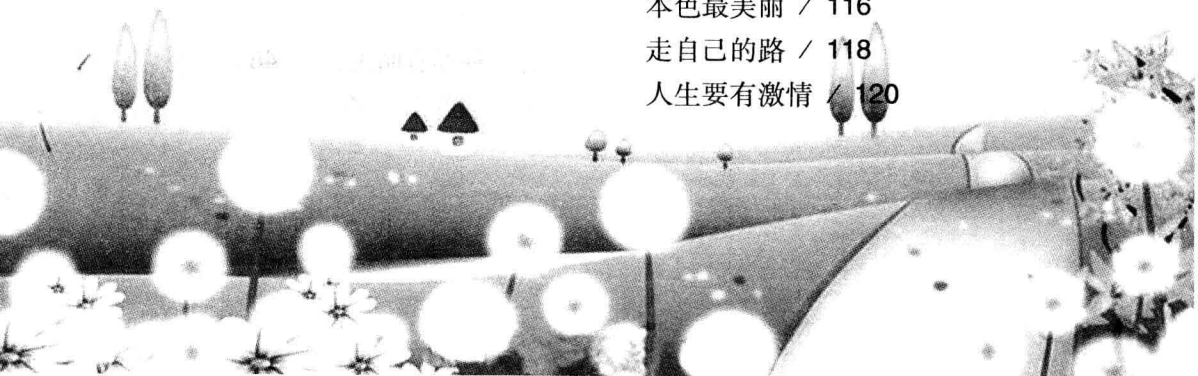
- 遥远的声音 / 53
岚山情思 / 55
寻找水滴 / 59
在城市中行走 / 61
遥远的蝴蝶 / 64
不安宁的夜 / 66
离别的时刻 / 68
回忆似酒 / 73
怀念旧宅院 / 78
25 年前的梦想 / 82
不要错过芳草 / 84
在风雪中的一堂课 / 86
活在当下 / 88
把握好今天 / 92
认识你自己 / 94
珍惜今天 / 96



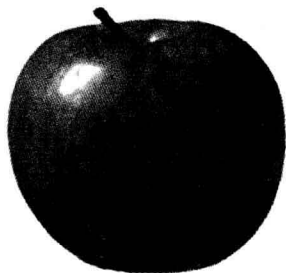
- 要有先见之明 / 98
稍纵即逝的事物 / 100
放弃也是一种美丽 / 102
尽心做美妙的事 / 104
欲与之，先取之 / 106

带着微笑上路

- 带着微笑上路 / 109
满怀信心很简单 / 111
亮出你自己 / 112
真正认识自己 / 114
本色最美丽 / 116
走自己的路 / 118
人生要有激情 / 120

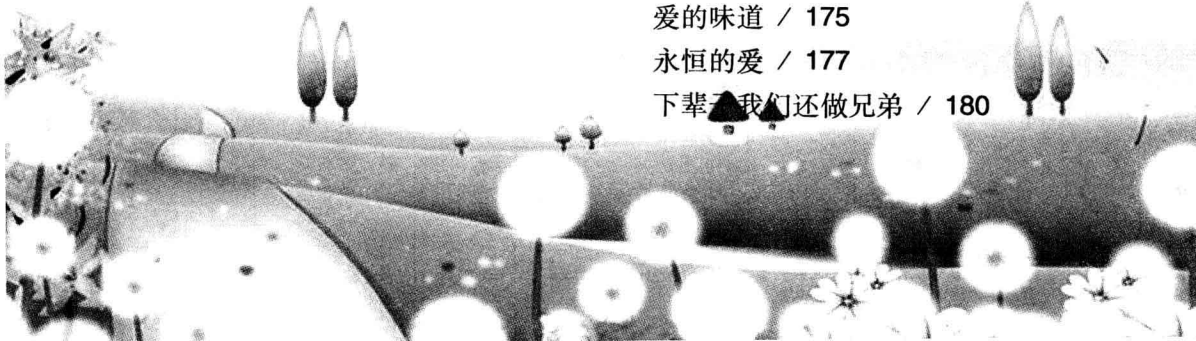


做好自己 / 122
活得快乐 / 124
生活随着心态走 / 126
心态与行动 / 128
做最乐观的人 / 130
一切都将会过去 / 132
控制好自己的情绪 / 134
芳香自己的心灵 / 136
别让灰尘落到心上 / 138
不要抱怨生活 / 140
快乐零距离 / 142
快乐很单纯 / 144
微笑面对人生 / 147
快快乐乐过一生 / 149
生活其实并不悲惨 / 152
快乐取决于你的选择 / 154



爱可以创造奇迹

爱可以创造奇迹 / 161
爱能创造出力量 / 163
爱,体现在行动上 / 165
爱心在哪里开花,
就会在哪里结果 / 167
奉献爱心,
美丽自己的一生 / 169
把爱洒向万物 / 171
在情感上做一个
给予的富翁 / 173
爱的味道 / 175
永恒的爱 / 177
下辈子我们还做兄弟 / 180





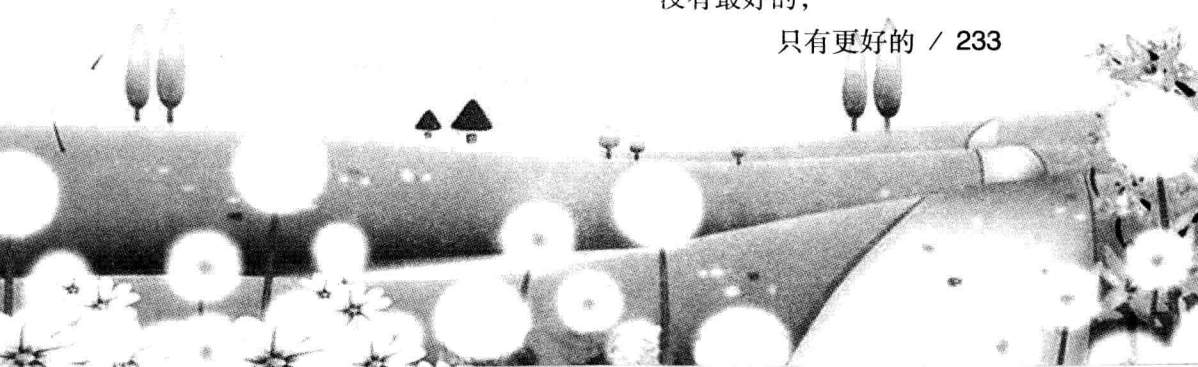
- 有爱就有幸福的家 / 184
忘了流泪的爱 / 186
没有父亲的父亲节 / 189
可怜天下父母心 / 192
藏在床底下的爱 / 194
我懂得什么是爱 / 197
再坚持一下就是奇迹 / 200

命运掌握在 自己手中



- 命运掌握在自己手中 / 203
一念之间的结局 / 205
自己才能拯救自己 / 207
成败取决于自己 / 208
在失败中站起来 / 210
失败也是一种资本 / 212
拥有自己的“水井” / 214

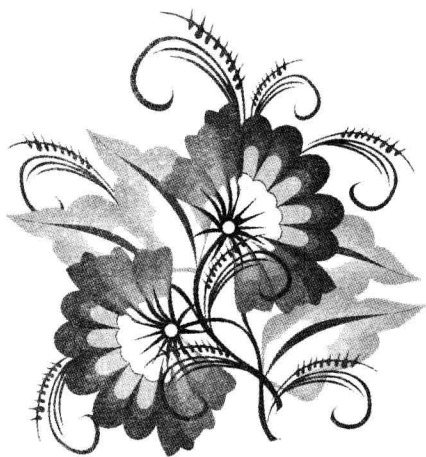
- 正确把握机会 / 216
三思而后行 / 219
分清主次 / 221
做事先考虑后果 / 223
捂好你的双耳 / 225
飞向自己的目标 / 227
从小事做起 / 230
持之以恒 / 232
没有最好的，
只有更好的 / 233





上帝的声音

上帝的声音 / 237
最美好的礼物 / 239
生活告诉我 / 241
坠落过程 / 243
每天给自己一个希望 / 246
天使之声 / 248
真假世界 / 250
生活是什么 / 252
吃苦,是一种资本 / 254
那句话 / 256
请您往右边站 / 258
坚守你的高贵 / 261

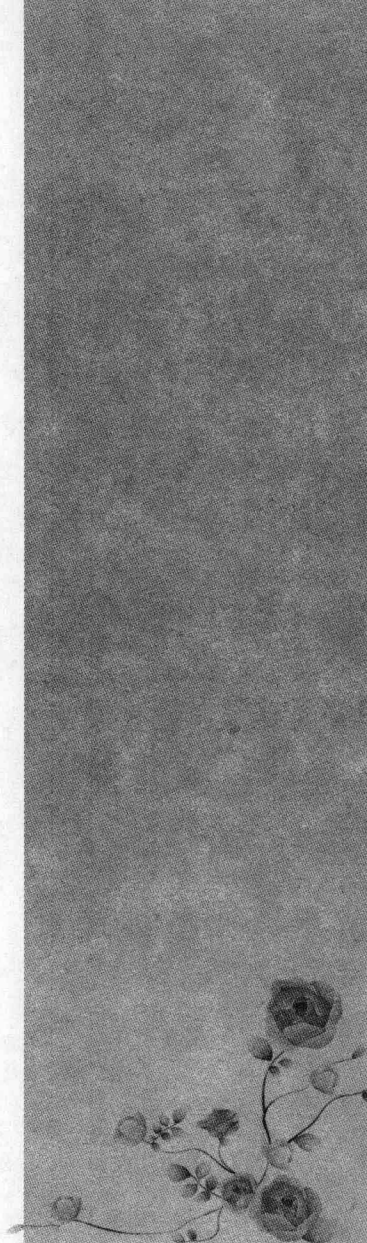


学会说:“对不起” / 263
我们该赢 / 265
你可以说那就是忧伤 / 267
多一句赞美声 / 269
给自己一双慧眼 / 271
学会变换心境 / 273
老师,我站着呢 / 275
人生源自梦想 / 277



信念支撑的生命

身体可以是残疾的，但心灵却必须是健全的，健全的心灵最不能失去的是信念。信念是一个人做事情与活下去的支撑力量，它可以帮助人们克服人生中的一切困难，到达胜利的彼岸。如果心中没有了信念，就等于自己给自己判了死刑。





信念支撑的生命

♥ 王 智

在美国纽约，有一位年轻的警察叫雅瑟尔，在一次追捕行动中，他被歹徒的冲锋枪射中了左眼和右腿膝盖。3个月后，当他从医院出来时，完全变了个样儿，一个英俊小伙变成了一个又跛又瞎的残疾人。

纽约市政府和其他组织授予了他许多勋章和锦旗。记者问他：“你以后将如何面对命运呢？”他说：“我只知道歹徒还没有被抓住。”他那只完好的眼睛里射出一种令人颤栗的愤怒之光。这以后，雅瑟尔不顾别人的劝阻，多次参与抓捕歹徒的行动，他几乎跑遍了整个美国，一次甚至为了一个微不足道的线索去了欧洲。

9年后，那个歹徒终于在亚洲某个小国被抓获了，雅瑟尔在行动中起了关键的作用。在庆功会上，他再次成了英雄，许多媒体都称他是美国最坚强、最勇敢的人。然而半年后，雅瑟尔却在卧室里割脉自杀了。在他的遗书中，他写明了他自杀的原因：“这些年来，让我活下去的信念就是抓住凶手。现在，伤害我的凶手被判刑了，我的恨也消了，生存的信念也随之消失了。面对自己的伤残，我从来没有这样绝望过……”

智慧悟语

信念是一个人做事情与活下去的支撑力量，它可以帮助人们克服人生中的一切困难，到达胜利的彼岸。如果心中没有了信念，就等于自己给自己判了死刑。





学会珍惜时间

♥ 张 军

某个深夜，在危重病房里，有一位癌症患者迎来了他生命中的最后一分钟，死神如期来到他的身边。

隔着氧气罩，他含糊地对死神说：“再给我一分钟，好吗？”

死神问：“你要这一分钟干什么？”

他说：“我要用这一分钟，最后一次看看天，看看地，想想我的朋友和敌人，或者听一片树叶从树枝上飞落到地上的那一声叹息，运气好的话，我也许还能看到一朵花儿由封闭到开放……”

死神说：“你的想法不坏，但我不能答应你。因为这一切，我都留了时间给你欣赏，你却没有珍惜。在你的生命中，我从来没有见过你像今天珍惜这一分钟一样，珍惜任何一个小时或一天。不信，你看一下我给你列的这一份账单：

在你 60 年的生命中，你有一半时间在睡觉，这不怪你，这 30 年权且算是我占了你的便宜。在余下的 30 年中，你曾经叹息时间过得太慢的次数一共是一万次，平均每天一次，这其中包括你少年时代在课堂上，青年时期在约会的长椅上，中年时期下班前和壮年时期等待升迁的仕途上。在你的生命中，你几乎每天都觉得时间太慢，太难熬，你也因此想出了许许多多排遣无聊消磨时间的办法，其明细账大致可罗列如下：

打麻将（以每天 2 小时计），从青年到老年，你一共耗去了 6500 小时，折合成分钟是 39 万分钟。



喝酒，每顿以1小时计（实际远非这个数），从青年到老年，也不低于打麻将的时间。

此外，同事之间的应酬，上班的时候狂侃甲A联赛以及臭电视剧，拿着一张报纸出神，吐烟圈，对着窗外看女同事的大腿发呆，对张三说李四的坏话，对李四又说张三的坏话，又耗去你不低于打麻将和喝酒的时间。

除了这些，你还无数次叹息生命的无聊空虚寂寞。为此，你还强拉邻居，同事或下属打麻将、扑克。甚至强抢小孙子的电子游戏。后来，你还赶潮流学人家上网，化名“温柔小帅哥”，每天十几小时地泡在聊天室里和一大群真假假的女人找感觉……

你还和人煲电话粥。没事上街闲逛，在马路上看人下象棋，一次就是数小时。

你还参加了无数有较强催眠作用的会议，这使得你的睡眠时间远远超出了30年。而且，你又主持了许多类似的会，使更多人的睡眠也和你一样超标……

还有……

死神想继续往下念的时候，发现病人的眼中，生命之火已经熄灭了。于是长叹一口气说：“如果你活着时，能想着节约一分钟的话，你就可以听完我给你记下的账单了，真可惜，我辛辛苦苦地工作又白费了，世人怎么都是这样，总等不到我动手，就后悔得……”



智慧悟语



世界上最宝贵的也许就是时间了。如果没有时间，世间万物都将失去意义。但是，许多人并不懂得珍惜时间，当开始真正意识到时间的重要性时，时间已经所剩无几了。所以，我们平时要珍惜时间。不要等到“子欲养而亲不待”时才追悔莫及！



永不放弃

♥ 李云涛

在一片茂密的森林中，一直以来都没有发生过什么太大的变故，平时也就是偶尔有几只老虎、狮子之类的猛兽经过，小动物们也都懂得将自己隐藏起来，不至于成为猛兽腹中的食物。

所以，这些小动物大都能够安然地生活在森林中，直到终老。

但是有一天，空中落下了一道非常刺眼的闪电，电光击中森林中最大的一株树木，受击的树木立刻燃起熊熊的大火。

这场森林大火一发不可收拾，火舌四处乱飞，席卷了森林中无数树木的枝叶，同时也威胁到所有小动物的生命安全。

惊慌的小动物们拼命向森林外奔逃，希望能逃出这场大火造成的劫难。

但它们却不知道，当闪电击中那棵大树、大火燃起的同时，在森林四周，大火引来了无数贪婪的肉食猛兽，它们正张大了口、等候这些逃难的小动物们自己送上门来。

在这片森林的所有动物当中，只有一只小松鼠和其他的动物不同。

它非但没有逃难，反而奋不顾身地向着大火冲去。

小松鼠见森林中有一个即将被火烤干的水塘，便毫不犹豫地跳进水塘，把自己的身体沾湿，然后奋不顾身地冲进火场，拼命抖洒着黏附在身上的水珠，希望能够缓解正在毁灭森林的火势。

这件事让一位天神看到了，他想知道这个小松鼠在干什么。

于是便化身成为一位老者，来到小松鼠面前，问道：“孩子，你这是在干什么？”