

美丽心灵 MEILIXINLING
精彩人生 JINGCAIRENSHENG



点亮心底的烛光

在黑暗中，我只希望能够为自己点上一盏烛光。生命本身，或者真的不是我们能够完全掌控的东西，但是无论在怎样的困境中，我们都该有信心，学会永远不说绝望。

希望不死，春天总会再临。在黑暗中、在风中雨中行走的人，请别忘了点亮心中的烛光。

Dianliang
Xindi de zhuguang

史志敏◎主编



内蒙古人民出版社

Heart

心

美丽心灵 MEILIXINLING
精彩人生 JINGCAIRENSHENG

点亮心底的烛光

Dianliang
Xindi de zhuguang
史志敏◎主编



内蒙古人民出版社

图书在版编目(CIP)数据

点亮心底的烛光/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. 点… 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 035301 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/I · 2123
定 价 655.60 元(全 22 册)
-



前言



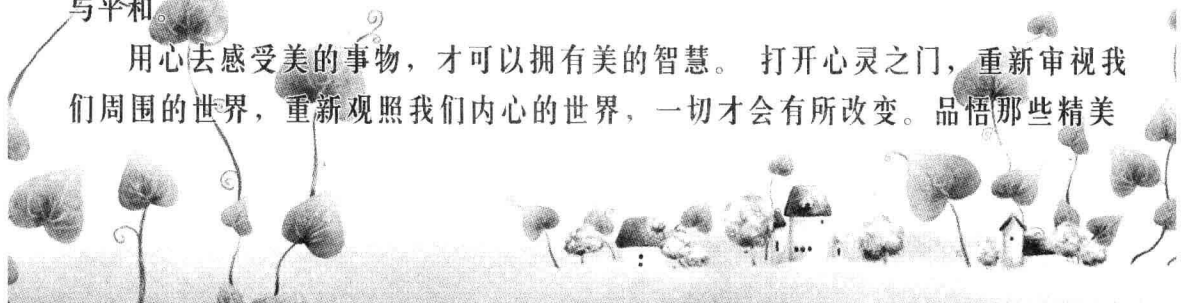
打开你喜爱的书，就走近了心灵，开始了对话与交流；推开好心情的门，就走近了人生，体悟了人生的美丽与精彩。

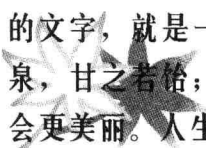
生活是一部永远也读不完的书，更是为人类搭起的一个大舞台，人们在上面扮演着各种角色，演绎着各自的酸甜苦辣和喜怒哀乐。曾经迷惘，曾经抑郁，也曾经感动和流泪。为了慰藉心灵，为了在生活中少走弯路，从容地对待生命中遇到的困难和挫折，我们精心编排了这本《美丽心灵精彩人生》一书，让那些饱含哲理的精美文字来陪伴你，拾取久违的感动，体悟百味人生，感受人生的快乐。多一些有益的人生启迪，学会从容地面对生活中的各种问题，更深刻地理解和把握人生，使人生臻于完美。

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，引领着迷惘的心灵；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。品味那些精美





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，每一篇文章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。



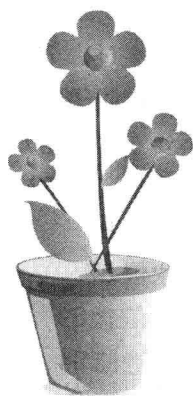


目录

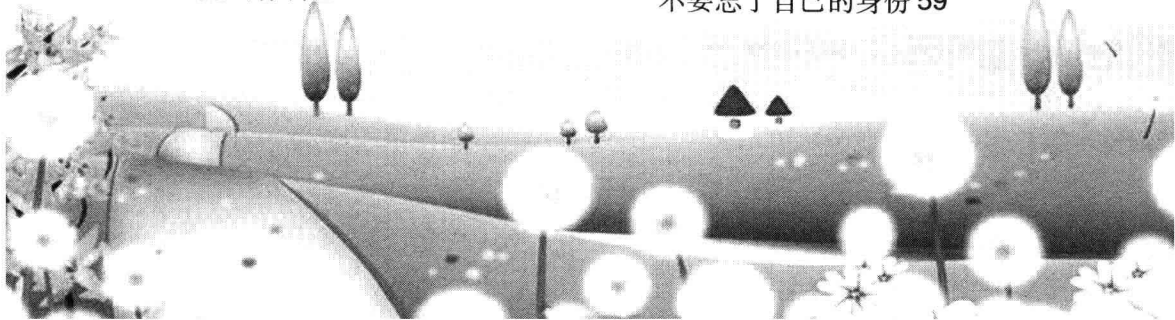


向生命鞠躬

- 向生命鞠躬 3
- 感恩生命 6
- 生命中的美好 9
- 生命路上的心灵震撼 11
- 生命的美丽 16
- 生命的余光 19
- 时间如流沙 22
- 遥远的声音 24
- 阳光般的爱心 26
- 回忆似酒 28
- 心灵的痕迹 32
- 命运和自信有关 35
- 心存感激 36
- 让自己走向成功 37
- 失去左臂的小男孩 39
- 不向命运屈服 41
- 生命的尊严 43
- 亮出你自己 45



- 淡化你的痛苦 47
- 条件是可以努力创造的 49
- 少壮须努力 51
- 要敢于一跃而下 53
- 一念之间的结局 55
- 接受打击 57
- 不要忘了自己的身份 59





拿掉你的面具

- 拿掉你的面具 63
- 简单生活,真实感受 65
- 本色最美丽 67
- 走自己的路 69
- 努力改变自己 71
- 活得快乐 74
- 一切都将会过去 76
- 做真正的自我 78
- 永远不要看轻自己 80
- 坚守自我的美丽 82
- 快乐的期待 85
- 瞬间的永恒 87
- 我的人生信念 89
- 生命不必遗憾 94
- 无知的乐趣 96
- 无畏青春 100
- 少年往事 102
- 美丽的心伤 111
- 别了不变的情结 114
- 我要活下去 116

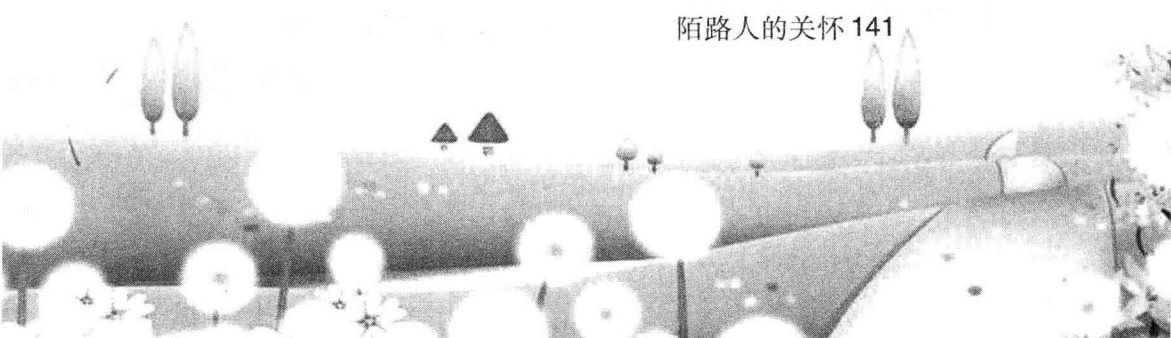


- 放下包袱走路 118
- 为他人带来欢乐 119
- 生活就是修行 121
- 培养不出的优点 123
- 全新的感受 125
- 未经打磨的钻石 127

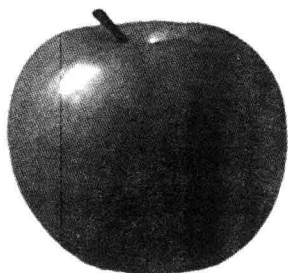
被人相信

是一种幸福

- 被人相信是一种幸福 131
- 人才看见人才 133
- 力量之源 135
- 朋友的信任 137
- 今生不会再有的感动 139
- 陌路人的关怀 141



因为有你 144
感动带来的醒悟 146
来自陌生人的感动 149
朋友从陌生人开始 151
打开信任的口袋 154
感受信任 156
闲暇时光也是发展
 自我的机会 159
时间就是永恒 161
尊重有经验的人 163
自信的女人最美丽 165



有一种生活叫感恩

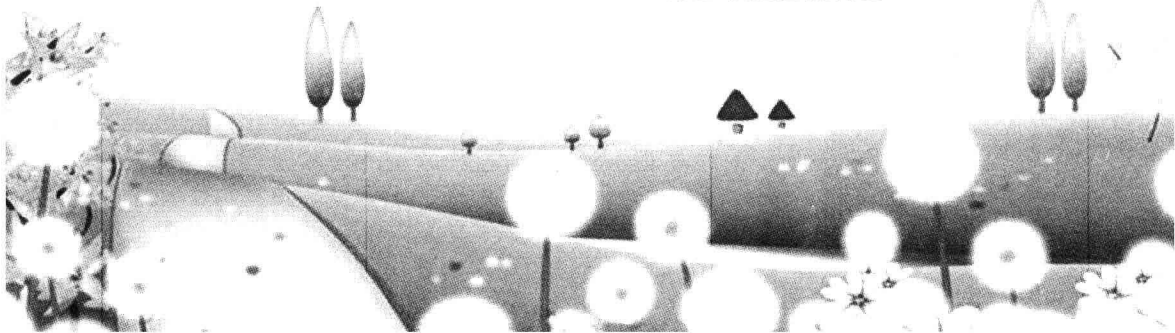
有一种生活叫感恩 171
用心感受生活 173
仁慈的报酬 174
父爱无边 177
感恩之水在我的心里流淌 179
背起父亲去看树 181
把握现在的爱 183
永不熄灭的灯 187

有温度的梦想 189
在爱里慢慢成长 192
尘封的友谊 194
老同学 197
硬币上的国徽 200
报恩 202

命运掌握在

自己手中

命运掌握在自己手中 207
自己才能拯救自己 209





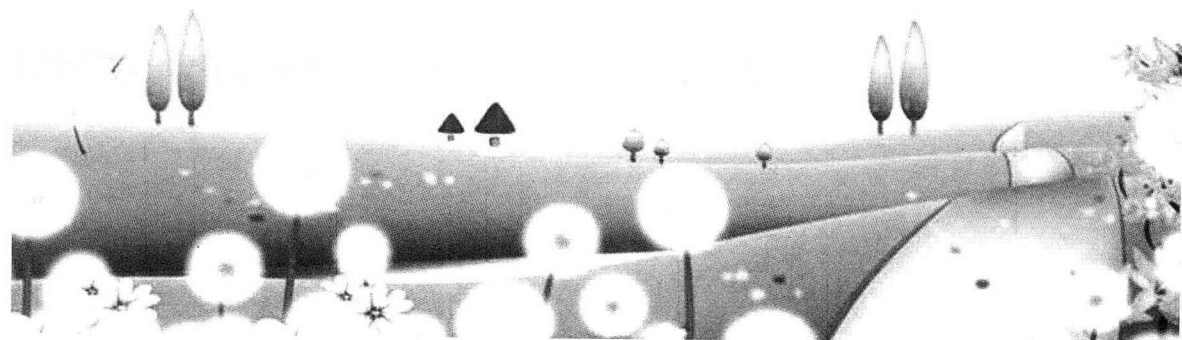
认识你自己 210
人生要有激情 212
心怀梦想 214
坚信你自己的优势 216
做好自己 218
坚持就会成功 220
人像一根麦秸 223
走过痛楚的心灵 231
寻找另一种境界 234



生活,处处美丽

生活,处处美丽 237
生活会美得让你流泪 239
改变生活方式 242
生活是会重复的 244
生活的勇气 246
必须坚强地活下去 248
生活中重要的一句话 250
生活在大自然的怀抱里 252

生活中最初的重量 254
永远活在希望中 260
心存感恩是一种美 262
角落里也有阳光 264
生活,就是一面镜子 267
打开心窗,天空一片蔚蓝 269
头上的那绿色缎带 272
只有用心生活,
生活才会更为精彩 275
永远的快乐难以实现 277
认真活在当下 279



向生命鞠躬

每一个生命都不甘做一粒渺小轻薄的浮生，随风而逝，于是，都期盼着神灵的赐福，菩萨的保佑。所以我想：无论什么人，无论他（她）带着怎样的心态，怎样的目的去敬香拜佛，有一点是肯定的——对佛的敬仰，其实是对生命的敬畏，这是生命蓬勃不屈的一种方式。





向生命鞠躬……

♥ 孙盛起

早就想带儿子爬一次山。这和锻炼身体无关,而是想让他尽早知道世界并不仅仅是由电视、高楼以及汽车这些人工的东西构成的。只是这一想法的实现已是儿子两岁半的初冬。

初冬的山上满目萧瑟。刈剩的麦茬已经黄中带黑,本就稀拉的树木因枯叶的飘落更显孤单,黄土地少了绿色的润泽而了无生气。置身在这空旷寂寥的山上,更多感受到的是一种原始的静谧和苍凉。

因此,当儿子发现了一只蚂蚱并惊恐地指给我看时,我也感到十分惊讶。我想这绝对是这山上唯一至今还倔强活着的蚂蚱了。

我蹑手蹑脚地靠过去。它发现有人,蹦了一下,但显然已很衰老或孱弱,才蹦出去不到一米。我张开双手,迅疾扑过去将它罩住,然后将手指裂开一条缝,捏着它的翅膀将它活捉了。这只周身呈土褐色的蚂蚱因惊惧和愤怒而拼命挣扎,两条后腿有力地蹬着。我觉得就这样交给儿子,必被它挣脱。于是拔了一根干草,将细而光的草秆从它身体的末端插入,再从它的嘴里插出——小时候我们抓蚂蚱,为防止其逃跑,都是这样做的,有时一根草秆上要穿六七只蚂蚱。蚂蚱的嘴里滴出淡绿的液体,它用前腿摸刮着,那是它的血。

我将蚂蚱交给儿子,告诉他:“这叫蚂蚱,专吃庄稼的,是害虫。”

儿子似懂非懂地点头,握住草秆,将蚂蚱盯视了半天,然后又继续低头用树枝专心致志地刨土。儿子还没有益虫、害虫的概念,在他眼里一切都是新鲜,或许他在指望从土里刨出点什么东西来。

我点着一支烟,眺望远景。

“跑了!跑了!”儿子忽然急切地叫起来。



我扭头看去，见儿子只握着一根光秃秃的草秆，上面的蚂蚱已不翼而飞。我连忙跟儿子四处寻找。其实蚂蚱并未逃出多远，它已受到重创，只是在地上艰难地爬，间或无力地跳一下，因此我未找出两步就轻易地发现了它，再一次将它生擒。我将蚂蚱重新穿回草秆，所不同的是，当儿子又开始兴致勃勃地刨土时，我并没有离开，而是蹲在儿子旁边注视着蚂蚱。我要看看这五脏六腑都被穿透的小玩意儿究竟用何种方法竟能逃跑！

儿子手里握着的草秆不经意间碰到了旁边的一丛枯草。蚂蚱迅速将一根草茎抱住。随着儿子手的抬高，那穿着蚂蚱的草秆渐成弓形，可是蚂蚱死死地抱住草茎不放。难以想象这如此孱弱和受着重创的蚂蚱竟还有这么大的力量！儿子的手稍一松懈，它就开始艰难地顺着草茎往上爬。它每爬行一毫米，都要停下来歇一歇，或许是缓解一下身体里的巨大疼痛。穿出它嘴的草秆在一点儿一点儿缩短，而已退出它身体的草秆已被它的血染得微绿。

我大张着嘴，看得出了神。我的心被这悲壮逃生的蚂蚱强烈震撼。它所忍受的疼痛我们人类不可能忍受，它的壮举在人间也不可能发生。我相信我正在目睹着一个奇迹，一个并非所有人都有幸目睹的生命的奇迹。当蚂蚱终于将草秆从身体里完全退出后，反而腿一松，从所抱的草茎上滚落到地上。它一定是精疲力竭了。生命所赋予它的最后一点儿力量，就是让它挣脱束缚，获得自由，然后无疑地，它将慢慢死去。

儿子手里握着的草秆再没有动。我抬眼一看，原来他早已如我一样，呆呆地盯着蚂蚱的一举一动，并为之震惊。

我慢慢站起来，随即向前微微弯腰。

儿子以为我又要抓蚂蚱，连忙喊：“别，别，别动它！它太厉害了！”

我明白儿子的意思。他其实是在说：“它太顽强了！”

儿子大概永远也不会明白我弯腰的意思。我几乎是在下意识地鞠躬，向一个生命、一个顽强的生命鞠躬。



心灵小语



生命无所谓高贵与卑微，死了一只白天鹅和死了一只麻雀，其意义没有什么区别。生命尊严的本质在于自由，在于自然而然地活着，正是基于这一点，我们也应向这只备受摧残而顽强挣扎的小小的生命投去充满敬意的一瞥。





感恩生命

♥ 臧 琼

从呱呱坠地、啼声冲破襁褓的那刻一起，亲爱的同胞们，我们已经获得了生命。那么获得生命意味着什么，我们仔细地想过没有？就一坠地最简单的意义上讲，我们已无偿地获得了一具富有活力和创造力的肉体，顺便我们就获得了蕴藏其中的灵魂——一种依附肉体，无形无质，虽有善恶之分，但撑起生命，却高于生命的力量。理所当然地，我们也获得了父母和社会为支持我们成长而提供的物质条件，最重要的是他人寄于我们的感情（包括喜怒哀乐）和希望（人间最珍贵的东西）。同时随着成长成熟，我们又额外地获得许多弥足珍贵的东西。

孩提时，我们驾驭着轻盈的步履、闪烁着好奇的目光、播撒着欢乐无邪的笑声和同伴们奔跑在广阔青绿的田野上，捧起温馨的泥土，把脸伏在上面，呼吸着清润的气息，用它捏着泥人和各种小动物；我们还摘下一片树叶，用舌舔舔它的味道，搜寻着它的脉络，似乎还若有启发地想到了以后的人生之路，不过这只是一瞬即逝的，随后又发出让天空忍俊不禁、让大地为之展颜的笑声；因贪玩而被母亲亲昵地嗔责，因淘气而被父亲意味深长地教育，都是我们莫大的获得。这时我们必须感恩，感恩父母给予我们启蒙、给予我们各种感情的基础——亲情，我觉得连爱情、友情都是从亲情中衍生出来的。

窗外潺潺雨下，我们可能会独自一人坐在窗前，默听着雨落地时清脆的韵律，也许我们会产生一种寂寞的感觉，但我们难道不应该因此而感到幸福吗？因为我们知道了寂寞是一种什么样的滋味，让我们增加一种精神阅历，这难道不是又一种无偿的获得吗？这时我们还可以悠然品着香茗，捧着一本自己喜爱的书，然后情动于其中。这时我们应该饮水思源、看书思著，我们先是无偿得到肉体 and 灵魂，然后又以此为资本无偿得到各种物质享受和精神享受。




也许在这迷濛雨幕下,我们揽着爱人共撑一把伞私语着肺腑之言徘徊在山色湖边,此时我们沉浸在融融爱意中,体验着爱情的每一丝真谛,同时又把爱情升华到更高境界。此情此景,我们难道不应该感恩上苍赐予我们另一半,我们难道不应感恩爱人对我们无微不至的关怀吗?

嗅一下蓬勃的花香,捡一片无助的落红,听一下啁啾的鸟语,尝一下秋后的果甜。然后,或俯仰天地,或极目远方,或拥抱高山,或搏击沧海,或缠绵丝雨,或嬉戏舞雪……。融身其境,我们身有何感?是沉醉?是哀怜?是沁脾?是甘蜜?是壮怀?是感动?是缠绵?是惬意?也许人间的感情都尝尽了,但是我们必须把一种最重要的感情留在最后,以填平感情起伏不平的沟壑,那就是感恩,感恩自然给予我们博大的物藏,感恩自然给予我们无尽的享受,感恩自然不求回报无私的奉献。

漫漫人生路,曲折何其苦。朝明夕晦,天灾人祸。下岗的反面展现着重新立业的机遇,受人诬陷可能正是证实了你不凡的业绩,重物的丢失也许会带来意想之外的奇遇,意外的伤残也许会逼出灵异的功能,谎言背后预示着伤痛的难言之隐,欺诈可能为的是另类善意的目的,亲人的离去让你明白思念的极点是什么,病魔的折磨让我们衍生强烈的求生的欲念,失败的背后孕育着成功的历练……。我们要知道凡事都是两面的,任何善良伟大之人都有其人性的缺点和阴暗的一面,任何大奸大恶的人都有其苦楚善良和脆弱的一面。所以我们看到善良优美的东西何必苦苦去追寻揭示它的劣点,而看到丑陋恶劣的东西为何不想想美好可人的一面呢?这种做法可能说来有一种自欺欺人的意味,但它确实不失为一种安慰自己和善待他人的好方法,我们做人毕竟要追寻快乐嘛!何必自己去找那些无端的烦恼呢?

我们要做到安慰自己和善待别人,就必须怀着感恩的心。我们为何不用这样的目光去看待事物呢:幸福和欢乐是我们不懈追求的,是作为毕生莫大财富去拥有的,那么对于那些无可避免的灾难和痛苦为什么不也作为一笔财富去拥有呢?生活就像一锅白饭,那么喜怒哀乐就是佐料,要想吃得有滋有味,就要适当调配各种佐料,咸淡适宜,甘苦适中。臭和苦是我最不喜欢的味道,可是我们在细细咀嚼臭豆腐之后发现另类沁人肺腑的香味,在慢慢品尝苦咖啡之后感到另类香浓馥郁的甘甜。在面对死亡,我们是不是应该变得豁达无限?死亡有很多形式:遭人谋杀、病魔索命、半途夭折,这些都不是我们所期望的,而我们所最崇奉的方式是寿终正寝,有个完满的结果。但是不论哪一种形式都是



一个结果,那就是我们从这个世界上消失。在奄奄将息的弥留之际,我们为何不这样想呢?我已从这个世界无偿得到了肉体 and 灵魂,并且在世上的这段时间,我又享受了很多很多,比起我来的时候并没少了什么,而我走的时候却带走了人间很珍贵的东西——回忆(可能它是金色、粉红色、灰色……),到头来我并没有亏反而赚了。感谢社会的赐予,感谢世界的赐予。于是我们又带着一种幸福感激满足的感觉走了,临走前又赚了令人赏心悦目的一笔。如果我们弥留之际怀着绝望、沮丧、懊恼、悔恨、遗憾的心情,那岂不是太不明智了吗?为什么临走时不带走一点美好的东西呢?不错,要用感恩的目光看待事物,感恩父母、感恩社会、感恩自然、感恩一切的一切,更重要的是感恩无偿的生命。那时我们将发现不光自己是可爱的,世界的每事每物每个人都是可爱的,可爱的让你想去拥抱它!



心灵小悟



生活就像一锅白饭,喜怒哀乐就是其中的佐料,要想吃得有滋有味,就得适当调配各种佐料,使其咸淡适宜,甘苦适中。臭和苦是人们最不喜欢的味道,但是就在我们细细咀嚼臭豆腐之后发现另类沁人心脾的香味,在慢慢品尝苦咖啡之后却会感到另类香浓馥郁的甘甜。