



美丽心灵 MEILIXINLING
精彩人生 JINGCAIRENSHENG

人生



人生如画，我们却是观画的行者，而经过了风雨，辨别了是非，我们又变成书中的主角，在各自演绎着精彩。

快乐如歌，在那柔情似水的冲击下，心灵的茧子便会被层层地剥开，心开始变得柔软，舒适，温馨，快乐。

人生如画，快乐如歌

Rensheng
Ruhua kuaileruge

史志敏◎主编



内蒙古人民出版社

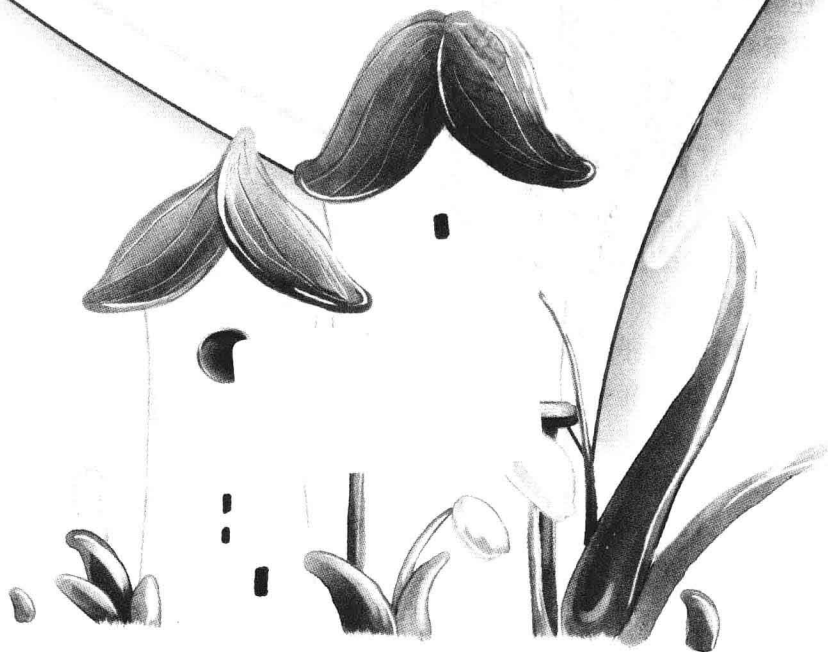


美丽心灵 MEILIXINLING
精彩人生 JINGCAIRENSHENG

人生 *Life*

人生如画，快乐如歌

Rensheng
Ruhua kuaileru
史志敏◎主编



内蒙古人民出版社

图书在版编目(CIP)数据

人生如画,快乐如歌/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. 人… 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 035303 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。

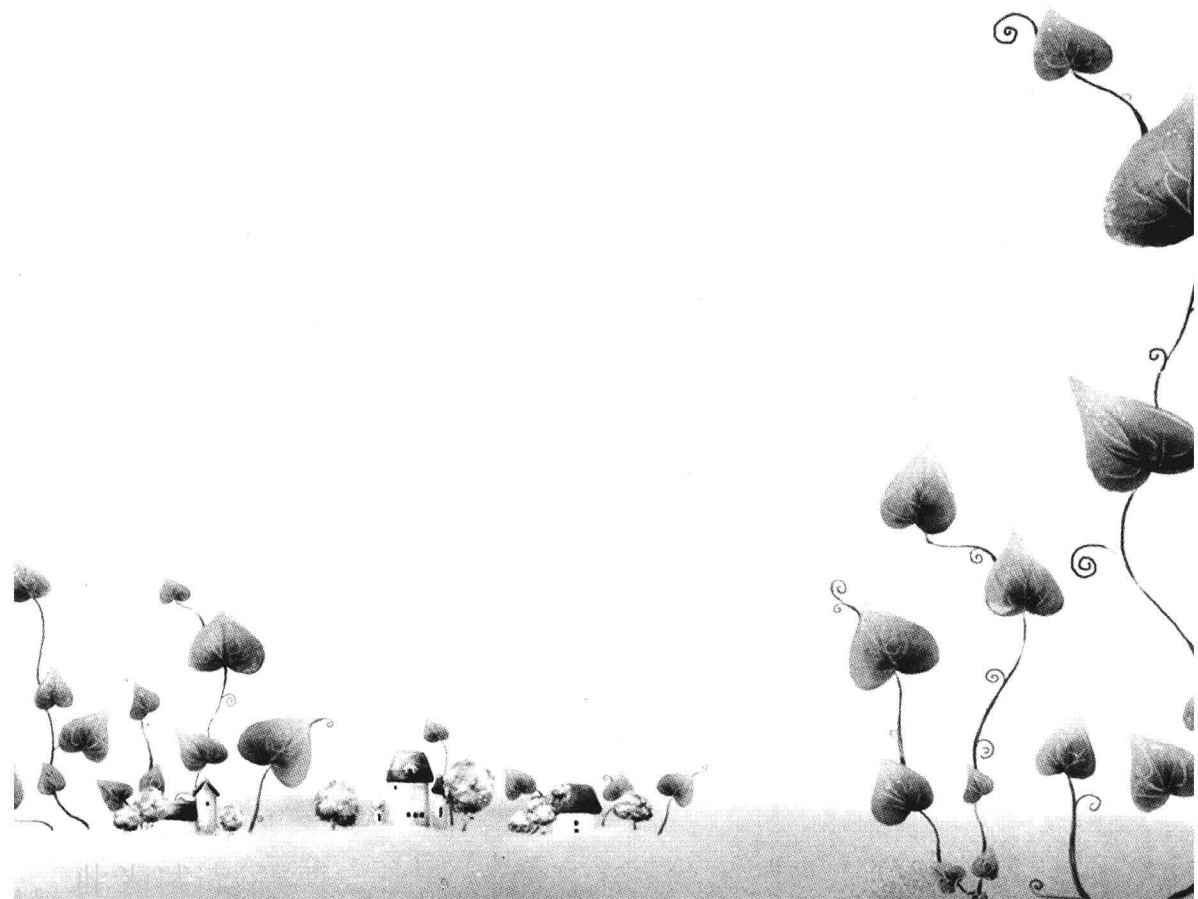
用心去感受美的事物，才可以拥有美的智慧。打开心灵之门，重新审视我们周围的世界，重新观照我们内心的世界，一切才会有所改变。品味那些精美

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



享受生命的春光

享受生命的春光 / 3

母爱如粥 / 5

父爱昼夜无眠 / 7

融…… / 10

青春常在 / 13

天鹅 / 16

生命列车 / 20

破碎的美丽 / 22

生命时钟 / 25

在生命的外衣下 / 27

生命的尊严 / 29

本色最美丽 / 31

珍惜今天 / 33



人生要有激情 / 35

失败也是一种资本 / 37

坚守自己的使命 / 39

条件是可以努力创造的 / 42

少壮须努力 / 44

换一种态度去对待 / 46

闲暇时光也是

发展自我的机会 / 48





简单的快乐

- 简单的快乐 / 51
- 多一句赞美 / 54
- 生命的柠檬茶 / 56
- 用上所有的力量 / 58
- 回收你的希望 / 60
- 放弃也是一种快乐 / 62
- 正视自己 / 65
- 活在当下 / 68
- 留住阳光 / 71
- 嫉妒是人生的毒药 / 73
- 犹太人的原则 / 76
- 生命的余光 / 78
- 阳光,是一种语言 / 81
- 时间如流沙 / 83
- 行走,停不下的旅途 / 85
- 处事哲学 / 88
- 遥远的声音 / 91
- 一个不确定的日子 / 93
- 阳光般的爱心 / 96
- 为他人带来欢乐 / 98
- 敢于冒险 / 100



幸福的含义

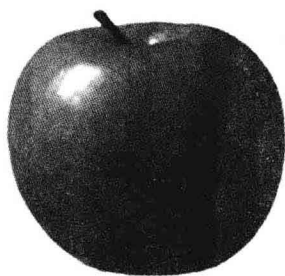
- 幸福的含义 / 103
- 心灵的痕迹 / 106
- 真爱的源头 / 109
- 守护希望 / 111
- 对峙命运 / 115
- 不能失落的信念 / 118
- 感觉真情 / 120
- 心灵的支撑 / 122
- 让爱变成永远 / 124
- 努力走下去 / 126
- 戏如人生 / 128
- 做有志气的人 / 130
- 生命的意义 / 132
- 生活就是修行 / 134
- 微笑的价值 / 136
- 尊重有经验的人 / 138






笑看人生输赢

- 笑看人生输赢 / 141
- 快乐其实很简单 / 143
- 做个心灵快乐的人 / 147
- 人生需要风雨同舟 / 149
- 全新的感受 / 152
- 一次意外的转变 / 154
- 快乐的理由 / 156
- 心态比环境更重要 / 159
- 让心灵先到达那个地方 / 161
- 不要抱怨生活 / 163
- 快乐零距离 / 165
- 幸福的秘密 / 167
- 寻找最大的“麦穗” / 169
- 花钱买快乐 / 170
- 让生命之舟轻快地划行 / 173
- 快乐很单纯 / 176
- 欣赏生活 / 179
- 与人快乐就是与自己快乐 / 182
- 微笑面对人生 / 184



- 用笑声解除忧愁 / 186
- 真正的生活很简单 / 188
- 主宰自己的情绪 / 190
- 培养不出来的优点 / 193
- 你是不是在取悦于人 / 195



忘了流泪的爱

- 忘了流泪的爱 / 199
- 亲情永恒 / 202
- 亲情处方 / 204
- 如水亲情 / 206
- 相守的幸福 / 209
- 幸福的记忆 / 211

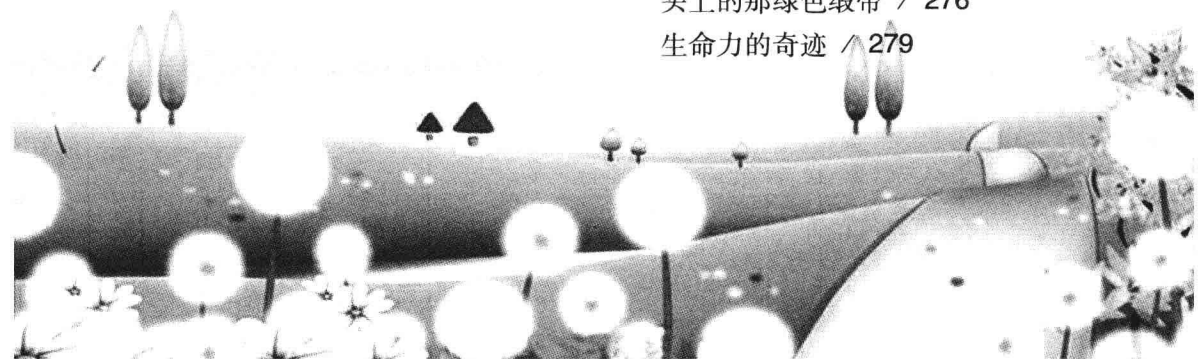


- 感动心灵的真情 / 215
汤水一生 / 217
真情如露 / 221
留在眼中的骄傲 / 223
真情如酒 / 226
爱的最高境界 / 228
一份遗忘的爱 / 230
天使的翅膀 / 232
真情回报 / 235
高贵的情感 / 237
爱能使我们相互扶持 / 239



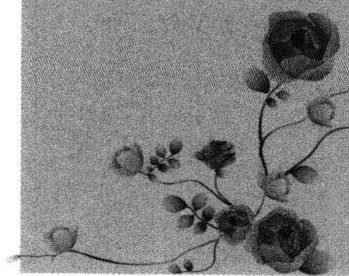
窗外的风景

- 窗外的风景 / 243
聆听也是一种关爱 / 245
患难见真情 / 247
拨动心弦的感动 / 250
风中跌倒不为风 / 252
握一把苍凉 / 255
生命的绝唱 / 258
人性的灯盏 / 261
保持一份真爱 / 264
重拾人生 / 267
走过痛楚的心灵 / 270
烦扰的心灵 / 272
头上的那绿色缎带 / 276
生命力的奇迹 / 279



享受生命的春光

人于死前必想方设法延续自己的生命，她却只想留一点什么给这个世界。她的这个举动，不是为了扬名中外，也不是为了流芳百世，只是因为这个世界让她懂得爱，就是让别人温暖、让别人懂得爱。





享受生命的春光

♥ 佚名

四川省巴东县女护士王飞越身患绝症，生命即将走到尽头，她很想留一点什么给这个曾经让她温暖、让她懂得爱的世界。

可是她的全身已开始溃烂，捐赠遗体用于医学解剖和实验显然已经不太可能。一日，来探病的弟弟说，姐姐，你的眼睛好明亮哟。这句话提醒了王飞越女士，病床上的她顿时兴奋起来，我要捐献眼睛角膜。


她的遗愿，立刻遭到丈夫和女儿以及亲友们的反对，沉浸在即将丧失亲人的巨大悲痛中的他们，无法理解王飞越的做法。他们在病床前，苦苦哀劝。面对劝说，病床上的王飞越也含泪诉说：这样做，可以让两个人重见光明，难道你们不能满足我这个小小的要求吗？她支撑着写了申请书，求丈夫为她签字。

字终于签了，王飞越松了一口气。可癌细胞已经开始肆虐扩散，加之用药，造成全身水肿。如果水肿也造成眼角膜损伤，就会影响角膜移植手术的质量。她忍着痛，向医生提出，保护好我的眼睛，请不要用止痛药。

伤痛折磨着她，然而她更担心的是，一旦角膜受到损伤，她的捐献计划将成泡影。她提出请求：在她停止呼吸之前，现在就摘掉眼球。

丈夫和女儿，还有医生护士们流泪了。守护在一边的眼科专家们也制止了她。

疼痛不断加剧，死神临近，王飞越的一只眼睛甚至已不能闭合。她知道，生命已无法挽留。她最担心的是眼球的完好无损，为此不断地发出新的请求，而且态度十分坚决：拔掉氧气管，拔掉氧气管！拔掉氧气管，意味着放弃呼吸，放弃生命，放弃这个美好的世界。丈夫和女儿泣不成声。这样的请求没




有被采纳，她就以拒绝治疗来抵制。她如愿了，氧气管终于被拔掉。但接着，她又提出新的请求，拔掉输液管。这一次，周围的人沉默了，彻底尊重了她的意愿。

生命之花终于凋零，只有她的眼角膜被保留了下来。而且其中的一只眼角膜，竟让三位病人重见光明。共有四位患者，包括年轻人和老人，分别承接了她的光明。这位从未走出过县城的女士，将光明播撒到南疆北土，播撒到遥远的地方……

她有一段临终录音，那是对承接她光明的人说的：“你好，我不知道你姓什么叫什么，我祝福你，希望你重见光明，尽情享受春光。”



人生感悟



人于死前必想方设法延续自己的生命，她却只想留一点什么给这个世界。她的这个举动，不是为了扬名中外，也不是为了流芳百世，只是因为这个世界让她懂得，爱就是让别人温暖、让别人懂得爱。



母爱如粥

♥ 胡双庆

有这样一位母亲，她每天都和她的儿子聊天，她给他讲一些他小时候的故事：光着屁股在小河里游泳被虾刺伤了屁股，赤着脚丫蹿到树上吃桑葚被毛毛虫咬得浑身疙瘩，林林总总，他都已经忘了的事情，她总是记忆犹新，如数家珍。

她每天总是会利用一大部分时间来给他熬粥。

用那种最长最大、颗粒饱满、质地晶莹、略带些翠青色的米粒，一颗一颗精心挑选。如果偶尔一不小心手指拈起了两颗，她会将它们重新放进米堆，重新挑拣。她把那些米粒洗得纯粹而洁净，然后放进一只棕色的瓦罐，倒上沉淀过的泉水，用柴火慢慢熬。

火不能太猛，否则煮粥时会受热不均匀。她把火儿侍候得温顺而精致，宛若一位恬静娴雅的江南女子。

熬一罐粥，通常要花费两个半小时。她小心翼翼地把粥倒进一只花瓷碗里，一边晃着脑袋，一边对着粥吹气，吹到自己呼吸困难，粥也便凉了。她微笑着用汤匙喂给儿子吃，可是儿子闭着眼睛，漠然地拒绝了她。她并不生气，微笑如昔。

第二天，继续拣米、熬粥、吹冷，并且接受拒绝。日复一日，年复一年。她的手指已经变得粗糙而迟钝，她摇晃着的脑袋已经白发丛生，她的气力也大不如从前，往往是粥冷到一半时便已经上气不接下气，必须借助蒲扇来完成下一半的降温。可是儿子依然冷漠着拒绝她。她一直微笑着，始终没有流下一滴眼泪。

这种热情与冷漠的对峙持续八年零七十三天，第八年零七十四天，她正

和儿子讲着他小时候的故事，儿子突然睁开眼睛，不太清晰地说了声：“妈妈，我要喝粥。”她顿时泪如雨下——那是他自从医生宣布脑死亡后开口说的第一句话。医生说，像他这样情况，只有十万分之一的机会。

儿子那天吃到了母亲熬的粥，粥其实并不像她描述的那么好吃，有微微的糊味，而且还带有咸咸的眼泪味道。可想而知，母亲是多么不平静。

故事到这里并没有结束。三个月之后，就在儿子完全可以生活自理之时，母亲撒手人寰。临走时，握着儿子的手，笑容安详而从容。儿子在清理遗物的时候，发现了一本母亲的病历，其实早在七年多以前，在儿子昏睡一年之后，不幸又一次降临了这个家庭——母亲被确诊为肝癌晚期。

是什么信念可以支撑一位肝癌晚期的女人与病魔对抗了七年？医生说这是个奇迹。儿子知道，创造奇迹的正是——那可怜而尊贵、平凡却伟大的母亲！

人生感悟

母爱是无私的，这位母亲的执著感动了上帝。在经过她八千零七十四天的努力后，母亲的付出最后得到了回报。她心爱的儿子在她的精心照顾下终于苏醒过来，从死亡的边缘归来！她用自己的全部爱唤醒了一个在死亡边缘徘徊的儿子。



父爱昼夜无眠

♥ 尤天晨

父亲最近总是萎靡不振，大白天躺在床上鼾声如雷，新买的房子如音箱一般把他的声音“扩”得气壮山河，很是影响我的睡眠——我是一名昼伏夜“出”的自由撰稿人，并且患有神经衰弱的职业病。

我提出要带父亲去医院看看，他这个年龄嗜睡，没准就是老年痴呆症的前兆。父亲不肯，说他没病。

再三动员失败后，我有点恼火地说：“那你能不能不打鼾，我多少天没睡过安稳觉了。”一言既出，顿觉野蛮如忤逆，我怎么能用这种口气跟父亲说话？父亲的脸在那一刻像遭了寒霜的柿子，红得即将崩溃，但他终于什么话也没说。

第二天，我睡到下午4点才醒来，难得如此“一气呵成”。突然想到父亲的鼾声，推开他的房门，原来他不在。

不定到哪里玩麻将去了，我一直鼓励他出去多交朋友。看来，虽然我的话冲撞了父亲，但他还是理解我的，这就对了。父亲在农村穷了一辈子，我把他接到城里来和我一起生活，没让他为柴米油盐操过一点心。为买房子，我欠了一屁股债。

这不都得靠我拼死拼活写文章挣稿费慢慢还吗？我还不到30岁，头发就开始“落英缤纷”，这都是用脑过度，睡眠不足造成的。我容易吗？作为儿子，我唯一的要求就是让他给我一个安静的白天，养精蓄锐。我觉得这并不过分。

父亲每天按时回来给我做饭，吃完后让我好好睡，就出去了。

有一天，我随口问父亲：“最近在干啥呢？”父亲一愣，支吾着说：“没，

没干啥。”我突然发现父亲的皮肤比原先白了，人却瘦了许多，我夹些肉放进父亲碗里，让他注意加强营养。父亲说他是“贴骨膘”，身体棒着呢。

转眼到了年底，我应邀为一个朋友所领导的厂子写专访，对方请我吃饭。由于该厂离我的住处较远，他们用车来接我。

饭毕，他们又送我一套“三枪”内衣，并让我随他们到附近的浴室洗澡。雾气缭绕的浴池边，一个擦背工正在一肥硕的躯体上刚柔并济地运作。

与雪域高原般的浴客相比，擦背工更像一只瘦弱的虾米。

就在他结束了所有程序，转过身来随那名浴客去更衣室领取报酬时，我们的目光相遇了。

“爸爸！”我失声叫了出来，惊得所有浴客，把目光投向我们父子，包括我的朋友。

父亲的脸被热气蒸得浮肿而失真，他红着脸嗫嚅道：“原想跑远点儿，不会让你碰见丢你的脸，哪料到这么巧……”

朋友惊讶地问：“这真是你的父亲吗？”

我说是，我回答得那样响亮，因为我没有哪一刻比现在更理解父亲、感激父亲、敬重父亲，并抱愧于父亲。

我明白了父亲为何在白天睡觉了，他与我一样昼伏夜出。可我深夜沉迷写作，竟从未留意父亲的房间没有鼾声！

我随父亲来到更衣室。父亲从那个浴客手里接过三块钱，喜滋滋地告诉我，这里是闹市区，浴室整夜开放，生意很好，他已攒了1000多元了，“我想帮你早点儿把房债还上。”

在一旁递毛巾的老大爷对我说：“你就是小尤啊，你爸为让你写好文章睡好觉，白天就在这客座上躺一躺，唉，都是为儿为女的哟……”

我心情沉重地回到浴池，父亲撇下老李头，不放心地追了过来。父亲问：“孩子，想啥呢？”我说：“我想，让我为您擦一下背……”话未说完，就已鼻酸眼热，湿湿的液体借着水蒸气的掩护蒙上眼睛。

“好吧，咱爷俩互相擦擦，你小时候经常帮我擦背呢。”

父亲以享受的表情躺了下来。我的双手朝圣般拂过父亲条条隆起的胸骨，犹如走过一道道爱的山冈。