

总顾问◎朱永新



新悦读之旅
NEW READING JOURNEY

大爱无言

生活给我的正能量

主编◎赵小龙

Life Give
Positive Energy

生活总会有无尽的麻烦

请你不要无奈 因为路还在 梦还在 我们还在
所以请你怀着感恩的心

尽情欣赏路上的美好风景



中国文联出版社
<http://www.cflcp.com>

大爱无言

生活给我的正能量

主编◎赵小龙



中国文联出版社

<http://www.clapnet.cn>

图书在版编目 (CIP) 数据

大爱无言：生活给我的正能量 / 赵小龙主编. —北京：中国文联

出版社，2014.9

（新悦读之旅丛书）

ISBN 978-7-5059-9131-6

I. ①大… II. ①赵… III. ①散文集—中国—当代

IV. ①I267

中国版本图书馆 CIP 数据核字（2014）第221250号

大爱无言：生活给我的正能量

主 编：赵小龙

出 版 人：朱 庆

终 审 人：朱 庆 朱寅年

复 审 人：姚莲瑞

责任编辑：陈若伟 黄 月

责任校对：傅泉泽

封面设计：月亮工舍/何 杰

责任印制：周 欣

出版发行：中国文联出版社

地 址：北京市朝阳区农展馆南里10号，100125

电 话：010-65389136（咨询）65067803（发行）65389150（邮购）

传 真：010-65933115（总编室），010-65033859（发行部）

网 址：<http://www.clapnet.cn>

E - mail：clap@clapnet.cn chenrw@clapnet.cn

印 刷：北京楠萍印刷有限公司

装 订：北京楠萍印刷有限公司

法律顾问：北京市天驰洪范律师事务所徐波律师

本书如有破损、缺页、装订错误，请与本社联系调换

开 本：720×1010

1/16

字 数：180千字

印 张：12

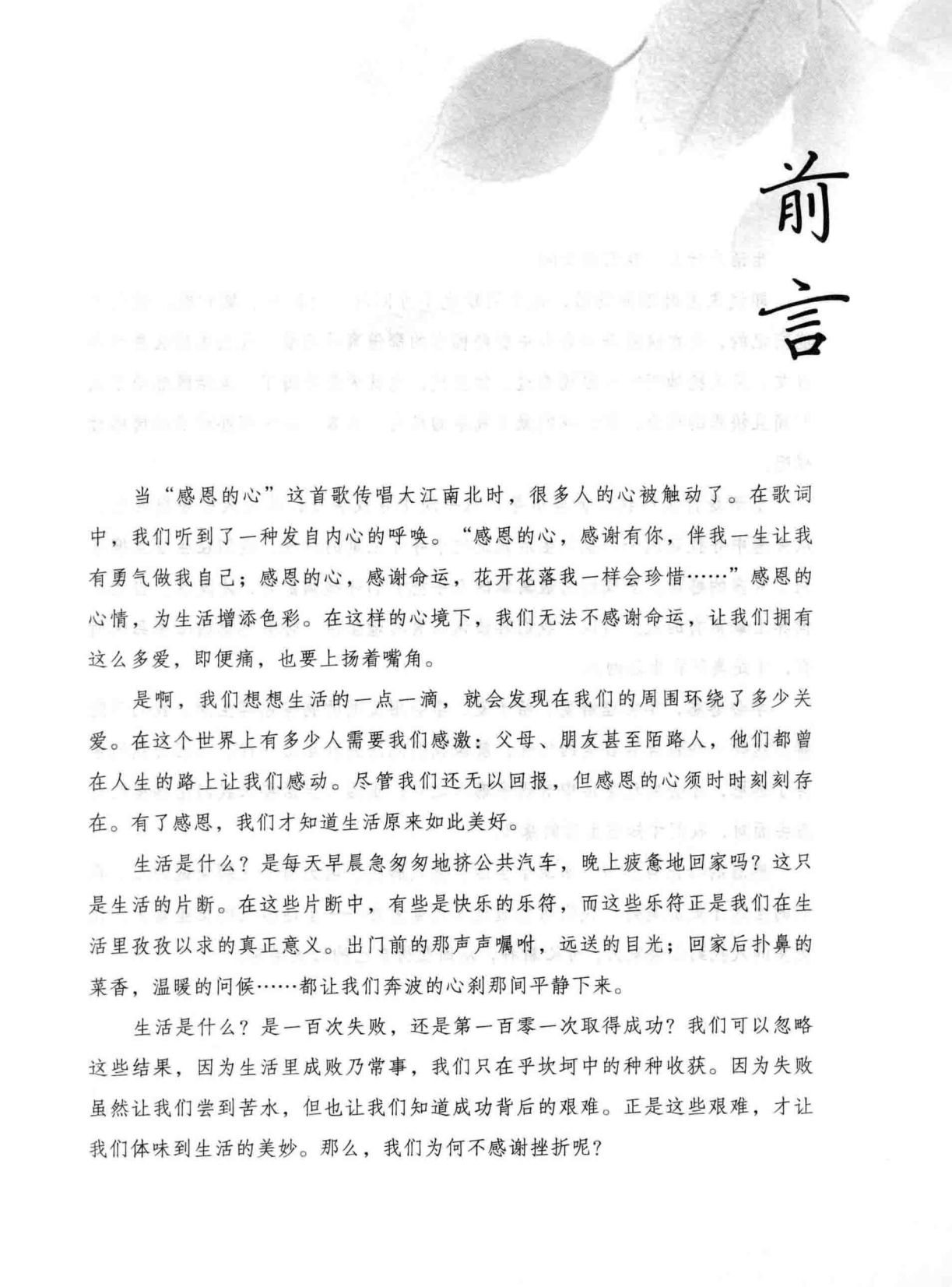
版 次：2014年9月第1版

印 次：2014年9月第1次印刷

书 号：ISBN 978-7-5059-9131-6

定 价：10.00元

版权所有 翻印必究



前言

当“感恩的心”这首歌传唱大江南北时，很多人的心被触动了。在歌词中，我们听到了一种发自内心的呼唤。“感恩的心，感谢有你，伴我一生让我有勇气做我自己；感恩的心，感谢命运，花开花落我一样会珍惜……”感恩的心情，为生活增添色彩。在这样的心境下，我们无法不感谢命运，让我们拥有这么多爱，即便痛，也要上扬着嘴角。

是啊，我们想想生活的一点一滴，就会发现在我们的周围环绕了多少关爱。在这个世界上有多少人需要我们感激：父母、朋友甚至陌路人，他们都曾在人生的路上让我们感动。尽管我们还无以回报，但感恩的心须时时刻刻存在。有了感恩，我们才知道生活原来如此美好。

生活是什么？是每天早晨急匆匆地挤公共汽车，晚上疲惫地回家吗？这只是生活的片断。在这些片断中，有些是快乐的乐符，而这些乐符正是我们在生活里孜孜以求的真正意义。出门前的那声声嘱咐，远送的目光；回家后扑鼻的菜香，温暖的问候……都让我们奔波的心刹那间平静下来。

生活是什么？是一百次失败，还是第一百零一次取得成功？我们可以忽略这些结果，因为生活里成败乃常事，我们只在乎坎坷中的种种收获。因为失败虽然让我们尝到苦水，但也让我们知道成功背后的艰难。正是这些艰难，才让我们体味到生活的美妙。那么，我们为何不感谢挫折呢？



生活是什么？我们再次问。

即使失恋时泪流满面，这个问题也不可回避。生活里有聚有散，我们不能忘记的，是在这些分分合合中曾经拥有的那份真诚的爱。我们为什么要自怨自艾、哭天抢地呢？只要拥有过、付出过，也就无怨无悔了。生活既然给了我们痛且快乐的机会，就让我们抛弃故事的结局，去真心体味那些珍贵的情感过程吧。

生活是什么？我们苦苦追寻。从平淡中寻找温暖，从失败中寻找成长，从失意中寻找真诚……也许生活就是这个寻寻觅觅的过程。我们在生活里搜寻到了太多的感动。当我们用最真挚的双手把它们怀抱胸前时，才发现：自己是世界上最富有的人。所以，我们真该认认真真地生活。怀着感恩的心来品味所有，才是真正在生活的人。

学会感恩，学会理解爱、给予爱，学会用宽阔的胸襟包容生活。我们不能摒弃这样一种包含真善美的情怀，就像我们无法抛弃生活一样。正因为我们学会了感恩，才会发现生活中有很多感人之处；正因为生活要求我们用感恩的心态去面对，我们才知道生活的意义。

感恩的心出自真诚，来源于生活，感人肺腑。因为有了这颗至诚的心，我们的生活才更加美好。我们希望通过《大爱无言——生活给我的正能量》，让更多的人找到心灵家园，专心耕种，从而获得自己的心灵果实。



目录

CONTENTS

◎生命的春光

逝去的美味·····	2
童年鱼趣·····	7
快乐墓地·····	10
给生命配乐·····	12
河对岸人家·····	15
生命的滋味·····	19
小鸟，你飞向何方·····	23

◎希望的翅膀

红包里只有一元钱·····	30
你还拥有希望·····	33
我的信念·····	35
活着，其实有很多方式·····	38
坚守信念·····	41
再加两个苹果·····	44
病魔带来的特别礼物·····	47

◎成长的道路

这时候你才算长大·····	52
---------------	----



目录

CONTENTS

珍惜人生第一桶金·····	54
在时运不济时永不绝望·····	57
我的早年生活·····	59
走过泥泞·····	62
挺住困难·····	65

◎幸福的禅机

幸福的开关·····	70
享受快乐·····	72
让自己满意的生活·····	74
简单即福·····	76
还是快乐地生活吧·····	78
我曾那么接近幸福·····	82
享受真正的幸福·····	86

◎感动的瞬间

一句话一辈子·····	90
一个包子的意义·····	92
感激·····	95
生死之间·····	98



目录

CONTENTS

感动是一种养分·····	102
晶莹的泪滴·····	104
卖白菜·····	110

◎流淌的青春

长发不再，爱情依然·····	116
驿动的心·····	119
油菜花开的季节·····	122
夸妻（节选）·····	125
我的另一半·····	129
来点话梅，再加些巧克力·····	132
最后的爱情蝶·····	135

◎心灵的原野

美丽的谎言·····	140
心灵的杂草·····	142
常怀感恩的心·····	144
皇帝与少校·····	147
找到属于自己的快乐·····	149
水流最低处有颗珊瑚心·····	152

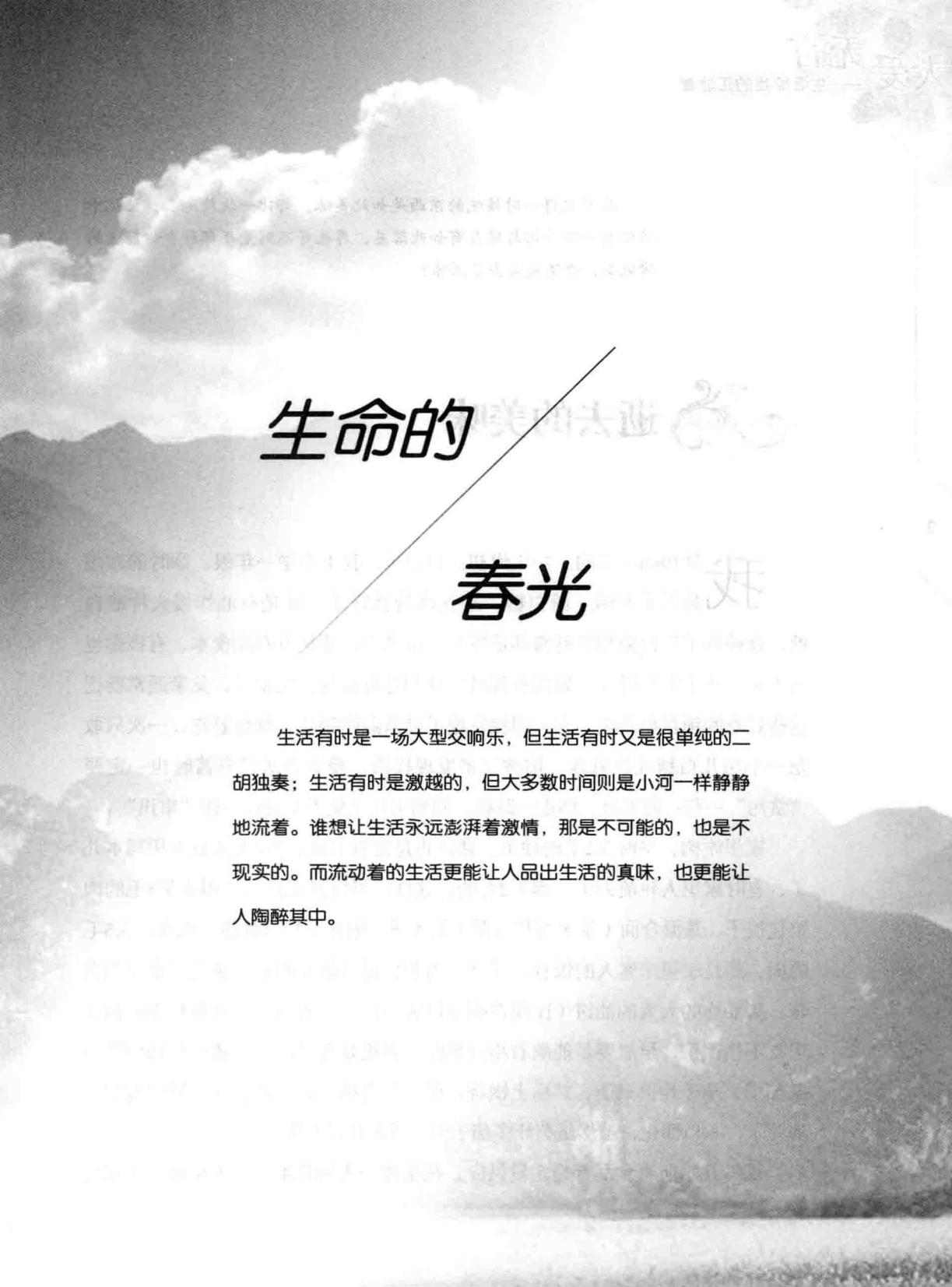


目录

CONTENTS

◎思想的芦苇

把生活当成一种艺术·····	158
人生就是与困境周旋·····	160
无法原谅·····	165
生活还是毁灭由你选择·····	170
向儿童学习·····	173
做一次明朗的航行·····	177
学会享受生活·····	180



生命的 春光

生活有时是一场大型交响乐，但生活有时又是很单纯的二胡独奏；生活有时是激越的，但大多数时间则是小河一样静静地流着。谁想让生活永远澎湃着激情，那是不可能的，也是不现实的。而流动着的生活更能让人品出生活的真味，也更能让人陶醉其中。

我总觉得小时候吃的东西是如此美味。好比一块烤地瓜，记忆中的甜香滋味为何与现在有如此落差，再也寻不到童年那种香甜筋道的烤地瓜，难道是失去了滋味？

逝去的美味

2

我是1966年生的。70年代初，1972年，我上小学一年级。那时的理想是天天有馒头蘸白糖、蘸芝麻酱就好了，要是油炸馒头片蘸白糖，就神仙了！白糖和芝麻酱都是按月定量供应，要是没有副食本，有钱你也买不来。为了阻止哥哥、姐姐和我对白糖和芝麻酱的贪吃无厌，父亲通常要把这些好吃的锁在柜子里。有一回我发现了父亲藏的钥匙，就偷着吃，一次只敢吃一小勺儿白糖或芝麻酱，怕被父亲发现挨揍。受命去买芝麻酱时也一定要“贪污”一些：回家时一路走一路舔，回到家往往免不了父母一通“审讯”。

家里吃肉，平时买2毛的炒菜。猪肉也是定量供应，买2毛的就不用写本儿了，有时家里人轮流去买，都买2毛的，这样，可以多买点儿。周末买3毛的肉馅包饺子、蒸混合面（玉米面和白面）菜团子，很好了！再奢侈一点儿，买5毛的肉，那是家里来客人的饭食，平常，甭想！记得最深的是父亲工厂食堂的美味：猪油炸的大大的油饼（比现在的油饼大一倍），那叫一个香啊！夹在馒头里吃不用就菜，早晨要是能蘸着甜豆浆吃，就更是没的比了。还有猪油烧的长条茄子，茄子炸得很透，然后上锅烧，最后勾上稀芡，那茄子块儿软得都快没魂儿了，入口即化，虽然是芡汁多茄子少，可是真好吃啊！

那时几乎所有食品都是定量供应，花生油一人每月半斤，不够吃，家家炼

大油（在北京也叫荤油）。炼大油用的猪网油（板儿油）也是凭本供应，炼大油剩下的油渣儿是好东西，撒上椒盐，是不错的下酒菜，还可以烙脂油饼、做馅儿，香！

那时带鱼卖2毛5一斤，好一点儿卖3毛5或3毛8，过年吃的。压岁钱是崭新的1毛或2毛的毛票，连号儿的，要是有一张5毛的就是大份儿了！过年时的一大念想儿是凭本特供的每人半斤花生，2两还是3两瓜子。等一年才能吃到这些东西啊！我口比较刁，专拣着瓜子吃，就知道瓜子比花生还香！过年时，家里还要买一二斤杂拌儿（什锦果脯），杂拌儿糖（什锦糖块），还有棍状的关东糖（麦芽糖）。母亲要蒸出好多馒头、枣卷儿，还要炸胡萝卜素丸子，炸排叉儿，炸带鱼，用花椒大料（八角）桂皮煮出二三寸见方的膘儿很厚的白肉方子，这白肉切了做回锅肉，香极了！所有这些吃食都要放在小缸里、锅里，再搁到屋外挂上（那时没冰箱），一直可以吃到正月十五。

平时，一般穷人家流行吃熘肥肉片儿解馋，放葱蒜酱油勾上厚芡，肉片吃完了，浸满油脂的厚芡就米饭也很香，也可以当肉吃！那时的人们肚子空，缺油水儿啊！鸡蛋？稀罕物，很少吃，不过那时的鸡蛋应该是土鸡下的。1983年考大学时，我才有每天一个的特殊待遇。

那时冬天吃自己存的大白菜，家家腌雪里蕻、芥菜疙瘩。记得母亲用大盐和花椒腌，腌一冬，要不断倒缸，到来年清明把芥菜疙瘩用腌汤熬熟，晾干，能搁好长时间不坏，熟芥菜疙瘩口感很好，父母至今还很爱吃。虽不是东北人，母亲也要泡一小缸酸菜。秋天母亲还要晾些茄子干、豆角干、小白菜干。这些咸菜、干菜正好在春天蔬菜青黄不接时接短儿。可别小看这些贫贱货色，在母亲手里照样可以做出好吃的东西。春节时用茄子干炖肉，能炖出蘑菇味儿来。小白菜干泡了做馅包饺子，别有一股清香的味道。雪里蕻熬豆腐更是一道平民易得的美味。

无论什么季节，副食店或菜站来了稍微好一点的细菜，都要排大队，去晚了就没了。可那时的西红柿、茄子、黄瓜、蒜苗，有味儿啊！再往后，冬天

开始有大棚菜了，很贵！只有过年才买一些，不过买回来的多是冻的，记得即使是冻烂的柿子椒，炒肉的味儿都特香！那时候少啊。记得还有一种紫根儿的特别细的韭菜，比现在市面上的短一半，俗称“野鸡脖儿”，滋味鲜极浓极，那才叫真正的韭菜呢！那时过年才到大的菜市场置办年货，有名的是：东单菜市场、西单菜市场、崇文门菜市场、东风市场（新东安）、朝内菜市场这几家，只有那里货全啊。

水果儿少，连汽车尾气都能闻出水果味儿来，要不是父母事先一再警告，肯定也把牙膏当水果吃了，心里还老嘀咕：那东西又凉又甜还有香味儿，不是水果是什么！奇怪！春天揪榆钱儿、槐花，秋天偷别人院子里的枣、桑葚儿，实在馋得没辙，就到药铺花3分钱买一个酸甜的大山楂丸——越吃越饿！这山楂丸舍不得大口嚼着吃，那样就未免太奢侈、太浪费了，要用门牙一点点、一点点铲下来，在舌头上含化了，再慢慢儿咽下去，这样才能解馋，才算物尽其用，心里才觉着熨帖。往往是吃一半，另一半用纸包起来留着第二天再吃，一个山楂丸恨不得能吃3天！还有果丹皮，那时的果丹皮山楂味儿极浓，也不能嚼着吃，也要在舌面上含化了再咽下去，方可得其真味。印象比较深的水果还有：沙果、细软多汁的京白梨、一咬嘎嘣脆的纯种小国光苹果、冻柿子、荸荠和菱角。夏天的红糖、小豆冰棍，3分还是2分吧！奶油的5分。吃冰棍时照例也不能嚼着吃，要一点点吮化了才解馋。东直门外第三轧钢厂、摩托车厂用保温瓶打的企业自制防暑汽水（估计就是香料、色素、糖精、苏打配的），汽儿倍儿足，扎凉，猛喝一口脑瓜子生疼！

点心和营养品只有生病时才能吃到一些，点心也就是蛋糕、桃酥、萨其马、江米条儿这些大路货，还有硬邦邦的自来红、自来白（北京的两种月饼），偶尔也能吃到炸糕、糖耳朵、驴打滚、麻花什么的，那时最流行的营养品似乎就是麦乳精和奶粉。

小时候面包可是我心目中的高级食品，很少吃。一次学校组织春游，要带饭，父亲给我买了一个义利牌的大果子面包（里面有果脯和核桃仁儿什么

的），还有一根肉肠，母亲给我煮了俩鸡蛋，把我高兴坏了。那时没有纯净水、矿泉水，出去春游或去近郊参加学农劳动，都是自备一个绿色的铝质军用水壶，灌上白开水，斜挎在肩上。我还有一个塑料的伸缩水杯，就是一圈一圈由大到小的塑料环，拉起来是水杯，缩回去可以放在扁圆的塑料盒里。还有一种宝塔糖，印象特别深，黄色圆锥状，锥体表面有纵向的细槽儿，别以为那是什么精致的糖果，那是给小孩吃的打蛔虫的药！可它毕竟是甜的呀，所以当初我们可是真心实意当糖来吃的。

那时凡是和粮食沾边儿的食品都要粮票，买1斤点心好像是要6两粮票，早晨吃早点，一个油饼要2两粮票，一碗豆浆或粥也要1两粮票。后来过渡到没有粮票也可以买油饼，不过得加钱，8分钱一个。粮票还分地方粮票和全国粮票，1983年我到外地上大学前，家里给我换了60斤全国粮票，换全国粮票要按一定比例交足地方用的米票、面票、粗粮票和食用油票。

说到粮票，有件事让我至今记忆犹新，一次和哥哥路过粮店，偶然发现来了白薯，这可是那时不常有的事情，粮店门口已经排起了长队，于是哥哥果断决定由他排队，命我火速回家取粮本和粮票。待我再赶回粮店，队里已没有了哥哥，我断定哥哥已经排到门里面去了，这时门口秩序比较混乱，堆了很多，我没有喊哥哥，而是奋力挤进门，把粮本和粮票塞到哥哥手里，最后终于胜利地买到了白薯！为这事，我和哥哥受到了父母很少有的当面表扬，母亲还特别夸我表现得非常机智。也许是觉得家里的两个小男子汉终于懂得要担当起家庭的责任了，这让父母备感欣慰吧？真是穷人的孩子早当家啊！那时白薯可是少有的可以换换口味的粮食，一般是蒸着吃，也可以切成小块熬玉米面儿粥喝，我对这香香甜甜的白薯玉米面儿粥吃不厌，家里每次做我都喝好几碗。

那时饮食也像现在吃麻小（麻辣小龙虾）、水煮、香辣什么的，也有流行。比如记不得哪一年秋天西红柿泛滥，于是家家兴做西红柿酱，把成筐的西红柿搬回家，洗了切了塞到瓶子里，上锅蒸，最好是用医院的葡萄糖瓶子做，

因为瓶口小，又是橡胶塞子，所以密封性好，不容易坏。吃的时候可就费了劲了，先得用筷子搅，再用力甩才能出来，那瓶子口小肚子大啊。这样大冬天也可以吃到西红柿炒鸡蛋了。还别说，这土西红柿酱可比现在的大棚西红柿有味儿多了，那可是自然成熟的西红柿做的啊，而且绝对没有防腐剂。

唉，儿时的美味，永不再来！

我总觉得小时候吃的东西是如此美味。好比一块烤地瓜，记忆中的甜香滋味为何与现在有如此落差，再也寻不到童年那种香甜筋道的烤地瓜，难道是失去了滋味？其实蕴含的不是食物本身而是当时吃下的感动。也许时代的富裕改变了人们与食物之间的关系，尽管食物美味依旧，但人们的环境已不同于当年，当年的美味已化为记忆。

（倾倾）

箴言

我们和作者虽然不是同一时代的人，但是对儿时美味的怀念之情却一样深刻。

至今也还记得第一次吃冰淇淋、香肠、奶油蛋糕的滋味，像天下最诱人的佳肴一样，香到了骨头里。虽然现在市面这样的食品琳琅满目，但是似乎那时无限诱人的感觉却越来越少了。

生活水平的提高，满足了我们很多物质需求，但是我们的嘴巴似乎越来越刁了。在享受了生活之后，却没有强烈的满足感。美好生活来得太容易了，没有经历苦苦渴盼和追寻，得到了也没有珍惜。想想老一辈的苦难生活，我们应该感到幸福生活的来之不易。

美好生活给我们提供了丰富的物质资源，我们能够轻而易举地享受到美味，是件多么幸福的事情。我们应该牢记老一辈的艰辛，珍惜现在的美好生活。

故乡的小河，滋润着我的儿时岁月，如一根根铮铮动听的琴弦，
弹奏出一首首欢乐的歌谣。

童年鱼趣

久离故乡，最难忘的是那小河。清清爽爽、叮叮咚咚的一条条溪流从村南的山山岭岭中溢出，汇聚在一起，映着葱茏的山野款款地流过村东，逶迤向山外。多少次这清澈的小河水哗哗地流入我的梦境，多少次梦境中又被这哗啦啦的小河水惊醒。

故乡的小河，滋润着我的儿时岁月，如一根根铮铮动听的琴弦，弹奏出一首首欢乐的歌谣。

河中有鱼，但因水凉澄碧，只少许几种，皆名不见经传。繁殖较快，数量较多的一种是柳根儿。此鱼黄褐色的脊背，雪白的肚皮，成群结队地游于水流平缓处，偶见嬉戏，水中便泛起一片耀眼的银白。还有一种是老头鱼，头大、身短、尾小、通体黑色、行动迟缓，有时用手即可捉住。另有一种花泥鳅，身长黄花纹，煞是好看。小河里的鱼大都一来长，要说大一点的，便是细鳞鱼了。此鱼极珍贵，说其珍贵，一是个大，成鱼可达尺把长，这在小河中堪称鱼王；二是生长期极慢，一般要长十几年，并且数量极少，以我在故乡十几年的捉鱼史，才仅仅捉住过两次。《辞海》里对细鳞鱼注释为：鱼纲，鲑科，体延长，侧扁，长可达0.8米，背紫黑色，产于我国东北及西伯利亚，肉肥，卵名贵。现今的酒店里这鱼也算是一道大菜，然而无论形状或口味，我均有这细鳞非那细鳞的感觉。故乡小河中的细鳞鱼，不仅个小、鳞亮，并且在鱼腹两侧尚

有几道规则的五彩斑斓的条纹，十分美丽。此鱼极具活力，尺把长的一条竟能噼噼啪啪地搅起很高的水花。

小河里的鱼，皆肉质白嫩、少刺且肉中带油，或炖汤或生炒，撒点盐即可，味道却是极其鲜美的。离开故乡后，大大小小的宴会赴过不知多少次，所吃的鱼却无一能与故乡的相比。山外的鱼，或多或少都带有一丝淡淡的土腥，令人反胃。而海里的鱼，咸腥的又太过刺激。唯那条清冽的小河里的鱼，与其说腥，不如说是鲜，那种鲜美的味道不亲自尝过的人是很难想象的。



每年春天，当小河的桃花水涨过后，小草拱出了地皮，山上的李子树开花时，在深水湾中呆了一冬的鱼儿要逆流而上交尾产卵，捉鱼的最佳季节便到了，在水湾上游一侧河边，用河卵石和粗沙垒一“八”字形的石坝——我们叫它坞口。一股呈网状波纹的细细水流便从八字的口处直通深水湾，在“八”字