



中学生心灵鸡汤

02

没有人能拒绝梦想

只要他还有飞翔的翅膀

轻轻地，许下一个心愿

梦想开始了它的成长

用汗水去浇灌

阳光灿烂

终于

武瑛娟 主编

在那个丁香飘飞的雨季

梦想一点点绽放

北京大学人才研究中心研究部

推荐

中学生最佳
素质教育读本

为你点亮一盏灯

感动中学生的

90个成长故事



在阅读中收获真知与感动
在品味中得到启迪与智慧

海豚出版社



中学生心灵鸡汤 02

为你点亮一盏灯

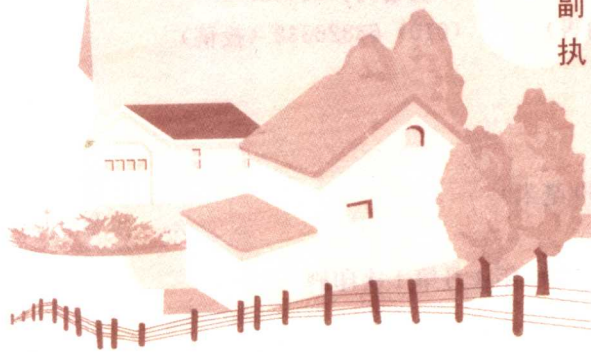
感动中学生的

90个成长故事

总 主 编：武瑛娟

副 主 编：杜啸鸣

执行编委：郭若若 王其 李文文 张思源



海豚出版社

图书在版编目 (CIP) 数据

为你点亮一盏灯/武瑛娟主编. —北京: 海豚出版社,
2006. 1

ISBN 7-80138-571-3

I. 为... II. 武... III. 散文—作品集—世界
IV. I16

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2005) 第 150460 号

书 名: 为你点亮一盏灯
作 者: 武瑛娟 主编
出 版: 海豚出版社
地 址: 北京百万庄大街 24 号 邮政编码: 100037
电 话: (010) 68997480 (销售) (010) 68326332 (投稿)
传 真: (010) 68993503
印 刷: 北京市兴凤印刷厂
经 销: 新华书店
开 本: 16 开 (787 毫米×960 毫米)
印 张: 12.75
版 次: 2006 年 4 月第 1 版 2006 年 4 月第 1 次印刷
标准书号: ISBN 7-80138-571-3
定 价: 18.00 元

版权所有 侵权必究



体验成长，是一个痛苦、孤独而又充实的过程，一路上到处充满荆棘与创伤，但也能收获到快乐与微笑，这是我们每一个人成长过程中必须经历的。

在这人生最珍贵的快乐与苦难交织的日子里，请轻轻地翻开本书，相信你收获的不仅仅是一份感动，还有一份领悟，一份快乐。



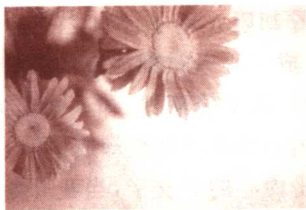
中学生心灵鸡汤

Chicken Soup for the Soul



责任编辑: 王笃霞

装帧设计:  TEL: 13910325548
QINGTIAN BOOK



前言

记不起这是第几次，独自背着行囊去往另一个陌生的城市；也记不起这是第几次面对陌生的旅伴叙述自己曾经行走的路程。在这节破旧的车厢里，我对面的老人是难得的一个有都市人气质的乘客，只是他安祥的神态，依然掩饰不了脸上纵横沟壑所叙述的行走尘世的沧桑。老人很绅士地拿起烟，问我：“姑娘，介不介意我抽支烟？”

“不介意！”我微笑作答。面对这样一个老人，我怎忍心说介意？但我还是忍不住把车窗打开。这种老式火车惟一的好处就是不用借助空调就能排空车厢内的污浊之气。老人很歉意地说：“呛着你了。”“没关系！”这是记忆中，在去往蓟县列车上淡而永恒的一幕。没有故事，但老人、破旧的车厢，还有车窗外北方荒凉的泥土和零星的秋色构成了一幅凄美的夕阳图景，深刻地烙印在我的记忆深处。不懂得自己为什么常会用这种忧郁的思绪去看待身边的一切，是性格使然，还是因为在涉世之始太多的错误和遗憾为自己埋下了忧郁的种子？惟一能确定的是，那次的蓟县之旅是一次悲伤的逃离！

还记得，当我第一次独自背起背包去往北方那个寒冷的城市开

始我的大学生活时,因为许多原因而陷入人生低谷的父亲对我说:“你一生中会有很多的第一次,但并不是每次都会有人陪伴。一路要小心!”父亲的困境是全家的困境,更是时刻萦绕在我这个还不知道“自立”该怎样写的女儿心中抹不去的悲伤。我懂得父亲目光闪烁的背后是对我深深的歉意和我深切的叮咛:走好涉世的每一步!只是,父亲的叮咛却阻止不了涉世之初的我一次次地犯错,而那颗忧郁的种子便长成了心里时刻摇曳的大树。也许,便是为着这个原因,我面对老人时,除了羡慕外,却不知道怎样去拥有或者读懂那份安详,而自己内心的那份茫然却成了涉世后抹不掉的底色。

也许,只是为这份内心的不安宁,当我开始策划“中学生心灵鸡汤”系列时,那种想告诫中学生朋友要走好成长、涉世的每一步的想法在我心里是那么的确定,因为不想看见忧郁在中学生朋友多彩的人生画卷上着上沉重灰暗的一笔,也因为那份凝重会是我们一生都承受不起的负担!选编本书的目的,自然也就在于让中学生朋友从中学会规避涉世之初容易犯的错,学会用平静正确的心态去面对社会,面对一切的人和事。因为,涉世是每一个人都无法回避的,而校园不容侵扰的安宁,父母用心的呵护等等,会在不经意间影响你们幼小心灵的健康成长,妨碍你们于体验社会、体验人生的苦与乐中汲取成长的能量。

看了这么多的故事,也为这许多的人和事而感动,当我终于从中精心挑选、并把这些故事都整理成册后,心里那种总算为中学生朋友做了点什么的成就感让我备感欣慰。我惟一期待的是:我最真切的忠告会给中学生朋友在涉世之初带来实质性改变,并希望若干年后,因为有着美丽的成长体验,你也会拥有老人般的安详与睿智!

序 言

在阅读中体验成长

时光荏苒，斗转星移，昨天还以为自己依旧是那个可以在父母怀里撒娇的小孩子，今天就发现原来自己已踏入了中学的门槛。手心里仿佛还留着同妈妈牵手过马路时她手掌的余温，耳边似乎还萦绕着爸爸讲故事时抑扬顿挫的声音……然而不可否认的是，这些都是远去的记忆了，在记忆的深处定格成了永不磨灭的风景。只能在那些风起的日子，轻轻翻开，细细回味。

父母不在的夜晚，不再开着灯几近绝望地等待黎明曙光的到来，而是可以像往常一样，任思绪飞扬，渐渐进入甜蜜的梦乡；同伴不在的时候，不再害怕一个人走夜路，尽管心里还是有一点点紧张，也还会哼着轻快的调子，来驱散夜的冷漠；厨房里空空如也的时候，不再用面包或泡面填充自己的胃，而是可以做一顿还算美味的午餐来犒劳自己……当你可以从容地做这一切的时候，不可否认，你已经长大了！

青春情怀，总是有着诗一般的朦胧和唯美，徜徉在菁菁校园里，看夕阳下渐行渐远的长发飘飘的情影……一次次，感动于自己正拥有的青春；一次次，告诉自己用心去描绘那个青春无悔的梦。纵然也有失落，也有挫折，但在这样一个个性飞扬的人生阶段，谁又能忍心责怪一个为梦想而拼搏的孩子？

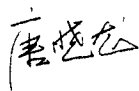
青涩的岁月里，开始变得多愁善感，总是在不知不觉中，感动的泪水便溢出了眼眶，谁让生命中总是有如此之多的感动呢？父母的呵护一如从前，细雨

中的守望，拐弯处的回头，不经意之间流淌出来的，是永远不变的至深亲情！望着父母不再年轻的容颜，你的内心深处，除了感动，是否记得用同样的爱去宽慰他们日夜操劳的心？

在青春的校园里，嵌在心灵深处的一课仿佛发生在昨天，老师的谆谆教诲还回响在耳边，可你已经唱起了“当你踏上月台，从此一个人走……”。忧伤的旋律让泪水渐渐模糊了视线，离别的时刻，从来都只剩下泣不成声的祝福和深情的拥抱！

体验成长的日子，那盏悠悠的灯温暖着你，伴你前行；漫漫人生路上，即使才开始起程，也总会有那样一种执著的力量，让你感动；在疲惫的时候，在想要放弃的那一刻，别忘了悉心聆听，你会听到有天使在轻轻叩门！

“中学生心灵鸡汤”系列图书，带你漫步青春校园，体验成长的味道，感受亲情的温暖，在心灵获得激励的同时，让你感悟与众不同的人生！

A handwritten signature in black ink, appearing to read '唐懿雄' (Tang Yixiong).

北京大学人才研究中心研究员

目 录

CONTENTS

第一章 第一个酸柠檬

- 为自己负责/2
- 感激/4
- 最后 1 美元/7
- 谁都别乱来/8
- 一个夜晚/10
- 旅伴/11
- 6 分钱的惩罚/13
- 我在垃圾堆捡报纸/15
- 一生的痛悔/17
- 独一无二的柠檬/20
- 高等教育/22
- 10 元钱,改变了我的命运/24

第二章 如果你是对的

- 如花的心情/28
- 早上见/29
- 使她变美了/31
- 请把名片还给我/33
- 无人能独自成功/35
- 一双靴子/37
- 一把椅子的问候/39
- 诚实无价/41
- 梯子/43
- 一诺千金/45
- 皮棉帽引发的声誉危机/47

I



中

学生心灵鸡汤

成长故事

II

练习不经意的仁慈与不自觉的美德/49
如果你是对的,你的世界就是对的/52

第三章 给尊严开一扇窗

施舍/56
穿裙子的故事/57
吕茜尔的白丝绒帽子/60
那年那日那劫/62
用什么维护尊严/64
两颗钉子/66
与好人同行/68
一路平安/70
怎样开启易拉罐/72
人性的掌声/73
不扶/75
错出一段美丽/77
就是这双鞋/79
谢谢你倾听我的歌/81

第四章 为你点亮一盏灯

给人一盏灯/84
宽容/87
迟到的理由/89
感动/90
医治灵魂的良方/92
第六枚戒指/94
小男孩儿救大兵/96
水晶心/98





秋意绵绵的晚上/100

6个人的一生和1句仁爱的谎言/102

第五章 早安,朋友

倾听别人的故事/106

微笑的价值/107

多一句赞美/110

亲吻驴臀/112

海明威的教导/114

再试一次,好吗/116

亲爱的,我来了/119

高贵的秘密/121

5块钱的误会/123

快乐实验/124

偏见是把伤心的剑/126

第六章 请您往右边站

请您往右边站/130

君子交易/132

有一种美德叫微笑/134

规则/135

1元钱的故事/137

雨中/139

真诚的世俗/142

雾里看花/144

III

成长故事

中学生心灵鸡汤

中

学生心灵鸡汤

成长故事

IV



第七章 一路收藏你送的花

- 暂停你的脚步/148
- 我收过你送的花/150
- 亲情铸成的大义/152
- 马戏团/153
- 男孩儿,我为你献花/154
- 白色方糖/157
- 一只手套/158
- 无语人世/160
- 海豚的恩赐/162
- 父亲的绯闻故事/163
- 美丽的谎言/165
- 她是美国第一座女人雕像/167

第八章 让我懂事的一次经历

- 盲者的启示/172
- 一碗水的愤怒/173
- 平凡的震颤/175
- 让我懂事的一次经历/177
- 大学校园里的小鞋匠/179
- 1角钱的玫瑰花/182
- 一件婚纱裙/184
- 掌声/187
- 最好的果实/188
- 童年的馒头/190

后 记



中学生心灵鸡汤

Chicken Soup for the Soul

第一章

第一个酸柠檬

为你点亮一盏灯



为自己负责

文/乔 叶

我曾在一本心理学专著里读到过这样一则很有意思的案例分析：一位美国心理学家到一位中国人家做客。主人家两岁多的小宝宝在客厅里走动，不小心被绊倒了，大哭起来，当妈妈的赶紧跑过来抱起小孩儿，然后一边用手打椅子一边说：“宝宝不哭，妈妈打这个坏椅子，妈妈打这个坏椅子。”心理学家见此情景不禁有些狐疑，过了一会儿她对这位母亲说：“这跟椅子没关系，是他自己不小心被椅子绊倒了，是他自己造成了这样的结果而并非是椅子的错。你应当让他知道，如果是他做错了什么事，责任就应当由他自己来承担。这样他长大后就会慢慢懂得，在这个世界上，他所应负的责任是什么。”

看到这里时，我不由得笑了。我想起了我自己。

师范毕业后，我和大多数同学一样，回到乡下当了一名小学教师。虽然嘴上不说什么，但在心里却着实觉得自己有点儿大材小用。于是备课就当走走形式，讲课也觉得是小菜一碟。从不旁听其他老师的课，更不和同事交流什么心得体会，被誉为“全乡最自由的老师”。而学生的考试成绩也总是一塌糊涂。不过我并未觉得是我的教学水平和态度问题，而是觉得乡下学生的素质太低。“苗儿不好怎么会有好收成？”我振振有辞地对校长讲。当时，我也开始隔三差五地写些不疼不痒的稿子偷偷寄出去，但总是石沉大海，于是我也暗暗埋怨那些编辑都是“有眼无珠”之人，同时又哀叹自己父母双亡，出身太苦，虽有一个在县城当局长的哥哥，却又顾不上我的死活……我就这样陷入了一种昏天黑地的恶性循环中，直到认识了小林——我现在的爱人。

一个月夜，我对小林哭诉了我的“坎坷”与“不幸”。听后，他没说一句同情与





宽慰的话。沉默了许久,他才说:“你为什么不说说你自己呢?”

“我一直都在说我自己啊。”我困惑地说。

“可我听到的全都是别人的错误和责任。”他说,“你有没有想过,为什么面对的是同样的乡下学生,有的老师能教出那么好的成绩而你却只能充当垫背的?为什么面对的是同样的杂志和编辑,人家的稿子能上而你却不能?不,先不要急着历数你付出的努力,我只建议你去想想其中你应负的那部分责任。”林顿了顿,继续说了下去,“我们再来谈谈你的工作。我想问问你,你有什么资格这么强烈地要求哥哥帮你调工作?哥哥在为他的前途孤身奋战的时候,你又为他做过什么?进一步说,不要看他是个局长,即使他是个市长、省长,和你的工作又有什么必然的联系?退一步说,即使是父母在世,帮你调工作也不是他们非尽不可的责任和义务,你又有什么权利去要求哥哥?父母把你养大,国家给你教育,社会给你位置,换来的就是你的满腹牢骚和抱怨吗?你为自己做出过什么?你应该做些什么?你做得够不够?”

那真是我有生以来遭受最多的一次诘问。每一个“你”字,他都强调得很重,像锤子一样打在我心上。月光下,我的大脑一片茫然,真的,我从没有想过这些问题,从没有把锋利的矛头对准过自己。我总是想当然地把一切借口推到身外,而把所有理由留给自己,从没有想过自己有责任去承担自己的生命。

从那以后,我变了。教学成绩、发稿状况和工作环境也随之发生了一系列根本的变化。因为我彻底明白了:虽然有许多必然的外力我们无法把握,但我们最起码能把握住自己。我们完全可以让自己的“不幸值”降到最小而让自己的“幸运值”取得最大——只要我们学会承担起自己的责任,让自己对自己负责。

一位朋友曾对我讲过她在外地某学院进修时碰到的一件事情。与她同屋住的有两个女孩儿,其中一个女孩儿在家是个独生女,在学院里也处处撒娇卖嗲,要人宠她。因为同住一个宿舍,相处的时间多,朋友不好拂她的面子,只好敷衍她。但是另一个女孩儿个性却很强,就是不买那个娇女孩儿的账。娇女孩儿被她顶撞了好几次,便不再到她面前“邀宠”了。朋友羡慕地问那个女孩儿为何会有如此的勇气,那个女孩儿笑道:“本来嘛,宠宠她也无所谓,但是可怕的不是去宠她,而是她已经习惯了让别人宠,也已经习惯了去宠自己。我只是想让她知道:在这个世界上,除了父母宠你是不可克服的天性之外,没有谁有必要非去宠你。你想要人宠,首先要有被人宠的资格,而且,即使你拥有了被人宠的资格,宠





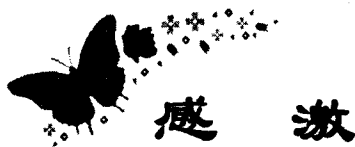
不宠你也还是别人的事。”

这件事情曾让我沉思良久。其实,说真的,不仅是那个娇女孩儿,生活中像她那样习惯于让别人宠自己和自己宠自己的人简直是不计其数,处处可见的。在孤独漫长的生命旅程中,谁都曾渴望能获得帮助,谁都会盼望被人温暖,谁都会希望有人能帮助自己逃避无情的风雨——而且,也确实会有一两次这样短暂的时刻,但是,有谁会长久地站在你的身边呢?除了自己,你别无选择。有人帮你,是你的幸运;无人帮你,是公正的命运。没有人该为你去做什么,因为生命是你自己的,你得为自己负责。



涉世叮咛

走好人生之路,重要的是我们要勇于承担自己肩负的责任,不要推卸责任。这个世界除了你自己,没有人能帮得了你,因为无论什么时刻,只有你是与自己同在的,所以我们要学会坚强,学会独立,学会不奢望。



文/杨冬青

17岁那年,我告别了美丽的校园,这意味着我将从此踏上社会,从此开始一种真正意义上的生活。同众多的农家孩子一样,第二年年一过,我便跟着我们那儿的一个包工头,外出干起活来。对于大多数生长在农村的孩子来说,劳动,永远是他们走出校园后的第一堂公共课。一茬又一茬的农民就是这样成长起来,又一步一步地走向成熟。

5月间,我们在河南焦作接下了一个工程——一座高10层的楼房。

工程进行得还算顺利,7月的最后一天,楼房建成了。可当我们拆下那高耸

