

迎考必备的阅读素材 成长必读的智慧美文

老师推荐的 美文大全

第1季

中国修辞学会读写教学研究会 主编

石油工业出版社

老师推荐的美文大全

给你一个诗意的人生

第1季美文旨在开启我们人生的智慧。所以本书精选了诸多名家有关生命、生活、人生的美文，优美的语言深含哲理、引人思索、耐人寻味。

汪曾祺
拉尔夫·瓦
西奥多·罗斯
屠格涅夫 安
纪德 迟子
沈岳明

日本
生命的悟性
禅宗思想的
认识 忘心不二
面临灾难的
最高境界

萨特
萨特·加伯 主
萨特·达蒙
萨特·伯特兰
萨特·马克·吐
萨特·萨特

李汉荣
李元峰 巴金 郭
李元峰·富兰克
李元峰·李什里
李元峰·郭

王蒙
人生 门楼
王蒙 黎明之痛
王蒙 在废墟 人
王蒙 丑石
王蒙 自传

王蒙
王蒙 王蒙
王蒙 王蒙
王蒙 王蒙
王蒙 王蒙

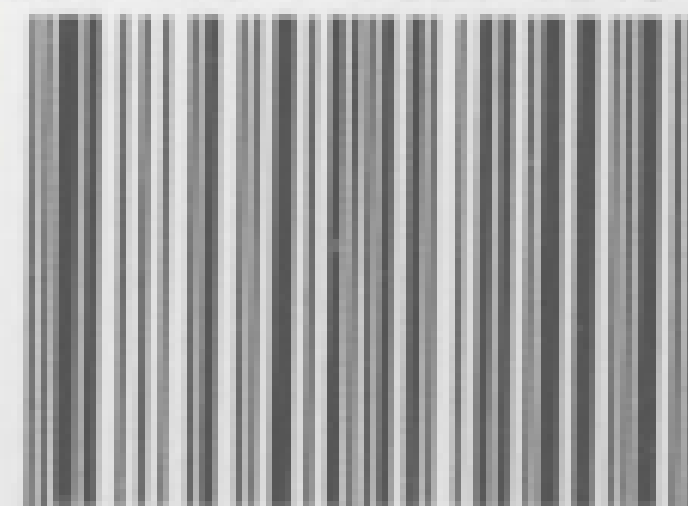
王蒙
王蒙 王蒙
王蒙 王蒙
王蒙 王蒙
王蒙 王蒙

王蒙
王蒙 王蒙
王蒙 王蒙
王蒙 王蒙
王蒙 王蒙

王蒙
王蒙 王蒙
王蒙 王蒙
王蒙 王蒙
王蒙 王蒙

上架建议：青少年读物

ISBN 978-7-5021-7240-4



9 787502 172404 >

定价：33.00元



老师推荐的 美文大全

第**1**季

中国修辞学会读写教学研究会 主编

张晓风
从文 三毛 毕
拉尔夫·瓦
多·爱默生 苏
冷 杨牧 林清
福克纳

玛林斯基
米岑 刘墉 徐志
理查德·布兰
张曼玲 罗纳德·
里根 姜钦峰 陈
张欣 列夫

文字是低下的
价值与价格
壮歌 生命不仅
自己 经营生命
的暗示 感谢
常是加

工 人
的风 听泉
的随想 一只贝
的随想 牡丹的
枯叶蝴蝶 好
里 谢 潘水

石油工业出版社

阅读是最好的教育

读一部好书，如同和一位高尚的人物谈话；读一篇美文，就像和一颗美好的心灵会晤。而在今天，阅读成了许多人的奢望，以读书为业的学生，也把阅读当成了一种负担，过重的学业压力挤兑了他们自由阅读的空间。

难道在这样的事实面前我们就无所适从、无所作为了吗？

所幸有一批从事语文教育教学研究的专家与教师，勇敢地担当起了这样一份责任，他们立志通过一种整合性的阅读来提升学生的素质，重塑学生的心灵。

所谓整合性阅读，就是在阅读的过程中，力求满足“学习与成长”的双重需要。对于一位学生来说，在现实中应试的需要是不能被忽视的，而心灵成长的需要更是不能被忽视的。所以在阅读方式与阅读文本上，应做出科学合理的选择。

研究历年语文阅读考试的动态，我们不难发现对阅读能力的考查主要侧重于以下几点：（一）认知理解能力；（二）文意感悟能力；（三）主旨概括能力；（四）评价鉴赏能力。所以，本书编者们在对阅读文本进行解读时，也以上述几点为角度或要点。

在阅读文本的选择上，更是把握了语文阅读考试的命题规律与趋向，阅读文本的选取具有如下三个特征：（一）人文性与文学性兼备；（二）重视生活与情感；（三）关注社会与常人。以上三点，正是全书选文的一个标准。对于青少年学生来说，好的阅读文本，是他们迎考必备的阅读素材，也是他们精神成长的有益食粮。

故此，全书所选皆为古今中外名家杰作，这些美文在思想性和艺术性方面都代表了美文创作的最高成就，具有广泛而深远的影响力。全书共四册，列为“四季”，暗喻在人生的四季，都有美的境界，只要你我用心去发现、去品味。

此外，全书在版式的编排上也富有创意，正文的每一页分为上下两栏，上栏为经典原文，下栏为启发性解说。之所以不设固定板块，是为了引导读者发

散自己的思维，多角度思考，多层次解读，读出自己的感悟来。同时，每章的目录中都设有“延伸阅读”板块，列出了与该章同类的推荐文章，便于读者在阅读本书之后，意犹未尽之余，可以找到适合自己的阅读篇目。

特别要提到的是在全书编写的过程中，得到了中国修辞学会读写教学研究会广大专家学者的热情支持与帮助，在此对他们表示衷心的感谢！

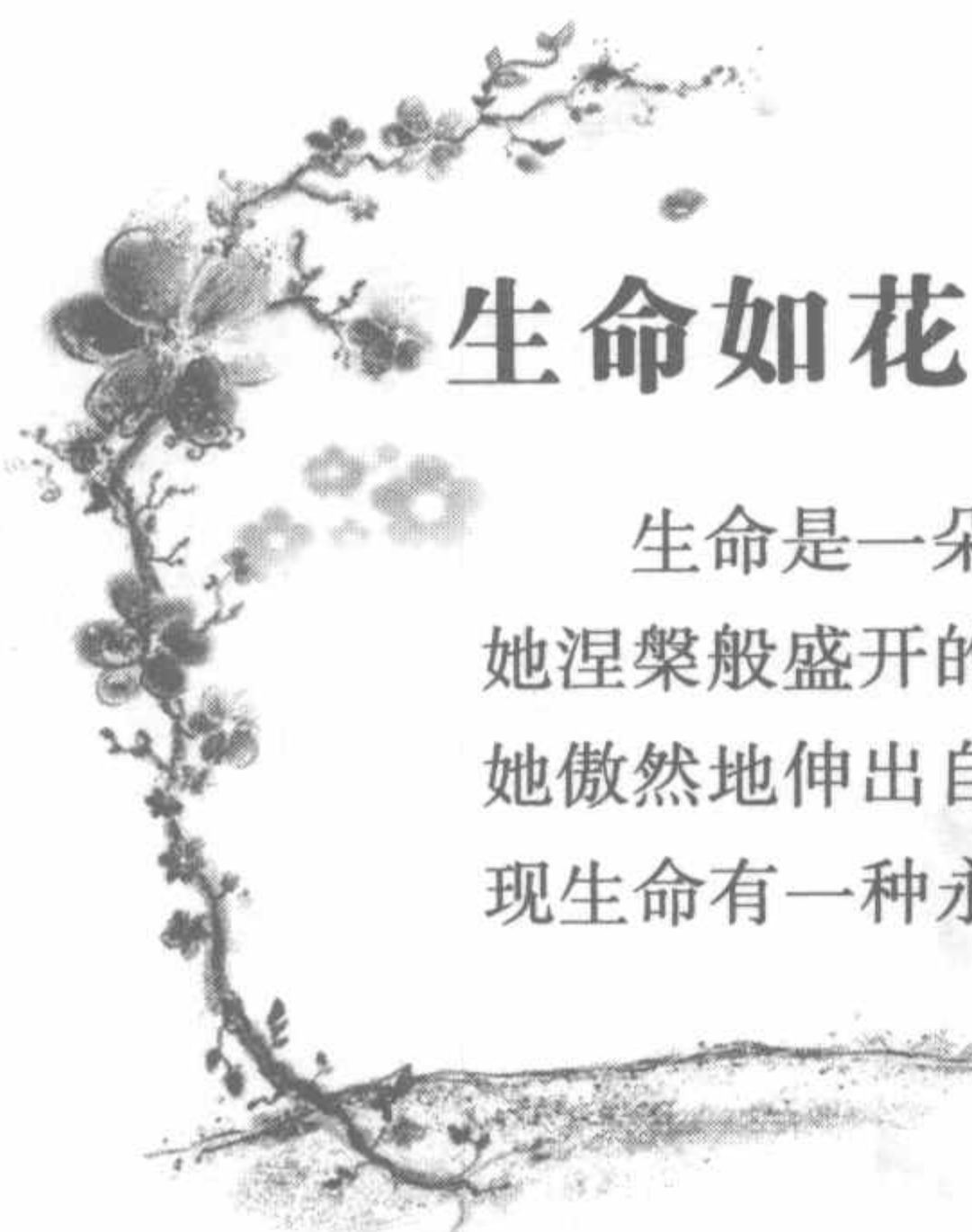
编者

2009年4月



目 录

Contents



生命如花

生命是一朵美丽的鲜花，我们爱慕的是她娇艳的身姿，却总是忘了她涅槃般盛开的痛苦和坚强。只有在她不经意间冲破重重的险阻时，在她傲然地伸出自己稚嫩的枝头时，在她的花瓣一瞬间轻声绽裂时，才发现生命有一种永恒的辉煌。

冰 心	谈生命	2
张晓风	敬畏生命	5
宗 璞	紫藤萝瀑布	7
沈从文	生 命	9
三 毛	不死鸟	12
毕淑敏	我很重要	15
[美] 拉尔夫·瓦尔多·爱默生	有用的只是生命	18
[美] 苏菡玲	生命的滋味	20
杨 牧	死过一回之后	23
林清玄	生命的出口	26
[美] 威廉·福克纳	它的名字是彼得	29
王统照	生命的价值与价格	31
秦 牧	生命壮歌	33
肖复兴	生命不仅属于自己	36
申力雯	经营生命	39
欧阳斌	生命的暗示	42
李 丹	感谢生命	45



读一部好书，如同和一位高尚的人物谈话；
读一篇美文，就像和一颗美好的心灵会晤。



乔 叶
[美] 马克·吐温
侯建臣

生命常常是如此之美	48
生命的五种恩赐	51
给生命配乐	54

延伸阅读：

鲁 迅
张海迪
毕淑敏
王开岭
俞敏洪
孙成风
何敏宏
陈健豪
乔 叶
[美] 乔恩·默迪
谢大光

生命的路	➔
生命的追问	➔
梳理生命之序	➔
生命的舞鞋	➔
生命如一泓清水	➔
不敢怠慢生命	➔
飘舞一次美丽一次	➔
生命中最重要的事	➔
生命常常是如此之美	➔
生命，竟是如此甜美	➔
落花枝头	➔



成长的忠告

年华在时间里往复，于是我们成长了；生命在季节里轮回，所以我们成熟了。成长就是一个人走向成熟的过程。这期间，成长中的人不知要经历多少人生的失败和挫折，不知要忍受多少由此而来的痛苦和悲伤。但过来人的忠告可以成为我们指路的明灯。



丰子恺
傅 雷
[德] 埃里希·凯斯特纳
张晓风
[前苏联] 苏霍姆林斯基
[俄] 赫尔岑
刘 墉

给我的孩子们	58
傅雷家书（节选）	61
开学致辞	64
不朽的失眠——写给没考好的考生	68
致女儿的信	71
给儿子的信	74
比，才有进步	76

徐志摩	一封信——给抱怨生活干燥的朋友	79
[英] 理查德·布兰森	我看到了一条河	82
张爱玲	非走不可的弯路	85
[美] 罗纳德·里根	人生的忠告	87
姜钦峰	没被改写的人生	90
陈建功	致吾女	92
张 欣	寂寞女儿心	95
[俄] 列夫·托尔斯泰	乌鸦和小乌鸦	97
[俄] 伊凡·屠格涅夫	涅 槃	99

延伸阅读:

梁启超
李大钊
杨 澜
叶延滨
谢宗玉
贾平凹
[美] 马克·吐温
[德] 玛利亚·里尔克
萧 红
[英] 塞缪尔·约翰逊

为学与做人
青年与人生
你可以不成功,但不能不成长
青春的另一重定义
男孩,别哭!
在女儿婚礼上的讲话
给青年人的建议
致一位青年诗人的信
九一八致弟弟书
论懒散

成功的法则

成功可以体现在梦想成真的结果之中,也可以体现在努力奋斗的过程中。真正的成功是一个过程,是将勤奋和努力融入每天的生活中,融入每天的行动中的过程,是不断地经历失败,不断地从失败中总结经验教训,完善自己朝既定目标继续前进的过程。成功最大的法则,是你明白什么是真正的成功,并在前进的过程中,保持自信、勇气、执著与忍耐。

读一部好书，如同和一位高尚的人物谈话；
读一篇美文，就像和一颗美好的心灵会晤。

季羨林	成功	104
叶圣陶	牛	106
端木蕻良	耐力	109
冯至	自慰	111
刘燕敏	一个运动员的智慧	113
林语堂	忍耐的奇迹	115
[丹麦] 汉斯· 克里斯蒂安·安徒生	光荣的荆棘路	118
[美] 奥里森·马登	一生的资本	122
[奥地利] 斯蒂芬·茨威格	成功的秘诀	124
[美] 拿破仑·希尔	生命的热忱	127
[法] 斐迪南·福煦	在拿破仑墓前的演说	129
张继高	见识	131
[美] 米勒尔·海明威	忠心不二的公牛	134
蒋光宇	面临灾难的蚂蚁	137
白岩松	人格是最高的学位	139
[美] 拉尔夫·瓦尔多·爱默生	相信自己吧	142
董保纲	不找借口	144

延伸阅读：

刘 墉
蒋光宇
[美] 乔治·沃克·布什
[美] 斯宾塞·约翰逊
刘燕敏
白 灵
靳天顺
[美] 韦恩·戴尔
[美] 沙拉·迪斯德尔
王 聃

逼你成功
改变自己就可能改变世界
人人都可能当总统
礼 物
穷人最缺的是野心
给梦一把梯子
复 活
不做软弱可欺的人
像大麦那样
羞辱是一门选修课



超越苦难

苦难是竖立在现实和未来之间的一扇纸糊的门，只要敢于捅破，前方的路便会很宽阔；苦难是成功门前的看家狗，你逃得越急，它就追得越紧；苦难是有着熊熊火焰的炼狱，灵魂在苦难中升华，闪现出金子般的亮色……

- [德] 路德维希·凡·贝多芬
王清铭
- [美] 海伦·凯勒
- [乌拉圭] 罗多
汪曾祺
- [智利] 米斯特拉尔
王孝谦
- 陈 敏
- [美] 西奥多·罗斯福
- [前苏联] 伊凡·
谢尔盖耶维奇·屠格涅夫
- [法] 安德烈·纪德
迟子建
- 唐 弢
- 沈岳明

- 贝多芬的遗书 148
- 流浪的扁担 151
- 伟大的日子 154
- 坚硬的荒原 158
- 打鱼的 161
- 歌 声 164
- 最完美的礼物 166
- 屋顶上的月光 169
- 艰辛的人生 171
- 门 槛 173
- 沙 漠 175
- 泥 泞 178
- 黎明之前 181
- 人生贵在磨炼 183

延伸阅读：

- 姜钦峰
- 王文献
- 吴光辉
- 陈祖芬
- [美] 杰克·坎菲尔
- 李玫瑾

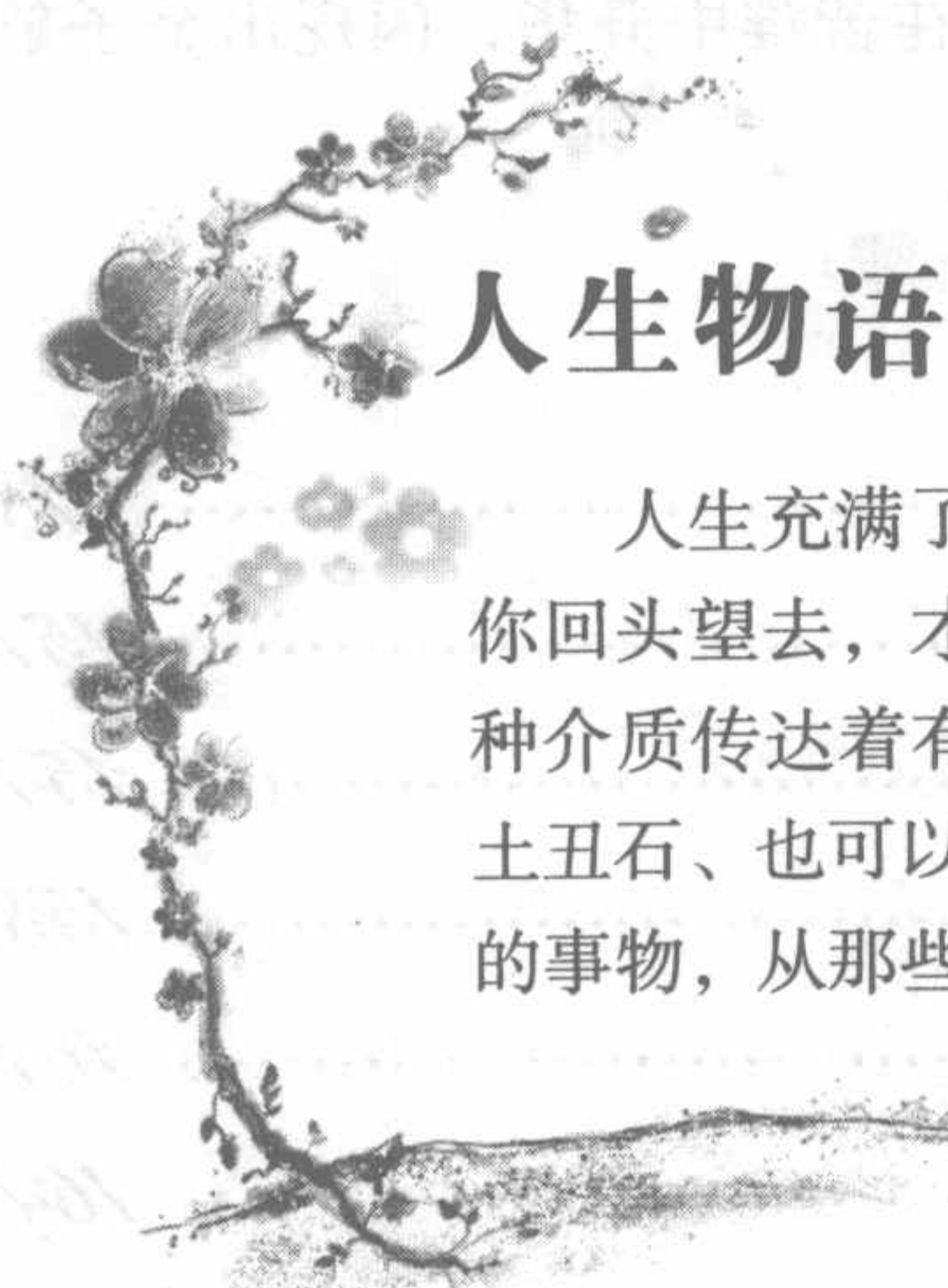
- 贫困不是理由
- 荒山独我行
- 绝境狂奔
- 天使不相信眼泪
- 超越生命的障碍
- 人生没有迈不过的坎



读一部好书，如同和一位高尚的人物谈话；
读一篇美文，就像和一颗美好的心灵会晤。

马丽华
许文红
余 名
陈敬容
周国平
张学德

渴望苦难
磨难，人生的一份财富
跨越苦难
痛苦——一个炼狱
面对苦难
笑对挫折



人生物语

人生充满了各样的哲理，在我们不知不觉中重排着我们的人生。当你回头望去，才发现原来来时的每一步都暗藏着指引。人生也正通过各种介质传达着有关我们生命哲理的内涵。它可以是落叶菜花、可以是黏土丑石、也可以是各样的飞鸟昆虫，当我们屏息凝神，仔细品味这些平常的事物，从那些点点滴滴的感悟中，常会不经意间发现些许人生的秘密。

[英] 乔纳森·斯威夫特
贾平凹
[前苏联] 江布尔·扎巴耶夫
[美] 亨利·范·戴克
[美] E·B·怀特
[日本] 东山魁夷
[埃及] 艾哈迈德·巴哈加特
贾平凹
李紫枝
张抗抗
徐 迟
臧克家
季羨林
李汉荣
[马来西亚] 朵拉

扫 帚	188
丑 石	190
我是株百岁的白杨树	193
一撮黏土	195
大海和吹拂着的风	198
听 泉	202
与花儿攀谈	205
一只贝	207
关于树的随想	209
牡丹的拒绝	212
枯叶蝴蝶	215
炉 火	217
幽径悲剧	219
溪 水	223
花未眠	225

唐元峰	小心落叶	228
巴 金	雨	231
[日] 东山魁夷	一片树叶	233
孙 犁	菜 花	235
[美] 本杰明·富兰克林	蜉蝣——人生的一个象征	238
[法] 儒勒·米什莱	夜莺的迁徙	241
[美] 克里斯托弗·莫利	门	244

延伸阅读:

冯骥才	黄山绝壁松
叶圣陶	牵牛花
张晓风	一碟辣酱
王 族	班公湖边的鹰
陈之藩	失根的兰花
张丽钧	生命如屋
王兆胜	水的感悟
孙 犁	黄 鹂
麦 琪	鸟的启示
刘心武	风中黄叶树
[美] 爱德华·西格勒	枫树告诉我
冰 心	霞
巴 金	日

生活的艺术

有人说生活如画，有人说生活如麻。其实生活本身是美好的，而是否懂得享受生活的美好，那就需要生活的艺术。一个人不必卓越，但可以成功；不必国色天香，但可以富有魅力；不必雍容华贵，但可以高雅迷人。这就是生活的艺术。

[阿富汗] 左帕哈·乌尔法特	生 活	248
[法] 蒙田	要生活得写意	250

读一部好书，如同和一位高尚的人物谈话；
读一篇美文，就像和一颗美好的心灵会晤。

[美] 詹姆斯·瑟伯	
王小波	
[尼加拉瓜] 鲁文·达里奥	
叶圣陶	
[英] 伯特兰·罗素	
[美] 马克·吐温	
[法] 米歇尔·图尼埃	
[美] 戴尔·卡耐基	
[埃及] 艾哈迈德·哈桑·齐亚特	

床倒下来的那个夜晚	252
体验生活	256
笑声	259
最有意义的生活	261
我为何而生	264
政治经济学	266
平面的生活	269
生活中的事情	272
生活是美好的	274

延伸阅读：

夏丏尊
林语堂
王 蒙
梁漱溟
朱光潜
于 丹
肖复兴
[美] 亨利·鲍瑞尔
韩少功

早者的忏悔
论解嘲
不设防
三种人生态度
“慢慢走。欣赏啊！”
小心，别被一个念头杀死
聪明只是一张漂亮的糖纸
用心看世界
看透与宽容

人生的真谛

生命源于自然也终归于自然，人只是天地间一位匆匆的过客，人生本来是一段再单纯不过的里程，但世上的智者却少能回答人到底是从哪里来要到哪里去。或许人生的真谛没有一个统一的答案，仁者见仁，智者见智，每一位认真生活的人，每一位热爱人生的人，每一位尊重生命的人，都有自己有关人生真谛的见解。

[美] 亚历山大·辛德勒	
周国平	

人生的真谛	278
等的滋味	281

罗 兰	早起看人间	285
付文斌	人生感悟	288
林 夕	人生如下棋	291
冯友兰	人生的意义及人生中的境界	293
[德] 黑塞	论年龄	296
[英] 哈兹里特	论永生	299
[美] 约翰·布朗	临刑前夕致家人绝笔书	301
刘 墉	人，就这么一辈子	304
梁遇春	泪与笑	306
徐敬亚	一个人与自己	309
[英] 戴维·赫伯特·劳伦斯	人 生	312
[丹麦] 格奥尔格·勃兰兑斯	人 生	316

延伸阅读:

陈独秀
秦文君
王 蒙
[美] 大卫·欧文
巴 金
郑 重
韩少功
杨小石
徐 刚
南怀瑾

人生的真义
活着的一万零一条理由
人生即燃烧
真正的富足
生
生命是平等的
山之想
生命的价值在于珍惜自己
人生圆桌
人间随处有乘除

人生的进取

进取是一种积极的人生态度。在这里，没有贪图安逸的惰性，没有畏缩屈从的懦弱，只有创造者的脉搏在跳动，只有求索者的血液在涌流，只有思考者的智慧在升腾，只有劳动者的汗水在一身铮铮硬骨上闪闪发光。那大漠的驼铃，悬岸的涛声，屈子的吟诵，贝多芬的交响乐……都在见证着人生进取的奇迹。

读一部好书，如同和一位高尚的人物谈话；
读一篇美文，就像和一颗美好的心灵会晤。

叶圣陶	没有秋虫的地方	320
许达然	远 方	322
雷抒雁	蚕	326
[法] 罗曼·罗兰	论创造	328
陶行知	创造宣言	331
乔 叶	森林里的水	334
管 桦	奔	337
林清玄	在梦的远方	339
[日] 松下幸之助	路有很多条	341
[美] 威廉·福克纳	为了创造出未曾有过的事物	343
王清铭	把所有发动机全部启动	345
梁 衡	跨越百年的美丽	347
冰 心	一日的春光	349
[德] 埃里希·克斯特纳	幸福的童话	352
[瑞] 赫尔曼·黑塞	山 口	355
[俄] 里亚·叶菲莫维奇·列宾	无牵无挂的幸福时刻	357
[乌拉圭] 何塞·恩里克·罗多	航 船	359

延伸阅读：

[澳大利亚] 约翰·库缇斯	别对自己说不可能
邓 拓	生命的三分之一
叶君健	重返书房
[日] 池田大作	青年与建设
游宇明	再走半步
董 桥	中午是下午茶
[美] 拉索尔·贝克	成 长
庞闪闪	人生的舞台
翟宇宏	命运出错我不能错
靳 以	希望的花朵
孙婵嫔	做生命的强者



生命如花

生命如花

生命是一朵美丽的鲜花，我们爱慕的是她娇艳的身姿，却总是忘了她涅槃般盛开的痛苦和坚强。只有在她不经意间冲破重重的险阻时，在她傲然地伸出自己稚嫩的枝头时，在她的花瓣一瞬间轻声绽裂时，才发现生命有一种永恒的辉煌。



谈生命

※ 冰 心

我不敢说生命是什么，我只能说生命像什么。

生命像向东流的一江春水，他从最高处发源，冰雪是他的前身。他聚集起许多细流，合成一股有力的洪涛，向下奔注，他曲折地穿过了悬崖峭壁，冲倒了层沙积土，挟卷着滚滚的沙石，快乐勇敢地流走。一路上他享受着他所遭遇的一切；有时候他遇到巉岩前阻，他愤激地奔腾了起来，怒吼着，回旋着，前波后浪的起伏催逼，直到他过了，冲倒了这危崖他才心平气和的一泻千里；有时候他经过了细细的平沙，斜阳芳草里，看见了夹岸红艳的桃花，他快乐而又羞怯，静静地流着，低低的吟唱着，轻轻地度过这一段浪漫的行程；有时候他遇到暴风雨，这激电，这迅雷，使他心魂惊骇，疾风吹卷起他，大雨击打着他，他暂时浑浊了，扰乱了，而雨过天晴，只加给他许多新生的力量；有时候他遇到了晚霞和新月，向他照耀，向他投影，清冷中带些幽幽的温暖：这时他只想憩息，只想睡眠，而那股前进的力量，仍催逼着他向前走……

终于有一天，他远远地望见了大海，啊！他已到了行程的终结，这大海，

冰心（1900—1999），现代著名女作家，原名谢婉莹。1920年开始，受泰戈尔《飞鸟集》的影响，写出了短诗集《繁星》和《春水》，为文坛瞩目。清新婉丽，以情感人，是冰心散文的独特风格。她善于撷取生活中的片断，编织在自己的情感之中。冰心散文是一个真善美同一的艺术世界，她赞美自然、讴歌自然、爱慕贤良、探索真理。

生命的价值在于奋斗

“快乐固然兴奋，苦痛又何尝不美丽？”，冰心对生命的注解是这样豁达和超然，生命尽管充满曲折与艰辛，但它的价值便在于奋斗。坦途，我们感谢命运的馈赠；崎岖，我们迎接全新的挑战，人生便是在这一次次蜕变中走向成熟。就像涓涓溪流终归要流向大海。人的一生犹如白驹过隙，匆匆百年，我们只有努力去实现人生的价值，才能够无悔此生，这就是生命的意义。

