



情感读本 精品文萃 总主编/罗金远

胡昕
主编

每个人都奉献一张
笑脸，世界
会更好。

世界， 与我们有关



南方日报出版社
NANFANG DAILY PRESS



情感读本 精品文萃 总主编/罗金远

世界， 与我们有关

胡 昕/主编

每个人都奉献一张笑脸，世界会更好。



南方日报出版社

NANFANG DAILY PRESS

中国·广州

图书在版编目 (CIP) 数据

世界, 与我们有关 / 总主编: 罗金远; 主编: 胡昕. — 广州: 南方日报出版社, 2013.9

ISBN 978-7-5491-0948-7

I. ①世… II. ①罗… ②胡… III. ①故事 - 作品集 - 世界
IV. ①I14

中国版本图书馆CIP数据核字 (2013) 第199937号

SHIJIE , YU WOMEN YOUGUAN

世界, 与我们有关

总主编 罗金远 主编 胡昕

出版发行: 南方日报出版社

地 址: 广州市广州大道中289号

电 话: (020) 83000502

经 销: 全国新华书店

印 刷: 北京爱丽精特彩印有限公司

开 本: 787 mm × 1092 mm 1/16

印 张: 12

字 数: 175千字

版 次: 2013年9月第1版

印 次: 2013年9月第1次印刷

定 价: 23.80元

投稿热线: (020) 83000503 读者热线: (020) 83000502

网址: <http://www.nfdailypress.com/>

发现印装质量问题, 影响阅读, 请与承印厂联系调换

总序

罗金远

我们各级学校尚未开设“情感教育”课程，但这并不是说我们的青少年不需要情感教育。

《诗经》开篇就是情感教育，而形式各异的情感教育几千年来从未中断。在倡导素质教育的今天，加强情感教育尤显重要。

于是，2006年中国人民大学书报资料中心孕育了《情感读本》，2008年湖北省新闻出版局催生了《情感读本》。《情感读本》“在感动中演绎道德，在优雅中彰显文明，在挫折中磨砺意志”，短短几年间一跃成为“湖北十大名刊”，肯定有合理理由。

情是一条线，贯穿中华文明五千年；情是一个圈，围拢柴米油盐一家人；情是一个结，系住相知相悦相爱人。情感可以让人慷慨赴死又可以让人顽强求生，情感可以让人安宁静谧又可以让人热血沸腾，情感可以让人远涉天涯又可以让人落叶归根，情感可以让人一夜白发又可以让人永葆青春。我们没有必要去千百次地追问“情为何物”，无论天之骄子还是凡夫俗子，何尝不是“情不知所起，一往而深”？

在看到“同窗投毒”、“儿子弑母”、“失利跳楼”等令人揪心的现象之时，我们深为当代青少年情感荒芜的现实忧虑。值此之际，南方日报出版社郑重出版《情感读本精品文萃》，献给广大青少年和社会，我认为这是有意义有价值的善举。几乎在黄慎如同志向我约稿的同时，我就请胡昕同志主持编辑这套丛书，从《情感读本》杂志多年来发表的文章中优中选优，力求完美。

一本好书，它应当是一位朋友、一位导师、一所学校，甚至是青少年登上知识殿堂的一个阶梯。“情感读本精品文萃”不敢说是“思想的闪电”（马克思语），但它以独特的情感教育方式唱响了社会主义核心价值体系主旋律。

愿文萃能够让每一个人心底流淌出的涓涓细流汇成波澜壮阔的情感激流，让情感激流的正能量共圆伟大民族复兴的“中国梦”。

2013年5月于武汉东湖之畔

作者系《情感读本》杂志社总编辑

目录

总 序	001
1. 趁双亲还健在时	[保加利亚]尼古拉夫·海托夫 谢学敏 译 / 001
2. 一个微笑的力量	杜启龙 / 004
3. 天冷了，加件衣服	雷媛媛 / 006
4. 道德最大的秘密是爱	潘耀明 / 008
5. 特别狠心特别爱	沙 拉 / 011
6. 慈善鸟	陈永林 / 014
7. 1540碗拉面的感恩	张小平 / 017
8. 生活需要点滴善行	乐 进 / 020
9. 有一个夜晚属于母亲	李丹崖 / 022
10. 手指说了什么秘密	屈文乐 / 024
11. 请你务必收下这座城堡	张小平 / 027
12. 那些灵魂深处的“不安”	王太生 / 029
13. 家里挺好的	田 原 / 031
14. 挨 着	莫小米 / 034
15. 拔出一根刺，带出一颗心	张丽钧 / 036

16. 一个拥抱就好 迈克尔·史密斯 / 038
17. 真心付出的意外回报 艾 文 编译 / 041
18. 爱，清澈如水 马 德 / 043
19. 最大的幸福 雨 山 / 045
20. 笑，必须由你自己完成 陈祖芬 / 047
21. 父亲的名言 班 超 编译 / 053
22. 承诺的重量 陈之杂 / 056
23. 绝不和爱你的人翻脸 马克·达品 / 059
24. 不是一切信任都会遭遇欺骗 蒋光宇 / 061
25. 教授哭了 金慧 / 063
26. 善良是心里长出来的名字 陈建宽 / 065
27. 第一美德 [美]罗杰·基斯 / 067
28. 母爱是河 杨志刚 / 069
29. 春天，从善良处回暖 陈志宏 / 074
30. 暖如阳光 薛 峰 / 077
31. 生命的问候 陈 蓉 / 079
32. 陌生人向你伸出双手 李亚敏 / 082
33. 听听孩子的声音 魏丽饶 / 084
34. 总会有人对你微笑 包利民 / 086

35. 天下爹娘都不易	梅 寒 / 088
36. 世界，与我们有关	胡 昕 / 093
37. 善待那个最潦倒的人	王国军 / 095
38. 最 爱	王婷婷 / 098
39. 拒绝慈善虚无主义	从玉华 / 099
40. 愿天下的母亲自私一点	一路开花 / 102
41. 世界首富的母亲给儿媳的一封信	佚 名 / 104
42. 北方山谷的回音	王丽文 / 106
43. 两个人的宽容	周 礼 / 109
44. 爱是前提	[美]艾米·莫瑞森 / 111
45. 每一粒粮食都有尊严	胡子宏 / 114
46. 幸福大师眼中最幸福的人	徐 梅 吴 鸣 / 116
47. 再一次叫爸爸	青 城 / 118
48. 听你的啼哭像天籁	纳兰泽芸 / 120
49. “爸爸，你得向我道歉”	武宝生 / 123
50. 无意中弄疼了一座城市	李景林 / 125
51. 把舍不得的东西送人	林 夕 / 128
52. 有一种力量叫责任	朱 晖 / 130
53. 请保持微笑	小李无刀 / 132

54. 收藏幸福	积雪草 / 135
55. 现在，该我爱你了	宁 子 / 137
56. 让你的镜头里有母亲	景 湖 / 143
57. 谁剥落了我心上的茧壳	包利民 / 146
58. 藏起一半的爱	宋尚明 / 150
59. 寂 寞	吴念真 / 152
60. 这些年，我就是想背你一次	宁 子 / 155
61. 温暖的蓝棉衣	王祥英 / 160
62. 不完美的母亲完美的爱	积雪草 / 163
63. 因为牵挂，所以难离	张含烟 / 167
64. 那一天，我终于读懂了爱	[美]卡伦·奥菲泰莉 / 169
65. 一个怀抱一滴泪	周海亮 / 173
66. 风雨中那份爱的等候	曹木静 / 176
67. 向我挥手的那只蚂蚁	朱成玉 / 179



我想告诉所有父母亲还健在的人：趁他们还健在的时候，好好爱他们吧，一定要向他们说出那些亲密的话语！一定要说出口！因为明天也许就晚了，那些感恩的话，那些挚爱的话，如果你没有说出口——这些话就会变成沉重的、酸楚的东西，一直压在你的胸口，你再也不会有尘世间的力气将它们移开！

趁双亲还健在时

□ [保加利亚]尼古拉夫·海托夫 谢学敏 译

我从来都没有问过自己，我为什么曾经那样爱我的父母，并且还继续深爱着他们，尽管他们早已不在人世。我想说，当他们已经不在我们中间的时候，我越发强烈地从内心深处爱他们了。

总而言之，成年之后，我才明白了他们是什么样的人，为我做了些什么事情：他们为我付出了巨大的辛苦，牺牲了自己的一切。

当父亲决定了供我上学，卖掉那头牛——实际上是家里唯一的一头牛和那块唯一的葡萄园的时候，他已身患绝症，卧床不起。他自己也需要支撑，需要钱买一些为他养病的食物，即便在这样的情况下，他都没为自己着想，而是想着我。他强装健康，用被子捂着已经恶性水肿的双腿，不愿花一分钱买药、请大夫，想以此缩短所剩无几的生命岁月。

为了我，准确地说是为了我的学业。我想即使不上学，我也能满不在乎地打发日子。他，还有全家人都可以过下去。

那时我16岁，不懂事，当他告别如此挚爱的葡萄园的时候，告别他用来

耕了12年地的牛的时候，我都没看出他内心那份深深的激动。

他做这些都是为了我，可是我那时候连一句“谢谢”的话都没有说出口。这句没有说出口的“谢谢”，与一种沉重的、酸楚的感觉一起，一直压在我的喉咙里，因为我父亲永远也听不到了！

中学毕业后，我已经开始意识到了父亲为我所做的一切，我会带着一种感激和内疚之情想起他。有次我下定决心：要用自己到手的第一笔钱，给他买苹果，因为他需要特别的饮食照顾，而我们家所在的那个巴尔干山村不产苹果。今天说买，明天说买，今天拖到明天，直到一年春天的一天，我得到了消息，说我爸爸夜里已经咽气了——而这些没有买成的苹果就一直坠在我的喉咙里，一直折磨着我，直到今天——我的父亲去世二十多年以后。

我母亲的情形也差不多是这样，她运气好点儿，比我父亲长寿，终于熬到我“干公家的事儿”了，盖起了自己的房子。她来到我的身边，开始先是住在小地方的山里，后来进城了——可是她已经衰老了，时常裹着一件呢子坎肩长裙，身材瘦弱，长着一双干过很多粗活儿的手。她双眼凝望着我，我的绣着橡树叶子的绿颜色制服，怎么也让她高兴不起来。问题还在于，我很少顾及妈妈。我整天埋头工作，感觉不到时间是怎么打发的，再说，当时也不知道多在妈妈身边坐会儿，给她说点儿让她高兴的事情，说点儿好听的话儿。我是害臊呢，还是不好意思呢？

有一点没错儿：在农村家庭里，人们常常活得很拘谨、很严肃。父亲们都不喊母亲们的名字，而是喊“孩子娘”。大家外表上从来不显露出一点点仁慈和温柔的迹象！我就是在这样的环境中长大的——学会了隐藏自己的情感。我爱我的妈妈，我尊重我的妈妈，但是我没有一次喊过“亲爱的妈妈”或者“妈咪”。

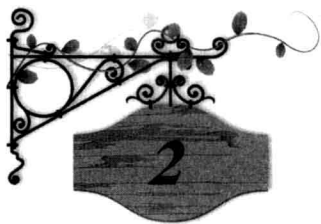
这些没有喊出口的话，也坠在我的喉咙里，以至于我现在无法与谁说了。我多么想甜蜜蜜地向妈妈说这些话，可是妈妈再也听不到了。

所以，我想告诉所有父母亲还健在的人：趁他们还健在的时候，好好爱他们吧，一定要向他们说出那些亲密的话语！一定要说出口！因为明天也许

就晚了，那些感恩的话，那些挚爱的话，如果你没有说出口——这些话就会变成沉重的、酸楚的东西，一直压在你的胸口，你再也不会有尘世间的力气将它们移开！

如果你要给自己的爸爸妈妈买苹果，片刻都不要拖延；如果你要向她们说一声“谢谢”，马上就说，立即就说，因为老天爷随时都有可能夺走你这份欢乐，对你的父母来说——那就是永远！

这就是我要向那些还有幸拥有健在的父母的人要说的话。



一个温柔的微笑往往能让对方感觉到来自于这个世界的温暖，能够让他忘记眼前的痛苦，唤起他对生活、对生命的珍爱。

一个微笑的力量

□ 杜启龙

在澳大利亚悉尼港东部，有一处临海悬崖，它高耸入云，如一只巨大的手掌直伸进海的上空。站在悬崖上，遥望茫茫碧海，海浪拍打岩石的声响以及海鸥欢快的歌唱，在野花发出的幽香里酝酿。然而，谁能想到，就是这么一处风景旖旎的地方，也成了跳海自杀者的“绝佳选择”。自19世纪以来，每年大约有50人选择在这里结束生命，平均每周就发生一起自杀事件。这里成了名副其实的“自杀崖”。

又是一个早晨，天刚蒙蒙亮，一个中年男子步履蹒跚地向悬崖走去。他走走停停，一副失魂落魄的样子。就要到悬崖了，他的脚步明显慢了下来，抬头望望天空，然后从兜里掏出一支烟，坐下来点着。不一会儿，他的身边已经有了一堆烟蒂。又不知过了多少时候，他掐灭了烟头，站了起来，眼睛迷离地向悬崖边走去……

“你为什么不过来喝杯茶呢？”突然，一个柔和声音从身后传来，如一只温柔的小手拉住了他。他回过头，看到一张和善的脸正温柔地对着他笑，

这张笑脸像娇艳的花朵，更像初春的朝阳。他感到一股从未有过的暖流瞬间溢满全身，紧接着，这股暖流又从他的眼里夺眶而出。他迅速地扭转身，跑过去紧紧拥抱住那位给了他一个微笑的男人。

拥有这张笑脸的人名叫唐·里奇，只是一名普通的人寿保险推销员，家就在“自杀崖”附近。今天所发生的一切并不是偶然，因为每天早晨里奇起床后第一件事是到位于二层的卧室窗前观察“自杀崖”。如果发现有人失魂落魄地站在距离悬崖非常近的地方时，他就会冲过去，然后给对方一个温柔的微笑。

就这样，里奇在这里一直守望了50多年，至少把160条生命从死亡线上拉回，成了人们眼里的“守护天使”。他说这50年来，几乎每一天都是在快乐和幸福中度过，尤其是看到有人因他的微笑而留住了生命，更是感到自己的生命是多么充实和美好。前不久，伍拉勒地区议会授予了80多岁的里奇夫妇“2010年度公民”奖。

对于自杀者，里奇从不试图给对方提供忠告、建议或窥探什么，只是给他们一个温暖的微笑，问对方是否愿意聊聊，邀请他们到家里喝杯茶，聆听他们的倾诉。而心理学家分析，这样的做法是最有效的，因为一些人试图自杀是因为难以忍受痛苦，包括身体或精神疾病，一个温柔的微笑往往能让对方感觉到来自于这个世界的温暖，能够让他忘记眼前的痛苦，唤起他们对生活、对生命的珍爱。他们还以美国一个自杀者为佐证。那个男子名为凯文·海因斯，2000年跳下金门大桥时年仅19岁。他在绝笔书中写道：“如果有人在我去大桥的路上朝我微笑，我就不跳。”可是，尽管他像抽走了骨头一样踉踉跄跄地走到桥边，看到的依然都是同样的冰冷的面孔。

是啊，让我们在生活中多一些微笑吧，有时候我们一个真诚的微笑，也许能拨开别人积压在心中的阴霾，开启别人生锈的心门。



我相信，在这个骤然降温的早晨，很多人都在说“天冷了，加件衣服”。我也相信，很多人因为这句话而倍感温暖。

天冷了，加件衣服

□ 雷媛媛

尽管已经看了天气预报，知道近日要降温，可是早上起来打开窗户，凛冽的寒意还是让我觉得降温来得有些唐突。

冬日的衣服早就整理好放在顺手的地方，我打开柜子拿出爱人的厚衣服放在床头，嘱咐他说：“天冷了，加件衣服！”爱人反过来叮咛我：“你也加件衣服，别只顾臭美，要风度不要温度！”我嘴里嗔怪他：“管好你自己就行了……”心里，却骤然柔软而温暖起来。多年的婚姻生活，已经把激情浪漫消磨殆尽，曾经以为爱情早已渐行渐远。在这个寒冷的清晨，一句简单的叮咛提醒我，爱情就隐藏在波澜不惊的生活里，无处不在。

儿子上的是寄宿学校，周日下午他上学的时候，我已经让他带上了厚些的衣服。可是儿子一向大意，也不会照顾自己。我担心他早上起床时没有留意突如其来降温，他到了教室感觉到冷的时候，怕是不会再折回宿舍为自己加衣服。这样想着我就坐卧不宁起来。最终我决定请半天假，去学校给孩子送件厚衣服。

我到学校门口的时候，正赶上学生上课。我在门岗和门卫套着近乎，请他帮忙把儿子叫出来。下课铃声响后没多久，我就看到儿子向门岗跑过来。儿子如我所料没穿厚衣服，冻得直哆嗦。我拿出厚衣服让儿子穿上，他边穿衣服边嬉皮笑脸地说：“妈妈，你真是雪中送炭啊！”儿子穿上衣服转身跑了，跑出没多远他回过头冲我喊：“妈妈，天冷，你也加件衣服！”儿子的话让我心头一热，这个小男人虽然不会照顾自己，却知道心疼妈妈了。站在凛冽的寒风里，我感觉心底有幸福的花朵次第开放。

走在回家的路上，我惦记起乡下的父母来。乡下比城里还要冷些，两个老人不知道加衣服了没有。一会回到家，一定要给他们打个电话。

上了楼梯，我却意外地发现母亲抱个大包坐在门口。我慌忙把母亲让进屋里，埋怨她来怎么不提前打电话。母亲说她是来给我送衣服的，她去了单位没找到我，只好坐在门口等。

看到母亲从包里掏出的大衣，我才豁然明白过来。这件大衣是我春天忘在家里的，天气暖和后不用穿大衣，我回娘家时总忘了把它带回来。母亲见天气忽然变冷了，担心我要穿大衣，就专程给我送来。我抱着大衣，一阵温热涌上眼眶。尽管我已为人妻为人母，在母亲心里，我永远是她牵挂的孩子。

我相信，在这个骤然降温的早晨，很多人都在说“天冷了，加件衣服”。我也相信，很多人因为这句话而倍感温暖。

因为有爱，所以温暖！



罗曼·罗兰说得好：“伟大的人格，形成了崇高的举止：不为自己而活，也不为自己死亡。”

道德最大的秘密是爱

□ 潘耀明

在青海玉树大地震与两年前三川汶川大地震中，同样地显现出了人性的光辉。两个很平凡的香港人，谱写出不平凡的事迹，感动了千千万万的人。

先说黄福荣，他在玉树地震中舍身救人的事迹，感动了香港，感动了中国，被称颂为“香港的光辉榜样”“真正的英雄”。

其实，黄福荣的人生轨迹是再平凡不过的。46岁的他，原是香港一名货车司机，生活并不富裕。他像其他的香港老百姓一样，挣的钱不多，也没有多少积蓄，却有一颗跃动的爱心。2002年，他用七个月时间独自从香港步行到北京为中华骨髓库筹款，一向省吃俭用的黄福荣，却为救治白血病患者而捐出自己全部的积蓄。2008年汶川大地震，他到四川灾区做了两个多月义工。这一次，他是到青海玉树的慈行喜愿会孤儿院做义工。4月14日地震发生后，黄福荣本来幸免于难，但在得知三名孩子和三名老师仍被困后，立即折返现场协助搜救。救出几名师生后，黄福荣在一次余震中不幸罹难。

在黄福荣未出事之前，他与成百上千的其他香港热心义工一样，跑到