

道路是启蒙的请柬
出发
即拯救

且歌 且行

老范行军 / 著
瞧瞧 / 图

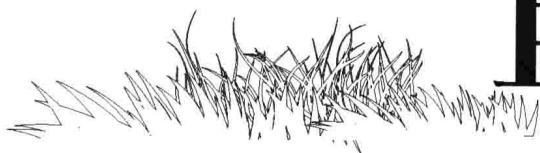
让灵魂跟上脚步

老范行军／著

瞧瞧／图

且歌 且行

让灵魂跟上脚步



图书在版编目(CIP)数据

且歌且行: 让灵魂跟上脚步 / 老范行军著. — 哈尔滨:

黑龙江教育出版社, 2013.7

ISBN 978-7-5316-7014-8

I. ①且… II. ①老… III. ①人生哲学-随笔

IV. ①B821-49

中国版本图书馆CIP数据核字(2013)第156141号

且歌且行: 让灵魂跟上脚步

QIEGEQIEXING: RANG LINGHUN GENSHANG JIAOBU

作 者 老范行军 著 瞧瞧 图

选题策划 宋舒白

责任编辑 宋舒白

装帧设计 Lily

责任校对 石 英

出版发行 黑龙江教育出版社(哈尔滨市南岗区花园街158号)

印 刷 北京市全海印刷厂

开 本 700×1000 1/16

印 张 21.5

字 数 250千字

版 次 2013年9月第1版 2013年9月第1次印刷

书 号 ISBN 978-7-5316-7014-8

定 价 38.00元



鲨鱼的后面，会是你吗

试问：是要一个怕疼的记忆，还是
要一个可以欢喜的现在？



上半场风花雪月，下半场柴米油盐

人类婚姻生活的痛苦根源是什么？

不要想得过于复杂和沉重。

董桥在一篇文章中引用了美国哥伦比亚大学一位学者的话可以算作回答：“在我们的文化意识形态里，我们要求男女之爱永远徘徊在花前月下。”

就这样简单。

如果婚姻是为了让恋爱永远持续下去，结果就是以失望而告终。



为何焦虑了一生

天空的身份就是天空，无需谁来认同。

大地的身份就是大地，无需谁来认同。

……其实，最好的身份，就是：我是一个健康的人。我爱家庭，我爱孩子，我爱老人，我爱朋友，我爱动物，我爱自然，我爱我的工作。但，这样一个身份能够普遍获得认同，还有很长一段路，要走。



流过泪的眼睛才会仰望星空

最疼痛的时候药是不苦的，流过泪的眼睛才会仰望星空。早晨来了，还有什么更重要的，与去看一朵花开相比。

那是一朵桃花。

那是一朵玫瑰。

那是一朵黑色的，郁金香。

目 录

contents

壹 辑 爱的艺术，是面对和勇气

- 3 别走得太快，等等灵魂
 - 10 一无所有，你可否这就跟我走
 - 17 爱的艺术，是面对和勇气
 - 22 上半场风花雪月，下半场柴米油盐
 - 28 雅妮娜为什么“仍旧”回到马赛尔的身边
 - 33 爱你那衰老了的脸上的哀伤
 - 38 为什么总是在失去的时候才知道
 - 44 罗伯和朱莉娅的寻找
-

目 录

contents

贰 辑 清贫，自在喧嚣时的孤独

51 流过泪的眼睛才会仰望星空

56 那条河上撑船的，后来变成了国王

61 贪，是一条伺机而动的绳子

66 欲望，上路之前带上一把椅子

71 你的心上还有多少落叶

77 为何焦虑了一生

82 清贫，自在喧嚣时的孤独

88 找不到自己，才是最可怕的

参 辑 幸福，有时就是菜篮子里的一个土豆

- 95 我想要从街角数起的第二棵树
-
- 100 拐弯，顺其自然的行走哲学
-
- 104 看那金块被扔进鱼塘时荡起的水花
-
- 109 不接受枯木，方能看到花瓣如雨
-
- 114 幸福，有时就是菜篮子里的一个土豆
-
- 119 当“小鸡快跑”遇到了“由正慢递”
-
- 125 背包里的什么东西最重要
-
- 130 何必为部分生活而哭泣
-

目 录

contents

肆 辑 生活不可能重新再掷一遍骰子

137 蜗牛，可以与鹰站在同一块石头上

142 坚持有一个好兄弟，叫决不放弃

148 风，通过水留下痕迹

152 红魔，慕尼黑空难后的浴火重生

158 抵岸之后放下竹筏

163 那时门童下午茶，那时《倾城之恋》

168 生活不可能重新再掷一遍骰子

174 给后花园点灯

伍 辑 且歌且行，让灵魂跟上脚步

181 拔出那根本桩，从记忆和习惯之中

185 石头，可承受之重与不可承受之轻

190 可以从每一种错误中锻造一个钱币

195 魔术大师被自己锁在铁牢里

201 与海明威一起出海

206 康德的手杖为什么睡在了床上

210 把摸到手的牌打好

216 且歌且行，让灵魂跟上脚步

目 录

contents

陆 辑 拿起，以空杯对繁华

225 好看的脸蛋能长出大米吗

229 恐惧是成长的一门“必修课”

234 送狼回家的路也通向人的后花园

239 没有什么可以高过尘土

243 想想吧，你都说了些什么

249 羽毛，承载着灵魂的飞翔

254 那山，那水，那乡愁

260 拿起，以空杯对繁华

柒辑 不慌不忙遇见更多美好

267 暂停，生活可以在别处

273 你有一天必须要放下这枚钻石戒指

279 凡墙都是门

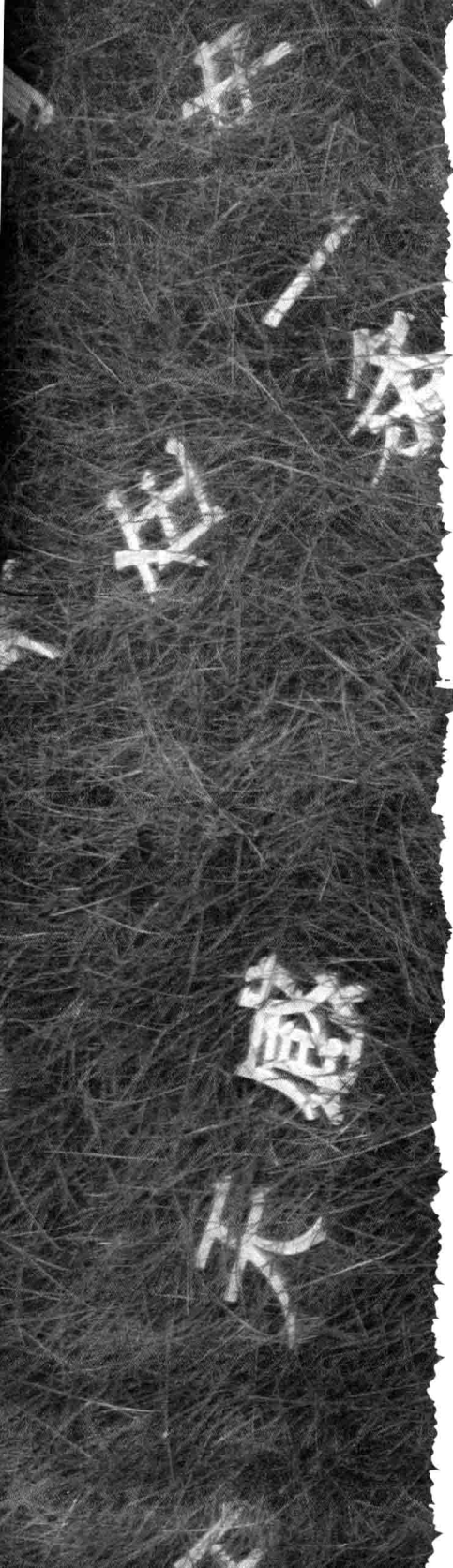
283 不要让工作成为人生毒药

289 朋友，是很久很久以后的那支箭

295 有的时候，到达目的地还不如在旅途中

301 应先学临终之事，后学他事

307 不慌不忙遇见更多美好



壹 辑

爱的艺术，
是面对和勇气



面对是珍惜。

面对需要勇气。因为谁也不能预测将要面对的一切。这期间，如果没有勇气，一切努力，都将在时间面前，靠近也成逃离，直至溃不成军。

因为能够面对，所以不需要誓言和诺言，他或她可以不背负沉重的压力，凭着自发的爱心和坚定，去做自己愿意做的事情，并回报所爱之人的期待、希望和爱。

很多时候，面对柴米油盐比面对惊涛骇浪，更需要勇气。

别走得太快，等等灵魂

—

19世纪初，英国的某个山庄，某一天，夜。

她，身心疲惫，倍感孤独，走出门，望着静谧的夜空，突然，两行清泪流了下来。她看到了远方的他。

多年之后。

他回忆，让他坚持下来的，是一个夜晚，当他仰望星空的时候，他看到她，在等他。

—

1962年5月27日，台湾某地，夜。

他，一个诗人，在写一首诗：

等你，在雨中

—

21世纪初，中国香港，某一天，夜。

他，一个中年歌手，在一首歌里追问：