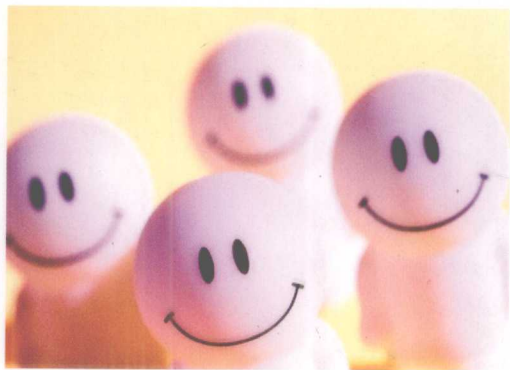


It's a Required Textbook  
For City Soul

· 第三辑 ·



The Soul With Great Happiness

# 快乐心灵

一部全民共享的心灵必修读本

是心灵的渴望，开阔了求索的视野  
是心灵的飞翔，催动了奋进的脚步  
是心灵的富有，孕育了生命的奇迹



名家推荐、启迪心智的快乐读本

真情奉献、相伴一生的心灵圣经

如沐春风的悦读，轻拨你的心弦，深触你的灵魂……

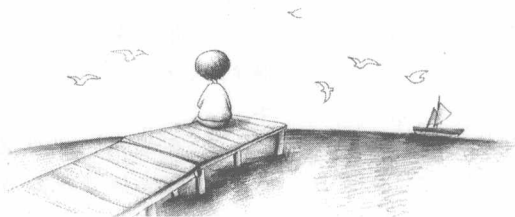
贤才文化编  
湖南文艺出版社

一部全民共享的心灵必修读本

# 快乐心灵

第三辑

It's a Required Textbook For City Soul



湖南文艺出版社

图书在版编目(CIP)数据

快乐心灵.第三辑 /贤才文化选编. —长沙: 湖南文艺出版社,  
2009.11

ISBN 978-7-5404-4454-9

I.快… II.贤… III.①散文-作品集-世界②故事-  
作品集-世界 IV.I11

中国版本图书馆CIP数据核字(2009)第208656号

## 快乐心灵(第三辑)

出版人: 刘清华

责任编辑: 徐应才

选 编: 贤才文化

\*

湖南文艺出版社出版、发行

(长沙市东二环一段508号 邮编: 410014)

发行部电话: 0731-85983020

邮购部电话: 0731-85983015

湖南省新华书店经销 湖南新华精品印务有限公司印刷

\*

2010年1月第1版第1次印刷

开本: 660×960 1/16 印张: 18

字数: 286, 000

ISBN 978-7-5404-4454-9

定价: 19.80元

若有质量问题, 请直接与本社出版科联系

# 前言

Preface

## 美丽心园

◆罗西

古堡里，若住着魔鬼，那么古堡就是地狱；  
星辰里，若住着仙子，那么星辰就是天堂。

而心园呢？

心有明灯，便不会迷路，便可拒绝黑暗、胆怯，而拥有一份明朗的心情，一份必胜的信念，一份坦荡的胸怀。

心有小窗，便有亮丽阳光进来，小酌一些温暖的故事，便有自由清风邀约一些花香或者白云。

心有琴弦，纵然客去茶凉，仍有小曲缓缓响起，仍有满树桂花知音而化为酒香。

心有栅栏，然后青藤爬过，那些小秘密点缀其中，像叶片下小憩的蝴蝶，做梦一般，只能用花粉形容。

心有玉阶，满阶是香囊佩瑶，满阶是锦言妙计，还有玲珑小贝和神秘念珠。于是孤独不再降临，花瓶不再寂寞。

心有圣殿，供奉着高贵、尊严、善良、理想和追求……这都是些美丽的神灵。由此，而不可侵犯；由此，而拥有世界和自己。

这就是吾心吾园。

有心而知远方，有心而识灵魂。

有心而自知，有心而成为人。

我爱吾心吾园，打扮她，美化她，装点她，实实在在地拥有她。美丽心园，哪怕是一块木头，也会成佛；美丽心园，哪怕身处幻境，仍为真人。



# Content 录

## 你是哪一只毛毛虫

成长·一声轻叹		穷人的蒲公英 .....	24
离别的季节 .....	2	你是哪一只毛毛虫 .....	26
成长·一声轻叹 .....	5	弯曲的哲学 .....	28
灵魂的颜色 .....	10	站在椅子上,你敢吗 .....	30
月迹 .....	13	换个角度重新审视自己 .....	33
眼泪背后的笑容 .....	16	再走半步 .....	35
<b>让成功变成系列</b>		拿性命去换一个答案 .....	37
让成功变成系列 .....	20	心灵有歌 .....	39
缺陷的完美 .....	22	不要把贫困的痛苦传给你的孩子 .....	43

## 什么是最好的生活

<b>学会拒绝</b>		今日歌 .....	61
生命中的三个火把 .....	47	阳光的形状和声音 .....	64
蚕豆花的眼睛 .....	49	学会拒绝 .....	66
少谈成功多谈困境 .....	51	<b>天地之间的散步</b>	
大鱼的故事 .....	53	我们都老得太快,却聪明得太迟	68
宽容是一种伟大的拯救 .....	55	天使之心 .....	71
渐 .....	58		

一封信 .....	74	制造神秘 .....	86
浪漫“傻气” .....	78	爱具有简洁的内涵 .....	88
不要珍藏特别的东西 .....	80	记得是幸福的表达式 .....	90
“女人泪”是生命的水 .....	82	天地之间的散步 .....	93
什么是最好的生活 .....	84		

## 用什么尺子丈量爱

<b>守望的天使</b>		玫瑰花,玫瑰茶 .....	133
最贵重的礼物 .....	96	雪山上的红盖头 .....	136
十三元“遗产” .....	98	泣血深情 .....	140
没有什么比母爱还重要 .....	101	不让苦难越洋 .....	145
守望的天使 .....	105	用我的心走完你的一生 .....	148
光芒之爱 .....	108	有一种怀念,一生一世 .....	153
人间天堂两相知 .....	111		
一百万里 .....	114	<b>来自天上的供花</b>	
父爱万丈 .....	117	一颗心,路过一张纸 .....	156
<b>玫瑰花,玫瑰茶</b>		来,我帮你 .....	159
浪漫的胡椒面 .....	119	烛火点心 .....	162
用什么尺子量爱情 .....	122	圣诞夜那一百英镑的典当 .....	166
那夜,那人,那怀抱 .....	125	打赌 .....	169
藏在阴影里的爱 .....	128	来自天上的供花 .....	171
地铁里有朵幸福的花 .....	131	一定会记住 .....	174
		油田上的“父子兵” .....	177



# Content 录

包容是一条五彩路 .....	182	为文明的坚守 .....	187
一颗宁静的良心 .....	184	手掌上的希望 .....	189

## 谁是你的职场伯乐

### 与工作约会

谁是你的职场伯乐 .....	192
巴菲特学不到 .....	197
别轻易说你不会 .....	200
与工作约会 .....	202
“小笨猪”于依依的峰回路转 .....	204
那个在网上兜售蚊子的人 .....	208

### 奥玛之慧

不紧急却重要的事 .....	210
----------------	-----

妙用劣势 .....	212
如果贪心不足 .....	214
让生命化蛹为蝶 .....	216
给每个学生都写信 .....	218
普罗达斯的除草节 .....	221
奥玛之慧 .....	224
有所不为 .....	226

## 写给一切的美丽

### 读书的习惯

写给美丽 .....	229
读书的习惯 .....	231
钢琴上的黑白左右手 .....	234

### 不敢愧对盛开的鲜花

西游记 .....	236
额外的恩赐 .....	239
树木的智慧 .....	241
幸运的黑雁 .....	244



不敢愧对盛开的鲜花 ..... 247

意大利天上掉馅饼

意大利天上掉馅饼 ..... 249

外国男人的名声 ..... 252

养狗比养孩子难 ..... 254

擦身而过的梦想和灾难 ..... 256

## 冷暖幽默皆有智

爆笑校园写实

白岩松:冷暖幽默皆有“智” ... 261

美国总统的运动趣闻 ..... 266

爆笑校园写实 ..... 269

节省绝招 ..... 271

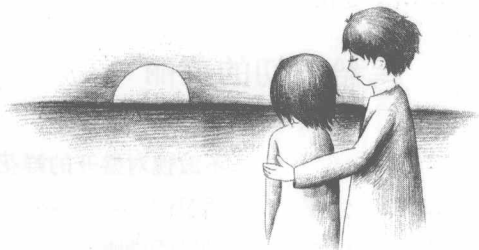
动物“数学家” ..... 273

曾国藩选才用人

曾国藩选才用人 ..... 275

铁齿铜牙东方朔 ..... 277

杜甫找工作 ..... 279



01  
CHAPTER

你是哪一只毛毛虫

一只毛毛虫面对一棵苹果树

就好比一个人面对生活

毛毛虫的目标是苹果

生活的目标是幸福快乐

怎样获取幸福快乐呢

学学毛毛虫吧





固然离别，还在怀念；固然死去，还在天堂。

## 离别的季节

◆黄璐叶丹

这注定是个潜伏着不安的季节，如花的凋零来不及承载另一个春天的绚丽，而秋风里凝结起来的忧郁的冰蓝色，却在抹杀了一切温暖之后，留下一一种缥缈——若即若离。

许是荒凉的世间仅有的温存，也只是黑暗之后短暂的黎明，那对着遥远的幸福守望的灵魂，是否将永远沉溺于这落寞的等待？那伫立在阴霾的天空下的人们，还将怎样仰望？

如果，生命的悲喜交错终究将化为岁月深处那被泪水浸润的灰色；

如果，灵魂的清澈明净终究无法感动落寞的世间和荒凉的心灵；

如果，沉重的缅怀中的人们终究背对着，越走越远；

那么，那经不住失去的脆弱，还能让我们的灵魂承载多少的重量？

“我们只知道，老师走了，再也不会回来了。（你的）QQ的等级将永远停留在两个太阳、两个月亮、两个星星……”

那天，在网上看到一个同学的留言：“我们永远失去你了！”当时我的第一反应是“会不会是他”……然而我立刻停止了这荒诞的猜想，一直以来，我常常做出这类戏剧性的假设，原以为，这一次，也同样仅仅是如此可笑的猜测。

应该说，我在他的班里只待了两天半，之后就被调到重点班，此刻，所有的回忆就凝结在那短暂的十几个小时里，我在这扩大了的时间里寻觅

过往的记忆：一年前报到时，当别的老师在强调分班考试的时候，他问我们是不是能适应这里的生活。军训前他还说过：“你们不要带很大的箱子，否则后果就是，箱子放车上，你们跟着车子跑！”

我们曾在网上发布的一个“大家认为我们学校的老师谁最帅，我认为黄鉴锋……”的帖子，此刻，这个戏谑的帖子留给我们的，更多的是无奈与伤痛。当时我们大多将最帅的一票投给了他，噩耗传来，我们便开始了沉重的跟帖。

以后的一段时间，我一直想象着有一天，他会回来；有一天，他会从我们教室的窗前走过；有一天，我们还可以在学校里看见他。这种幻想，直到那个举行追悼会的阴霾的下午，仍然缭绕不绝。

就像是一场梦魇，当我站在风口，却无法去相信，仿佛记忆的昨天里依然清晰的背影，今天就不知身在何方，早已疲倦于区别什么，真实和虚幻之间，所有人都摇摇欲坠，离别时的心情，像是在这段距离之间焦虑地徘徊的脚步，没有可以驻足的一方宁静，让这份躁动在平静的表面漠然地继续。

曾经的那片风景，那些美好的故事只留下稀疏的影子，在炫目的阳光照耀的时候变得鲜亮，就仿佛那些被惊醒的回忆，在眼前跳跃。我们试图选择忘却，拾起记忆的碎片，将它们撕碎，再一次抛向天空，任它们浩浩荡荡地沉淀在岁月的静默里，可是，我做不到。我想象着，那壮观的沉淀中，更多的是伤痛。

秋风，像是托起忧郁的纷飞，将你寄托给了另一个世界。

明明，我们近在咫尺，我们站着，你却已沉沉睡去。

明明，年轻的生命刚刚以青春的名义走进成功的辉煌，就要以这种方式离开，于是，时间和空气成了最坚固的距离，曾经的擦肩而过，转身后却是永久的别离。明白了遥远的意义。

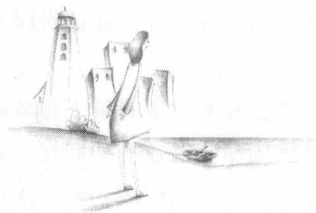
我知道，我们会习惯，但是需要时间。

岁月掀起的波浪从脚边开始澎湃，随着时间的流逝渐渐向远处的水面荡漾。或许，时间可以证明一切，使我们去接受，它镇定的诉说，代替世间一切嘈杂的声响，让我们游离于悲伤和喜悦，使真实和虚幻之间的灵魂站在一个合适的高度，以生命的名义，面对过眼云烟。

当尘埃落定，泪水凝聚成明天的坚强，我们才能离成熟近一点点。  
或许你并没有离开，我们的心就是你的天堂。



子曰：逝者如斯夫，不舍昼夜。时光飞逝，无情地带走了一名优秀的老师，留给爱他的学生无限的悲痛。虽然从此学生与他阴阳相隔，永无相见之日，可在学生心中，他永远是最帅最贴心的好老师。为人师表，以此为榜样。



我不是归人，只是过客，那些刻骨铭心的成长，也终于在空白的瞬间，化成了一声轻叹。



## 成长·一声轻叹

◆刘 文

站在顶楼朝下看，初中部的学弟学妹们坐在秋千上，衣袂飘扬，像花儿一样。曾经的我，也是惊叫着被人高高抬起，又急速落下。如今享受着不用出操、不用到食堂买饭的特权，却有那些深藏于心底的美好悄悄地消散。那些原本生命中最重要的东西，终于化作了成长旅途中的一声轻叹。

### 关于音乐

小时候妈妈抱着我，托着我的小手在钢琴上敲下一个个黑白相间的琴键。可是儿童短暂的兴奋劲过去之后，练琴便不是什么愉快的记忆。音阶、和弦、琶音扎扎实实给了我一个下马威。

每天练琴的时间是雷打不动的。那三个小时，屁股下垫了厚厚的大书，小小的我半眯着眼睛反复弹着只有短短四小节的曲子。想着伙伴们可以看六集《小叮当》，去游乐场坐碰碰车，可以在门口堆一座巨大的沙堡，真比上酷刑还要受煎熬。那些白色琴谱上黑色的小蝌蚪，哪比得上下河捞蝌蚪好玩。闹钟不给我面子，那长长短短的针悠闲地跳着芭蕾，却在休息的五分钟内飞速狂奔，给了我关于相对论的初次体验。夜幕降临彻底粉碎了我的希望，而在“喝水”“洗手”“上厕所”的借口用光之后，妈妈手中的板子打了下来，终于拉开了哭声、骂声、琴声交响的序幕。

可是在妈妈终于放弃将我培养成贝多芬第二的梦想后，不用天天提心

吊胆生怕挨打却使我平生第一次发现了那八十八个琴键中的奇妙之处，不再为了一张张考级证书，不再急于完成任务可以出去玩，那贝多芬的雄壮、肖邦的浪漫、巴赫的严谨、舒伯特的悠扬也渐渐留在了心间。很长一段时间，我在劳累或伤心时来到五线谱中尽情地飞翔，没有羁绊，没有烦恼，只是单纯地想飞而不愿停留。一直到成长使我也再也抽不出可以去弹上一曲肖邦的《革命练习曲》的时间，只能将书桌当作钢琴，自我陶醉地练习滑音、颤音、滚音。

我买下了一个 MP3，在同学的建议下开始听涅槃之类的重金属。其实从小学习古典音乐的我不认同这种号叫与狂躁的。可是听着听着竟特别希望有一台架子鼓闪着银色的金属光泽不用讲究宫商角徵羽的调式和节拍，只是疯狂地敲击出狂风骤雨的鼓点。可以在鼓声的掩盖下放下女生的高傲与矜持，骂着脏话或嚎啕大哭，为老师在评选“三好学生”中的一次偏袒或一张考砸的试卷。

重金属的爆发力是属于鲜花怒放的年少轻狂的。上了高三，开始听金政勋的歌。那个韩国少年有着清秀明朗的笑容和安静空灵的嗓音。我喜欢他在 MTV 里的样子，干净清爽的白 T 恤勾勒出他有些清瘦的身材。柔软的碎发被风吹得轻轻飘扬，他的笑容不掺杂质，恬静得像一朵百合花。那个清秀的少年微微蹙眉，用波澜不惊的嗓音唱：“我很傻，我是个傻瓜，现在后悔莫及了，无法挽回了。”就好像在为我们逝去的韶华唱一曲平静的挽歌。

## 关于文学

相对于现在风行一时的胎教，父母对我的启蒙教育是相当轻率的。在幼儿园不上课的日子里，随便给我留上几本《娃娃画报》就锁上门不再管我了。或许是这小书本承担了父母的责任，我对书有种天生的亲切感。

稍大些就搬了小椅子垫在脚下到大书柜顶部去找书。就像玩寻宝游戏一般，从各种昏晃中找出外公珍藏的线装书。通常是看不懂的，可是却一直一直搬了小凳坐在太阳下看，不哭也不闹。乐得清静的父母在有一日发现我看的竟是《金瓶梅》后终于开始大花血本买各式各样的少儿图书。

因为看的书多，在别人还只能看图说话时我已经可以写上三四百字通

顺连贯的作文了，被奉为神童。从此以后参加各类作文比赛，也屡屡为我们那个偏僻落后鲜有人得奖的子弟小学捧回奖牌、奖杯、奖状。在升旗仪式上发言，照片被放大了贴在橱窗中，那可是我迄今为止最风光的一段日子。

我在初二的时候不可救药地爱上看村上春树。从此以后在对人大骂“日本人没一个好东西”时便会加上一句“除了村上春树”。喜欢那些极其神奇的比喻。乍一看，风马牛不相及的东西，却经由他的妙笔那么神奇地画上了连线，那条线使这两件东西相像，浑然一体，仿佛本就是由相同物品中双生而来。那些少女断没想到浓妆艳抹的脂粉味，那些少男断没有令人窒息的汗腺。即使是忙也是美好得如同早春山涧初融的雪水。

后来又爱上了史铁生、张晓风、卡夫卡，就那么博爱着到了高三。在那些信马由缰的作文屡次在考试得到三十分时，终于屈服。开头引一句名言，中间讲三个论点，结尾表一下决心。我开始写那种“结构严谨，条理清晰，论据充分”的议论文，换个五十分的高分来弥补一下惨不忍睹的分数。却会在因为课业繁重整夜失眠时翻几页梭罗的《瓦尔登湖》，写上几段发自内心的文字。那些仓促的成长中，惟有陪伴我一生的文学可以给我宁静的港湾。

## 关于理想

小时候，大人们说，没有理想就没有前进的目标。可是，有了理想，又能怎样？

我是一个有理想的孩子，在很小的时候，明媚的双眼洋溢着琥珀色的光泽，我很认真地说：“我要获诺贝尔奖。”然后，笑容灿若桃李。

小时候的理想很伟大。不知道是无知还是轻狂，抑或真的是初生牛犊不怕虎。打晓得诺贝尔奖这个名词后便觉得那玩意儿非我莫属。仿佛诺贝尔他老人家预测到一百多年后会有一天才如我者出现，特意为我留了座奖杯。现在想来，倒幸亏吹牛不用交税。

后来现实了一点，因为常听大人耳提面命上大学之类。开口问：“妈妈，你要我上清华还是北大呢？”语气轻松明快仿佛跟问“妈妈，今天吃馒头还是吃稀饭”似的。直到知道了哈佛、耶鲁、剑桥，随着知识的积

累，选择对象也从国内到国外，变化了无数，不变的倒是稚气未脱的脸上单纯的笑容。

喜欢看书时做过作家梦，喜欢听歌时做过歌手梦，喜欢体育时做过冠军梦。一样地不知天高地厚，又一样地消隐无踪。

成长是一个漫长的消磨理想的过程，把种种不可能证明好了给你看。小学时班里调查学生的理想，五十多个学生中有二十多个科学家、十多个文学家，还有 NBA 明星、天天开个唱的歌手，最次也要当可以随意布置作业的校长。可是现在，那些获了一等奖的学生到处去考保送生，默默无闻的人除了羡慕便只有削尖了脑袋拼死去挤那座独木桥。班级后面专门留出来贴理想的墙面至今仍空空一片，清华、北大于我们已是奢望了。即使有，也不敢说出来，希望越大失望越大，一夜夜的挑灯夜战，谁又知道会在成长路上为我们带来怎样的结果呢？

## 关于朋友

一个人走路会很孤单，有了陪伴，寂寞的土地，也会开出神奇的花朵……

小时候的朋友总是莫名其妙地交上的，不用关心他成绩如何、作风如何、家境如何，只是因为一枚有花纹的石头，一颗翠绿的弹珠，一粒捂得热乎乎的奶糖，要不仅仅是一次偶然照面，幼小的心灵便被那褐色的眼眸中的光芒所感动，从此死心塌地做朋友，好到一片饼干都要一人一半。

上小学时我和他为了省下门票钱买粘牙糖，极其英勇地翻墙进公园，在我被树枝钩破衣服不敢回家时，他很够哥们儿地陪我在街上逛了一夜。在我被父母找到罚关禁闭时，他折了好多小飞机、小青蛙、小纸鹤来哄我开心。

上了中学，他突然变得优秀，温文尔雅，谦和有礼。他得到了各种各样的荣誉，被好多女生称为“微笑天使”。他进了记者团、校乐队、尖子班。为了不落后，我也拼了命几天几夜不睡觉，硬挤进了记者团、校乐队、尖子班。

我骨子里并不是那么优秀的人，只是因为从小习惯了在一起，不愿和他分开。于是我三天两头跑去找他，物理怎么考也考不好啊，竞选班长又

输给了那个嗒兮兮老是双手捧脸眨着眼睛装可爱的女生啦。说不了两句就开始哭，眼泪鼻涕全往他T恤上蹭。他就摸着我的刘海，告诉我做广播操时，他前头的男生跳三尺高震得楼板上下颤抖，告诉我那个老穿黑色制服外号“老处女”的老师在办公室里穿了件大红的维尼棉袄，千方百计逗我笑。

直到暑假快过完时他来向我告别，在机场时他回眸冲我粲然一笑。那些在半空中奔跑跳跃的阳光突然纷纷聚集到他身边，在他周围荡漾出一圈圈晃动着琥珀色波纹。此时我才意识到这个“微笑天使”已经不是那个会为了一粒粘牙糖和我赌气半天的小男生了。

我望着他日渐硬朗的轮廓，成长路上这个优秀的他如今也将与我无关了。

### 凡此种种

当那些春去秋来的大雁扑扇着翅膀凌空而过时，我们已然成长。就如同家乡的小巷石桥、枕河人家、塔影钟声、深井落花，最终成了一座座拔地而起的摩天大楼。那些唱过的童谣、捕过的蝴蝶，也终于长久地湮灭于时光的罅隙里。那些听过的曲、看过的书、遇见的人、拥有过的梦想，仿佛一个讲不完的故事，断在了无尽的苍穹下。我不是归人，只是过客，那些刻骨铭心的成长，也终于在空白的瞬间，化成了一声轻叹。



当作者在一声轻叹中结束她的成长故事，我们却感到沉重。什么时候，我们不再赶鸭子一样把孩子赶上钢琴？什么时候，我们不再命令孩子议论那些信口开河的理想？如何让生命的成长充满泥土的厚重，雨水的轻灵？