



目 录

CONTENS

上 册

转换频道	李云良(1)
敢于说爱	洪 烛(3)
仰望太阳	霍华民(5)
夏季不浪漫	段正山(7)
走进风雨	邓 杰(10)
人生随笔	常 城(12)
扬起理想的风帆	刘春莹(21)
也许秋天	董玉明(24)
青春随笔(三则)	柳雁阳(28)
夏风得意	张世娟(30)
金 秋	蔡应律(33)
冬 趣	张艳姝(35)
星·月·雨·雪	老 铁(37)



夏 天·····	梁容若(40)
雨的乐章·····	罗 兰(45)
情感驿站(一)·····	孙 菁(51)
美丽,向人生持续·····	詹求源(58)
风 景·····	张 波(61)
思 念·····	残 红(63)
如果你是天使·····	张晓风(65)
望月不语·····	蒋 桅(68)
认识一个人,真好·····	雪人儿(70)
快 乐·····	金永先(72)
一路花香·····	栖 云(74)
等 待·····	颜丹妮(76)
注 目·····	龚后雨(80)





绿色寄语	王馥莉(82)
灯	皓 皓(84)
走进春天	段正山(86)
给今天起个好名字	祝 勇(89)
孤 树	姜 军(92)
想 念	逸 之(96)
春天感怀(外 21 篇)	于沛月(98)
白色尽头	卿 子(113)
心	圣 婴(117)
感觉今日	艾明波(119)
活得真实	佟可竟(122)
我认识一位歌手	王慧骐(124)
人所面对的世界	张绍民(126)

下 册

渲染幸福	杨 霖(129)
渴 望	馥 莉(131)



为这份情愫	庞天舒(136)
如果我能重新开始一生	爱玛·洛蒙贝克(138)
热爱生活的朦胧	克尔凯郭尔(140)
笑 声	达里奥(142)
因为我没有很多的钱	马超云(144)
雨后枫吟	邓 宇(146)
江南雨	白 莹(148)
一弯腰就是一生	蔺洪生(150)
哦,流行歌手	杨绍球(153)
秋冬恋歌	唐守智(155)
我喜欢	张晓风(157)
秋 颂	罗 兰(161)
挽住春天	阿 丹(164)





情寄深秋	郭 辉(168)
遥 望	金永先(170)
丛台踏雨	张新书(172)
深秋·深秋	蔡应律(176)
五月的平原	高维生(179)
一心开出美丽的花朵	周祥伦(184)
凝 视	霜 梅(189)
纯情之役——给斯人	易晓寒(192)
珍惜春天的玉兰	李克彬(194)
拥有真实	尚尔慧(196)
承诺太遥远	罗 兰(198)
爱,穿上了隐身衣	冯浩瑞(200)
相信爱情	翎 子(208)
最后一次相聚	阿 静(211)
LOVE STORY	石 灰(214)



穿透岁月	栖 云(219)
守望爱情	文 莹(225)
爱的奥秘	苏菲·泰尔(227)
关于我的爱情论文	何米娜(229)
缘分有时就在一刹那	天 舒(234)
无可奈何花落去	佚 名(243)



依此类推，一杯好茶，一餐可口的饭菜，一份纯洁的友谊，一次温暖的关怀，一个小小的成功，都是人生的幸福。



渲染幸福

○○……杨 霁

从小到大，我们总是生活在对不幸的过多渲染中。结果，我们处处提心吊胆，身心加上一份无形的负荷。自然，生活不可能时时丽日当空，但是，为什么我们只习惯渲染不幸，而不反过来渲染幸福呢？

印度诗人泰戈尔说：如果你错过太阳时流了泪，那么你就要错过群星。

的确如此，过多地渲染不幸，会使我们忽略身边的幸福。这对于我们来说是不利的。

我的孩子做了一点好事，我称赞她，她做好事的兴致更浓。

依此类推，一杯好茶，一餐可口的饭菜，一份纯



洁的友谊，一次温暖的关怀，一个小小的成功，都是人生的幸福。我们不妨渲染它，赞美它。常存这种心情，生活中的凄风苦雨算得了什么？

生活对于我们的公平度，完全取决于我们衡量生活的那把尺子。如果你不快乐，那是因为你的尺度不对。以快乐的心情渲染幸福，我们就真的拥有了幸福。

有一位音乐家，文革中被下放去农场劳动，十几年后重返乐坛，人们并未见他衰老多少，问他为什么，答曰：“我每天切草用的都是 $3/4$ 拍，怎么会衰老呢？”

渲染幸福，能使我们忘记不幸；渲染幸福，它是一种自我珍爱；渲染幸福，它是一种豁达的人生观。

我那妥善地藏匿了许久的心，从不轻易为谁而动摇的心，像冬眠后阳光缓缓地苏醒，愉快地等候，并祈求、祈求……



渴望

〇〇……馥 莉

(一)

因为心中有一种深切的渴望，我离开了有生以来就已经适应了的环境，到了一个在心中并不陌生的城市。

其实，我知道，对这座城市我从来就是陌生的。就如它从来不曾熟悉我一样。在花开花落，日出日没当中，陪伴我的只有自己的影子。

风花雪月也好，深沉凝炼也罢，总能顺着脚下所延伸向前的路走下去，一直向前，永不后悔。

因为心中有着渴望。



(二)

我在黎明中提起笔，笔尖在纸上流溢出一个个方块。

那是我心中的渴望。

外面是一场春雨，淅淅沥沥的。像意念当中某个人轻柔的步伐，在缓缓地向我靠近。

春天来了。

一种生命、一种气息，都在这时展示着它心中的渴望。

轮回的东西，大概属于永恒。或许，渴望也是永恒的，但不一定有永恒的渴望。

然而，手中的笔在稿纸上的流动，却渴望着永恒。

只要，还有生命。

(三)

在幼小心灵中就开始渴望的东西，已经实现了许多。而且，有些渴望的实现却还是心满意足的。虽然在表面上，有时并不承认。

比如我渴望离开家门，独自生活在远离父母的异地他乡；还比如我的文学能变成铅字，有读者给我写信；或者有男孩子的追求，有人送一朵玫瑰有人做一顿晚餐等等，这些曾经渴望过的东西，在某种程度上都成为现实。

虽然，在这个都市里，我总是来也匆匆，去也匆匆。但是，最初的渴望却没有改变。

(四)

在这个都市里，我曾经渴望一个人能永远做为我
的好朋友。可是，他却渴望我在未来的岁月里能成为
他的妻子，与他风雨同舟，长相厮守。因为他热烈的
渴望，我们最终连朋友也不是，成为彼此生命中的匆
匆过客。

原来，渴望也会给人带来终身的遗憾。

在所有的时候，渴望都可能会成为动力，但并不
都是美好的。

男人渴望永远守住年轻漂亮的妻子，处处限制她，
管制她，最终，妻子还是投入了别人的怀抱。女人希



望自己的丈夫辉煌腾达，前呼后拥，丈夫真正地出人头地时，却金屋藏娇移情别恋。

这种渴望的最终是永远的失去和痛苦。

我总是有太多的渴望。因此，我极少回家。因为，我害怕那种渴望的眼光，洞穿到我心灵的深处。自从踏入这个城市以来，它对我依然是陌生的。

我所渴望的东西并没有完全得到。

回到家，我渴望被人理解，但从未有人真正地理解过我。

因此，曾几何时，我淡漠了对家的渴望。

（五）

渴望在日子里慢慢地滋生、生长。成为现实的渴望，却变得平平淡淡。

都市的冬天曾显得十分憔悴和疲惫不堪。于是，总是渴望着百花盛开的春天。

迎春花要开了，春天终于来了。

既是希望的开始，也是又一个渴望的实现。

跟随岁月的步伐，我的渴望又开始回归，回归为

生活的现实之中。在一个接一个的渴望当中，我开始体味到了生活是最能改变人和磨炼人的东西。我经受了生活。所以，我对所有的渴望开始平静。但我并不减少渴望。

渴望总还是有的。没有渴望，又怎么会更有美好的未来呢？



你说，若有惆怅，就把它交给夕阳。但不知，心会不会被软软地烫伤？

为这份情愫

〇〇……庞天舒

酿酒季节

一定是在酿酒的季节，才把头伏到你的肩上。这个梦从此不曾醒来，窗里留外，飘满甜蜜的幽香。

你说，若有惆怅，就把它交给夕阳。但不知，心会不会被软软地烫伤？

爱情小锁

悬一把小锁，在心里。

花落季节，眼中没有凉凉夜雨。分别时候，就从这里上路，上路去。

让目光悄然保留记忆。当你我白发二丈七尺时，

再开启六月的声音，仍鲜如桃蜜。

风怯步时

风怯步时，干嘛不赤足扑向落日？这一刻，夜纷扬下披，会有一片潮湿的云，翻开手心，收去所有的色泽。

你倚山而立。微笑是滚荡天边的河。闭上眼眸，心不再说，却想穿过那座小桥，走近你，又怕跌落。

你哼起歌音低诉——

来吧，山不会陨，爱是套锁。

夏季

总有些日子没下雨了。

树也还绿，风也还干净。你抬起眼睛说，目光是晴空의 潮汐。那么，走上青青枝头，把自己解开来，在你的笑容里，度过这个——

弯弯曲曲的夏季。



我会有更多的爱情，也会有更多的遗憾……

如果我能重新开始一生

○○……爱玛·洛蒙贝克

如果我能重新开始一生，那我一定要对我传统的生活方式作出变更——我会邀请朋友来吃饭，即使地毯很脏，沙发很乱；

我会在考究的起居室里大吃“爆玉米花”，要是有人想生个火，我决不会计较满屋灰烬；

我会耐着性子，倾听老祖父唠叨他年轻时的事情；

严冬，我会穿着火红的裙子，赤足在雪地上——一边漫步，一边沉思；

盛夏，我再也不怕赤日炎炎——我会让阳光将我的全身灼得发痛；

我会背上我女儿的小书包，像天真的女学生，在亮晶晶的雨珠中欢笑、奔跑；

我会同我的孩子一起坐在草地上而全然不顾斑斑

草渍；

当粉红色的蜡烛燃尽之际，我会将它雕成一朵玫瑰花；

毫无疑问：我会更多地分担丈夫身上的责任；

如果我生了病，我就上床休息——我再也不会傻乎乎地认为：要是我卧床不起，家里会乱作一团，地球也不会旋转；

当我的孩子突然奔来吻我时，我再也不会说：“等等，先去洗个脸……”

我会有更多的爱情，也会有更多的遗憾……不过，有一点却可以肯定：如果我再有一次人生，我要让每分钟都充满了奇异又朴素的美。

