



上 册

心 祭	王 军(1)
无牵无挂的日子	小 满(7)
忧郁,并不是少女的一片阴云	冯 阳(10)
燃起一盏心灯	王 涛(13)
精神的报告	王建平(15)
童年冬趣	黄 帅(17)
穿过这片林子	杨亚琴(19)
漂过的诗行	陈 雁(21)
品味孤独	行为社(24)
给自己的心情放个假	哑 鹤(26)
走过去,不再有泪	佚 名(28)
让我许个愿	叶细细(31)
人生第一课	韶 华(36)





想 你	黄志清(39)
只因你伤心	西 羽(41)
走出梦的峡谷	魏 丹(46)
祝你平安	周莉花(50)
幸福的理由	杨 宇(53)
那条小街	于富强(56)
月 寄	王 薇(58)
告慰心灵的独白	羽 翎(61)
真正的男儿	林 锋(66)
如月心事	苏 南(69)
雨中的风景	王馥莉(71)
誓 言	王 晔(73)
超越生命的障碍	杰克·坎菲尔 马克·韩森(75)
活在今天	陈 村(81)
上釉彩的心情	罗 英(87)
对镜梳妆	向 琳(89)

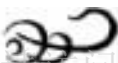




母爱的另一种解释	杜雪梅(92)
风箱情结	邵湘君(95)
空 白	秋 心(97)
玫瑰陷阱	张 佳(100)
将爱埋在心底	徐 风(104)
姐妹情深	费思·安德鲁斯·贝德福德(106)
子夜奇遇	王宏志(110)
龙湾人家	李 哉(112)
丑女孩的镜子	段 雨(116)
父 亲	罗伊·波普金(120)

下 册

从一个孩子身上学到的教训	拿破仑·希尔·克里曼特·斯通(123)
再没有“以后”了	米歇尔·福斯特(125)
第 一 次	李 楠(128)
秘密花园	李 耕(131)
站着说跪	全宪章(134)





一簇玉米棒·····	韩玉喜(141)
散步随想·····	杨林静(144)
弟弟的恋爱故事·····	小 钧(146)
异性朋友·····	绿 竹(149)
遗 憾·····	黄 帅(151)
幸 福·····	周洁茹(154)
雪落无声 雪落有声·····	田建宏(157)
一念之差·····	王馥莉(161)
褪色的蓝手套·····	孙立昕(165)
木棉花开·····	张冰辉(168)
脚 窝 儿 ·····	国 强(173)
葡 萄 园 ·····	郑春芳(179)
在我眼里在我心中·····	木 鱼(183)
茶里乡思·····	楚 儿(187)
生日散记·····	蔡怡琳(190)
我的出生地·····	姜 也(193)





一双新鞋·····	佚名(197)
一千颗弹珠·····	萨密斯·柯什尔(203)
诗人老铁·····	易晓寒(206)
冬天的故事·····	阿紫(208)
亲情·····	李晖玲(211)
大雨不回家·····	朱予飞(215)
那条小巷·····	贾秋琰(218)
体面的人·····	尼科德特(220)
听天由命·····	佚名(224)
工作的乐趣·····	阿瑟·克里斯托弗·本森(227)
哨卡·····	吴颢(232)
为父赠言·····	维佳(235)
永远的一课·····	杨格(237)
难忘的一课·····	吴也俊(240)





从一个孩子身上学到的教训

◎

拿破仑·希尔·克里曼特·斯通

有一个关于一位牧师的令人惊奇的小故事：他在一个星期六的早晨，打算在很困难的条件下，准备他的唠叨的讲道。他的妻子出去买东西了。那天在下雨，他的小儿子吵闹不休，令人讨厌。最后，这位牧师在失望中拾起一本旧杂志，一页一页地翻阅，直到翻到一幅色彩鲜丰收的大图画——一幅世界地图。他就从那本杂志上撕下这一页，再把它撕成碎片，丢在起坐间的地上，说道：

“小约翰，如果你能拼拢这些碎片，我就给你2角5分钱。”

牧师以为这件事会使约翰花费上午的大部分时间。但是没过10分钟，就有人敲他的房门。这是他的儿子。牧师惊愕地看到约翰如此之快地拼好了一幅世界地图。

“孩子，你怎样把这件事做得这样快？”

告慰心灵的独白

123





牧师问道。

“啊，”小约翰说，“这很容易。在另一面有一个人的照片。我就把这个人的照片拼到一起，然后把它翻过来。我想如果这个人是正确的，那么，这个世界也就是正确的。”

牧师微笑起来，给了他的儿子2角5分钱。“你也替我准备好了明天的讲道。”他说，“如果一个人是正确的，他的世界也就是正确的。”

这给予我们以很大的启示：如果你想改变你的世界，首先就应改变你自己。如果你是正确的，你的世界也会是正确的。这就是积极的心理态度所谈的全部问题。当你抱着积极的心理态度时，你的世界的一些问题在你面前便势必要低头。



当你抱着积极的心理态度时，你的世界的一些问题在你面前便势必要低头。



再没有『以后』了

◎

米歇尔·福斯特

说来也奇怪，当一个人生活中美好的东西遭到破灭以后，独自痛定思痛追忆往事之际，心中所想的，往往不是什么了不得的大事，而是一些当时看来微不足道以至被忽略了的小事。

此刻，当约翰·卡莫迪站在起居室窗前，面对窗外喧闹的街景时，就是这样一种心情。

令他难以忘怀的是大约两三个星期前的那个晚上，那时他从办公室里带回来一大摞写好了的股东年度报告草案，坐下来打算在吃晚饭前重新翻阅一遍。

刚看完一页，小女儿玛琪挟着一本绿色封面的童话书走过来对他说：“爸爸，您看！”

告慰心灵的独白

125





他抬头瞟了一眼,说,“啊,很好,是本新书吗?”

“是的,爸爸,”她说,“请您把书里的故事讲给我听听好吗?”

“不,亲爱的,现在不行。”他回答。

玛琪站在那里没走开。他又看了一个段落,玛琪那怯生生的,满带着希冀的童声又说起话来。

“可是妈妈说您多半会答应我的,爸爸。”

他从文件堆里抬起头来对她说:“对不起,亲爱的,我忙着呢,妈妈也许会讲给你听的。”

“不”,玛琪一本正经地说。“妈在楼上比你忙得多呢。您就给我讲这一个故事好吗?看——还有幅图画呢?看见了?多好看呀,爸爸!”

“对,很好看。”他说,“好啦,太漂亮了。可我今天晚上还得干活儿呢,过几天……”

玛琪久久地站在那里。随后,小女儿又央求了他好几次,他总是心不在焉地敷衍敷衍,答应“以后”有空一定给她讲。

然而她仍然没有走开,不声不响乖乖地站在那里。过了好久,她把书放到他脚边的小凳子上,说:“好吧,您什么时候有空就讲给自己听吧,不过声音要大些,让我也能听得见。”

如今女儿已离开了人世,他那用爱心为女儿设想的一切都已成为泡影,他什么也不愿想了。一时间甚至对那个喝得半醉开车撞倒他女儿的混小子(这家伙已被判刑蹲了监狱),也忘却去痛恨了,女儿的音容笑貌占据了他的整个思想,他

仿佛又看到那个彬彬有礼的小女孩怯生生地用小手碰碰他，对他说：“您就讲给自己听吧，不过声音要大些，让我也能听得见。”

墙角的桌子上堆放着玛琪的一些玩具，那本书现在就放在那里。他拿起书，翻到有漂亮图画的那一页，朗读起那篇故事来，然而极度的痛苦使他的嘴唇变得僵硬。

这时，他的妻子已穿戴整齐悄悄地来到房门口。她脸色苍白，强忍着悲痛，用尽量和缓的声音招呼他一起去参加玛琪的葬礼。

可是他竟浑然不觉，他正在读那篇故事：

“很久以前，有个小姑娘，她住在黑森林里一幢樵夫的小屋中。她长得很美，使枝头的小鸟都为了看她而忘记了鸣唱。有一天……”

他在读给自己听，但声音大得让她也能听得见。没准儿她还真能听得见呢！

告
慰
心
灵
的
独
白

127



他那用爱心为女儿设想的一切都已成为泡影，他什么也不愿想了。



第 一 次

◎
李
楠

我是高度近视眼，属于摘下眼镜，看所有东西都月朦胧、鸟朦胧的那种。

戴上沉甸甸的眼镜有一个最大的好处，就是看起来有学问。表妹原先就时常扶胸赞叹：“得看多少书才能得到这份荣誉啊！”叹得我心里暗自高兴，然而不知为什么，近来人们的审美观骤然改变，嘴边出现了一个使用频率极高的字“酷”。表妹看见我时也变得更加“激动”，常常是张大了嘴巴半天蹦出一句“怎么还是那么呆”！就连那几个“铁哥们”也开始对我敬而远之，多次劝我更换“行头”。其实，我也不是不想“酷”，但如果摘下近视眼镜的话，走到大街上，我随



时随地都有可能就地卧倒，那时候，恐怕就不是“酷”而是“惨”了。

幸有友人指点迷津：配一副隐形眼镜不就得了。

我大悟，遂死缠烂磨地劫了妈妈一笔，跑到街上配了一副。眨眨眼，我大吃一惊，——鼻梁上毫无负担，眼前却依然明亮如“故”。又戴上太阳镜，在闸河路左顾右盼吹口哨遛了两个小时后，吸引了别人诧异的目光后，才心满意足地到一位友人处继续展示。

朋友也为我的新形象而高兴，留我吃饭。由于兴奋，我喝了几杯酒就躲在人家床上睡着了。谁知醒来便觉得不对劲，看什么都是双影，好几次摸门把都摸不着。“没事，可能是度数不合适，明天换。”我安慰自己。

回家后，表妹很是高兴，认为我已初步具备了“杀手”角色。

晚上十点睡觉，我得把隐形镜片取出来，泡在药水里。谁知左眼的顺利取出来，泡在药水里了，右眼的却怎么也搞不下来。表妹也来帮忙，捏、掐、捅，各种招法用尽，眼睛被折腾得全是红丝——仍然一无所获。表妹急了，顺手抄起一支镊子就往我眼里刺，吓得我忙挡住她，说：“算了，算了，还是明天去医院吧……”

第二天起床，照镜一看之下我就惊呆了——镜子里的我分明是一头“变异熊猫！”这时，朋友打来电话：“你的一只隐形镜片掉在我家床单上了，都干成一个小卷卷了！”

我瞪着通红的眼睛暗自庆幸起来：昨晚幸亏没有镊子，要不就真“酷”了，而且“酷毙了耶！”



戴上沉甸甸的眼镜有一个最大的好处，就是看起来有学问。





秘密花园

◎
李
耕

一个星期前，女儿卡罗琳打电话过来，说山顶上有人种了水仙，执意要我去看看。此刻我在途中，勉强地赶着那两个小时的路程。

通往山顶的路上不但刮着风，而且还被雾封锁着，我小心翼翼，慢慢地将车开到了卡罗琳的家里。

“我是一步也不肯走了！”我宣布，“我留在这儿吃饭，只等雾一散开，马上打道回府。”

“可是我需要你帮忙。将我捎到车库里，让我把车开出来好吗？”卡罗琳说，“至少这些我们做得到吧？”

“离这儿多远？”我谨慎地问。

“3分钟左右，”她回答我，“我来开车吧！我已经习惯了。”

10分钟以后还没有到。我焦急地望

告
慰
心
灵
的
独
白

131





着她：“我想你刚才是说3分钟就可以到。”

她咧嘴笑了：“我们绕了点弯路。”

我们已经回到了山顶上，顶着像厚厚面纱似的浓雾。值得这么做吗？我想。

到达一座小小的石筑的教堂后，我们穿过它旁边的一个小停车场，沿着一条小道继续行进，雾气散去了一些，透出灰白而带着湿气的阳光。

这是一条铺满了厚厚的老松针的小道。茂密的常青树罩在我们上空，右边是一片很陡的斜坡。渐渐地，这地方的平和宁静抚慰了我的情绪。突然，在转过一个弯后，我吃惊得喘不过气来。

就在我的眼前，就在这座山顶上，就在这一片沟壑和树林灌木间，有好几英亩的水仙花。各色各样的黄花怒放着，从象牙般的浅黄到柠檬般的深黄，漫山遍野地铺盖着，像一块美丽的地毯，一块燃烧着的地毯。

是不是太阳倾倒了？如小溪般将金子漏在山坡上？在这令人迷醉的黄色的正中间，是一片紫色的风信子，如瀑布倾泻其中。一条小径穿越花海，小径两旁是成排的珊瑚色的郁金香。仿佛这一切还不够美丽似的，倏忽有一两只蓝鸟掠过花丛，或在花丛间嬉戏，她们品红色的胸脯和宝蓝色的翅膀，就像闪动着的宝石。

一大堆的疑问涌上我的脑海：是谁创造了这么美丽的景色和这样一座完美的花园？为什么？为什么在这样的地方？在这个荒无人烟的地带？这座花园是怎么建成的？

走进花园的中心，有一栋小屋，我们看见了一行字：

我知道您要什么，这儿是给您的回答。

第一个回答是：一位妇女——两只手，两只脚和一点点想法。第二个回答是：一点点时间。第三个回答：开始于1958年。

回家的途中，我沉默不语。我震撼于刚刚所见的一切，几乎无法说话。“她改变了世界。”最后，我说道，“她几乎在40年前就开始了，这些年里每天只做一点点。因为她每天一点点不停的努力，这个世界便永远地变美丽了。想象一下，如果我以前早有一个理想，早就开始努力，只需要在过去每年里每天做一点点，那我现在可以达到怎样的一个目标呢？”

卡罗琳在我身旁看着，笑了：“明天就开始吧。当然，今天开始最好不过。”

告
慰
心
灵
的
独
白

133



如果我以前早有一个理想，早就开始努力，只需要在过去每年里每天做一点点，那我现在可以达到怎样的一个目标呢？





站着说跪

◎

全
宪
章

刚出生时成天躺着，然后学会爬，再后来由父母扶持着站起来，跌跌撞撞学会走路，抽个空坐下来就觉得挺舒服。上学时看小人书，见古人席地而坐却不像坐，像什么？稍大一些的孩子说，那叫跪。不对，老人们纠正说，古人两膝着地，臀部压在脚跟上，就叫坐；伸直了腰股才叫跪。记住，人是不能乱跪的。但古人那既像坐又像跪的姿势一定不舒服。我一直这样想。

长大后，脑子越来越复杂，便对自己和别人一天中的各种姿势有了评价。除了站和走，哪一种最舒适？当然是躺着最安逸。躺下时身体的各部分一律平等，谁也别想压迫谁。全身放平，脚就解