



目 录

CONTENS

上 册

朋友是好书	王泽民(1)
迷惘的天空	邵馨颖(5)
做人要有位置感	刘继青(7)
小 溪	杨 沫(10)
趵突泉的欣赏	老 舍(13)
炎樱语录	张爱玲(16)
人生像一首诗	林语堂(19)
脚走出来的路	泰戈尔(22)
海明威的受奖演说	海明威象愚 译(25)
欲言又止	佚 名(27)
久雪后天风寒甚作歌	胡 适(29)
往 事	冰 心(32)
草	张艳姝(35)



生命的雷区·····	张丽钧(37)
我们是祖国忠实的船员·····	吕 林(39)
人贵自知·····	韩 文(41)
人生,一次·····	黄卫东(43)
年轻,无权享受·····	罗 西(45)
品味白开水·····	李向明(47)
苏格拉底的证明·····	佚 名(50)
第二落点·····	佚 名(52)
远离谎言·····	王 珍(54)
感 动·····	曾 莉(59)
你也能成功·····	佚 名(61)
不求报答·····	如 斯(66)
无须崇拜·····	任惠敏(69)





人生如茶·····	余玉奇(73)
药的哲理·····	张绍民(75)
友情,心灵之默契·····	陈敬容(82)
皮尔彭特:铃儿永远响叮当·····	王尔山(86)
铁钉烧汤·····	佚名(90)
先知·····	纪伯伦(94)
听的艺术·····	皮特森(101)
坚守着的美·····	文乾义(103)
悠然享受寂寞·····	佚名(107)
仰望太阳·····	霍华氏(110)
有志竟成·····	佚名(112)
活着·····	叶倾城(116)
只要信心不被打碎·····	阿健(118)

下 册

枫树的启示·····	王哲夫 译(121)
骑自行车的中国人·····	林希(124)



我为什么喜欢听假话?	贾鲁生(128)
美	泰戈尔(132)
音乐感怀	陶 纯(135)
石阶与船	朱文颖(138)
瘾君子	董玉明(142)
人的信念	邦达列夫(147)
碎瓷片	贝蒂·B·扬斯(150)
新年的钟声	佚 名(153)
故事三则	格 林(155)
生财有术	都 文(162)
犹太人的智慧	马文·托卡雅(167)
黄玫瑰的心	冯观富(170)
有善缘的石头	颜如玉(174)





施氏与孟氏	佚名(177)
握住日子的精彩与美丽	陈大明(180)
贝壳项链	杜梅(182)
在爱的枝头栖息过	梅雨(194)
人在考季	王玲(200)
长发长,短发短	桑辛(203)
有个傻瓜爱过你	雍如佩(207)
我只在乎你	赵白玉(214)
永不冰冻的爱情	吴琬儿(219)
我的爱情自白	郑晓莺(224)
爱的资本	若云(226)
奢侈是到山下去看树	李骏(231)
读书	辛愚圣(235)
爆米花的老人	苏南(241)
这时,宗教感觉也重要	董桥(243)



对待不幸，要有一个清醒而客观的全面认识，尽量抛掉那些怨恨、妒忌……情感负担。



枫树的启示

○○……王哲夫 译

由于经济破产和固有的残疾，人生对我来说已索然无味了。

在晚冬的一个晴朗日子，我找到了杰克逊牧师。他现在已疾病缠身，去年脑溢血彻底摧残了他的健康，并遗留下右侧偏瘫和失语等症。医生们断言他再也不能恢复语言了，然而仅在病后几周，他就努力学会了重新讲话和行走。

他耐心听完了我的倾诉。“是的，不幸的经历使你心灵充满创伤，你现在生活的主要内容就是叹息，并想从叹息中寻找安慰。”他闪烁的目光始终燃烧着我，“有些人不善于抛开痛苦，他们让痛苦缠绕一生直至幻灭。但有些人能利用悲哀的情感获得生命悲壮的感受，并从而对生活恢复信心。”

“让我给你看样东西。他向窗外格去。那边矗立着



一些旧的粗绳索。他说：“60年以前，这儿的庄园主种下这些树卫护牧场。他在树间牵拉了许多粗绳索。对于幼树嫩弱的生命，这太残酷了，这创伤无疑是终身的。有些树面对残忍现实，能与命运抗争；而另有一些树消极地诅咒命运。结果就完全不同了。

他指着那棵被绳索损伤已枯萎的老树，“为什么那棵树毁掉了，而这一棵树已成为绳索的主宰而不是其牺牲品呢？”

眼前这棵粗壮的枫树看不出什么可怕的疤痕，所看到的是绳索穿过树干——几乎像钻了一个洞似的，真是一个奇迹。

“关于这些树，我想过许多。”他说，“只有体内强大的生命力才可能战胜像绳索造成那样终身的创伤，而不毁掉这宝贵的生命。”沉思了一会后，他说：“对于人，有很多解忧的方法。在痛苦的时候，找人倾诉，找些活干。对待不幸，要有一个清醒而客观的全面认识，尽量抛掉那些怨恨、妒忌……情感负担。有一点也许是最重要的，也是最困难的：你应尽一切努力愉悦自己，真正地喜爱自己。”

他再次向那些枫树望去，沉思了一会。“如果我们

122 能在遭遇苦难时聪明一些，使精神创伤迅速地成为过

去，将不幸视为生命的一部分，接受它，绳索是不会胜利的，尽管它还缠在我们身上。”“谢谢你，我将这样去尽力。”我站起身，紧紧地握住他的手，我受益匪浅，对于生命，我获得了一些新的理解，而对于苦难，也有了一个更深的认识。

当我驱车沿山谷而下时，我再次一瞥那些挺拔的枫树，关于生命，它们有多少感受可以向我们讲述
.....



如果说中国文化曾在“净”与“静”的境界中探索人性，那么中国人创建的自行车文化却是在前进与辛劳中拥抱世界与未来。

骑自行车的中国人

○○……林 希

她是我们中间的一个，一个骑自行车的中国人。

我从来没有看见过她的面容，是清秀、是俊美，或者是妩媚生动；她总是从我的背后缓缓地跟上来，漫过我的肩侧，又从容地蹬车而去。我因看到坐在她自行车后架上不足三四岁的女儿，断定她多不过 30 岁的年纪。她身材消瘦，高高的个子，本来似曾有过一身使不完的劲，但终究劳累了，她的背影显出疲惫。

清晨，从来是沉浸着紧迫的气氛，整个城市的每一条街道都似一根根绷紧的琴弦，车辆、行人如音符般跳跃而过，生活的节奏似欢快、热烈的快板。她骑

124 着车子，沿着每天上班下班必经的熟悉道路奔驰而去。

鼓鼓滚圆的书包耷在车把上，一个尼龙网兜里装着大小两个饭盒，这大概和我们每一个人一样，大饭盒里是米饭、小饭盒里是素菜。

她蹬着车子，目光凝视着远方，头昂着，上身向前倾斜。有一次我看见她一面蹬车一面吃早点，今早该是太匆忙了，她还想着身后的女儿，不时地从衣兜里掏出饼干回手向背后送去。她还轻声地吟唱着儿歌，那是托儿所阿姨教孩子们唱的儿歌，女儿听着儿歌自然乖多了，向妈妈保证今天不淘气。

我目送她向前驶去，我知道还有一天的劳累等着她：她是一个女工，她要去开动机器；她是一位会计，还要和枯燥的数字共度8小时的时光；也许她是位炊事员，要去为千百人烧饭；或是位护士，要为病人减轻痛苦。但此刻她是一个骑自行车的中国人，时间追赶着她，她的家庭；大半就在这辆自行车上，缓慢地，沉重地，疲惫地行进着。可惜她行进的里程只能在同一的距离内无数次重复，否则记录世界之最的书籍会发现她是世界上背负着一个家庭行路最长的女人，她将成为一位明星。



她自然没有思索过那么多，她做的是她能够做的一切，是她应该做的一切，尽管未必是她愿意做的一切。一天，一个同龄男子和她并肩骑车走着，我听见一路上她不停地抱怨，从家务劳动，丈夫的懒惰，婆婆的刁钻，到工作单位的是非纠纷，领导的不公，最后自然是菜贵和肉贵了蛋贵了，其中有许多甚不文雅的用语。男子默默地听着，他们还是缓缓地向前奔去，丝毫也没有因满腹牢骚放慢脚步。我料定到了工作单位她会立时忘掉一路上的怨气，投入工作，又是一个充实的劳动日。

平静的岁月也难免有几天骚扰的日子，突然间掀起了一股抢购风。我知道她没有多少积蓄，她自然也不愿为多添置一条备用的毛毯而去挤商场围柜台。她还是在同样的时间，以同样的节奏，骑着自行车漫过我的身边，消失在人的洪流里，人的洪流正披着朝霞涌动。

远远地望着她在人流中时隐时现的背影，使我这个对于个人生命价值有清醒认识的人感到羞渐，尽管

126 我自知无论我如何奋斗都不可能使她在未来的后半生

中不再骑自行车，而拥有一辆私人小汽车，但她如此不轻松地骑自行车追赶生活，总是有我们对她没有尽到责任的地方。我怕 10 年、20 年过去，直到成为一个老太婆还是抱怨着、骑着笨重的自行车，追赶着总也追不上的希望和憧憬。

外国人说中国是自行车的王国，但他们无法理解骑自行车的中國人在创建着怎样的生活。我们辛劳，有时几乎是疲于奔命，生活有些艰难，大家又苦于总也没有想出更好的办法。但骑自行车的中国人依然在前进，而且在相互揭示不要忘记自己肩负的社会责任。如果说中国文化曾在“净”与“静”的境界中探索人性，那么中国人创建的自行车文化却是在前进与辛劳中拥抱世界与未来。

她是我们中间的一个，一个骑自行车的中国人。



灵魂萎缩的人，从骨髓里厌恶真实，如同一个丑女人对镜子的厌恶。

我为什么喜欢听假话？

○○……贾鲁生

管一个镇。到村里检查春种情况。公路旁边的地，苗齐苗壮。村干部汇报说超额完成了镇上规定的种植计划。他当众给予表扬，并奖励了几吨化肥。私下里，他对村长说：“驴粪蛋子表面光，你别想蒙我了。”当作，对上面的汇报，依然如故。

有人说真话，但没敢签名，冒他的名，以第一人称的方式写了篇《忏悔录》，投寄到上面——

灵魂萎缩的人，从骨髓里厌恶真实，如同一个丑女人对镜子的厌恶。

偶尔，我也面对真实的镜子，看看自己到底是什么东西——

脏的皮肤的表层爬满了寄生虫，苍老的面容上横七竖
八的皱纹如同被污染的江河，秃顶上几根稀疏的毛发
如同被毁灭的森林，满身腐败的疥疮流着脓血，眼球
里布满了贪婪的血丝，龇牙咧嘴的一副残暴的样子

.....

然而，经过假话的修饰、美容之后，我就变成了一个
无与伦比的宇宙的巨人，潇洒，富有，脉管里奔
腾着祖先的粘稠的血液，炯炯闪烁的一双遥望未来的
眼睛，一颗具有设计天堂的智慧的头颅，坚实的脚步
走在人类的最前列.....

我的颂歌，我的梦幻，我的鲜花，我的笔挺的西
装和锃亮的皮鞋，我的涂抹了黄油的面包，我的美酒
加咖啡，我的甜言蜜语的情人，假话，我爱你！

我知道，投入我的怀抱的假话是对我的欺骗，如
同淫妇的忠贞和爱情的表白。

为什么要戳破它呢？

你尽管相信那强壮是真实的，那美貌是真实的，
那梦幻是真实的，那甜言蜜语是真实的，你尽管相信
一只老鼠尽心尽责地看守粮仓、一只狐狸待人接物忠



厚真诚……

戳穿了谎言对你有什么好处呢？

九侯戳破了商纣王的谎言结果被剁成肉酱，屈原戳破了楚怀王的谎言结果被迫投江身亡，司马迁戳破了汉武帝的谎言结果被阉割了……

无论对在上的谎言还是对在下的谎言，都不要戳破。戳破谎言就要讲真话，讲真话就是犯上作乱，有一个算一个，讲真话的都没有好下场！

我只看历史不看现实。如今是讲真话的时代，虽然假话暂时还有一定的市场，但说假话的人最终是没有好下场的。

林彪说假话，“四人帮”说假话，怎么样？

时代成熟了，人类的上空阳光普照，谁也不能欺骗历史，谁也不能欺骗大众。

可是像我这种人，依然对假话抱有幻想：你把在下的试图靠说假话得到的一切给予他们，你就能够用假话从在上的那儿得到你所需要的一切。

我喜欢对上面说假话，所以也喜欢听下面对我说假话。因为假话中所说的一切都是我需要的。

我为假话开庆功会，为假话剪彩，为假话颁发勋章，为假话树碑立传；和假话调情，正如我和荡妇淫女调情一样。

由于生理和心理萎缩，我失去了创造的智慧，失去了追求的勇气，失去了青春的基因，干不成任何真实的事情，只有以假当真，调调情，过过嘴瘾。



完美地认识了真理，人的目光才纯净，心灵才圣洁，才能不受阻挠地看见世界各地蕴藏的欢乐。

美

○○……泰戈尔

夕阳坠入地平线，西天燃烧着鲜红的霞光，一片宁静轻轻落在梵学书院娑罗树的枝梢上，晚风的吹拂也便弛缓起来。一种博大的美悄然充溢我的心头。

认识到真实的美，美的崇高，不是件容易的事。我们摒弃许多东西，把许多厌烦的东西推得远远的，对许多矛盾视而不见，在合乎心意的狭小范围内，把美当做时髦的奢侈品。我们妄图让世界艺术女神沦为婢女，羞辱她，失去了她，同时也丧失了我们的福祚。

撇开人的好恶去观察，世界本性并不复杂，很容易窥见其中的共和神灵。将察看局部发现的矛盾和形变，掺入整体之中，就不难看到一种恢弘的和谐。