



目 录

CONTENS

上 册

我为什么生活	伯特兰·罗素(1)
返青你的新生希望	薛晓赤(3)
责任的呼唤	国振东(5)
超 越	关庚寅(7)
朋友,抬起你的头	王伟忠(9)
感谢你的敌人	刘燕敏(11)
感激磨难	昌 建(13)
朋友,走好!	艾明波(16)
你就是一道风景	胡西淳(18)
给我一点水	张晓风(21)
要先对别人说:你好!	詹妮/译(23)
渴望流星	朱丽香(25)
那一片热土	陈古勇(27)



远远地欣赏·····	韦桂君(29)
谢 天·····	陈之藩(31)
不再泪洒天堂·····	范俊逸(34)
黄 昏·····	何其芳(37)
没有信誉就没有生存·····	叶 公(39)
诚实的报答 ·····	曹庆五/译(43)
给予树 ·····	郑恩恩/编译(44)
心中的太阳 ·····	T·史蒂根 放心 译(47)
与自己相处·····	刘 敏(50)
大地震颤溶入我的心律·····	泰戈尔(53)
背 影·····	三 毛(57)
论解嘲·····	林语堂(73)
给生命一份坚实的承诺·····	刘 媛(77)





在生活面前·····	高尔基(85)
腊八粥·····	冰 心(89)
海 燕·····	高尔基(92)
论辩的魂灵·····	鲁 迅(95)
打 假·····	王贵安(98)
永远的内疚·····	方 方(100)
那一年,我 18 岁·····	王寿斌(103)
悬崖上的草莓·····	佚 名(107)
花生的秘密·····	佚 名(110)
王子落难记·····	颜如玉(112)
没有错误,只有教训·····	许兰贞/编译(114)
宰相肚里能撑船·····	佚 名(117)
选择坚强·····	大 卫(120)
自尊无价·····	李长胜(124)
年 龄·····	如 斯(126)



下 册

生命中美的时刻	格拉迪·贝耳(129)
人生不售回程票	张玉庭(132)
尝 试	鲁先圣(134)
与众生共命	陈幸惠(136)
人生的 5 枚金币	林 夕(141)
永不消失的地平线	林 夕(144)
我的灵魂劝导我	纪伯伦(148)
学会忏悔	黄小名(150)
给自己一个舒心的微笑	冯 莉(153)
我们不向别人借贷历史	泰戈尔(157)
片 沙	凸 凹(160)
沙的故事	奥 修(164)
一加一大于二	大 豆(167)





“一滴智慧”改变一生	佚名(169)
学无止境	斯坦伯格(171)
智者的四句箴言	曾奇峰(174)
女人的魅力	索菲亚·罗兰(176)
惶惶不可终日	约翰·尼科尔(184)
形象何物	高原湖(186)
你上网了吗	魏美霞(190)
当我再次遇到他	梁婷(196)
无星的夜空	杜一丁(211)
相望的树	雪人儿(213)
以往片段(外一章)	陈勇(215)
我喜欢	胡晓昂(218)
爱情、忠诚	苏霍姆林斯基(220)
生命的绝唱	钟雪灵(223)



激流勇退	湘 儿(226)
生死之恋	江 迅(229)
爱情信风	大 卫(234)
此情可待	刘 佳(237)
真爱无输赢	冬 子(243)



生命在活动，地球在旋转，江河在奔流。这就是生命，这就是最美好的时刻。



生命中美的时刻

○○……格拉迪·贝耳

人，在他的一生中有一段最美好的时刻。

记得我的这一时刻出现七八岁那一年。那是一个春天的夜晚，我突然醒了，睁开眼睛，看见屋子里洒满了月光。四周很静，没有一点声音。温暖的空气里充满了梨花和忍冬树丛发出的清香。

我下了床，轻手轻脚地走出屋子，随手关上了门。母亲正坐在门廊的石阶上，她抬起头，看见了我，笑了笑，一只手拉我挨着她坐下，另一只手就势把我揽在怀里。整个乡村万籁俱寂，临近的屋子都熄了灯，月光是那么明亮。远处，大约一英里外的那片树林，黑压压地呈现在眼前。那看门狗在坪上向我们跑来，舒服地躺在我们脚下，伸展了一下身子，把头枕在母



亲外衣的下襟。我们就这样等待了很久，谁也没说话。

然而，在那片黑压压的树林里却并不那么宁静——野兔子和小松鼠、负鼠和金花鼠，它们都在那儿奔跳、欢笑；还有那田野里，那花园的阴影处，花草树木都在悄悄地生长。

那些红的桃花，白的梨花，很快就会飘散零落，留下的将是初结的果实；那些野李子树也会长出滚圆的、像一盏盏灯笼似的野李子，野李子又酸又甜，都是因为太阳烤炙的，风雨吹打的；还有那青青的瓜藤，绽开着南瓜似的花朵，花朵里满是蜜糖，等待着早晨蜜蜂的来临，但是过不了多久，你看见的将是一条条甜瓜，而不再是这些花朵了。啊，在这无边无际的宁静中，生命——这种神秘的东西，它既摸不着，也听不见。只有大自然那无所不能、温柔可爱的手在抚弄着它——正在活动着，它在生长，它在壮大。

一个八岁的孩子当然不会想得那么多，也许他还不知道自己正沉浸在这无边无际的宁静中。不过，他看见一颗星星挂在雪松的树梢上时，他也被迷住了；

当他听见一只夜莺在月光下婉转啼鸣时，他心里有一

种说不出的高兴；当他的手触到母亲的手臂时，他感到自己是那么安全、那么舒坦。

生命在活动，地球在旋转，江河在奔流。这一切对他来说也许是莫名其妙的事情，也许已经使他模糊地意识到：这就是生命，这就是最美好的时刻。



有志者们用出色的拼搏装点着青春，感受到了青春
春的亮丽。

人生不售回程票

○○……张玉庭

“来去匆匆，忘了感受。”

这是一句著名的诗，它表达了一种深深的遗憾：
想感受时才发现错过了机会，而有机会时又偏偏忘了
感受！

不妨让我们看看某些“风流倜傥”的年轻人，他们特别奢侈，虽然自己挣不了几个钱，挥霍起父辈的钱财来却颇为“慷慨”；他们明明是不爱学习的精神“乞丐”，却偏要学着金钱“贵族”的样，呼朋引伴，在酒店里吆五喝六地猛喝！在舞厅里昏天黑地地猛跳！在牌桌上日以继夜地猛玩！他们觉得挺潇洒，他们笑得挺轻松，却全然不知自己正在白白地浪费着人生的



自然，等到把青春挥霍完了，他们才突然发现：
自己一无所有！

他们挺后悔，因为他们终于恍然大悟：有志者们
用出色的拼搏装点着青春，感受到了青春的亮丽；可
自己用没完没了的玩乐演绎着没完没了的浅薄！

有志者们的生活很充实，有志者们的笑很灿烂
——人家丰收了，成功了，凭什么不笑！可自己过得
轻飘飘的、空洞洞的——没有丰收，没有辉煌，即便
能笑，那笑也是平庸的，苍白的，肤浅的！

啊！青春真美！春天真美！可自己偏偏忘了感受
青春！偏偏忘了在春光里播种！

真想再年轻一次！可是，人生已不再售回程票！

什么叫后悔？这就是后悔！

那么，我亲爱的青年朋友，您有没有白白地挥霍
过自己的青春？

想不想笑得美点？那就记住，空洞洞的笑肯定不
美！

千万别为了玩得开心才活着！生活中有的是比玩
更重要的内容！



所有失败的人，都是半途而废、浅尝辄止的人。
所有成功的人，都是屡挫屡奋、百折不挠的人。

尝 试

○○……鲁先圣

尝试在物理学上就是试验，一种事物的结论究竟如何，去做一下试验，一切就明白了。

如果不去做试验，就永远都不可能知道事物的本质是怎么回事。

在天文学上，尝试就是探索。地球以外究竟还有没有生命，有没有文明，惟一的办法是离开地球去太空探索。

任何一个成功的杰出的人生，都是在尝试中度过的。

尝试首先是一种自信。一件事情还没有去做，谁也不知道困难程度有多大，会有多少预料之外的事情要发生，这就要有绝对的自信，相信自己有能力克服

尝试最重要的是勇气。面对未知的领域，毫不畏惧，勇往直前。一件事情还没去做，就被设想的一大堆问题吓倒了，这是懦夫。所谓狭路相逢勇者胜，勇气永远是胜者的助手。

尝试最大的敌人是半途而废。科学界的人们都信奉这样一句话，失败一万次之后的那一次是成功。这一万次，就是一万次尝试。事实上，成功往往就深藏在你无数次失败、将要忍耐坚持不住、就要退却的地方。你距成功只有一步之遥了，但你却只看到一路上无数次的尝试失败，所谓功亏一篑就是这个道理。

尝试使我们发现利用自己生命中那些优秀的潜能。每一个人的生命中都潜藏着许多连自己也不知道的能力，如果不去尝试，这些能力永远也没有机会大放异彩。只有去大胆尝试，这些一个个优秀的品质才会脱颖而出。这个时候，最惊奇的是我们自己：原来我有这么多优秀的素质！

所有失败的人，都是半途而废、浅尝辄止的人。
所有成功的人，都是屡挫屡奋、百折不挠的人。

尝试，一种铸造卓越与杰出的人生方式。



一个天机畅达，追求生命至理的人，其最高境界不是自登极乐，而是重回尘世，与众生共命，此即所谓己立立人，已达达人。

与众生共命

○○……陈幸惠

轻微的剥啄之后，我终于无声地推开那扇木门，走进了芭蕉上人的世界。

苍灰清寂的小屋里，即使在接近正午的时刻，也依然充满破晓的情调。

正在蒲团上结伽趺坐的上人，想必已结束了他每日的功课，双目垂闭，无所旁骛，一派心定气闲、平和专注的样子。

10年岁月的轮转，并不曾在他舒展的眉间、清瘦的脸上，留下任何征服的辙痕；不，应该说，10年流光，只是溶溶漾漾、吹不皱满塘春水的一阵清风，拂

过他无所窒碍的胸怀，在他原有的安详宁静中，更添

注了一点坚忍刚毅与宽容悲悯的成分罢了。那是一种足以使顽石点头的温和强大的力量，也是一种即使面对众生苦难，也都能深情拥抱的慈悲与勇敢。

我想起自己心头那点小我的迷惑与烦恼，不禁陡然澎湃起一片若有所悟的感动；曾经执着盘踞在心的伤痛与酸楚，遂不觉在面对上人的时刻，裂成微不足道的碎片，煎沸成热泪，颗颗自颊间滚落下来。

因为，生命自身，本无风雨；若有，那边只是自己修养工夫不够罢了，除了当下反求诸己、另创新境之外，还有什么可说的呢？

而举世炎炎，众生颠倒沉迷，上人之所以自那一片混乱的火热中退出，除了去追求一个自觉生命的完成之外，或许，他的初衷也只是要将自己，化为一片清凉，去消弭若干焦躁生烟的苦热呢？成佛成圣先成人，如果从这样的角度来看，则上人在众人皆醉之际，独苦苦追求一个绝对清醒独立的生命，又何尝不是一种积极人世的情怀呢？

然后，我十分惊讶地瞥见，上人那张散发乌黑光泽的书案上，竟整齐地叠放着一套线装“四书”，和一



部《阳明传习录》。满室佛书宝卷之中，竟有如此风格不类的经典，伴随这位闭门深山的异人，倒真使人有几分意外了。我翻开那密密圈点、细加批注的扉页，赫然一段文字映现眼前——

……儒家学问乃生命之学问，力行之学问，而非供人以为概念式的分析之用。

……认同中庸，则不致偏激；认同大学，则不会做小人；认同孟子，方能具大丈夫之气概；认同孔子，则必可培育出知其不可而为之的救世襟怀。

……一个天机畅达，追求生命至理的人，其最高境界不是自登极乐，而是重回尘世，与众生共伞，此即所谓己立立人，已达达人。因为，天下事乃天下人分内事，世间忧患不解，不安不真不善不美之种种不圆满未除，则任何人皆不可自外于此重任也。

……

我从那墨痕淋漓、机锋四出的楷书批注中，无限感动地抬起头，却只见淡淡的光影，如一束柔缓垂注的瀑布，正自上人身后的天窗披泻下来，无声地冲击

在他肩上，然后轻轻溅洒散开，仿佛形成一圈朦胧但

却华严的光环；而上人端凝静坐的形象，便嵌在光环中央，使人产生道成肉身、肉身成道的联想。

虽然，我不能探知，上人由当年的静藏内敛，自乐其道的淡然，到如今心生“与众生共命”的深情大愿，其中是如何山山水水的一段历程？而“与众生共命”这样悲悯浩瀚，更上层楼的境界，又如何可求？但仔细想来，人生诸境，但肯尽心去做，又如何不可求呢？更何况上人是如此忠于自我，富于实践精神的一个人。

我默然伫立良久，再度环顾小屋一眼，终于合上书册，诚恳地在心底为上人祈福，然后悄然离去。

我毫不犹豫地离开上人的幽居，正如我不辞辛苦，跋涉登山来寻求真理与启示一样，具有同样的理由。——因为，我既是问所问而来，如今见所见而去，便再也没有任何的遗憾，一切落于形迹的言语，皆是多余；而人生种种遇合，在上人参透实相的眼里看来，就如钟声过江、江水拍天一样，是不必也不会留下什么痕迹的。

因此，10年前那个曾与上人坐而论道的少年，如

