



目 录

CONTENS

上 册

做简单的人	刘 艺(1)
快乐小语	罗 兰(4)
明日又天涯	三 毛(7)
忙使生命充实	梁凤仪(11)
你变了吗?	赵 一(13)
喜 欢	邓 皓(19)
故都的秋	郁达夫(21)
暴风雨之前	瞿秋白(26)
那个城	瞿秋白(29)
教训与启示	傅 雷(32)
人生谏言	斯 凯(34)
要活在巨大的希望中	池田大作(36)
说干就干拿得起放自变量下	大 卫(39)



关于精神·····	李书磊(44)
拿得起·放得下·····	罗 兰(48)
微笑着继续·····	缪 涛(51)
种子的力·····	夏 衍(54)
走进 7 月·····	艾明波(56)
平凡也从容·····	魏明双(58)
生命的能力·····	马尔腾(60)
秋晨之梦·····	佚 名(63)
分粥制度·····	佚 名(67)
一张白纸·····	逸 名(69)
鼓 励·····	佚 名(71)
总会有另一种观点存在·····	王岩松 译(73)
怎样解决问题·····	佚 名(76)





两家小店·····	王国华(78)
失败者的荣誉·····	王开岭(80)
握住母亲的脚·····	春 华(83)
木雕观音·····	赵 云(88)
人生咏叹调·····	圣 宗(94)
创造幸运·····	简 捷(96)
人生的金字塔 ·····	吴稼祥(101)
野鹤的白羽 ·····	张 健(104)
“冬天你不要砍树” ·····	查尔斯·贝多(109)
抓住生命的树枝 ·····	黄立平(112)
最好还是写信 ·····	加里森·凯勒(115)
怨恨还是理智 ·····	马尔兹(118)

下 册

两支银烛台的光芒 ·····	乔 叶(121)
我想我是海 ·····	晓 欧(125)
感谢侮辱 ·····	杨 君(128)



用上所有的力量	佚名(131)
一生磨一镜	佚名(133)
创业的故事	石永贵(135)
Shep 的故事	肖雷慧(139)
时 间	农 妇(143)
绕过美丽的诱惑	伊 梦(146)
Ta,从我身边飞过	司华宁(151)
书·谊·缘	蔡玉婷(159)
雨季小巷	李 东(178)
花开的声音	崔志强(188)
在梦里	秦 人(190)
活在高三	闫利霞(193)
尴尬一回	王朝阳(198)





秋天的味道	石 石(201)
所谓“另类”	祁 悦(205)
木雨有事	许姗姗(210)
食堂打菜全攻略	顺 子(217)
打饭众生相	田永平(219)
校园三侠客	晶 听(221)
空中邮路	唐 超(225)
七夜怪谈	关 颖(228)
黄 瓜	何 颖(231)
神秘阿康	何露萍(235)
新廉颇负荆请罪	蒋 萍(238)
减肥备忘录	陈月英(242)



我是一个越狱的重犯。冉·阿让说：“我是一个罪人。”

“我们都是罪人。你如果忏悔，上帝会更为宽容地饶恕你，会比爱他人更爱你。”

两支银烛台的光芒

○○……乔 叶

那天晚上，我一个人呆在家里欣赏根据雨果原著改编的同名影片《悲惨世界》。影片从头到尾几乎都被一种阴暗、凄怆、压抑的基调所笼罩，惟有一处让我感到温暖、明亮、牵扯情肠。

主人公冉·阿让因偷窃一块面包未果而获罪，在监狱里呆了19年。在受尽磨难的19年中他3次越狱，终获成功。当他像野人一般重归久违的尘世间时，遭到的却都是怀疑、辱骂和毫不留情的殴打。此时的冉·阿让，已陷入了深深的孤独、迷茫和绝望中。他仇恨整个世界。在他眼里，整个世界也仇恨他，他几乎



变成了一个恶魔。

一个雨夜，又饥又冷的他来到一户灯光明亮的人家门前，敲了敲门——这也许是他最后一次鼓起试探的勇气了。女佣人一看他可怕的模样，迅即关上了门，任他怎么恳求都不再开门。

这时候，那位牧师出场了。看到冉·阿让，他并没有惊奇。他告诉女佣：冉·阿让是他的朋友、他的兄弟。他温和地让冉·阿让进屋、吃饭、洗澡，亲切地和他聊天，真的像对待所有的朋友或兄弟那样——他是很平静的、很自然的，平静自然得就像是面对朝夕相处的自家人。这种平静让我深为感动。要知道，有时一些过分的关心和热情或者居高临下的恩赐都会给人以一种意想不到的伤害。尊重，有时其实比同情更重要。

吃饭的时候，冉·阿让说：你知道我是谁吗？

我说过了，你是我的兄弟。这是你的家，你想怎么样就怎么样。牧师说。

我是一个越狱的重犯。冉·阿让说：“我是一个罪

“我们都是罪人。你如果忏悔，上帝会更为宽容地饶恕你，会比爱他人更爱你。”

冉·阿让冷冷地看着他。他不相信他的话，他早已不崇奉任何信仰。

吃过饭，女佣收藏银餐具的时候，冉·阿让的目光一直追随着她。牧师洞悉了他的企图，却默默无言。半夜时分，冉·阿让偷出了银餐具，仓惶逃走。临走前，他把烛台移到牧师床前，端详了一会儿牧师的睡容，仿佛要把他刻在心里。

牧师并没有睡，冉·阿让走后，他睁开眼睛，一遍遍地在胸口划着十字。

没有多久，冉·阿让被警察抓了回来。送到牧师家，请牧师证实一下由冉·阿让是否偷了他们的餐具。牧师笑道：“是我送给他的。他有权得到这些东西。因为这些东西不是我的，而是上帝的。”他转脸又对冉·阿让笑道，“可是兄弟，你怎么会忘了拿走这两只银烛台呢？”

警察走了。牧师依然安详地擎着那两支银烛台：兄弟，把它们拿走吧。它们都是你的。



冉·阿让终于扑到他的怀里失声痛哭。牧师抱着他，在内心喃喃自语：我清洗了他的灵魂，我把他从黑暗的思想中拯救了出来，交还给了上帝。

看到这里，我禁不住心浪起伏，思潮澎湃。有了这样一个铺垫，不必深究就可以知道在以后的情节中冉·阿让为什么会救芳汀，会救珂赛特，会放掉屡屡与他为敌欲置他于死地的巡检员，会深深受到民众的爱戴。这一切只是因为那两支没有蜡烛的银烛台，把他的心灵引向了光明的世界。

上帝也许是虚无的，但拯救却是真实的。能拯救火的，只有水。能拯救冬的，只有春。能拯救恶的，只有善。能拯救恨的，只有爱。能拯救魔鬼的，只有天使。能拯救黑暗的，只有光明。即使这光明仅仅来自两支没有蜡烛的银烛台，也足以驱尽所有思想的阴影与污秽。——而在所有的拯救中，最重要的也许应该是对心灵的拯救。

能拯救心灵的，只有心灵。

姥姥房后是片一望无际的稻田。秋天望去是一波波的金黄，尤其是收割完后那段日子，也就是孩子们最盼望的可以满院撒欢的时节。



我想我是海

○○……晓 欧

一次，几个女友聚在一起感叹人生。沉稳的敏说：“活得太累。”活泼好动的巧儿抱怨生活的呆板，孤傲的阿琼苦恼于与人相处太难，聪明的蓉蓉诡秘地问我：“怎么很少见你感叹？”我笑着跟他们讲起小时候在农村生活的情形。

我小的时候，姥姥家在乡下，房后是片一望无际的稻田。春天的时候，是一抹诱人的青绿。秋天望去是一波波的金黄，尤其是收割完后那段日子，也就是孩子们最盼望的可以满院撒欢的时节。白天，我们爬上高高的稻草垛，躺在松软的稻草上懒懒地晒太阳，眯缝着眼睛看蓝蓝的天、白白的云。傍晚，躲在稻草



堆上数星星，任凭大人喊自家孩子，房前屋后的找，孩子们捂着嘴趴在草垛上偷偷地笑，大家一起使劲让草垛晃来晃去，然后再一起滑下来。那种惬意，那种深远至今令我回味无穷。其实，我是个有点木讷的人，有时面对一群谈笑风生的人，我却感到孤独无助；有时听听音乐，内心会涌出酸楚的泪水。当遇到工作不顺、人际关系处理不好等等一系列烦心的事时，我尽力去做、尽心去和解，实在无能为力时，我总会想起儿时惬意的草垛，想起草垛上那片蓝蓝、大大的天，心情会豁然开朗。在那么纯净的蓝天下，一切烦恼都变得渺小；在那么纯净的蓝天下，所有错误都可以宽容。

敏问：“有那么简单吗？我们又不是阿二。”

我说：“当然，我们是无法重温那种纯真、那般的无忧无虑了。即使现在同样有高高的稻草垛摆在我们的面前，我们会想：若爬上去，太阳有多晒，脸晒出斑怎么办，掉下来多难为情等等。正是我们自己想得太多，顾虑得太多，所以也得不到那份超然的快乐，

126 生活中的许多事情都是因为患得患失才增加了许多的

烦恼。”

比地大的是海洋，比海洋大的是天空，比天空大的应该是人的胸膛。当你试着以平静的心态处世，当你不去奢望的时候，这世界带给你的会是一份惊喜。



受辱让我难堪，也给我压力、动力，使我有了新的目标、新的追求。当我失去信心时，当我累得想歇一歇时，受过的侮辱幽灵一般出现，我就羞愧无比。

感谢侮辱

○○……杨 君

刚到深圳的时候，我找到一份送文件的工作。这是较底层人的活儿，认得几个字就能干。每天东跑西颠的，还处处赔着十二分的小心。

那是一个星期二的下午，我把取回的文件递给我的老板，当时他在开会，正坐在老总的位置上患牙病似的托着腮。也许他正面临资金周转不灵的烦恼，也许我活该倒霉，他哗哗地翻了几下，冷冷地说：“你还做得来什么？这个东西也拿给我。”我仔细看后没拿错，就小心翼翼地辩解了一句。他立刻将一张国字脸拉成一条长丝瓜：“不就是个送文件的吗？你以为你是什么？狗屁！”然后他本能地耸耸鼻子。会议室里雨点

般的目光纷纷跌落在我这个狗屁身上，我感到脉管里的血液凶狠地左冲右撞，血最后全往脸上奔，我傻站着。“你还立在那儿干吗？嗯，你一个送文件的也要参加我们的会议么？”老板仰起头挤出肥厚的笑来，他朝站着的一米八的我居高临下地笑。

我缩着脖子悄没声息地消失。走在喧腾的深圳街头，比第一次踏上这片土地更加孤立无依。我蹲在石阶上，望着头顶的天，我对自己说，你是个狗屁。白花花太阳把我的眼睛刺得一下子流出泪来。

踉踉着回到我那个窝。那晚，一双充血的眼睛瞪了一个通宵，热辣辣地痛。

第二天，我依旧上班，依旧微笑，我跑得更欢，干得更卖力。别人看不出我昨天受过侮辱，只是我心里和以前完全是两重天了。

后来我成了一个公司的老板。尽管家当还不大，但那是我自己的。与不少创业的人一样，从练摊开始，其间吃过常人难以想象的苦，最终精彩敲响了无奈的门。

我感谢那次所受的侮辱，虽然它像钢锯似的将我



的心狠狠地来回地拉。爱辱让我难堪，也给我压力、动力，使我有了新的目标、新的追求。当我失去信心时，当我累得想歇一歇时，受过的侮辱幽灵一般出现，我就羞愧无比。它时时刺激我，让我努力做得更好。



你并没有用尽你所有的力量。你没有请求我的帮助。



用上所有的力量

○○……佚名

星期六上午，一个小男孩在他的玩具沙箱里玩耍。沙箱里有他的一些玩具小汽车、敞篷货车、塑料水桶和一把亮闪闪的塑料铲子。在松软的沙堆上修筑公路和隧道时，他在沙箱的中部发现一块巨大的岩石。

小家伙开始挖掘岩石周围的沙子，企图把它从泥沙中弄出去。他是个很小的男孩，而岩石却相当巨大。手脚并用，似乎没有费太大的力气，岩石便被他连推带滚地弄到了沙箱的边缘。不过，这时他才发现，他无法把岩石向上滚动、翻过沙箱边墙。

小男孩下定决心，手推、肩挤、左摇右晃，一次又一次地向岩石发起冲击，可是，每当他刚刚觉得取得了一些进展的时候，岩石便滑脱了，重新掉进沙箱。



小男孩气得哼哼直叫，拼出吃奶的力气猛推猛挤。但是，他得到的惟一回报便是岩石再次滚落回来，砸伤了他的手指。

最后，他伤心地哭了起来。这整个过程，男孩的父亲从起居室的窗户里看得一清二楚。当泪珠滚过孩子的脸庞时，父亲来到了跟前。

父亲的话温和而坚定：“儿子，你为什么不用上所有的力量呢？”

垂头丧气的小男孩抽泣道：“但是我已经用尽全力了，爸爸，我已经尽力了！我用尽了我所有的力量！”

“不对，儿子，”父亲亲切地纠正道，“你并没有用尽你所有的力量。你没有请求我的帮助。”

父亲弯下腰，抱起岩石，将岩石搬出了沙箱。