



目 录

CONTENS

上 册

往事温馨	郭 辉(1)
高举理想的旗帜	陈 浩(3)
人间与天堂	莱蒙托夫(5)
检阅自己的青春	赵 冬(6)
品味人生	杨林静(9)
昨夜长风	邵惠君(12)
四月天	佚 名(14)
心泉丁冬	粒 砂(17)
我想象着,你石破惊天的那一刻	黄启洪(19)
落 叶	路 敏(22)
面对秋天	全宪章(24)
原来自己最美丽	苗旭宏(28)
月亮也曾是个“贼”	卢红波(32)



呼唤真情·····	邵湘君(34)
黄土地·····	王建平(36)
树根的联想·····	柳树青(38)
想家的时候·····	林 锋(41)
没有雪的冬天·····	吴 妍(45)
高山和大海·····	小 芳(47)
炎夏时节对冬天的怀念·····	孙 荪(49)
月桂树上的花冠·····	宣 儿(54)
意外的旅行·····	杨 楠(58)
装在套子里的人·····	清 婉(61)
明湖旅思·····	史伟峰(63)
海 思·····	笳 声(66)
学农随记·····	杨卓敏(69)





生命 de 健美	钟 育(72)
爱什么	高原湖(74)
阵 痛	苏 南(78)
逛 雨	杨绵发(80)
四叶草	喻丽清(83)
走进田间	张之奎(86)
人生苦短,人生又苦长	展 屹(89)
雾里看花	刘卫京(92)
今 天	魏明双(95)
哲学智慧	宋绍荣(97)
启 程	崔晓柏(99)
千古绝唱	栖 云(101)
只要拥有现在	宋协龙(103)
心灵的轻	刘湛秋(105)
走出家园	舒 洋(107)



哦,米黄色,	惠 雁(111)
回首的意义	敖昊天(115)
我们拥有一个共同的黑夜	建 平(117)
写给孩子	张 晴(119)
活着,说难也不难	蒋金鏊(122)

下 册

承受现实	匡语堂(127)
选择拒绝	张兰允(130)
女人爱的一生	素 素(132)
温 情	笳 声(139)
我采撷现代人的风采	曹 英(142)
未来,请不要失约	陈 勇(144)
走向明天	王安雄(146)
背 景	杨绍球(148)





纯 真	邓 皓(150)
时间进行曲	陈 浩(153)
闲话二题	孙桂芳(155)
桂花季节	何 可(161)
爱情之后还有爱情	曾晓文(168)
我走出困境	晓 韶(173)
幸福失而复得	阿 静(175)
不识南风的家	栖 云(177)
作 弊	郑约琼(182)
男生四味	雪 莲(187)
木鱼和金鱼	阿 玲(190)
扫帚事件	杨战斌(194)
尴尬“魅力”	刘莉琨(197)
大学校园的“寻物文学”	侯 检(201)
同桌情未了	米红菊(204)



同桌葛枫	幽 幽(208)
诱 惑	张 柴(212)
点点红豆点点情	吴 晴(215)
记忆远去时	姚 彤(218)
偶遇阿平	赵 伟(224)
燕子,你在他乡还好吗?	洪 姣(227)
梅	何 颖(231)
苏珊的帽子	琳 格(236)
心中的女孩	傅 强(238)
千只纸鹤	佚 名(246)



他们是勇于主动承受生活现实的人，他们不被痛苦所困扰，从生活中更多地去追寻欢乐的东西。



承受现实

〇〇……匡语堂

人是应该有理想的，正如雨果所说：“人类的心灵需要理想甚于需要物质。”因为，生活的理想，就是为了理想的生活。然而，生活中的人，常常把追求理想中的生活模式，当成了自己人生的唯一生活兴趣和奋斗目标，而对于生活中的现实则采取一种近乎不屑一顾的态度。由于理想与现实的距离在心灵里不断扩大，使自己陷入了难以自拔的泥潭中。对于许多人来说，生活中缺乏的不是对理想生活的追求而是对现实生活的承受。

生活的现实摆在每个人的面前，任何人都回避不开，区别只在于：是主动地承受它，还是被动地承受它。生活的现实并不像理想那么美好，它有阳光、雨



露、鲜花，也有雷霆、严霜、枯叶，它是欢乐与痛苦，成功与失败，友善与相恶……相互交织、混杂而成的一种复杂的形态。要想面对现实，便首先要有面对痛苦、失败、丑恶等等令人厌恶而又无法逃避的现象。

罗曼·罗兰认为：我们应当敢于正视痛苦、尊重痛苦！欢乐固然值得颂赞，痛苦亦何尝不值得赞颂！这两位是姐妹，而且都是圣者。她们锻炼人类展开伟大的心魂。她们是力，是生，是神。凡是不能兼爱欢乐与痛苦的，便是既不爱欢乐，亦不爱痛苦。凡能体味他们的，方懂得人生的价值和离开人生的不幸的甜蜜。罗曼·罗兰这番话的人生坐标是很高的，只有站在人生的高处看待欢乐与痛苦，才可能以坦然的态度相对待，而不被痛苦所困扰，使生活在任何情形下都能有欢愉感。

最近，我母亲大学时期的一伙老同学相聚，从他们的闲聊中听得出，他们每个人的家里都有一本难念的经，生活中都有不尽如人意的事。然而，我也发现，他们的心情也并不那么沉重，甚至还是相当轻松的。

128 当玩得高兴时，他们个个都情不自禁地唱歌跳舞、畅

怀欢笑；虽然他们都是年届花甲之人，他们也许没有看过前面所录的罗曼·罗兰那一段话，但是，从他们的表现来看，他们是勇于主动承受生活现实的人，他们不被痛苦所困扰，从生活中更多地去追寻欢乐的东西。正是这样，他们对待生活的现实，如意也罢，不如意也罢，都采取了泰然处之的冷静态度，而不作不现实的过多的幻想，也不怨天尤人、自艾自叹。

人生是一场无休、无歇的斗争，每个人，都得时时刻刻在斗争中开拓人生的理想之路。要进行斗争，首先就要面对生活现实中的痛苦磨难、失败，等等。要承认它，要树立战胜它的决心和勇气。这样的斗争是艰苦的，也是愉快的。而被生活的痛苦所压倒，不去拼搏的人，到最后只能成为痛苦的俘虏。



有拒绝才有追求，有追求才能坚持独立的自我。

选择拒绝

〇〇……张兰允

时下，社会各种潮流裹挟着许多前所未有的新奇事物接连而至，于是，生活中出现了那么多的东西使人眼花缭乱，让人眼红耳热，又令人无所适从。当越来越多的不知所措茫然着我们的感觉令我们无从选择时，我们为何不选择拒绝呢？

当人们习惯接受常规安排和既定模式而又沉迷于各种社会狂潮时，选择拒绝表现了一种难得的勇气和人生态度。拒绝的过程是在扬弃、抵制，甚至无言的批判，同时也表明了自己的不盲从——能清醒地观照自身，冷静分析，理智对待，这个过程标榜、张扬了自己的个性，摆脱了许多无形的束缚，获得了心灵自由，何乐而不为呢？

选择拒绝，是因为不适合，不需要，不喜欢，不感兴趣。

一件时髦衣服，无论她吸引了多少倩姐靓妹驻足观望及频频回头，因为不适合自己的，可以目不斜视地擦肩而过；一种新型产品，无论她广告做得如何沸沸扬扬，消费大军怎样浩浩荡荡，因为不需要，可以安静地走开不必盲目地留下来；一首流行歌曲，无论她怎样唱红大江南北甚至风靡台港海外，因为不喜欢，可以充耳不闻，任其一浪高过一浪地喧腾；一位走红明星，无论他（她）如何被新闻界炒得炙手可热，又怎样成为众人街头巷尾的话题，因为不感兴趣，可以闭口不谈，任其火爆到天边……

有拒绝才有追求，有追求才能坚持独立的自我。拒绝热闹，是为了追求宁静的生活；拒绝华丽，是为了追求质朴的天性；拒绝名利，是为了追求淡泊的心境；拒绝时髦，是为了追求个性的独立；拒绝放纵，是为了追求完善的自身；拒绝忧愁，是为了追求快乐向上的心情；拒绝轰轰烈烈，是为了追求平凡安详的人生……

擦一擦眼睛，认真地选择拒绝，不为时尚意乱情迷。



女人将一切希望寄托于婚姻，贫穷的想富足，低贱的想高贵，柔弱的想依靠，多情的却希望有个侠骨柔肠、先知先觉的丈夫。因着这一切单纯的渴望，因着女人内心其实并不单纯的需要，婚姻成了女人一生的黑洞。

女人爱的一生

〇〇……素 素

被追

虽说少男少女一样善于钟情怀春，可多梦时节的女孩却总希望先由男孩来追她。最终真正追上她的男孩，也许竟是一开始女孩心里就已经喜欢的。

要的只是那份被迫的感觉。

喜欢被迫不仅仅是因为女性虚荣，还因为女性的羞怯。被迫使女性有一种安全感：守住自己，或许会

132 错过什么，却永远不会丢失什么。

至于今后婚姻的成败，也因为这份被迫而责任全不在女人。把不幸的婚姻，归结为“男人的阴谋，女人的天真”，这是不幸中的女人最好的慰藉了。



矜夸

有些女孩爱虚荣，常夸耀曾有多少男人向她示爱求婚，她都不屑一顾。这，若非夸张也是无知。

男人可以天天说爱你想你，也可以费时费力费钱以博女人一笑，但真正要他求婚并不容易。男人很看重一纸婚书的实质与意义。

求婚不是一时的激情，而是男人整个生命的承诺与抵押，是真正将一个女人视做自己的生命自己的世界。若对自己所爱的女人都没有信心的男人，一定是仅止于求爱绝不求婚。

一个女孩可能会有太多的求爱者，而求婚者并不会很多，即使无缘，也不该轻慢这一份由衷的爱惜与期望。



嫁谁

如果有位女人说自己只想嫁个阔佬，并且日后真的不顾一切地嫁了。旁人会怎样？

旁人一定会指斥她虚荣拜金。

有人因此愤而指出，这是一个人心不古的时代。

于是，一个女孩去嫁个家里常常断炊或七零八落的男人，便成为品德高尚、深明大义的典范了。

其实，人生之路各异。贫富的差异、社会地位的不同，并不代表人格的差异。穷巷里未必都是勤劳正直人士，富户也不一定尽是纨绔子弟。

为区区物质利益而委身他人固然是将自己视做商品，却也不能为了证明没有庸俗的物欲而自虐般的“舍身取义”。

女人所嫁的既不是物也不是义，而是一个男人。所以，只须问，是否真爱？是否有缘？

成婚

女人最渴望的是婚姻，最痛恨的也是婚姻。其间

的矛盾并非单就一个“情”字便能道尽。

社会对女人总是不公，要实现任何愿望都显得困难重重，这就需要借助男人的力量和运气。于是，女人将一切希望寄托于婚姻，贫穷的想富足，低贱的想高贵，柔弱的想依靠，多情的却希望有个侠骨柔肠、先知先觉的丈夫。因着这一切单纯的渴望，因着女人内心其实并不单纯的需要，婚姻成了女人一生的黑洞。

婚姻只不过是人生必须面对的一份事实，既温馨又无奈。婚姻给予人的也仅仅是需要努力与耐心才能得到的欣慰。什么时候明白了这一点，女人的心才能得以舒展。

为妻

男人抱怨，贤惠的妻子找不到了。女人却有些不服气。

究竟怎样才算贤妻？妻子不是母亲，不要事无巨细，样样干预；妻子不是女友，不要忽冷忽热，过分任性。最深切的关爱不仅仅是急难临头时的共同分担，更是朝朝暮暮一辈子的通达明理。



过分的唠叨会使家庭缺少温馨安宁；沉默的奉献却易导致感情的失衡。贤妻的秘诀在于把握其间微妙的尺度。

痴情

女人痴情，千古皆然。这种痴情常常被认为是因为女人的软弱和善良。事实上痴情的女人大多刚烈又固执。

不管男人如何一次次地背信弃义，不管旁观者如何一次次地直言相告，痴情的女人总是义无反顾。并不是真的无怨无悔。一往情深的背后，其实是不承认当初选择的错误，不肯面对今天的失败，不敢承受将来的变幻。

于是，只有至死不变。以个性的固执加疏懒来塑造一份痴情，再以刚烈加坚忍来承受这一份痴情。

幽怨

心比天高的女人常含幽怨：我爱我得不到的，我得到我不爱的。

天意难问。真正喜欢的，或许真的此生难求。但，做人总有权利、有能力拒绝一些“不爱”吧？

不存在“我得到我不爱的”。一切都是自己的选择。问题是，在软弱与虚荣之下，很多女人以为一切都是“有胜于无”，包括恋人，包括丈夫。

这样，没什么不好。只是既如此，就不必抱怨。

梦回

过尽于帆，女人醒悟自己以为“最般配的人”永远是个难以兑现的梦。

现世没有完满。不要奢望非你莫属此生不渝。男女相悦相伴，能够有一份惺惺相惜的情谊，欢乐与共的关爱；能够有一丝互谅互助的勇气，可信可赖的真诚，就已是人间幸事。

这幸运，值得你付出足够的宽容、坚持和不悔。

而梦，就让它留在心底，独自徘徊，独自追忆。生活依旧阴晴圆缺。

负责

已婚女人总是充满抱怨，似乎她的失败、粗糙、

