



目 录

CONTENS

上 册

微笑着,去唱生活的歌谣·····	马 德(1)
永恒的变化 ·····	曼迪诺(3)
那月·那月 ·····	张琢真(5)
选择一扇门 ·····	子 叶(8)
擦拭青春·····	艾明波(10)
为女孩落泪·····	静 怡(13)
青春,期待你早日灿烂 ·····	王安雄(15)
看海 De 日子 ·····	鼎 铭(17)
榜 样·····	王安雄(20)
那一股渴念·····	丁惠忠(22)
时 间·····	马 轲(24)
旷野望天·····	张廷玉(29)
雨夜情调·····	草 雪(30)



告诉海风·····	海 风(32)
遐思如歌(外二章)·····	郭 辉(34)
心灵的故乡·····	唐小兵(38)
拥抱太阳·····	宋绍荣(41)
给自己开列一份快乐清单·····	大 水(43)
壮 阔·····	保 平(46)
生活不是梦·····	艾明波(48)
看见了秋天里的一棵树·····	孟繁华(50)
心灵是一棵会开花的树·····	赵丽宏(52)
独味生活·····	艾明波(55)
如果有一天·····	邓 健(58)
带着成熟寻找·····	王书春(60)
人生自然的节奏·····	林语堂(63)





热 心·····	绍 杰(65)
回 忆·····	乔 璐(67)
感受青春·····	张海涛(69)
花开的声音·····	彭君昶(73)
你曾是我晴朗的天空·····	辛树江(75)
再给自己一次机会·····	冯小利(77)
今生无约·····	郭 辉(80)
走向自信的五彩门·····	虞荣舜(82)
人生感悟·····	晓 舟(84)
我听见有人在小树林里唱歌·····	邓康延(86)
人生如月·····	西 广(89)
试试看! ·····	魏明双(91)
情 酒·····	杨 宇(93)
废墟的辉煌·····	刘上洋(95)
花茶四题 ·····	刘 晖(100)



流行的是寂寞	林 楚 (107)
是的,我很丑陋	于富强 (111)
吃亏的风采	关庚寅 (113)
残冬的生命	王泽海 (115)
织	朴尚春 (117)
心灵唱盘	大 卫 (120)
男人的温柔	王澄波 (124)

下 册

20 年前的女性	杨雪花 (127)
心 语	阳宝萍 (132)
感 之 趣	张子房 (134)
与青春对话	池田大作 (138)
静下之想	金雪枫 (140)
温暖如春——致我的网络哥哥 liww ...	若 玫 (142)





爱的新生	佚名(149)
还是那枚烛火	秋心(156)
车筐里的玫瑰	范例(160)
在北京的夜里	王建平(162)
月亮上也会下雪吗	雪儿(164)
月亮惹的祸	庭兰(168)
舍弟庭轩交笔友	于庭兰(174)
想你的时候,攒一枚硬币	熊萍萍(178)
半碗粥	紫丁香(181)
窗帘上的情书	王天翔(183)
我不是你掌中的雪花	佚名(188)
白裙子,红裙子	胡子宏(195)
心触	黄秋燕(201)
爱情这个东西	梦南(204)
爱恋篇(外五篇)	湘月(208)



熏衣草	不留名(221)
爱情其实也是一种病	苗旭宏(227)
又是一年中秋节	黄 冉(230)
在暮色里等你回答	张雅玲(235)
为什么总是迟一点	冷 月(239)
美丽故事伤心结束	冯 美(243)



微笑的我们，要用微笑的力量，去关照周围，去感化周围，去影响周围，直至每一个人的脸上都挂起一片不落的灿烂。



微笑着，去唱生活的歌谣

○○……马 德

微笑着，去唱生活的歌谣。不要抱怨生活给予了太多的磨难，不必抱怨生命中有太多的曲折。大海如果失去了巨浪的翻滚，就会失去雄浑，沙漠如果失去了飞沙的狂舞，就会失去壮观，人生如果仅去求得两点一线的一帆风顺，生命也就失去了存在的魅力。

微笑着，去唱生活的歌谣。把每一次的失败都归结为一次尝试，不去自卑；把每一次的成功都想象成一种幸运，不去自傲。就这样，微笑着，弹奏从容的弦乐，去面对挫折，去接受幸福，去品味孤独，去沐浴忧伤。

微笑着，去唱生活的歌谣。去把“人”字写直写



大，活出一种尊严，活出一种力量，不向金钱献媚，不向权势卑躬。清贫，是一首朴素的歌；平凡，是一行亮丽的诗。微笑着，我们去唱去吟，在平静中看红尘飞舞，在孤寂中品世事沉浮。

微笑着，去唱生活的歌谣。把尘封的心胸敞开，让狭隘自私淡去；把自由的心灵放飞，让豁达宽容回归。这样，一个豁然开朗的世界就会在你的眼前层层叠叠打开：蓝天，白云，小桥，流水……潇洒快活地一路过去，鲜花的芳香就会在你的鼻翼醉人地萦绕，华丽的彩蝶就会在你身边曼妙地起舞。

微笑着，去唱生活的歌谣。眼泪，要为别人的悲伤而流；仁慈，要为善良的心灵而发；同情，给予穷人的贫苦；关怀，温暖鳏寡孤独的凄凉。微笑的我们，要用微笑的力量，去关照周围，去感化周围，去影响周围，直至每一个人的脸上都挂起一片不落的灿烂。

是的，就这样，我们微笑着面对生活带给我们的一切。

没有什么是一成不变的。生活就像自然，有阳春，也有金秋；有酷夏，也有寒冬。走运和倒霉都不可能持续很久。



永恒的变化

○○……曼迪诺

没有什么是一成不变的。生活就像自然，有阳春，也有金秋；有酷夏，也有寒冬。走运和倒霉都不可能持续很久。

对于突然情况，如果没有充分的思想准备，那么厄运就会像大海的波涛一样，在你生活的海岸上忽起忽落拍打不停。相应的，高潮和低潮，日出和日落，富有和贫穷，快乐和失望，将应运而生。

做好最坏的准备。别羡慕那些春风得意的骄子。他们往往是脆弱的，一旦面临灾祸，就会束手无策，彻底崩溃。也别学那些倒霉时的可怜家伙，他们一遇到挫折就不能自拔，常常沉溺于悲哀，一错再错，在



眼看就要柳暗花明之际，却躺下不再起来。注意坚持不懈，别学他们的样儿。

要永远坚信这一点，一切都会变的。无论受多大创伤，心情多么沉重，一贫如洗也好，都要坚持住。太阳落了还会升起，不幸的日子总有尽头，过去是这样，将来也是这样。



娟娟不语，任月明人尽望。秋思缕缕，离恨深深。

人曰：得月者为高洁。我叹：得月者为情伤。

那月·那月

○○……张琢真

那晚的月，不是秦时月，不从关山来。

是柳永酒醒杨柳岸，摇一只桨橹，从二十四桥悠
悠驶来。

清清又柔柔，潇潇又洒洒。

横贯中天。

那冷艳，那孤傲，那矜持，那凄婉，都化作淡淡
的晕，随天远遁。只留朗朗，一半天上，一半人间。

那晚的月最是风情。

知人寂寥，遣晓风一行，邀我平湖相对。

常看蜗居窗前月。

被木格的窗框在一方，满天霓裳缀着星光，甩一
水袖云遮雾挡，不经意，那月羞怯怯临了你窗前。



李白客居他乡，夜不成眠，见月从青莲来，诗兴大发，挥毫泼墨于墙头，只涂出四句：

床前明月光，疑是地上霜。

举头望明月，低头思故乡。

那月已过飞檐，独教清白人间。

也独自抱膝小山丘望过月。

那是一轮瘦月，踽踽独行，自远山而来。弯弯的钩不成一片云，不挂一盏星。除风的呜咽，松的低语，霜天无色，冷月无声。

松月下，东坡居士亡妻冢前搞一朵小令作千古想，临风绝唱：

十年生死两茫茫。不思量，自难忘。千里孤坟，无处话凄凉。纵使相逢应不识，尘满面，鬓如霜。

夜来幽梦忽还乡。小轩窗，正梳妆。相顾无言，惟有泪千行。料得年年断肠处，明月夜，短松冈。

寒蝉凄切，吟罢，已泪湿青衫。

那晚的月，来得好寂寞，走得好凄凉。

平湖观月，毋需仰脖，俯首即得。

那月就静静的躺在湖面。

空里流霜，似江南丝竹。于无声处听音韵，清辉如横笛竖箫，自苍穹隐隐飘下，溅落湖心，拨弄琵琶三两声。

横断的风，操阿炳一弦，把个一湖秋水一轮秋月唱得细腻委婉，阴柔流转。

思念伊人于这样的夜，这样的月，这样的湖。

此情此景依旧，不见人约黄昏后……

对月，仰俯之间，无以遣去寂寞，更添一处闲愁。

问婵娟，潮起潮落，月月知为谁圆？

婵娟不语，任月明人尽望。秋思缕缕，离恨深深。

人曰：得月者为高洁。我叹：得月者为情伤。



假设你置身于一条漆黑的走廊，四周布满了大大小小一模一样的虚掩的门，而其中只有一扇能抵达理想的花园，你将如何选择呢？

选择一扇门

○○……子 叶

生于斯世，必当殚精竭虑挖空心思地面对各种选择。比如生活中的，事业上的，身体中的，感情上的。古今中外各色先贤也提供了历久弥坚的真理和参照，自然有的人以理性指导实践，自命清高，不屑随俗。更多的人则现用现学，在不断嬗变的生命中刻蚀雕琢着自己。如此相安无事的生存，岂不天下太平了吗？不尽然。

假设你置身于一条漆黑的走廊，四周布满了大大小小一模一样的虚掩的门，而其中只有一扇能抵达理想的花园，你将如何选择呢？

每一种预期的可能。他们迟早会成功的，只要他们最终能战胜自己的失望或绝望。

一种人，会以敏锐的感觉和独特的发现，从别人那里洞悉蛛丝马迹，凭借机缘和时运找到自己的目标。

一种人，则在反复的寻找和一再的失败中，丧失了对那扇门的渴望，在他们那里，漆黑的走廊已成为可悲命运的全部。

当我把同样的问题转述给一位朋友时，她说：我会努力推开每一扇门的，我不允许自己有侥幸的企图。应该说，幸福在彼岸等待着步入辉煌的我。当然，我会在每一扇走过的虚拟的门上做出凹凸的痕迹，让我和另外的人不再犯同样的错误。

我们还不够聪明，至少我们比这位朋友缺少心智和乐观。因为这位置身走廊的女孩……是个从小失明的盲人。



与其说在人生的黄昏无奈地去擦拭过去的岁月，
莫不如恰在这蓬勃的季节镀亮青春的容颜。

擦拭青春

○○……艾明波

走在青春的季节，正如走在春天的大街，所有的景色都是缤纷的景色，所有的微笑都是灿烂的微笑。的确，人生的这一段光阴满满地装着勃勃的生机和美丽的花朵。当我们尽情地享受这一片美好的时光之时，却很难想象那许多走过了这个季节的人们对她的那种深深的怀恋和甜蜜的回忆。

他们在用心灵去触摸逝去的日子，他们在用目光去擦拭不老青春。

暖暖的阳光，铺开了一个鲜艳的日子，温馨而倔强的风唱在高高的枝头和蓝天之上。芳草地上，我和女儿正在放着风筝，可不知是我们的技术不好，还是风力不足，那风筝就是飞不起来。渐渐地女儿有些不



耐烦了，便跑到野地里去寻找从地下钻出的那个绿色的春天去了。可我却没有放弃这样一个轻松的时刻，依然在那里认真地放着那个飞不起来的风筝。

女儿不肯放飞她的童年，我却要放飞我的青春了！想来，不觉好笑，不知是女儿领我放风筝，还是我领女儿放风筝。

就在这时，一位老大爷来到我身边，他的脸上洋溢着青年人的笑。他拿起了风筝，仔细地瞧了瞧，又认真地擦了擦上面的灰尘，显得很严肃也很庄重，像是自言自语又像是说给我听：“这天儿，正是放风筝的好天儿，要是倒退三十年，我非糊一个大风筝不可，可惜哟。”说完，他便从兜里掏出一根布条，系在了风筝上，然后轻轻地往空中一扔，那风筝便腾空飞起。

我放飞青春，而老人却擦亮了青春并为青春系上了一个漂亮的花穗。望着老人高兴的神情，我的心猛然一颤：老大爷这是在寻找自己的青春之梦啊。

回到家里，遇到了我的哥哥，哥哥比我大许多，今年也有五十岁了。看见他的时候，他正翻着一个破旧的皮箱，并从那皮箱里找到了他青年时代留下来的

