目录

第一篇　对一朵花的微笑

幸福是朴实的……（002）
对一朵花的微笑……（003）
让情感的森林永远青葱……（004）
平和是一种美德……（006）
苦痛和快乐……（006）
属于灵魂的智慧才能属于自己……（007）
生命倒计时……（009）
失败的对面是成功……（010）
生存的趣味……（011）
难回平常……（012）
当太阳升起之时……（013）
星　辰……（013）
聆听时代的嘀嗒声……（014）
给自己一双慧眼……（015）
生命是等值的……（016）
生命的本质……（017）
人生在世……（019）
成功者从不等待时机成熟……（020）
路的旁边也是路……（021）
让梦想成真……（022）
美　言……（023）
幸福离你有多远……（024）
瞬间温情……（026）
人生如瓶……（027）
经典是什么……（028）
感悟生命……（029）

需要全本请访问 www.ertongbook.com

目录

第二篇　别伤害自己

感恩之心……（032）
爱……（032）
创造与阐述……（033）
一枕落花香……（034）
别伤害自己……（034）
热爱生活的朦胧……（035）
度过法门……（036）
美丽的退出……（037）
遗　嘱……（038）
像容忍自己一样容忍他人……（039）
败给自己……（040）
拥抱青春……（041）
提醒自我……（042）
因为付出而得到……（043）
心中的冰点……（044）
化伤害为动力……（045）
我们是在养小孩，不是在养花……（046）
相信自己……（047）
繁　星……（047）
一封连锁信……（048）
感　动……（050）
爱的故事……（051）
名词和动词……（052）
爱的节制……（053）
听天由命……（055）
用心和感恩……（056）

目录

把握一颗珍珠的幸福……（057）
给心灵吃点冰淇淋……（058）
愿　望……（059）
离阳光只有五十米……（060）
珍爱自己……（061）
大难来临时，你会牵住我的手吗……（062）
爱的抉择……（063）
微笑如花……（064）
朋　友……（066）
老师，我站着呢……（067）
生死之间……（068）
做人的智慧……（069）
自我宣言……（070）
散　步……（071）
天堂地狱之别……（072）
善待生命，善待自己……（073）
装　修……（074）
爱意悠悠……（075）
第三篇　让石头漂起来
火把的启示……（077）
白发与皱纹……（077）
心中留下了什么……（078）
买　鞋……（079）
点石成金……（080）
假乞丐……（081）
打开心窗……（081）
远离仇恨……（082）

目录

三松堂小品……（083）
餐厅电影院……（083）
田子方……（084）
一个孩子告诉我们的……（085）
深深的体谅……（085）
背后的道理……（087）
瀑布与石头……（088）
让石头漂起来……（089）
己所不欲，勿施于人……（090）
真相只隔一层膜……（090）
寻宝之路……（092）
屋　檐……（093）
第四篇　拐弯处的回头
海上的消息……（096）
孩子教育问题……（097）
绝不对孩子失望……（097）
妈妈的脚步……（099）
父亲的信……（100）
拐弯处的回头……（102）
心　窗……（102）
笑靥千秋……（104）
父亲的棺木……（105）
渴　望……（106）
追赶太阳……（107）
父　亲……（109）
惭　愧……（110）
母亲情怀……（112）



明天提前到来……（114）
父亲节……（115）
一个平常的故事……（118）
一个美丽的故事……（118）
大人的世界……（120）
伤　感……（122）
荒芜的花园……（123）
有分寸的回击……（124）
第五篇　上帝的苹果
蝴蝶的种子……（129）
敌　人……（130）
树……（130）
白色山茶花……（131）
愤怒的鱼……（131）
蟋　蟀……（132）
鸟中诸葛……（133）
沙漠玫瑰……（135）
无　题……（136）
家乡的荷塘……（137）
揪薄荷……（138）
蛙……（139）
一片茶叶……（140）
火　烧……（141）
乌龟与蝴蝶……（142）
冬之草……（143）
梯　子……（144）
一片叶子拥有树……（145）

需要全本请访问 www.ertongbook.com

目录

从容面对眼镜蛇……（146）
小乌鸦和老乌鸦……（147）
蚂蚁案件……（148）
爱花及人……（150）
道德与阶级的起源……（150）
鸡……（153）
花儿在开……（154）
上帝的苹果……（155）
别让雨下进灵魂里……（156）
麻雀和红襟鸟……（157）
忧虑的水滴……（158）
困驴的启示……（158）
奇妙的草莓……（159）
抱块石头走路……（159）
逆风而立的树枝……（160）
牵牛花……（161）
给小狗听的经……（162）
一个臭词儿……（163）
再试一次……（164）
第六篇　看问题的眼睛
灭　绝……（167）
智慧门……（167）
秋的思绪……（169）
童稚可嘉……（170）
恶女人的一双鞋子……（171）
怕……（171）
不　扶……（172）



向上走,向下走 …… (174)
送我去机场 …… (175)
搭　车 …… (176)
清洁天使 …… (177)
蔡琴,一种歌声的代名词 …… (179)
不会笑了 …… (180)
看问题的眼睛 …… (181)
降低飞行高度 …… (182)
剃刀边上的血 …… (183)
谁都可能是贪官 …… (184)
它到底值多少钱 …… (185)
什么也没失去 …… (186)
放弃是成功的第一步 …… (187)
多想一步 …… (189)
创造奇迹的桥梁家 …… (190)
取　经 …… (191)
杰克和水手 …… (191)
他母亲的伙伴 …… (192)
文艺评论家和部长 …… (193)
第七篇　名人的背功
但丁问鱼 …… (196)
名人的背功 …… (196)
史铁生与刘易斯 …… (197)
借　钱 …… (199)
妙用劣势 …… (199)
焉知非福？ …… (200)
一个人与一辆牛车 …… (201)

目录

不随波逐流……（202）
守　时……（203）
贝多芬……（204）
诺贝尔:传奇的一生 ……（206）
被埋没的声音……（208）
心灵释荷……（210）
伟大的人生源自年少的梦想……（210）
凡事求自己……（211）
治学·讲课……（212）
《康熙王朝》还是"荒诞"王朝？……（213）
第八篇　合欢树
终　点……（216）
合欢树……（217）
重　心……（219）
一双靴子……（220）
"精深"学英语……（222）
王效芝同学二三事……（223）
我们班只有九个女生……（225）
"金砖"的秘密……（226）
脚印无常……（227）
回　家……（229）
对一个女人的忏悔……（230）
寻找可能性……（233）
隔　膜……（235）
绕过那条沟……（236）
一枚弃用的棋子……（237）
穷是极地……（239）

目录

第九篇　给失败的对手以鲜花
忍　耐……（243）
把过去和现在分开……（243）
要活在巨大的希望中……（244）
给自己压力……（245）
成功者的修养和品质……（246）
笑对人生……（247）
哺育“规则”……（249）
规则颂歌……（250）
决不放弃努力……（251）
我们得回到幼儿园……（252）
呵护孩子的想像力……（254）
把敌人变成人……（255）
给失败的对手以鲜花……（256）
你还记得谦虚吗……（257）
我必须在今天说出来……（258）
恐惧的纪念碑……（259）
亲吻驴臀……（260）
思路花语……（262）
蹲下来跟孩子谈话……（263）
避短扬长皆天才……（265）
寂　寞……（266）
民族的品格……（267）
助人也助己……（269）
心理美容……（270）
妖怪为什么吃不到唐僧肉……（271）
和□喊冤……（272）

需要全本请访问 www.ertongbook.com

目录

听某校长发言有感……（273）
向死而生……（274）
长恨歌……（276）
足球是根　足球是梦……（277）
争先恐后……（279）
尊重自己的公民……（281）
第十篇　购买上帝的男孩
卖画与送画……（284）
木匠的门……（284）
怎样开启易拉罐……（285）
现代病……（286）
商战的法宝……（287）
比学识更重要的……（288）
聪明的代价……（289）
奇妙的落差……（290）
挫　折……（291）
成功的公分母……（292）
飞船两小时后将坠毁……（293）
认同的力量……（294）
每桶四美元……（295）
原一平的笑……（296）
最后的测试……（297）
那是你的油田……（298）
购买上帝的男孩……（299）
美国人的英雄观……（300）
把负重变梯子……（301）
一顿难忘的晚餐……（302）

第一篇

对一朵花的微笑

我到一座花园去参观，看到园中的花正盛开，树都苍翠，忍不住赞叹地说：“这些花和树是多么的美呀！”

花园的主人笑起来，说：“在这个世界上没有丑的树，也没有丑的花。不要说是这花园，即使是路边的花树也都是很美的。”

花园主人的说法令我感到意外。确实，世界上没有一棵树是丑的，也没有一朵花是丑的，我以前怎么没有发现呢？

幸福是朴实的

Yvonne

最近和几位女友聊天，大家都不约而同地提到了“幸福”二字。我吃惊地发现，居然有一半人觉得自己不幸福。

晶说：依我看，幸福就是能随心所欲。所以我羡慕那些有丰厚经济基础的人，衣食无忧，不为生活所迫，可以最大可能地满足自己的心愿。

凯说：我认为，幸福就是幸福。我总是觉得很多人都比我幸福——人家嫁了个好老公，能干又体贴；人家自己创业成功，从此不再受老板的气；人家有份好工作，可以经常见世面；人家……

云说：我觉得，幸福就是能够心想事成。可是你看我，虽然有个不错的男友，但在外地工作；虽然有个喜欢的职业，但是压力太大；虽然攒够了钱想去巴黎，但是一直抽不出时间；还有……

真的吗？幸福真的这么难寻？为什么很多人眼里的幸福都在别的人身上出现？

我想起了两个月前去洛杉矶，在圣塔莫尼卡的海滩上遇到的一对韩国老夫妇。那天，天空很蓝，海面翻卷着白浪。我们注意到，在一个高出海滩的土坡上，有成群的白色海鸟起起落落。走近一看，那对老夫妇正在从小麻袋里掏出食物喂它们。看得出来，老夫妇和这些海鸟很熟，因为几乎每一只鸟他们都能叫得出名字来，还指指点点对我们说哪只鸟最调皮，哪只鸟最近刚做了妈妈。原来，老夫妇住在这里已经七年多了，七年中的每一天下午，他们都会来喂海鸟。“我们都觉得这是生命中的幸福时光。”老夫妇对我们说，“大自然这么美，我们觉得只有做点什么才能回馈。”

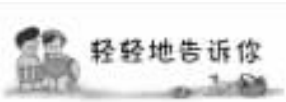
现在，回过头来再想“幸福”二字，我很想说——有的时候，是不是因为我们过于物质化，而人为地夸大了幸福的标准，把幸福当作是一件可以炫耀的外衣？或者是说，我们眼里的幸福，太多地与个人物质欲望的满足联系在一起，以至于当我们得不到满足，就会心生怨气？也许，正是因为我们现有的思维方式和处世方式，影响了我们对幸福的感受。

当然，生活中仍然会有很多的不如意，但这些不如意不足以改变我们对幸福的体验。对，幸福是一种体验，是每个小小心愿的满足就能给你带来的美好感觉。好比，有人爱是一种幸福；有人分担苦恼是一种幸福；有人愿意一直等着你也是一种幸福。

想一想能够让我们感到幸福的那一刻——第一次见到大海，站在海边久久地享受着温柔的海风；又饥又累的旅行途中，吃了一顿香喷喷的饭；燥热的夏日午后，坐在清凉的家中做自己喜欢做的事；和男友重归于好，他轻轻地给了你一个承诺……啊，太多了。

所以说，幸福是朴实的。它存在于生活中的每时每刻。它不一定是物质的，也不

能够量化。要获得它并不难——只需要你有一颗懂得欣赏、充满感激的、安宁的心。



你也许可以一眼肯定一个人是否富有，但就是凭借你的全部智慧，也无法肯定一个人是否幸福。只有走进别人的心灵深处，你才知道别人是幸福还是不幸。

幸福不可追逐。因为幸福只是一种感觉。

幸福无须等待，又各不相同。

圣经上说：上帝赐福给你。

如果世上真有上帝，那就是你自己。

（孙慧美）

对一朵花的微笑

刘亮程

我一回头，身后的草全开花了。一大片。好像谁说了一个笑话，把一滩草惹笑了。

我正躺在山坡上想事情。是否我想的事情——一个人脑中的奇怪想法，让草觉得好笑，在微风中笑得前仰后合。有的哈哈大笑，有的半掩芳唇，忍俊不禁。靠近我身边的两朵，一朵面朝我，张开薄薄的粉红花瓣，似有吟吟笑声入耳；另一朵则扭头掩面，仍不能遮住笑颜。我禁不住也笑了起来。先是微笑，继而哈哈大笑。

这是我第一次在荒野中，一个人笑出声来。

还有一次，我在麦地南边的一片绿草中睡了一觉。我太喜欢这片绿草了，墨绿墨绿，和周围的枯黄野地形成鲜明对比。

我想大概是一个月前，浇灌麦地的人没看好水，或许他把水放进麦田后睡觉去了，水漫过田埂，顺这条干沟漫漶而下。枯萎多年的荒草终于等来一次生机。那种绿，是积攒了多少年的，一如我目光中的饥渴。我虽不能像一头牛一样扑过去，猛吃一顿，但我可以在绿草中睡一觉。和我喜爱的东西一起睡，做一个梦，也是满足。

一个在枯黄田野上劳忙半世的人，终于等来草木青青的一年。一小片。草木会不会等到我出人头地的一天？

这些简单地长几片叶、伸几条枝、开几瓣小花的草木，从没长高长大、没有茂盛过的草木，每年每年，从我少有笑容的脸和无精打采的行走中，看到的是否全是不景气？

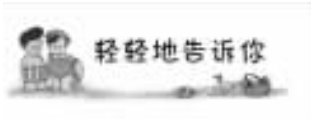
我活得太严肃，呆板的脸似乎对生存已经麻木，忘了对一朵花微笑，为一片新叶欢欣和激动。这不容易开一次的花朵，难得长出的一片叶子，在荒野中，我的微笑可

能是对一个卑小生命的欢迎和鼓励。就像青青芳草让我看到一生中那些还未到来的美好前景。

以后我觉得，我成了荒野中的一个。真正进入一片荒野其实不容易，荒野旷敞着，这个巨大的门让你努力进入时不经意已经走出来，成为外面人。它的细部永远对你紧闭着。

走进一株草、一滴水、一只小虫的路可能更远。弄懂一株草，并不仅限于把草喂到嘴里嚼嚼，尝尝味道。挖一个坑，把自己栽进去，浇点水，直愣愣站上半天，感觉到的可能只是腿酸脚麻和腰疼，并不能断定草木长在土里也是这般情景。人没有草木那样深的根，无法知道土深处的事情。人埋在自己的事情里，埋得暗无天日。人把一件件事情干完，干好，人就渐渐出来了。

我从草木身上得到的只是一些人的道理，并不是草木的道理。我自以为弄懂了它们，其实我弄懂了自己。我不懂它们。



每一朵花都是美的，败落的花瓣也美；

每一棵树都是美的，弯曲的树更美；

每一段河流都是美的，有绿草如荫的河岸更美。

对山笑，对河笑，

对每一天都微笑，微笑迎来，微笑送走。

（王玉强）

让情感的森林永远青葱

刘心武

情感世界好比一座蓊翳的森林，其中有着多种多样乃至复杂微妙的群落，爱与恨也许是其中最壮美与最森严的群落，但除了爱与恨，人的情感森林里还会有诸如钦慕与嫉妒、欣悦与懊恼、痛快与惆怅、融乐与孤独、崇信与狐疑、满足与失落、狂喜与沮丧、祈盼与绝望等等互相纠结的乔木灌木藤萝草菌。大体而言，一个人的感情森林不可能只有单一的树种，也不可能都是“落叶林”或都是“常青树”，并且也不可能只有比如说钦慕这种明亮的情感苗木，而完全没有嫉妒那样的灰暗草菌。

我们首先承认，我们的情感世界难免有纠结杂芜、妍媸混生的状况，并且那情感的森林难免会在外界阴晴风雨、雷霆雨雹的影响下，波动翻腾，变化万千；但是，我们又应懂得，作为这个情感森林的主人，我们不仅应该，而且能够做到，使这座森林保持

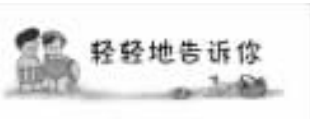
一种良性的“生态平衡”，就是说，到头来，我们要使美丽有益的情感得以蓬勃润生，发展壮大；而使阴暗猥琐的情感受到抑制；某些最具破坏性的情感，比如说膨胀不已的嫉妒，则应如同对待森林害虫与蚀叶霉菌一般，将其尽可能芟灭排除。

上面我们讲到，你应当具有对祖国对同胞对世界对人类对大自然乃至整个宇宙的大爱，那是巨大的情感树丛；但这并不等于说，你可以忽略或轻视许许多多微妙琐屑的情感瞬间，比如你在一个叶尖凝出露滴的清晨，忽然有一种莫可名状的欢愉，又好比你在一个月色如水的夜晚，心尖倏地掠过一丝无端的忧伤……这就好比在大爱的树丛中，还有些蕨草藤蔓、杂花蘑菇；这些情感因子的存在不仅无伤大雅，而且更证明着你人生的丰富，人生的多彩。珍惜你整座的情感森林吧，你的人生使命不是使它单一枯涩，而是让它摇曳多姿！

每个人的情感森林，应当有不同的风格。有的人情感可能比较浓重，有的人可能比较淡薄，有的人可能比较细腻，有的人可能比较朗阔……你属于哪一种？在自赏自己的情感风格时，你无妨容纳甚至欣赏他人那与己不同的情感风格。正是因为人们的情感风格并不一致，我们大家相处时才会有更多的乐趣与回旋余地。当然，情感过分枯涩粗糙，就像没有大树，甚至连灌木草丛也稀稀拉拉的植被，那会导致情感的“沙漠化”；情感过分细腻脆弱，犹如森林中充斥着过多的藤蔓苔藓等寄生物，那会滋生瘴气腐物——都属病态，是我们应尽力改进的。

到过丰茂壮丽的原始森林吗？至少，在影视或照片里，看到过从空中所鸟瞰到的广袤无际的山林，那爽人眼目、动人心魄的景象吧？凡在平衡中健康发展的森林，都显得那么青翠葱绿！我们的情感世界，便应当如那般充实而鲜活，丰盈而瑰丽！

年轻的朋友，祝你拥有一座永葆青葱的情感森林！



“美是上帝置于德行上的标记。”

其实，我们每一个人不都是大自然的一部分吗？艺术不就是被人们提炼过的大自然吗？艺术的美不就是自然的美吗？

一位非洲的猎人康明曾告诉过亨利大卫·梭罗这样一件事，大羚羊和许多其他品种的羚羊刚被杀死时，毛皮里会散发出一种非常美妙的森林和草原的香气。高山直子在广岛原子弹爆炸资料馆看到那张使他刻骨铭心的照片——一张在一片焦土上生机盎然地生长起来的一株野花的照片。

（王玉强）

平和是一种美德

宋　森

平和是待人处事的一种态度，也是做人的一种美德。

宽容是平和的外现。平和的人，厚德载物，雅量容人，推功揽过，能屈能伸。“原谅失败者之心，注意成功者之路”，处事方圆得体，待人宽严得宜。

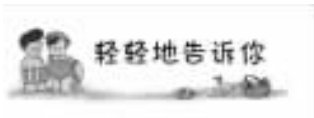
冷静是平和的内涵。平和的人，其玄机在一个“静”字，“猝然临之而不惊，无故加之而不怒”，冷静处人，理智处事，身放闲处，心在静中。

平和的人，眼界极高。表面平凡，实则内聚，心中有坚石般的意志，胸中有经世济邦之策。其心，天青白日，其才，玉韫珠藏。居轩冕之中，不忘山林之味；处林泉之下，须怀廊庙之经纶。

平和的人，热情而不做作，忠诚而不虚伪。内不见己，外不见人，施恩于人是出于真诚，而不是利用别人来沽名钓誉，信奉“君子坦荡荡，小人长戚戚”，光明磊落，纯心做人。

平和既是一种修养，又是一种工作方法。平和的人，从不被忙碌所萦绕，闲时吃紧，忙里悠闲。待人不严，教人勿高。宽严得宜，分寸得体。身心自在，能享受生活之乐趣。

平和的人生，是和谐的人生，健康的人生。



其实，人真的应该活得平和些。因为活得平和，所以才不装腔作势，不忸怩作态；因为活得平和，所以才不做作，不卖弄，一如坦荡的戈壁、壮阔的海洋；也正因为活得自然，所以才有敞开心扉，让世人观瞻的勇气。重视生命的自身价值，在红尘之中独享那份平和，得意而不忘形，失意而不萎靡，宽厚仁慈，真诚纯朴，知足常乐，大智若愚，平平安安活到老，轻轻松松过一生。

（李　平）

苦痛和快乐

靳　以

我逡巡在苦痛和快乐的边沿上，小心地迈着我的脚步，原以为它们中间有遥远的距离，不曾想它们却是那么相近，我左顾右盼，它们就在我的两边。我的胸中充满了愉悦和恐惧，我只得更小心地迈着我的脚步。

我不怕苦痛，可是我也不拒绝快乐。这么长久的时日，我只在苦痛的深渊中泅泳。它虽然是静止的，可是它的波面上停留不住一粒细尘，我用绝望的声音歌唱着我那痛苦的心，从遥远的天边外，响着微细的回应，我的眼前倏地闪了一道光，我瞥见快乐的影子，当我伸出手去，全身俯就它的时候，它就远逝了。

是谁把我拖上来的，我记不清了。我只知道我是被一只温柔的，好像无力的手牵引上来的。我重复看见花，看见树，看见了穿碎白云的飞鸟。我用感激的目光追寻，可是没有一个人在我的面前。我低下头来，看到附着在我心上的永不磨灭的影子，原来他早已投入了我的胸怀。

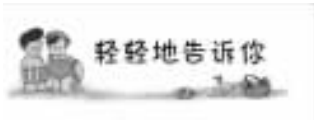
我从苦痛的深渊中爬出，站起身来，才看到快乐原来就在眼前。可是我转回头去，我又望到仍在苦痛中的一群。我虽不曾自去攫得快乐，把若痛掷给别人；可是我也不忍心独自跨过去，无视他们的苦痛，我的苦痛是一个，快乐也是一个。我们都要跨到快乐中去，我看着我那无力的两手，我不知道先向谁伸出去？我注视着他们，每一张脸都是我熟悉的，都是不曾被苦痛淹没而怀着希望的微笑的。我们共过苦痛的，我怎么能把他们遗忘在苦痛之中？

我奋力引他们上来，一个又一个，虽然在困苦中，他们仍有浓郁的兄弟般的爱情，他们并不争先。可是我的力量还是不济了，当我又引着一个的时候，几乎把我又拖下去。幸亏有另外的两只手拉住我，我回头观望，原来是早被我引上来的得到休息的人的手。

我望着他，好像说："你应该休息了呀！"

他望着我，好像回答："当我的同伴还在苦痛中，我不能安心休息的。"

于是我们共同伸出手去，共同把陷在那中间的都引上来，我们都从苦痛中抬起头来，站直了身子，还是我们那一群，一齐大步向快乐走去。我们最快乐，因为我们所得到的是穿过苦痛的快乐。



我们为什么快乐？因为我们不是为自己而活，而是为他人快乐而活着的一群，是为自己的快乐精神而活的一群。这就是快乐的哲学。

（钱　伟）

属于灵魂的智慧才能属于自己

金　马

用肉眼看到的世界，往往并非是真实的世界，——虽然也含有某种真实的成分；

用心灵看到的世界，虽非完整然而大多是真实的，——尽管往往失去形象威严。

需要全本请访问 www.ertongbook.com