第一图书网, tushu007.com

# <<心灵排毒>>

## 图书基本信息

书名：<<心灵排毒>>

13位ISBN编号：9787539035499

10位ISBN编号：7539035498

出版时间：2009-10

出版时间：江西科学技术出版社

作者：钟淼淼

页数：249

字数：200000

版权说明：本站所提供下载的PDF图书仅提供预览和简介，请支持正版图书。

更多资源请访问：http://www.tushu007.com

## 前言

你，觉得什么才是世间最美好的？
朋友间的互助，自然界中的花花草草，迷人的美景，温馨的生活，还有与宠物在一起的快乐时光等等，世间有许多美好的事物，需要我们认真的观察、体会与留恋！
这些美好的事物让我们欣喜，让我们感动，让我们牢记心田……　人生短暂，美丽转瞬即逝，但只要我们用心去感受，美便俯拾皆是。
失落时的一个微笑，孤独时的一声祝福，忧伤时的一份慰藉……都会给人以美的享受。
人生美丽，从生命的开端到结束，孕育着无尽的美——心灵，在美丽中晃动；希望，在美丽中萌芽；生命，在美丽中充实。
让我们倾注所有的激情，所有的心智，去感悟人生，阅读那些美好。
你，是否曾怀疑世间不会存在着美好？
其实，美与恶是共存的，这世上总有美的存在，但也会有邪恶并存，如果我们光看邪恶，不去领略生活中的美，不尽快排除心中堆积的毒素，就只能生活在失望痛苦中。
所以，当你发现自己的心灵已经淤积了毒素，就应该立刻宣泄，否则，只会越积越多，让你郁郁寡欢。
你不妨用智慧的心灵去体悟复杂而美好的世界，去处理人世间的大事小事。
把心灵闲置不用是一种可怕的浪费，因此，排出你心灵中的毒素，让自己学会阅读那些美好吧！为你的心灵开一扇窗，让快乐自己走进来。
《心灵排毒：阅读那些美好》是一本让你淡定从容的智慧书，一本让你解读心灵的枕边书。
它将对你的人生困惑进行调适并提供解决之道。
我希望本书可以成为一盏甘洌宜人的香茗、一段轻柔舒缓的音乐、一声温暖体贴的问候，在不知不觉中，将损害你心理健康的心灵之毒，渐渐化解得无影无踪。
亲爱的朋友，只要你敞开心扉，全身心去聆听那些美好的情感乐章，阅读身边一个个充满真情的故事，一段段直指心性的情感哲理，都可以感动你的心灵，慰藉你的孤寂，抚慰你的伤痛，使你获得拼搏的力量，升华你的生命目标。
本书以“美文+心灵排毒+心理测试”的形式，演绎生活中与人们常见却又擦肩而过的种种美好。
本书将对你的心灵世界进行梳理。
让你在掩卷时，收获一份久违的感动与快乐。
本书在编著过程中，得到了王瑞卿、鲜海波、钟欢欢、颜加兵等众位好友的帮助，在此一并致谢。
最后，我要特别感谢那些故事的创作者们，是他们给予了我们生命最深的感动和点拨。
由于本书选取的故事多半摘编自网络，鉴于种种原因，很难与故事的原作者取得联系，如原作者看到本书，请及时联络我们，以便支付相应的稿酬。
此外，在不影响原故事主旨的情况下，我对一些故事原文进行了适当的删改或改写，敬请故事的原作者给予谅解。
钟淼淼　　2009年6月

## 内容概要

《心灵排毒：阅读那些美好》是一本让你淡定从容的智慧书，一本让你解读心灵的枕边书。
它将对你的人生困惑进行调适并提供解决之道。
我希望本书可以成为一盏甘洌宜人的香茗、一段轻柔舒缓的音乐、一声温暖体贴的问候，在不知不觉中，将损害你心理健康的心灵之毒，渐渐化解得无影无踪。
亲爱的朋友，只要你敞开心扉，全身心去聆听那些美好的情感乐章，阅读身边一个个充满真情的故事，一段段直指心性的情感哲理，都可以感动你的心灵，慰藉你的孤寂，抚慰你的伤痛，使你获得拼搏的力量，升华你的生命目标。
本书以“美文+心灵排毒+心理测试”的形式，演绎生活中与人们常见却又擦肩而过的种种美好。
本书将对你的心灵世界进行梳理。
让你在掩卷时，收获一份久违的感动与快乐。

## 书籍目录

第一篇 感动篇 你是我的眼，我是你的腿 白色的眼睛 一辈子只认识两个字的父亲 老牛的故事 镌刻在地下500米的母爱 用生命连成的绳子 死神也怕咬紧牙关 一场非同寻常的葬礼 一生一世的欺骗 不声不响的浪漫 一度温暖，一百度爱情 让妈妈活下去的理由 十件好事产生的魔力 妹妹，你是我的阳光 再陪你吃顿早餐 一条假钻手链 一刹那等于0.018秒 天堂门前 “ 吝啬 ”的人第二篇 感伤篇 苹果皮 刻着“ 征婚启事 ”的墓碑 一只猫的生死遗言 你又迟到了！
一支口红 一枚铜板 两只蚂蚁的故事 鱼儿和水儿 第一个转身的是感情上的天使 爱如洋葱 用一个夏天换来的百合花 少女和小偷的爱情 生死跳伞 两只蟋蟀第三篇 感悟篇 抄写讣告的人 善意都是美好的 快乐的时间等于生命的时间 戒烟 洗手间里的晚宴 士兵伊万斯 毕生的财富 那个叫做“ 绿拇指 ”的笨男孩 考验勇气 幸福的台阶 修剪欲望 把正面留给成功 一个装满木头的箱子 只有自己才是自己的上帝 我的左腿 向梦想冲刺 生命的价值 君子之争 藤田田的成功 出租车司机的职业水准 小镇书店

## 章节摘录

第一篇 感动篇　　你是我的眼，我是你的腿　　“如果我看不见了，你就是我的眼；如果你走不动了，我就是你的腿。”50年前，一对遭遇不幸的恋人相互安慰着。

那时，他拼死拼活赚下了一大笔钱。

他要用亲手建好的村子里第一座宽敞明亮的砖瓦房，来迎娶深爱着的她。

在修建过程中，惨剧发生了，一根近10米高的石柱轰然倒下，眼看石柱正不偏不倚砸向了她，而她竟吓得呆住了。

在千钧一发之际，他猛然冲过去将她扑倒在地。

随着两声惨叫，呈现在人们眼前的是一幕惨不忍睹的血腥场面：她的双腿被石柱砸碎，他的脸被飞溅的石子击中……　　他等她醒过来后，第一句话就是：“如果我看不见了，你就是我的眼；如果你走不动了，我就是你的腿……”她含着热泪点点头：“嗯，一定，一定。”　　成亲时，他是背着她过门的。

他虽然看不见，但还是让人给新娘罩上了红盖头。

他家门前有一条小河，去时让人牵着，回来时他再也不让人牵了。

他说：“你们能帮得了一时，可帮不了一世。”于是，他背着她，她指点着他，慢慢地趟过了那条不算宽也不算窄的河流。

让人佩服的是，在两夫妻共同生活的50年里，没有一次在河里跌倒过，而这条河几乎每年都有几十人要滑倒其中，涨水时，还冲走过两个小孩子。

他十几岁就吹得一手好唢呐，婚后更是练得炉火纯青。

他组建的那个乐班子名噪半个世纪，他们只吹婚礼不吹丧事。

村子里的婚礼上若没有他们就总会觉得少了些喜气。

但无论吹到哪里，他都要带上妻子，他说没有她在身边就蒙不准唢呐眼子。

丈夫吹奏时，她就静静地坐着，脸上时时泛起红晕。

她对丈夫说，你吹的那些欢快曲子，我怎么听都觉得是吹给我听的。

儿孙满堂后，他们就很少出过远门了。

一次，妻子摔了一跤住进了医院，儿女考虑到爹爹感冒了，死活不让他去陪。

在那两天里，他没咽进一粒饭，他说摸不到妻子的手，他的魂都没了。

儿女对爹开玩笑说，如果上天给你一次机会，你是不是想用眼睛看一看娘的模样？

爹说，你娘手心有几根纹路都印在了我心里。

我没看见最美的人，在我心里你娘就是最美的了。

我想，有你娘的眼就够了，眼多了就贪啊，什么都要分个美丑来。

儿女也对娘开过同一个玩笑，如果上天给你一次机会，你是不是想用自己的腿独自走路？

娘说，你爹背着我走，我们可以互相照顾呀。

这么些年来，我们不是一起走过了任何一个想去的地方吗？

我想，有你爹的腿就够了，腿多了就乱走啊，去得去不得的地方都想去。

你是我的眼，我是你的腿。

在他们的心里和眼里，每天都是艳阳天。

他们一起走过了半个世纪的美好人生。

他们互相帮助，互相搀扶，弥补了彼此的缺陷，享受了对方的幸福，谱写了一曲永恒的爱情之歌，一首美得让人心颤的人生之歌。

心灵排毒　　你相信世界上有这样桷潘以沫的爱情吗？

相濡以沫的爱情是一种世俗的、相互搀扶的爱情，这是一种糅合了柴米油盐酱醋茶的爱情。贫穷或富贵，生病或健康，卑微或显赫，低贱或高贵，失意或成功，在人生的路上一路搀扶、相濡以沫，在平静、关心甚或争吵中走向每一个岁末，走向白发苍苍的暮年。

生活中的婚姻大抵如此，当初轰轰烈烈、翻天覆地、不顾一切的爱情最后趋于平淡，像七仙女和

董永一样过着“你挑水来我浇园”的平淡生活。
相爱的人相处久了，激情开始磨灭，感觉开始钝化，更多的是对柴米油盐的关注，注视的眼光也从含情脉脉到偶尔的一瞥和回眸；更多的是在相敬如宾的日子里，偶尔在夫妻的吵吵闹闹中，生出几分激情作为平淡婚姻生活的补白。
相濡以沫的日子有幸福和甜蜜，也有苦涩和酸楚。
在一个屋檐下，日子一天一天地过着，感觉对方是自己的一部分，就像你的左右手，摸起来没有感觉，可真要切去时，却是带着骨连着皮，有痛到极处的感觉。
相濡以沫的爱情，就是你牵我的手，我扶你的腰，风雨无阻，踏雪无痕，害怕自己一个人孤单地留在这世上，也害怕把心爱的人孤独地抛在这个世界上。
这是一种生死相依、相携、相牵、相扶、相靠走到黄昏夕阳、走到白发苍苍的爱情。
白色的眼睛　　儿子四岁那年，一只眼睛被一粒飞石击中，当时就血流如注。
送到医院后，医生摇摇头，说创伤太重，无法医治了，只给孩子配了一些简单的药水。
父亲不死心，抱着孩子到了上海，但上海的医生彻底地粉碎了父亲的希望，他们坚定地说：“眼睛没法医了。
”　　父亲抱着孩子走在街上，不禁悲从中来，坐在街头掩面大哭。
不懂事的孩子问：“爸爸，你怎么哭了？
”　　儿子六岁的时候，右眼已经泛白了，很是难看。
他问父亲：“为什么我的一只眼睛是白颜色的？
”　　父亲无言以对。
父亲知道，孩子将为这只眼睛付出一生的代价，他做任何事情都要比其他人困难。
父亲在一家花岗石厂工作，负责装运。
那一年，他在车间里出了事故，在吊装一块几吨重的花岗石时，链条突然断裂，砸在料堆里，溅起的碎石像子弹一样击中了他的面部。
他突然眼前一黑，什么也看不到了。
送到医院后，他的一只眼睛比孩子当年伤得轻些，另一只眼睛倒无大碍。
但他竟然拒绝治疗！
他向厂方提出要求，他不治那只伤眼，能不能把医药费支付给他。
厂方问他为什么这样做，他说想用这笔钱给儿子装一只假眼。
厂方对这个提议当然不能接受，坚持让他去医院诊治那只伤眼。
他还是拒绝了。
厂方为了避免后顾之忧，让他写了保证书，内容大意是如果眼睛瞎了，和厂方没任何关系，他真的写了。
许多人都以为他疯了，他却不作任何解释。
二十年后，这位父亲已经开了一家绣花厂，人们都称他“独眼厂长”。
他的儿子很英梭，丝毫看不出是残疾人。
那一年，儿子和一位漂亮的姑娘结婚了，婚礼上，有人问新娘：“你在乎他只有一只眼睛吗？
”新娘说：“虽然他只有一只眼睛，但他比正常人更大方。
”而新郎笑着说：“因为我只有一只眼睛，所以像猎人一样瞄准了她。
”众人被这对新人的言语逗笑。
在儿子的婚宴上，年老的父亲喝醉了。
他指指自己的一只瞎眼，对亲朋好友说：“你们知道我的眼睛当年为什么不去治？
”　　老人接着说：“以前儿子常常问我，自己的眼睛为什么是白色的。
我就把儿子拉到身边，指指自己的瞎眼，说，儿子，爸爸也是这样的，这叫遗传。
”　　众人听了，全都愣在那里！
心灵排毒　　此刻，你是否应该给你的父亲打个电话呢？
父爱无言，父亲常以他独有的沉静，诠释着父爱的责任。
父爱越是深沉，越是含蓄，你才越会在某一瞬间，突然发现父爱的深重与伟岸。

父爱无法用华丽的辞藻来描述。
父亲对子女的感情都是深沉而宽广的，他们只懂得默默地付出。
父爱如伞，为你遮风挡雨；父爱如雨，为你濯洗心灵；父爱如路，伴你走完人生。
恐惧时，父爱是怀中温暖的抱枕；黑暗中，父爱是一盏照明的灯；枯竭时，父爱是一湾生命之水；努力时，父爱是精神上的支柱；成功时，父爱又是鼓励与警钟。
父爱，如大海般深沉而宽广。
父爱是一缕阳光，让你的心灵即使在寒冷的冬天也能感到温暖如春；父爱是一泓清泉，让你的情感即使蒙上岁月的风尘依然纯洁明净。
父爱同母爱一样的无私，它不求回报；父爱是一种默默无闻、寓于无形之中的一种感情，只有用心的人才能体会。
一辈子只认识两个字的父亲　　我的名字不是父亲取的。
父亲是一个地地道道的农民，一个地地道道的文盲。
在我满月的时候，父亲特意请来乡里一个挺出名的算命先生，算出我五行缺金，又因为父亲希望我长大有出息，能够跳出穷山村，于是算命先生便给我掐出这样一个名字：金翔。
然而，就因为这个名字，我的童年很孤寂，小伙伴们常玩的“打仗”的游戏，是不会让我加入其中的。
他们会咬文嚼字般地称：金——翔，今天要投降，多不吉利呀！
于是就把我一个人孤零零地晾在一旁。
那种感受父亲是顾及不到的。
也不知父亲是因为没进过一天学堂，还是因成天忙于繁重的农活却仍无法脱离贫困，而造成他长年阴沉着脸和暴躁的性情，加上那望子成龙的心切，便构成他对我独特的管教方式——娃儿的出息是骂出来打出来的！
而我对父亲的恨，也正是在这一次次的领教中，不断加剧加深的——尽管我的学习成绩“应验”了他那句全村闻名的“至理名言”。
为此，我时常想，也许就因为这种“应验”，才致使我的整个童年和少年时代都是在父亲的“至理名言”中度过的。
所以，当我接到大学录取通知书的那天，一口气冲上山顶，哭了。
不是为自己十年寒窗所获的美好前途，成为全村羡慕的第一个大学生，而是为自己终于可以脱离父亲的管制，实现不想见到他的梦想！
所以，对向来节俭的父亲大办酒席，忙着招待前来祝贺的乡亲的那个高兴劲儿，不屑一顾；所以，在冲出家门的时候，我是那样急急迫迫而义无反顾，一点儿也不顾及父亲的黯然神伤……　　在省城念书的头两年，我没有回过一次家，没有认真给父亲写过一封信，就连每次收到他托人寄来的生活费，我也只是应付性地写上“钱已收到，勿挂念”之类的短语。
直到大三那年，直到父亲托人给我写来一封书信时，我的灵魂和良知才受到亍一次强烈的震动，我才开始懂得该如何去咀嚼和阅读自己生命中一再忽略的、仇恨的那份沉重的父爱。
信是父亲找上初中的小侄子写来的，没什么要紧事，只是问我好不好而已。
可信写了满满几页，只因小侄子详细地讲明父亲来信的原因，说是父亲那晚做了一个梦：他梦见自己吃馍，拿起来刚咬一口，两颗大牙就莫名其妙地没了，一看呢，馍上一片血红，牙都黏在上面……惊醒之后，父亲便再也睡不着了。
于是天刚亮就找小侄子写信。
而这一切呢，仅仅因为老家流传着一种说法，说是梦见大牙掉是要死亲人的。
父亲首先想到的是他离家在外求学的儿子。

## 编辑推荐

一本让你淡定从容的智慧书，一本让你解读心灵的枕边书。
一次“心灵排毒”，一瞬间的顿悟，一则故事的启发，都可能成为你人生的转折点，帮助你轻松、灵活地度过美好人生。
希望本书能成为一盏甘洌宜人的香茗，一段轻柔舒缓的音乐，一声温暖体贴的问候，在不知不觉中将损害健康的心灵之毒，渐渐化解得无影无踪。

## 版权说明

本站所提供下载的PDF图书仅提供预览和简介，请支持正版图书。

更多资源请访问:http://www.tushu007.com