散文精品

人生感悟卷

小 鑫 主编

伊犁人民出版社
YILIRENMINCHUBANSHE

需要全本请访问 www.ertongboo

散文精品

人生·感悟卷

伊犁人民出版社出版发行
新疆奎屯市北京西路 圆号　邮编 雪
河北省永清县印刷厂印刷

开本 毫米　印张 印　字数 千字　印数 册
年 月第 版　年 月第 次印刷

全套六册定价 元 本册 元 雪

目　　录

A 辑　人生贵称意

追寻真爱——/席　绢（003）
一粒米，一亩田——/林清玄（005）
天才梦——/张爱玲（009）
假如我有九条命——/余光中（012）
个人的不幸算什么——/谌　容（017）
把敌人变成人——/摩　罗（021）
十年，还一副尊严——/栖　云（024）
打开自己的宝藏——/他　他（030）
生命的价值——/试　翼（032）
人生不是一个目的——/傅东华（034）
人贵自知——/韩　文（037）
人生的行囊——/乔　叶（039）
人生道具——/张　逸（044）

目　录

乐为凡人——夏献成（046）
唱着歌儿回家——赵　冬（048）
人生贵称意——老　敏（051）
像金庸那么武侠——朱近朱（055）
无爱即无忧——阿　盛（058）
十五岁的选择——傅祥友（061）
人人都是第一名——亚　轩（065）
上　路——吕　正（068）
行走的风景——铃　子（070）
伴你运行——李金平（072）
我现在所读的课程叫人生——他　他（074）

B辑　抬起头来做人

承诺太遥远——罗　兰（081）
富翁的大房檐——刘　墉（083）
偏　激——汪国真（085）
死是美丽的——张海迪（087）
别让心灵“欠帐”——司徒伟智（091）
处境并非最重要——王　菲（094）
百折不挠——鲁先圣（096）
无须崇拜——任惠敏（098）
何不做个生活的赢家——黑幼龙（102）
男儿当自强——王　永（104）
勇　气——狄斯妮（108）
我原来很帅——李　瑛（113）
朋友，抬起你的头——王伟忠（115）

别笑我多情——/陆奇志 (117)
谢了,朋友——/程静媛 (119)
柔韧人生——/李含冰 (122)
坐在最后一排——/乔　叶 (124)
给美丽做道加法——/高汉武 (129)
请给我长大的机会——/禾　谷 (132)
抬起头来做人——/梁文福 (137)
善待每个人——/陆培俊/译 (139)
珍惜弱点——/姜维群 (142)
多少激情期待你——/王安雄 (145)
人生没有失败——/窦建东 (147)
接受现实——/赵化南 (149)
人不能向生活称臣——/关庚寅 (152)
去自讨苦吃——/佟可竟 (154)

C 辑　为生命喝彩

秋　颂——/罗　兰 (159)
漂泊者的故乡——/刘　墉 (161)
转念一想——/汪国真 (165)
人生如歌——/何　为 (167)
活在今天——/陈　村 (170)
握住日子的精彩与美丽——/陈大明 (176)
平平淡淡也是真——/琼　林 (178)
这一次,让我等你——/雨　晴 (180)
伴我同行——/小　雨 (182)
十九岁的世界——/郭晓雯 (187)

需要全本请访问 www.ertongb

击败过错——艾明波（190）
我们的未来不是梦——宋　勇（192）
真　爱——赵鑫珊（194）
“长大成人的晚会”——徐国民（197）
无法悲伤——斯　人（200）
人生的滋味——胡　迟（204）
丧失中必有所得——周生祥（207）
人生不售回程票——张玉庭（210）
返青你的新生希望——薛晓赤（212）
人生如月——西　广（213）
给世界一个笑脸——杜立宽（215）
人生如茶——佘玉奇（217）
最后的童话——柯云飞（219）
为生命喝彩——艾明波（222）
最年轻的牛仔——佚　名（224）
半个世纪以前——钟　玲（232）
点燃生命之火——佚　名（236）
天涯我独行——尚昌平（238）

D辑　亮在需要处

火　种——罗　兰（245）
别让自己更孤独——刘　墉（247）
人不只是要生存下去——福克纳（251）
一生何求——王开林（253）
成功的人生——邓　皓（256）
感动馈赠——乔　叶（258）

竞争人生——陈大明（260）
获　得——姜利敏（262）
年轻，无权享受——罗　西（264）
何必自寻烦恼——倪辉祥（266）
亮在需要处——王安雄（269）
握住时间的手——林荣新（271）
平淡的朋友最长久——于　勤（274）
读自己——刘战英（278）
遗忘教你洒脱——虞荣舜（281）
为了一个美好的约定——佚　名（283）
人生九章——鲁先圣（286）
浪人的家园——程黧眉（291）
储蓄人生——丁惠忠（297）
踏雪而行——曹　蓉（301）
人生如棋——胡子宏（305）
人生，没有白干的事——刘兆林（308）

E辑　吻住生命

抗礼教的女子——席　绢（315）
清　高——汪国真（317）
女孩的情调——洪　烛（319）
吹口琴的女孩——周德东（321）
窗　外——董　桥（325）
你就是一道风景——胡西淳（327）
女人味——黄文婷（329）
羞色最美——相　亭（331）

目　录

红发带——/刘国芳 (334)
幸福如衣——/乔　叶 (337)
寄给我水仙花的女孩——/张平治 (342)
二十年前的女性——/杨雪花 (347)
生命中第一个男孩——/郝晓枫 (351)
吻住生命——/曹松秀/译 (355)
菊花女子——/曹晓岚 (360)
女人爱的一生——/素　素 (364)
爱是没有条件的——/张　青/译 (370)
玫瑰陷阱——/叶　南 (375)

粤辑

人生贵称意

求乐的人生观熏才是自然的人生观熏真实的人生观。我们应该顺应自然熏立在真实上熏求得人生的光明熏不可陷入勉强、虚伪的境界，把真正人生都归幻灭。



他与她都有聊不完的话，等到日子一久，她总有开窍的一天。谁说这样不能算约会呢？

追寻真爱

席　绢

这小东西出现了，她好小、好天真，坦白无邪的脸上闪着孩子般无伪的光彩。

对什么事都好奇，没有一般小女孩儿的骄纵与任性无知。她的脑中像是有一架天平，在施与受之间注重平等。

勇于承认事实——虽然她把自己的长相看得太扁了。她的每一个思想反应全表现在一张小脸上。

基本上，她是有些男孩儿气的，性子率真随意，不拘小节；更准确一点地说，她还未成熟到开始幻想爱情那一类的东西，即使她爱看别人发生爱情故事；但那思想并不存在她大脑中。

对这一点，他不知道自己是该喜还是该忧。要如何让这个小家伙开窍呢？

昨日再见后他已肯定他要她，问题是，小家伙并不明白爱情这东西是什么。如果直接对她宣告两人要谈恋爱了，他相信，看到的反应绝对不是她的

含羞带怯的小女儿娇态，恐怕是兴致勃勃充满好奇的眼光，天天追问两人怎么谈才叫恋爱！搞不好还会准备笔记本做记录以便参考。这样一来，还能叫谈恋爱吗？

不过，目前这情况，也算是稍入佳境了，他与她都有聊不完的话，等到日子一久，她总有开窍的一天。谁说这样不能算约会呢？

他喜欢真实心情的交流、喜欢聊全天下最普通的话题，而不要骗人的罗曼蒂克与风花雪月。瞧着她那会说话的表情，真是有趣极了。

需要全本请访问 www.ertongb

全天下就是一粒小米，一粒小米的体验也就是在体验整个天下。

一粒米，一亩田

林清玄

丰收的歌

有一次在山地部落听山地人唱“小米丰收歌”，感动得要落泪。

其实，我完全听不懂歌词，只听到对天地那至诚的祈祷、感恩、欢愉与歌颂，循环往复，一遍又一遍。

夜里，我独坐在村边，俯视那壮大沉默的山林，仰望着小米一样的星星，回味刚刚喝的小米酒的滋味，和小米麻薯的鲜美，感觉到心里仿佛有一粒小米，饱孕成熟了，这时我的泪才缓缓地落了下来。

落下来的泪也是一粒小米，可以酿成抵御寒风的小米酒，也可以煮成清凉的小米粥，微笑地走过酷暑的山路。

星星是小米、泪是小米，世事是米粒微尘，人

是沧海之一粟，呀，全天下就是一粒小米，一粒小米的体验也就是在体验整个天下。

在孤单失意的时候，我就会想起，许多年前山地部落的黑夜，沉默的山林广场还在唱小米丰收歌，点着柔和的灯，灯也是小米。

我其实很知道，我的小米从未失去只是我也需要生命里的一些风雨，一些阳光，以及可以把小米酿酒、煮粥、做麻薯的温柔的心。

我的小米从未失去，我也希望天下人都不失去他们的小米。

那种希望没有歌词，只有至诚的祈祷、感恩、欢愉与歌颂。

循环往复，一遍又一遍。

地瓜稀饭

吃一碗粥、喝一杯茶，细腻、尽心地进入粥与茶的滋味，说起来不难，其实不易。

那是由于有的人失去舌头的能力，有的人舌头太刁，都失去平常心了。

我喜欢在早上吃地瓜粥，但只有自己起得更早来熬粥，因为台北的早餐已经没有稀饭，连豆浆油条都快绝迹了，满街都是粗糙的咖啡牛奶、汉堡包与三明治。想一想，从前每天早晨吃稀饭，配酱菜、萝卜干、豆腐乳，是多么幸福的事呀。

那从困乏与饥饿中体验的真滋味，已经很久没

有了。

百 千 粒 米

是伪山灵佑的故事，有一次他的弟子石霜楚圆正在筛米，被灵佑看见了，说："这是施主的东西，不要抛散了。"

"我并没有抛散了。"石霜回答。

灵佑在地上捡起一粒米，说："你说没有抛散，那，这个是什么？"

石霜无言以对。

"你不要小看了这一粒米，百千粒米都是从这一粒生长出来的。"灵佑说。灵佑的教法真好，一个人通向菩提道，其实是与筛米无异，对一粒习气之米的轻忽，可能生出千百粒习气；对一粒清纯之米的珍惜，可以开展一亩福田。

蟑 螂 游 泳

一只蟑螂掉进抽水马桶，在那里挣扎、翻泳，状甚惊惧恐慌。

我把它捞起来，放走，对它说："以后游泳的时候要小心喔。"

它称谢而去。

大小是相对而生的，对一只蟑螂，抽水马桶的一小捧水就是一个很大的湖泊了。

吃馒头的方法

永春市场有山东人卖馒头，滋味甚美。

每天散步路过，我总是去买一个售价 6 元的馒头，刚从蒸笼取出，圆满、洁白、热腾腾的，充满了麦香。

一边散步回家，一边细细地品味一个馒头，有时到了忘我的境地，仿佛走在广阔的小麦田里，觉得一个馒头也让人感到特别的幸福。

小　　小

小小，其实是很好的，饮杯小茶、哼首小曲、散个小步、看看小星小月、淋些小风小雨。或在小楼里，种些小花小木；或在小溪边，欣赏小鱼小虾。

也或许，和小小时候的小小情人在小小的巷子里，小小的擦肩而过，小小的对看一眼，各自牵着自己的小孩。

小小的欢喜里有小小的忧伤，小小的别离中有小小的缠绵。

人生的大起大落、大是大非，真的是小小的网所织成的。

我从小被视为天才，然而，当童年的狂想逐渐褪色的时候，我发现我除了天才的梦之外一无所有——

天 才 梦

张爱玲

我是一个古怪的女孩，从小被视为天才，除了发展我的天才外别无生存的目标。然而，当童年的狂想逐渐褪色的时候，我发现我除了天才的梦之外一无所有——所有的只是天才的乖僻缺点。世人原谅瓦格涅的疏狂，可是他们不会原谅我。加上一点美国式的宣传，也许我会被誉为神童。我三岁时能背诵唐诗。我还记得摇摇摆摆地立在一个满清遗老的藤椅前朗吟“商女不知亡国恨，隔江犹唱后庭花”，眼看着他的泪珠滚下来。七岁时我写了第一部小说，一个家庭悲剧。遇到笔划复杂的字，我常常跑去问厨子怎样写。第二部小说是关于一个失恋自杀的女郎。我母亲批评说：如果她要自杀，她决不会从上海乘火车到西湖去自溺，可是我因为西湖诗意的背景，终于固执地保存了这一点。

我仅有的课外读物是《西游记》与少量的童话，但我的思想并不为它们所束缚。8岁那年，我

尝试过一篇类似乌托邦的小说，题名《快乐村》。快乐村人是一好战的高原民族，因克服苗人有功，蒙中国皇帝特许，免征赋税，并予自治权。所以快乐村是一个与外界隔绝的大家庭，自耕自织，保存着部落时代的活泼文化。我特地将半打练习簿缝在一起，预期一本洋洋大作，然而不久我就对这伟大的题材失去了兴趣。现在我仍旧保存着我所绘的插图多帧，介绍这种理想社会的服务、建筑、室内装修，包括图书馆、“演武厅”、巧克力店、屋顶花园。公共餐室是荷花池里一座凉亭。我不记得那里有没有电影院——虽然缺少了这文明的产物，他们似乎也过得很好。

9岁时，我踌躇着不知道应当选择音乐或美术作我终身的事业。看了一个描写穷困的画家的影片后，我哭了一场，决定做一个钢琴家，在富丽堂皇的音乐厅里演奏。

对于色彩、音符、字眼，我极为敏感。当我弹奏钢琴时，我想象那八个音符有不同的个性，穿戴了鲜艳的衣帽携手舞蹈。我学写文章，爱用色彩浓厚，音韵铿锵的字眼。如“珠玑”，“黄昏”，“婉妙”，“Splendour”，“melancholy”，因此常犯了堆砌的毛病。直到现在，我仍然爱着《聊斋志异》与俗气的巴黎时代报告，便是为了这种有吸引力的字眼。

在学校里我得到自由发展。我的自信心日益坚强，直到我16岁时，我母亲从法国回来，将她睽

需要全本请访问 www.ertongb