



欢喜田

Cheerful Field



沉思的百合

琴涵



以平静的心
来承领红尘试炼



以谦卑的心
来接受上天教诲

◎ 国际文化出版公司

欢喜田

5

——





欢喜田

Cheerful Field



沉思的百合

栾 涵



国际文化出版公司

图书在版编目 (CIP) 数据

欢喜田/栾涵著. - 北京: 国际文化出版公司, 2001.9
(生活智典丛书)

ISBN 7-80173-012-7

I. 欢… II. 栾… III. 随笔-作品集-中国-当代
IV. I267.1

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2001) 第 058670 号

版权登记号: 图字 01-2001-3169

欢喜田

著 者	栾 涵
策 划	许 明 姚忠民
责任编辑	陈杰平
封面设计	少 羽
出 版	国际文化出版公司
发 行	国际文化出版公司
经 销	全国新华书店
排 版	北京地质印刷厂
印 刷	公大印刷厂
开 本	787 × 1092 36 开 6 印张 85 千字
版 次	2001 年 9 月第 1 版 2001 年 9 月第 1 次印刷
印 数	1—5000 册
书 号	ISBN 7-80173-012-7/Z·006
定 价	11.00 元

国际文化出版公司地址

北京朝阳区东土城路乙 9 号 邮编 100013

电话: 64271187 64279032

传真: 84257656

E-mail: icpc@public.east.net.cn

序

梁 涵

但愿我有一亩田，种的是快乐花、无忧草和希望树，年年都会有丰收，收割的是无量欢喜。

这会不会只是一个梦想，美丽而又遥远呢？

今年多事，接连两次受伤，都请了长假，在家休养几近半年。心中的沮丧、焦虑和疑惧，无可言说。在这段充满了挫折的日子里，也提供了我许多省思的机会，生活的步调突然变得极其舒缓，我听音乐、看书，重新厘清追求的目标。我总觉得：生命里有一个值得奔赴的理想，有一份衷心喜欢的工作，有一群爱我也为我所爱的人，何尝不是幸福呢？

然而，健康上的重挫，毕竟让我深感愧对今生所有疼爱我的人！

· 1 ·

欢喜田

于是，我告诉自己：即使面临不堪的境遇，仍要努力迎向阳光；在愁惨的心田中，也要开出灿烂的花。世间的一切都是变动不居的，欢乐无法停留，忧伤也不会永久。

让我以平静的心，来承领红尘试炼；也让我以谦卑的心，来接受上天教诲。

因此，当我用“欢喜田”来作为书名，其实也蕴含着我对人世虔诚的祝福。

我愿意相信，每个人的心中都是一亩田，可以种花种草种人间的美善，也收割无量的欢喜。

《欢喜田》里，有我年轻的心情和对尘世的种种领悟。谨将这本书献给在逆境中不忘力争上游和在顺境中也能知所感恩的朋友。

NA243/07

作者介绍

栾 涵

- ◎本名郑频。
- ◎以敏锐、多情的心来体味人生，文字清丽圆融，处处闪现智慧。
- ◎有多篇文章入选教科书，且被大量采用作为高中高职联考阅读测验的范文。
- ◎曾获中山文艺散文奖、台湾教育界研究著作奖、省政府优良作品甄选奖、中国语文奖章等。
- ◎著有《多情》《百合云梯》《心海微澜》《心情不下雨》《情牵一生》《典藏深情》等四十余种。

策划

许 明
姚忠民

责任编辑

陈杰平

目录

序	(1)
---------	-----

春 耕

人间沉思	(3)
天亦有情	(5)
苦茶	(7)
春阳正暖	(9)
春之歌	(12)
岁月	(14)
活在很好的今天	(16)
生机	(18)
快乐的寻求	(20)
不再	(22)
梦	(24)
无常	(26)
理想	(28)
流水一样的人生	(30)

欢喜田

清静自在	(32)
落日	(34)
夜雨	(37)
一星如月	(39)
远眺	(41)
登临	(43)
淡忘	(45)
流泪	(47)
请善待自己	(49)

夏耘

恰如其分	(53)
只要有心	(55)
不贪	(57)
多一些慈悲	(59)
疑	(62)
得意与失意	(64)
挑战	(66)
发财	(68)
愿力	(70)
承担与放下	(72)

目 录

毁和誉	(74)
根基	(76)
为而不有	(78)
拖延	(80)
提早	(83)
闲话	(86)
千般是情	(88)
醉茶	(90)
但愿花常好	(93)
棉花糖的滋味	(95)
那天的阳光	(98)
寂寞黄昏	(100)
星辰和花朵	(102)

秋 收

沉思的季节	(107)
秋阳	(109)
闲趣	(111)
玩味	(114)
窗前绿意	(116)
人间有温情	(119)

欢喜田

泛舟	(122)
简单	(125)
爱是一片天	(128)
美丽的心田	(131)
贞洁的心	(133)
无私	(135)
开心	(137)
只是开始	(139)
懂得珍惜	(142)
负荷	(145)
告别	(147)
菩提心语	(149)
一局棋	(151)
伤逝	(153)

冬 藏

悲凉	(159)
比	(162)
赛跑	(164)
生活是一本大书	(166)
人生蓝图	(168)

目 录

圆满	(170)
不朽	(172)
人间美善	(174)
生活里的阴晴	(177)
一念之间	(180)
洗的联想	(183)
站在更高点	(185)
浮云	(188)
心扉	(190)
跟昨日道别	(192)
当阳光照临	(194)
来自心田	(196)
福与祸	(198)
默	(200)
寄望	(202)

春 耕

春天，阳光正暖。
在心田种下希望种子。
日日夜夜，以爱浇灌。

人间沉思

天地广阔无边，人的微渺却浑然如寄。若我们有同体之心，能细索万物之美，具仁民爱物之德，终究能通晓宇宙的奥妙，进而拥有真正豁达的人生。这，该也是我们所积极追求的境界了。

以仁存心是极可贵的情操。总是灵台中的那一点不舍之思、悲悯之情，使人愿意与天地合一，和万物并生，了解彼此相依共荣的道理，那么，红尘才有成为乐土的可能。

我从来都相信，最好的诗文必然具有平淡清雅的风格。虽然随着时光的流逝，骚人墨客俱往矣；可是，只要作品能流传世间，该有无数读者以心弦相与应和。不论作者曾经遭遇怎样的坎坷，甚至终身穷困潦倒，亦当惊知己于

千古。精神得以长存，肉体虽不免腐朽，又有何憾？

那么，当我们持志而行，要有大勇气，以面对一切的拂逆。既见理想高悬，眼前一时的忧患挫折，又何须耿耿于怀呢？白居易曾有这样的诗：“须知诸相皆非相，若住无余却有余。”细读来，但觉诗情与禅意交融，发人深省。世上有太多的假相，让我们迷惑不解。若能直指本心，明白繁华如梦，镜花水月终成虚空。没有偏执，就不被蒙蔽，万物静观皆自得。行到水穷处，坐看云起，亦是一大快事。悠游任真，不虚耗岁月，我们的人生将更加圆满。

天亦有情

原来，天亦有情，每一滴雨都是上天流下来的泪。

人们常说悲道喜，好似感情丰富。可是，我们看大自然的运作，天何言哉？四时行焉，百物生焉。一切都有既定的轨道可以依循，没有任何的逾越，所以更彰显了井然有序和欣欣向荣。而万物之灵的人类太聪明了，不免予取予求，赶尽杀绝，破坏了大自然的和谐与平衡，却不知当大地反扑时，将自食恶果，也断绝了子孙的生路。

所有的生物原是相互依存的，没有任何一种生物可以完全不仰赖其他而独自存活。关系既然如此密不可分，那么，我们对其他生物的伤害，又何尝不也意味着对自己的斲丧呢？