

◆ 激扬人生智慧，抚慰读者心灵，温情点亮生活 ◆
◆ 美文打动人心，分享人生感悟，传播心灵密码 ◆

10年
珍藏

时文选粹

在清闲午后，在落日黄昏，一杯清茶，翻开手中书卷。看亲情如灯，在悄无声息中照亮我们生命的每一个角落，直至我们悄然泪下。在经意中，把这些美丽的方块字，让平凡事中深含的情感，如岁月般在我们的脑海中流过。也



快乐其实很简单

马 华◎主编

阅读时文是一种享受、是一种情怀，阅读时文是一种幸福

延边人民出版社

启迪人生智慧，抚慰读者心灵，温馨点亮生活
美文打动人心，分享人生感悟，传播心灵密码

10

时文选粹

在清闲午后，在落日黄昏，一杯清茶，翻开手中书卷，看亲情如灯，在悄无声息中照亮我们生命的每一个角落，直至我们悄然泪下。在文字中，把这些美丽的方块字，把生活中深含的情感，如岁月在我们的脑海中流过，也



快乐其实很简单

马 华◎主编

阅读时文是一种享受、是一种情怀，阅读时文是一种幸福

延边人民出版社

责任编辑:崔承范

责任校对:宋建华

版式设计:宋建华

图书在版编目(CIP)数据

经典阅读丛书/马华主编, - 延吉:延边人民出版社,

2005.1(2008,4重印)

ISBN 978-7-80698-375-1

I. 经… II. 马… III. 散文-近代 IV. I546.84

中国版本图书馆CIP数据核字(2004)第139688号

经典阅读丛书

马 华 主编

出版:延边人民出版社

(吉林省延吉市友谊路363号, <http://www.ybcbs.com>.)

印刷:北京旺鹏印刷有限公司

发行:延边人民出版社 印数:3000

开本:710×1000毫米 1/16 印张:240 字数:3400千字

版次:2008年3月修订 2008年4月第2次印刷

标准书号:ISBN 978-7-80698-375-1

定价:476.80元

(如发现印装质量问题,影响阅读,请与印刷厂联系调换。)

目 录

第一篇 快乐其实很简单

读书是快乐的	2
逃离	4
如果我是你	6
快乐其实很简单	9
很爱很爱你	11
别样的父爱	15
何谓幸福	18
习惯快乐	21
生命	23
微笑着继续	25
捕猎人生	27
独味生活	29
人世欢乐	31

第二篇 阳光下的精彩

血色母爱	34
假如你不够快乐	37
盲道上的爱	38
月光幻想曲	40
妈妈要做你的榜样	42
快乐的真谛	45

目 录

尽量让自己快乐	47
月满龙湖	49
论快乐	51
与爱同在	54
追求幸福	56
今生为你	59
阳光下的精彩	61
锻造心情	63
雨中亲情	65

第三篇 快乐的距离

父亲的信	68
快乐的距离	71
掌声为证	73
把笑脸带回家	75
拥你入怀	78
爱的盛宴	80
爱如茉莉	82
一生只爱你	84
生命是美丽的	86
爱晚亭	89
两种父爱	92
有种感动叫幸福	94
花的幸福	96

第四篇 简单的意义

看见阳光就微笑	100
对着麦子微笑	103
简单的意义	106
在微细的爱里	108

我从杨柳烟堆里走过	110
哑巴的爱情故事	112
父母心	114
妈妈说	116
一颗颗星星都是爱	118
爱无俗物	120
我喜欢	122
朋友	125
爱的回音壁	128
常常爱惜	131

第五篇 另一种爱

笑的潇洒	134
美在何方	136
给美丽做道加法	139
留住那个心智觉醒的时刻	141
友谊	143
关于好心情	145
刀爱	147
母亲的工作	150
造心	153
失忆的爱情	156
另一种爱	158
母亲的作业	160
我很重要	162

第六篇 永恒的母亲

简单	166
爱着	168
感谢的心	170

目 录

永恒的母亲	172
简单的道理	175
幸福是颗感恩的心	177
废墟的召唤	179
母亲心上最痛的一刀	182
母亲	185
母亲曾经是我中最不喜欢的人	188
母爱	191
对一朵花的微笑	195
为失败而笑	197

第七篇 得到与失去

耳光	200
无言的爱	203
深深的爱	206
最好的果实	209
买张火车票去看母亲	211
得到与失去	214
爱的秘密	216
生日礼物	218
19 号床是艾滋妈妈	220
闪光的母爱	224
温馨	226
闪光的礼物	228
天堂父亲的来信	231
感激命运 感激母亲	233

第八篇 冬天的阳光滴下来

屋顶上的月光	238
藏在背后的眼睛	240

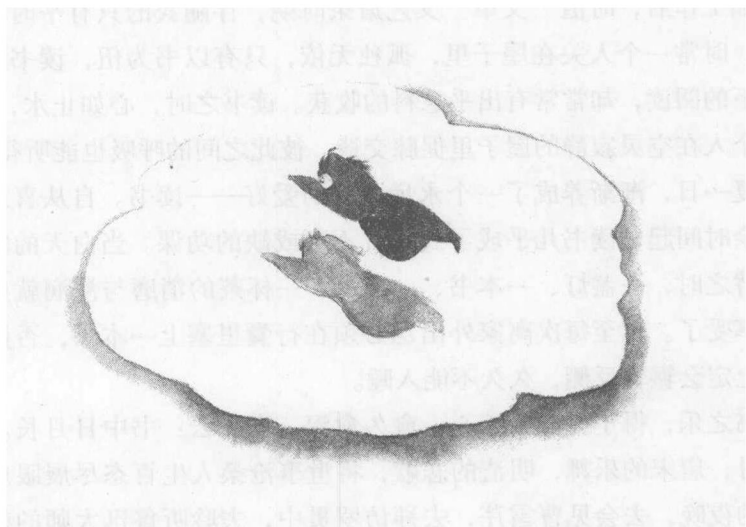
读春之魂	244
绝唱	246
心灵折旧费	249
后母的三巴掌	252
母亲的眼睛	254
母爱给了我力量	257
期待父亲的笑	261
告诉妈妈,我爱她	265
春天的梦	267
爱的礼物	270
冬天的阳光滴下来	272
豆香遍野	274

第一篇

快乐其实很简单

快乐是什么，快乐在于一回头，快乐就是不和自己较劲，快乐就是提得起，放得下。

就请打开心窗吧，让生活和谐的风吹进来，生活中不是没有快乐，而缺少发现它的眼睛。



☞名人名言☞ 你自己和你所有的一切，倘不拿出来贡献于人世，仅仅一个人独善其身，那实在是一种浪费。
——莎士比亚

【名人名言】一个人无论怀有着什么奇才异能，倘然不把那种才能传达到别人的身上，他就等于一无所有。
——莎士比亚

读书是快乐的

与书结缘，还是在孩提时。那时我的小叔在家开了一个小书店，专门出租连环画。借着这个便利条件，“小人书”陪伴我度过了小学时代。尽管那时读书还似懂非懂，却初步尝到了读书的乐趣。

参加工作后，时值“文革”文艺萧条时期，伴随我的只有平时积攒下的一堆书籍，时常一个人关在屋子里，孤独无依，只有以书为伍，读书解闷。本是无奈之下的阅读，却常常有出乎意料的收获。读书之时，心如止水，心无旁骛，仿佛两个人在空灵寂静的屋子里促膝交谈，彼此之间的呼吸也能听得清清楚楚。这样日复一日，渐渐养成了一个永远不变的爱好——读书。自从喜欢用读书来填充业余时间起，读书几乎成了我每日不可或缺的功课。当白天的喧嚣被夜的寂静代替之时，一盏灯、一本书、一支烟、一杯茶的消磨与浸润就成了我最为惬意的享受了。以至每次离家外出也必须在行囊里塞上一本书，否则独卧在异乡的床上定会辗转反侧，久久不能入睡。

读书之乐，得于目而富于心，愈久愈深。古人云：书中日月长。书中有秦汉的冷月，唐宋的乐舞，明清的悲歌，将世事沧桑人生百态尽展眼底。在有月或没月的夜晚，去会见曹雪芹，去拜访罗贯中，去聆听鲁迅大师的教诲，瞬间完全进入了心灵被净化的状态。以书为伍，少了一分浮躁，多了一分清纯；少了一分庸俗，多了一分儒雅。仿佛与圣贤相对而坐，聆听教诲，感到心灵充实丰盈，思想豁然开朗。

读书之益，增知、获趣、致雅。打开一部史书，犹如展开一部历史的长卷，谛听历史的脉搏，咀嚼人生的甘苦；翻开一册文学经典，如同走进一片风景胜地，诗情画意呼之欲出，犹如置身其中。李白的孤傲，陈子昂的愁怀，鲁迅的

激昂，朱自清的深情，梁实秋的淡雅，一一呈现在面前，心境与文字互为水乳，不由自主地跟随作者进入如诗如画的意境。古贤今哲所论述的广泛空间，纵横万里，上下千年，读之陶冶性情，益人心智，发人深省。

读书之喜，结良师益友。书是良师，读旧书如见故人，看新书如遇新知。以书为师，似与先贤对话，如同今哲低语，以明净的心灵与智者娓娓道来，忘记了一切得失荣辱，有的只是一分恬淡求知的心境，一颗祈求解读人生的心灵，让心绪得到安详和宁静。书又是益友，当你痛苦时，书给你抚慰；当你困惑时，书给你解疑；当你迷茫时，书给你指路；当你消沉时，书给你振作。与书为伍，如有良师益友指路导航，目光可以穿越历史的漫长隧道，透彻人生的真谛。

读书之得，渐入佳境。潜心书海，酿就读书人一分无拘无束的读书快意，而所谓的增长知识都是在似春雨润物、春蚕食叶般的快乐阅读中水到渠成，瓜熟蒂落的。同一本书，年轻时读，多半出于猎奇的心理，不能深味；中年时读，便能领会书中精髓，得到洞悉与启迪；年高时读，则犹如人置高处，一览无余。即古人所说的“少年读书如隙中窥月，中年读书如庭中望月，而老年读书则如台上观月”。由此看来，读书的品位也是渐入佳境的。

其实，人生本身就是一部无字之书。漫漫人生，光阴似箭。我们无时无刻不在脚踏实地地撰写人生之书的每一个章节。如今，现代生活丰富多彩，满眼的物欲充斥着人们的视野。我们的心灵需要文化的浸润和濡养，读书不仅需要时间，更需要心境。只要有心读书，便可忙里偷闲。人人都知道开卷有益，但忙人与书无缘，俗人与书无分，若非有意有情，很难与书结为“百年之好”。没有阅读的人生是残缺的人生，学会了读书，就学会了阅读人生，参悟天地，投入社会。让读书成为生活的一部分，修身养性，增知致雅，我们何乐而不为呢？



让读书成为生活的一部分。读一本好书，就好像和许多高尚的人在谈话。从而我们的心灵得到净化，灵魂得到升华。读一本好书，从而可以参悟天地，明了人生。读一本好书，从而少了一份浮躁，多了一份清纯，少了一份庸俗，多了一份儒雅。

☞名人名言☞ 一个人总得慷慨一点，才配受人感谢。

——托马斯·哈代

☞名人名言☞ 一种发自内心的情感，是一种清澈明确的内心感受。这种感受，会使你发现你有能力超越自己，创出意想不到的伟业。

——马克斯威尔·马尔兹

逃 离

食堂的门口有一棵树，矮矮的，向着横斜里舒展出几根粗粗的枝条，短短长长，树干上随意地点缀着些浓淡不一的绿。每每傍晚时分，我从那里走过，看它在夕阳里静静站立，就像站立在油画里一般，说不出的拙朴和奇异。天边的云霞，有时绚丽、有时深沉，仿佛是多变的背景音乐，让它不变的姿态有了韵律，日日为我诠释着风格迥异的美。

有一天，我终于为它驻足，在暮色里出神。

学生时代的我们，没有生活，书本就是我们的天，不能沉醉，却别无选择。按照程式完成了一次次幼、小、中学生的角色转换，终于可以逃离书卷校园，狂喜远不足以形容心情，纵然有着同吃同住的上铺姐妹，但各奔东西的伤感，怎么也挡不住我们匆匆离去的脚步，踏入绮丽的大千世界，看到生活正热情的招手，逃离的快乐如山高水长。

快乐只是一层薄薄的面纱，没有来得及细品，就被一阵流浪的风吹远了。琐碎的日子流水无痕，夹杂着落英缤纷。遥想生活的时候，它是美的形态，投身其中，才感觉锋芒般锐利，捷克作家米兰·昆德拉在他的小说《玩笑》中说：受到乌托邦声音的诱惑，他们拼命挤进天堂的大门，但当大门在身后怦然关上时，他们发现自己在地狱里。生活有时就是这样的黑色幽默，让渺小的人们难看无助。

只有逃离。逃离成了我们本能的选择，某个地方，某个人，某项工作，某种羁绊，只要感觉不再需要不再快乐，我们就变得脚步匆匆，张望起别处的生活，仿佛那里到处闪耀着快乐、自由、幸福、梦想的诱惑之花。可是，当我们怀着某种虚幻愿望，极力想在生活的秋千上，荡到生命的最高处，最终回到的，

却还是它原来的位置。

开始喜欢旅行，希望别处的风景时时宜人，以为陌生和距离会滤去尘沙，呈现哪怕不真实的美丽，在千山万水惊鸿一瞥，在浮光掠影中雁过无痕，却只是偶尔惊艳，少有惊心动魄。兴味盎然而去，带着些许失落归来。风景地从来热热闹闹，只是没有我们逗留的理由。

心寂寞，世界所以寂寞，花开遍地，有人看到的依旧是满眼寂寥落寞，想起心爱的诗歌之一——王维的《竹里馆》：“独坐幽篁里，弹琴复长啸，深林人不知，明月来相照。”羡慕了诗人有那样的勇气，逃出芜杂的世俗，和明月为伴，和清风作友，自由地引吭高歌，仿佛遗世独立，静美之极。可在那幅想象图画里我常常咀嚼出百般的孤独，在旷世的世外山谷里无处遁形，竟让我有些不寒而栗。没有推窗邀月的情怀，没有把酒临风的洒脱，纵然逃到天涯海角，都是牢笼藩篱。可以逃离现实的喧嚣，终逃不了现代人那漫无边际的寂寞命运。看着眼前这棵奇异的树，我明白，无需逃离，逃离是一种懦弱，沉醉却是我们最好的归宿，就像那棵树，独自站立，也可以演绎风情万种，醉了路人。

生活不在别处，它躲藏在我们的心理，微笑着等待我们转过身来。



每个人都和现实世界有着丝丝缕缕的联系，想割也割不断，现实世界在我们眼里又有许多不尽人意的地方。身形可以躲得开，而心逃不掉。可是逃离是一种导弹。我们应正视现实的种种不愉快，用“心”去寻找快乐，努力发掘生活中的“美”。



❏名人名言❏ 巴尔扎克携带的手杖上刻有这样的一句名言：“我粉碎了每一个障碍”；
可我的格言却是：“每一个障碍粉碎了我。”
——卡夫卡

□名人名言□ 人是需要帮助的。荷花虽好，也要绿叶扶持。一个篱笆打三个桩，一个好汉要有三个帮。
——毛泽东

如果我是你

不快乐的女孩：

从你短短的自我介绍中，看来十分惊心，二十几岁正当年轻，居然一连串的用了——最底层、贫乏、黯淡、自卑、平凡、卑微、能力有限这许多不正确的定义来形容自己。

以我个人的经验来说，我也反复思索过许多次，生命的意义和最终目的到底是什么，目前我的答案却只有一个，很简单的一个，那便是“寻求真正的自由”，然后享受生命。

不快乐的女孩，你的心灵并不自由，对不对？当然，我也没有做到绝对的超越，可是如你信中所写的那些字句，我已不再用在自己身上了，虽然我们比较起来还是差，不多的。

如果我是你，第一步要做的事是加重对自我的期许与看重，将信中那一串又一串自卑的字句从生命中一把扫除，再也不轻看自己。

你有一个正当的职业，租得起一间房间，容貌不差，懂得在上下班之余更进一步探索生命的意义，这都是很优美的事情，为何觉得自己卑微呢？你觉得卑微是因为没有用自己的主观眼光观看自己，而用了社会一般的功利主义的眼光，这是十分遗憾的。

一个不欣赏自己的人，是难以快乐的。

当然，由你的来信中，很容易想见你部分的心情。你的表达能力并不弱，由你的文字中，明明白白可以看见一个都市单身女子对于生命的无可奈何与悲哀，这种无可奈何，并不浮浅，是值得看重的。

很实际地说，不谈空幻的方法，如果我住在你所谓的“斗室”里，如果是我，第一件会做的事情就是布置我的房间。我会将房间刷成明亮的白色，在

窗上做一个美丽的窗帘，在床头放一个普通的小收音机，在墙角做一个书架，给灯泡换一个温暖而温馨的灯罩，然后去花市仔细地挑几盆看了悦目的盆景放在房间的窗口。如果仍有余钱，我会去买几张名画的复制品——海报似的那种，将它挂在墙上……这么弄一下，以我的估价，是不会超过4000台币的，当然除了那架收音机以外，一切自己动手做，就省去了工匠费用，而且生活会有趣得多。

房间布置得美丽，是享受生命改变心情的第一步，对我来说，它不再是斗室了。

然后，当我发薪水的时候——如果我是你，我要用极少的钱给自己买一件美丽又实用的衣服。如果我觉得心情不够开朗，我很可能去一家美发店，花100台币修剪一下终年不变的发型，换一个样子，给自己以耳目一新的快乐。我会在又发薪水的下一个月，为自己挑几样淡色的化妆品，或者再买一双新鞋。

你看，如果我是你，我慢慢地变了。

我去上上课，也许能交到一些朋友，我的小房间既然那么美丽，那么也许偶尔可以请朋友来坐坐，谈谈各自的生活或梦想。

慢慢的，我不再那么自卑了，我勇敢接触善良而有品德的人群（这种人在社会上仍有许多许多），我会发觉，原来大家都很平凡——可是优美，正如自己一样。我更会发现，原来一个美丽的生活，并不需要太多的金钱便可以达到。我也不再计较异性对我感不感兴趣；因为我自己的生活一点一点地丰富起来，自得其乐都来不及，还想那么多吗？

如果我是你，我会不再等三毛出新书，我自己写札记，写给自己欣赏。我慢慢地会发觉，我自己写的东西也有风格和趣味，我真是一个可爱的女人。

不快乐的女孩子，请你要行动呀！不要依赖他人给你快乐。你先去将房间布置起来，勉励自己去做，会发觉事情没有你想象的那么难，而且，兴趣是可以寻求的。东试试西试试，只要心中认定喜欢的，便去培养它，成为下班之后的消遣。

可是，我仍觉得，在这个世界上，最深的快乐，是帮助他人，而不只是在自我的世界里享受——当然，享受自我的生命也是很重要的，你先将自己假想为他人，帮助自己建立起信心，下决心改变一下目前的生活方式，把自己弄得活泼起来，不要任凭生命再做赔本的流逝和伤感，起码你得试一下，尽力去试一下，好不好？

享受生命的方法很多很多，问题是你一定要有行动，空想是不行的，下次

☞名人名言☞个性是一个人最大的需要和最大的障碍。

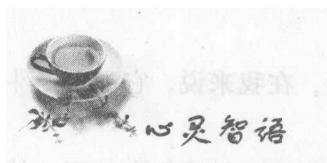
——斯宾塞

☞名人名言☞天性的影响力大于教育。

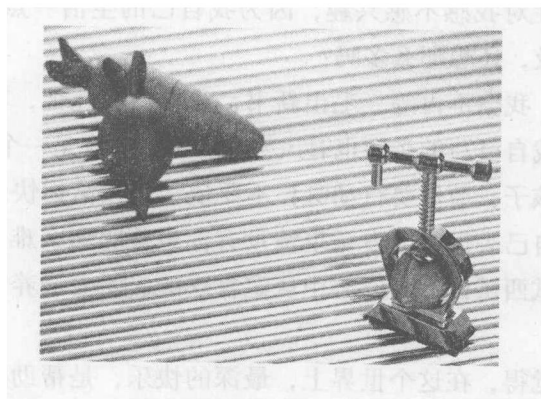
——伏尔泰

给我写信的时候，署名“快乐的女孩”，将那个“不”字删掉好吗？

你的朋友三毛上



生命的意义在于寻找快乐，而快乐就在自己身边，只是你能不能发现，改变自己的不愉悦，就是立刻行动起来，而不是依靠他人的帮助。生命几十载，要学会善待自己，关爱他人，做一个真正的自由人。



快乐其实很简单

有一段时间，因为工作不顺，再加上疾病缠身，我变得非常消沉；有时坐在电脑前，半天竟敲不出一段流畅的文字。

那一天下午，儿子忽然钻进我的书房，恳求说：“爸爸，带我到海边玩玩好吗？”我看着他那渴求的眼神，不忍心再拒绝他。儿子见我点头答应了，高兴地跳了起来，然后把早已准备好的小塑料桶和塑料铲拿在了手中。

其实，我们家距离海滩不到三里路，步行不用半个时辰便到了。在以前，儿子曾多次提出让我带他到海边去玩儿，可是都被我以工作忙为理由拒绝了。儿子还是第一次亲眼见到大海，显得异常兴奋。他指着海滩上停泊的几条木船问：“那些船为什么不到海里去呢？”我告诉他，那些木船都已经破旧了，就像年纪太大的人走不了远路一样。

走到那些木船的近前，船底早就被泥沙掩盖了。我把儿子抱上木船。他站在甲板上好奇地看着那些破旧的船舱；蓦然，他的眼睛一亮，指着舱底那一汪清澈的海水，兴奋地喊道：“你快看，水里面还有小鱼哩！”

而后，儿子俯下身去，仔细地观察着那些在水里游动的小鱼。又过了一会儿，他皱起眉头问我：“爸爸，你说这些小鱼被困在这里会不会很孤单，它们是不是也像你一样整天不高兴呢？”我被儿子稚嫩的话语逗乐了，忽然来了兴趣，就说：“让我们帮它们返回大海好吗？”儿子高兴地点了点头。

于是，我就脱下袜子，赤脚下到船舱里，将那些被困在船底的小鱼儿捉进小塑料桶里面。然后，我和儿子下了木船，走到海边，由儿子亲手把它们放到海水里面。接着，我们又走向另一条木船。当我们把最后一条木船里的鱼儿放入海里时，火红的晚霞已经映红了整个海面。

❖名人名言❖ 你不能凭梦想形成自己的个性，你一定要千锤百炼为自己构成个性。

——夫鲁德