

健康心灵美文书系

轻柔凝练的笔触，行云流水的语词，斑斓夺目的色彩。



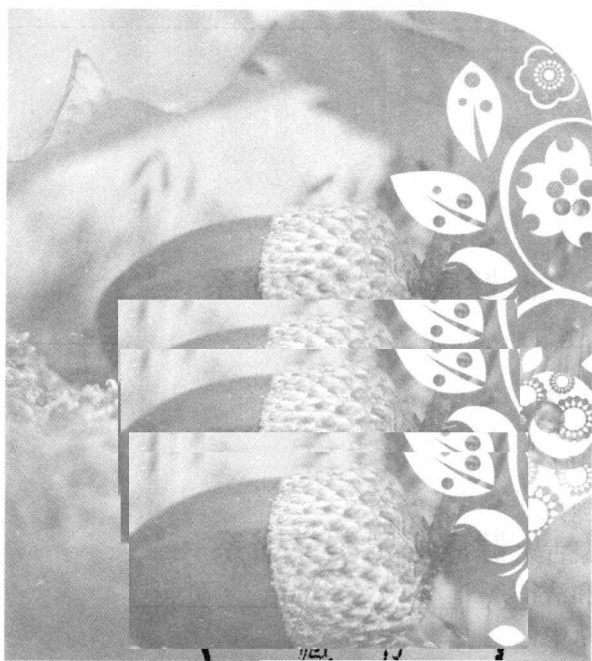
纪伯伦散文诗

开启通往心灵的窗口
领略隽永不朽的哲思

史东梅 主编

内蒙古人民出版社

健康心灵美文书系



纪伯伦散文诗

史东梅 主编

内蒙古人民出版社

图书在版编目(CIP)数据

纪伯伦散文诗/史东梅 主编. —呼和浩特:内蒙古人民出版社,2008. 11
(健康心灵美文书系)

ISBN 978 - 7 - 204 - 09761 - 6

I. 纪… II. 史… III. 散文诗—作品集—黎巴嫩—现代
IV. I378.25

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2008)第 181792 号

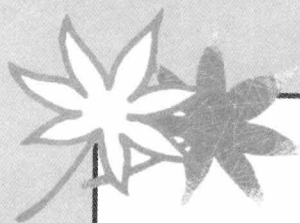


健康心灵美文书系



主 编	史东梅
责任编辑	波勒格太
图书策划	腾 飞
封面设计	袁剑锋
出版发行	内蒙古人民出版社
地 址	呼和浩特市新城区新华大街祥泰大厦
印 刷	北京中创彩色印刷有限公司
开 本	710 × 1000 1/16
印 张	330
字 数	3000 千
版 次	2008 年 11 月第 1 版
印 次	2008 年 12 月第 1 次印刷
印 数	1 - 5000 套
书 号	ISBN 978 - 7 - 204 - 09761 - 6/I · 2058
定 价	616.00 元(共 22 册)

如出现印装质量问题,请与我社联系。联系电话:(0471) 4971562 4971659



前言

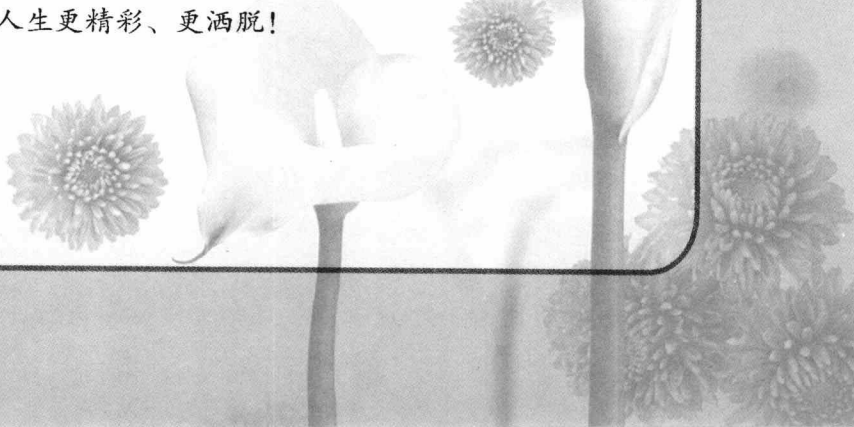
美文是文学世界的一束奇葩，是跳跃在纸上的心灵文字。阅读经典美文，不仅能开阔眼界、增长知识、启迪心灵，还会在悄无声息中照亮我们生命中的每一个角落。

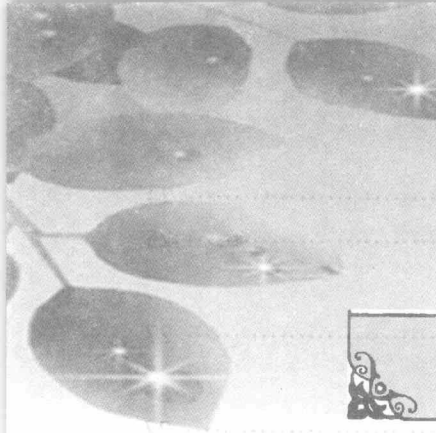
人生的成长就是心灵跋涉的历程，其间难免要经历情感的困惑、欲望的折磨和失败的迷茫，它们会像尘垢一样裹住心灵，使心灵失去本来的清新与灵动，这个时候就需要给心灵以洗涤。为此我们精心编排了《健康心灵美文书系》，用启迪思想的哲理和触动情感的文字，帮助读者洗去心灵的浮躁与疲惫，让心灵得到呵护和润泽，重新焕发生命的热情与活力，让你以一颗健康的心灵和积极乐观的心态去创造幸福美好的人生。

本书所选的美文，均是名家以自身的生活经历和对人生的感悟及细腻激扬的情愫，凭借生花的妙笔，写下的无数文采斐然、脍炙人口的美文佳作。它们不仅丰富了世界文学宝库，而且在人类文明史上留下了永恒的印迹。

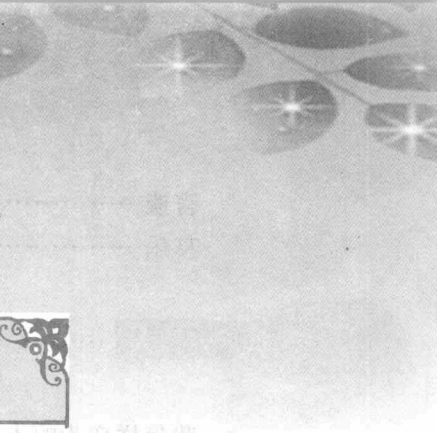
读一篇优美的文章，犹如和一颗至纯至美的心灵在晤谈。精选的经典美文，字字珠玑，每天读一刻钟，便能提高你的阅读能力，丰富你的审美情趣，提升你的人文内涵，培养你的综合能力。在美文的浸润中，培养你优雅的气质，练就你坦荡的胸怀，丰富你的深厚的底蕴。品味精致典雅，解读意趣智慧，激发读写灵感，体会成功启迪！

感人的美文犹如灿烂的阳光，可以温暖我们成长的岁月；温馨的心灵小语犹如汨汨清泉，可以滋养我们的心田；字里行间闪现的智慧之光，可以为我们指明前行的方向。我们诚挚地期望，本书能够洗涤你的心灵，提升你的人生品位，让你在精彩美妙的文字中，体味人生、感悟真情、汲取营养，让你的人生更精彩、更洒脱！





目 录



先 知	1
施与	1
饮食	3
爱	4
婚姻	5
欢乐与忧愁	6
孩子	7
衣服	8
劳作	8
居室	10
法律	11
买卖	13
罪与罚	14
自由	16
自知	17
理性与热情	18
痛苦	19
教育	20
时间	20
善与恶	21
友谊	23



言谈	24
享乐	25

疯 人

我怎样变为疯人	27
稻草人	28
主	28
我的朋友	29
梦游者	30
两个隐士	31
神赐福的城市	32
夜与疯人	33
更辽阔的大海	34
深切的渴望	36
完美的世界	36
当我的忧愁降生时	38
当我的欢乐降生时	39

先知园

一	40
二	43
三	44
四	45
五	46
六	47
七	49
八	50
九	51

十	52
十一	52
十二	54

流 浪 者

流浪者	56
在市集上	57
两位王妃	57
隐士和野兽	58
先知和孩子	59
珍珠	60
国王	60
和平与战争	62
舞蹈家	63
两个监护天使	63
雕像	64
疯子	65
昨天、今天和明天	66
群蛙	67
法律和立法	68
造桥者	68
黄金腰带	69
扎德田野	70
两首诗	71
鲁思夫人	72

泪 与 笑

泪与笑	73
-----------	----

在死人城中	76
诗人的死就是生	77
美人鱼	79
灵魂	80
梦	81
火写的字	82
废墟间	83
时世与民族	85
在美神的宝座前	86
睿智的光临	88
今与昔	89
孤儿寡母	91
真伪之间	92
致我的穷朋友	93
两个孩子	94
旅美派诗人	95
情侣	96
致责难者	98
情语	99
展望未来	100
幻想女王	101
罪犯	103
幸福的家园	104
胸臆	105
盲目的力量	107
往昔之城	109
相会	110
两种死	111
爱情的故事	113
哑巴畜生	114
在时光的舞台上	116

我的朋友	117
死之美	118
组歌	119
人之歌	123
诗人的声音	124
花之歌	128
结语	128

暴风集

被囚禁的君王	130
十字架上的耶稣	131
掘墓人	134
奴隶主义	138
我们与你们	140
神子与猴孙	142
致同胞	144
庙门上	146
夜啊	148
神女	151
自尽之前	152
黑夜与黎明之间	153
梦幻	157
黑夜里	158
麻醉药与手术刀	160
金玉其外	164
龋齿	167
民族与民族性	169
自知之明	171
节日的夜	173

魔鬼	175
诗人巴勒贝克	183
口蜜腹剑	187
巨人	190
亲人之死	192
暴风	194
披风后面	202
贪心的紫罗兰	204
诗人	207
言语与夸夸其谈者	208

沙与沫	211
------------------	-----





先知

施 与

一位富人接下来说，请为我们讲施与。

他答道：

当你们拿出自己的财产时，你们的施与微不足道。

你们奉献自己时，才是真正的施与。

因为你们的财产不就是一些你们担心明天可能需要才占有、才保护的东
西吗？

而明天，明天又能给那谨小慎微追随朝圣者，而又把骨头埋藏在荒沙里的
狗带来什么？

除了需要本身，你们还需要什么呢？

当井水满溢，你对干渴的恐惧岂不就是一种无法解脱的干渴？

有些人只捐弃自己财产中的一点一些，——他们是为得到认可而施与，而
他们隐藏的欲望使他们的馈赠不成为美。

也有一些人，他们拥有甚少，却全部付出。

他们相信生命和生命的赠礼，他们的储柜从不空虚。

有些人快乐地施与，这快乐就是他们的回报。

有些人痛苦地施与，这痛苦就是他们的洗礼。

还有一些人，给予时并不觉得痛苦，也不是为了寻求快乐，或布善施德；

只能和你同乐不能和你共苦的人，丢掉了天堂七个门中的一把钥匙。

——纪伯伦





他们施与,就像山谷那边的桃金娘散发芳香。

上帝通过这些人之手施教,透过他们的双眸向大地微笑。

被祈求时施与固然很好,但更高的境界是通过体察,在别人开口前相赠。

对于慷慨的人,能找到乐于接受馈赠的人较之施与本身是更深的快乐。

你有什么不能舍弃的呢?

总有一天,你所有的一切都将留与他人;

所以现在就馈赠吧,把奉献的时机留给你自己,而不是你的继承人。

你们常说:“我会解囊,但只为值得的人。”

你们果园中的树木不会这样说,你们草地上的羊群也不会这样说。

因为奉献,它们才会生存,而拒绝只会带来灭亡。

一个配得到自己白昼与黑夜的人,无疑配从你们这里获得其他一切。

一个配从生命之海中取饮的人,也配从你们的小溪里汲满水杯。

什么样的美德能超过接受的勇气、信任、甚至慈悲?

你是谁,值得人们撕开胸膛、摘下自尊的面纱,让你看到他们赤裸的价值和他们无愧的尊严?

先审视一下自己是否配作一个馈赠者,一件施与的工具。

因为一切都是生命对生命的馈赠——而你,将自己视为施主的你,不过是一个见证。

至于你们这些受惠者——你们的确都是受惠者——毋须背负感恩戴德的重担,以免给自己以至施与者套上枷锁。

不如与施予者凭借馈赠,如同凭借一对翅膀,一起飞翔,

因为耿耿于欠负,就是怀疑那以乐善好施的大地为母,以上帝为父的施与者的慷慨了。

需要证明的只是一半真理。

——纪伯伦



饮 食



然后一位老人，客栈的店主说道，请给我们谈谈饮食。

他说道：

我固然希望你们能靠大地的芬芳生存，如空气中的植物靠阳光延续生命。

但既然你们不得不杀生为食，从初生羔犊口中抢夺它们母亲的乳汁以解干渴，那就让这成为一种崇拜方式吧。

在你们的案俎上立起一座祭坛，让森林和平原的纯真为人类的更加纯真，在这祭坛上奉献牺牲。

当你们宰杀一只畜禽，你们应在心中对它说：

“现在屠宰你的力量也将屠宰我，我同样也会被吞食。

因为把你送到我手中的那一规律也将把我送到更强者的手中。

你的血和我的血都不过是滋养天国之树的汁液。”

当你们用牙齿咀嚼一只苹果，你们应在心中对它说：

“你的种子将在我的体内生存，

你明日的花蕾将在我心中开放，

你的芬芳融入我的气息，

你我将带着喜悦共度每一个季节。”

秋日里，当你们采集园中葡萄酿制醇酒，请在你们的心中说：

“我也是一座葡萄园，我的果实也将被采摘酿制，

我亦将如新酒，注入永恒的容器。”

冬季，当你们斟饮美酒，请在心中为每一杯酒歌上一曲；

让歌声忆起秋日，葡萄园和美酒的酿制。

一个羞赧的失败比一个骄傲的成功还要高贵。

——纪伯伦



于是艾尔梅特拉说,请给我们谈谈爱吧。

他抬头望着众人,人群一片寂静。他用洪亮的声音说道:

当爱挥手召唤你们时,跟随着他,

尽管他的道路艰难而险峻。

当他展翼拥抱你们时,依顺着他,

尽管他羽翼中的利刃会伤害你们。

当他对你们说话时,要相信他,

尽管他的声音会击碎你的梦,像狂风尽扫园中的花。

爱虽可为你们加冕,也能将你们钉上十字架。他虽可助你们成长,也能将你们削砍剪刈。

他会攀至你们的高处,轻抚你们在阳光下颤动的最柔嫩的枝条,

他也会降至你们的根柢,动摇你们紧紧依附于大地的根须。

爱把你们像麦捆般聚拢在身边。

他将你们脱粒,使你们赤裸。

他将你们筛选,使你们摆脱麸糠。

他碾磨你们,直至你们清白。

他揉捏你们,直至你们柔顺。

而后,他把你们交与圣火,让你们成为上帝圣宴上的圣饼。

这一切都是爱为你们所做,使你们或许能从中领悟自己心中的秘密,从而成为生命之心的一小部分。

但是如果你们出于畏惧只去寻求爱的和美与爱的欢乐,

那你们最好掩起自己的赤裸,离开爱的打谷场,

踏入那没有季节的世界,在那里,你会开怀,但不是尽情欢笑;你会哭泣,但不是尽抛泪水。

彼此恋爱,却不要做爱的系链。

——纪伯伦



爱除了自身别无所予,除了自身别无所取。
爱不占有,也不被占有;
因为爱有了自己就足够了。
当你爱了,你不应该说“上帝在我心中”,而应该说“我在上帝心中”。
别以为你可以指引爱的方向,因为爱,如果他认为你配,将指引你的方向。
爱别无他求,只求成全自己。
但如果你爱了,又必定有所渴求,那就让这些成为你的所求吧:
融化为一道奔流的溪水,在夜晚吟唱自己的清曲。
体会太多温柔带来的痛苦。
被自己对爱的体会所伤害,
心甘情愿地淌血。
清晨,带着一颗生翼的心醒来,感谢又一个充满爱的日子;
午休,沉思爱的心醉神怡;
黄昏,带着感激归家;
睡前,为你心中的挚爱祈祷,唇间吟诵着赞美诗。



婚 姻

艾尔梅特拉又开口问道:婚姻又是怎样的呢,大师?
他回答道:
你们一同降生,你们将永远相依。
当死神的白色羽翼驱散你们的日子,你们也应在一起。
的确,你们始终相守,即使在上帝的记忆中。
但在聚守中你们要保留空间,
让空中的风在你们之间飞舞。
彼此相爱,但不要让爱成为束缚,
让爱成为奔流于你们灵魂海岸间的大海。

夸张是发了脾气的真理。

——纪伯伦





盛满彼此的杯盏,但不要只从一只杯盏中取饮。
彼此互赠面包,但不要只向一块面包取食。
一起欢歌曼舞,但要保持各自的独立。
鲁特琴的琴弦也彼此分开,即使它们为同一首乐曲震颤。
奉献你们的心,但不要让对方保管。
因为只有生命之手才能接纳你们的心。
站立在一起,但不要靠得太近;
因为殿宇的支柱总是彼此分立的,
橡树和松柏也不在彼此的阴影下生长。



欢乐与忧愁

一位女子说,请给我们讲讲欢乐和忧愁。

他答道:

揭开面具,你们的欢乐就是你们的忧愁。

从你泪水注满的同一眼井中,你的欢乐泉涌。

能不如此吗?

哀愁刻画在你们身上的伤痕愈深,你们就能容纳愈多的欢乐。

难道不是曾经锻炼于陶工炉火中的杯盏,如今斟满你们的葡萄美酒?

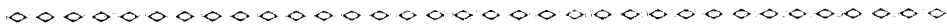
难道不是曾经被利刃镂空的树木,如今成为抚慰你们心灵的鲁特琴?

当你们欣喜时,深究自己的心灵,你们会发现如今带给你们欢乐的,正是当初带给你们忧愁的。

当你们悲哀时,再审视自己的心灵,你们会发现如今带给你们忧愁的,正是当初带给你们欢乐的。

你们当中一些人说:“欢乐甚于忧愁。”而另一些人说:“否,忧愁甚于欢乐。”

但我对你们说,它们是不可分的。



信仰是心中的绿洲,思想的骆驼队是永远走不到的。

——纪伯伦



它们一同降临，当其中一个独自与你同席时，要记住另一个正在你的床上安眠。

的确，你们像摇摆于忧愁与欢乐之间的一架天平，
只有当他们完全虚空时，你们才会静止，平衡。
当宝藏守护者用你称量他的金银时，必然需要你的欢乐和忧愁升降起伏。



孩 子

一位怀抱婴儿的妇女说，请给我们讲讲孩子。
他说道：
你们的孩子并不是你们的孩子。
他们是生命对自身的渴求的儿女。
他们借你们而来，却不是因你们而来，
尽管他们在你们身边，却并不属于你们。
你们可以把你们的爱给予他们，却不能给予思想，
因为他们有自己的思想。
你们可以建造房舍荫庇他们的身体，但不是他们的心灵，
因为他们的心灵栖息于明日之屋，即使在梦中，你们也无缘造访。
你们可努力仿效他们，却不可企图让他们像你。
因为生命不会倒行，也不会滞留于往昔。
你们是弓，你们的孩子是被射出的生命的箭矢。
那射者瞄准无限之旅上的目标，用力将你弯曲，以使他的箭迅捷远飞。
让你欣然在射者的手中弯曲吧，
因为他既爱飞驰的箭，也爱稳健的弓。

友谊永远是一个甜蜜的责任，从来不是一种机会。

——纪伯伦