

# 心灵四季

〔美〕刘墉／著

忘忧  
万花筒  
敏感  
有色眼镜  
幽默  
志与趣  
雅俗  
世故  
允诺  
悲剧  
固执  
不泥古  
沉默  
遗忘  
内在美  
关切  
矜持

# 心灵四季

〔美〕刘墉／著

文化艺术出版社  
Culture and Art Publishing House

## 图书在版编目(CIP)数据

心灵四季/(美)刘墉著.—北京:文化艺术出版社,2010.4  
ISBN 978-7-5039-4376-8

I. ①心… II. ①刘… III. ①散文—作品集—美国—现代  
IV. ①I712.65

中国版本图书馆CIP数据核字(2010)第066073号

## 心灵四季

|      |                                                            |
|------|------------------------------------------------------------|
| 作 者  | [美]刘 墉                                                     |
| 特约策划 | 吴 静                                                        |
| 责任编辑 | 金 燕                                                        |
| 装帧设计 | 弘文馆·李道娥                                                    |
| 出版发行 | 文化艺术出版社                                                    |
| 地 址  | 北京市东城区东四八条52号 100700                                       |
| 网 址  | www.whyscbs.com                                            |
| 电子邮箱 | whysbooks@263.net                                          |
| 电 话  | (010)64813345 64813346(总编室)<br>(010)64813384 64813385(发行部) |
| 经 销  | 新华书店                                                       |
| 印 刷  | 三河市祥达印装厂                                                   |
| 版 次  | 2011年1月第1版<br>2011年1月第1次印刷                                 |
| 开 本  | 700×940毫米 1/16                                             |
| 印 张  | 16.75                                                      |
| 字 数  | 160千字                                                      |
| 书 号  | ISBN 978-7-5039-4376-8                                     |
| 定 价  | 28.00元                                                     |

---

版权所有,侵权必究。印装错误,随时调换。

## 自序

---

一九七三年，也是跨出大学校门的第一年，我应台湾某电视公司的邀请，主持一个益智节目——《分秒必争》。为了使节目有变化，我在每集节目的一开始，都说一段自己写的开场白，内容包含很广，由文学、哲学、艺术乃至身边小故事引起的触动，都化为几十字到两三百字的短文。

就因为“它”是个开场白，又放在电视播出，所以文词都很平实，没有高深的理论，却有思想的空间。未料播出之后，居然引起热烈的反响，许多听众促我出版。

由于没把握，第一版只印了几千本，没想到不到一个月便售罄，于是二版、三版，一直印下来，也一集又一集地写下来，竟然卖了七、八十版，卖到今天，且推展到祖国大陆。

我常想，为什么这本小书能引起那么大的共鸣。是因为它平实、平淡、平凡，于是能打动每个人的心，还是由于我写作时不过二十三、四岁，许多灵感都来自大学、高中时的所思所学，以致特别受学生的喜爱？

一直到今天，许多四十出头的朋友，都会跟我提到这本书，说是当年他们用来“抄在周记上”的好材料；也有人说其中某一段，曾经改变他的

整个人生呢。他们甚至把书交给自己的孩子，那些孩子又成为我忠实的读者。

多么美好的一个缘啊！结了一代又一代，说不定继续结下去，还能传给我们的孙子女呢。这岂是我当年信手拈来时，所能想到的？

这本书里的文章，当年由于在电视上播出，所以取名为《萤窗小语》，前后十年，共写了七集。它是我的处女作，也是我的成名作，更开了一扇门，使我走出去，继续写了《点一盏心灯》《超越自己》《创造自己》《肯定自己》等许多散文和小说。

一九九六年，当我被台湾金石堂选为十年来台湾最畅销作家，接受记者访问时，我拿出了一个最早的版本，告诉记者们：如果当年没有“这本小东西”，可能就没有今天“作家的我”。

小小一本书，拿在手上很轻，当时的印刷简陋，看来也不起眼，但我内心，却有着千万种情怀。感谢上苍冥冥中的安排，感谢读者的爱护、感谢家人的支持。

《萤窗小语》四至七集，已先在大陆出版，且畅销了数十万本，为了避免造成重复的感觉，虽然这本书应该是《萤窗小语》一至三集，但我授权天津华文天下图书有限公司出版时，决定更名为《心灵四季》。

恽寿平说：“春山如笑，夏山如怒，秋山如妆，冬山如睡。”我们的心灵，甚至我们的生命何尝不是如此？如同天真笑面的娃娃，如同勇猛精进的青年，如同丰富华丽的中年，如同悠然恬淡的老人。

希望这本《心灵四季》能给大家多样的感受，有壮阔也有悠远。更希望这本书能搭起一座桥，把我们的心灵连在一起，发现你的四季，正是我的四季；我的春天，也是你的春天。

刘墉

二零一一年元月

## 修订版前言

---

从《萤窗小语》第一集出版到现在，已经整整十七年了，虽然其间，我由中学老师，到电视记者，再赴美讲学、留校任教，生活上有了许多变化，但是十年后的今天，重新展读这本自己的处女作，仍然有着浓浓的亲切感，因为它把我带回过去的岁月，也重温了当年自己的理想；它是我二十六岁之前思想的集合，反映了一个初入社会年轻人的抱负与冲力，虽然文笔不够洗练，但是其中跳跃的年轻活力，却深深激荡着今天的我。

十七年前的《萤窗小语》第一集，是在非常偶然的情况下出书的，当时那些短文只是我为自己主持的电视益智节目——《分秒必争》写的开场白，由于朋友的怂恿，而试印了几千本，也正因为那些短文都曾于荧光幕上播出，并是我在深夜的窗前写成，所以定名为《萤窗小语》。

没想到这如萤火般小小的书，竟然如此深受读者的欢迎，一版再版地到现在，连我自己都弄不清总共出了几十版，而最重要的是：它鼓舞我继续写作，使我立下写十本的心愿。十七年下来，《萤窗小语》出到了第七集，并续写成《点一盏心灯》《超越自己》和《创造自己》。虽然内容

像阶梯丛书般地逐渐增深，但是读者丝毫未减，尤其令我感动的是许多当年第一集的小读者，现在已经成家立业，仍然继续爱护这本书。

如果说《萤窗小语》是成功的，或许由于它是一本年轻人写给年轻人看的书。记得我小时候，曾经跟着母亲去探望一位病重的老人，老人对我说：“何必那么勤苦地念书、工作呢？生命一下子就过去了！”她的话当时使我非常感动，那清癯的面孔，直到现在仍常常清晰地映入我的眼帘，但是经过我长时间的思索、反省，发觉她给我的，只是一个垂危老者的生命观，对她而言，诚然不错，却不能让一个孩子接受。同样的道理，我发觉师长们经常正是以他们自己的“人生观”和“价值观”来灌输下一代，岂知年轻人是要有“年轻的”人生观的，所以今天重校《萤窗小语》一、二、三集，尽管其中有些想法，与现在的我已有差距，我仍好好地将它保存，因为它有着年轻的“精神”，适于青少年朋友阅读。

《萤窗小语》一、二、三集的修订，是我在多年前就决定要做的，一方面因为经过数十版的印刷，以致有版面模糊的情况；一方面由于其中大部分文章是为节目开场白而写，碍于节目时间的限制，常有“未能尽言”的情况；此外，文句修辞有许多待改进的地方，也是不得不修订重编的原因。没想到原本认为两个月就能结束的工作，竟然斟酌损益、推敲修改，拖了一年多才完成，而今整个统计起来，居然四分之三的文章有了或多或少的改动，不合时宜的全部删除，四十多篇做了大幅度的增减，其中更有二十一篇经过完全的改写，当然因为《萤窗小语》是阶梯式的书，而一、二、三集最为基础，所以即使全篇改动，我仍然保持其平易近人的原则。

在《萤窗小语》第三集里，我曾说：“文章写完不要急着发表，而当收起来，隔一阵子再看。因为创作时太过主观，常难于自见，只有当心

情冷静之后，才能看出其中的错误。”希望这本当年仓促发表，似嫌青涩的作品，经历十七年之后的重新检讨、修订，果真能够趋近于成熟蕴藉，供您品尝、回味。

21 田

一九八九年冬月于纽约圣若望大学



## 目 录

|     |     |             |       |     |     |       |          |      |       |          |        |       |        |          |       |
|-----|-----|-------------|-------|-----|-----|-------|----------|------|-------|----------|--------|-------|--------|----------|-------|
| 008 | 008 | 007         | 007   | 006 | 006 | 005   | 005      | 004  | 004   | 003      | 003    | 002   | 002    | 001      | 001   |
| 忘忧  | 镜子  | 诗中必有画，画中必有诗 | 幻想的松鼠 | 鱼   | 梦醒时 | 时间的电梯 | 好读书，不求甚解 | 如何不写 | 童年的眼睛 | 身体、时间、环境 | 增益己所不能 | 尽在不言中 | 流年暗中偷换 | 人无近忧必有远虑 | 手中的星星 |

|     |     |        |     |         |       |       |     |     |       |          |     |      |     |     |          |
|-----|-----|--------|-----|---------|-------|-------|-----|-----|-------|----------|-----|------|-----|-----|----------|
| 019 | 017 | 017    | 016 | 016     | 015   | 015   | 014 | 014 | 013   | 012      | 012 | 011  | 011 | 010 | 010      |
| 允诺  | 世故  | 生命的火柴盒 | 雅俗  | 真的真与假的真 | 疏放的空间 | 气质与风格 | 志与趣 | 幽默  | 婴儿的境界 | 理想、事业、生活 | 怀疑  | 有色眼镜 | 敏感  | 万花筒 | 句号、叹号、问号 |

|        |       |      |      |      |       |     |       |     |     |       |     |      |     |     |     |
|--------|-------|------|------|------|-------|-----|-------|-----|-----|-------|-----|------|-----|-----|-----|
| 027    | 026   | 026  | 025  | 025  | 024   | 024 | 023   | 023 | 022 | 022   | 021 | 021  | 020 | 020 | 019 |
| 欣赏者的创造 | 偶然与必然 | 消化知识 | 莫负今生 | 美的印象 | 精神的松懈 | 遗忘  | 浅啜与牛饮 | 自学  | 沉默  | 抱琴未须鼓 | 小阳春 | 眷恋眼前 | 不泥古 | 固执  | 悲剧  |

|         |         |       |          |       |         |        |      |       |          |        |     |       |      |       |     |
|---------|---------|-------|----------|-------|---------|--------|------|-------|----------|--------|-----|-------|------|-------|-----|
| 035     | 034     | 034   | 033      | 033   | 032     | 032    | 031  | 031   | 030      | 030    | 029 | 029   | 028  | 028   | 027 |
| 患得患失    | 生命是一种责任 | 驾驭文学  | 以天下兴亡为已任 | 水果的哲学 | 才惊庭前春草绿 | 酒酸了，打掉 | 准点   | 生命的标点 | 失败的缄默    | 败而不馁   | 天才  | 智慧与聪明 | 情理兼顾 | 国家的基础 | 内在美 |
| 046     | 046     | 044   | 044      | 043   | 042     | 041    | 041  | 040   | 039      | 039    | 038 | 038   | 037  | 037   | 035 |
| 情人眼里出西施 | 宁适的完满   | 工作与生活 | 色彩的生活    | 适时而动  | 心灵的四季   | 品茗与求学  | 山水兼胜 | 未完成作品 | 有年轻的心，真好 | 杂志般的生活 | 矜持  | 拥有现在  | 高考   | 点、线、面 | 关切  |

|           |       |       |         |       |      |       |         |          |       |       |       |        |       |       |      |
|-----------|-------|-------|---------|-------|------|-------|---------|----------|-------|-------|-------|--------|-------|-------|------|
| 055       | 055   | 053   | 053     | 052   | 052  | 051   | 051     | 050      | 050   | 049   | 049   | 048    | 048   | 047   | 047  |
| 碗与碟子      | 母亲    | 绝弦与割席 | 行百里者半九十 | 存在的意义 | 重视根本 | 欣赏无偏见 | 历史像一篇文章 | 人不是为失败而生 | 生命的领悟 | 美     | 楼梯与电梯 | 心远地自偏  | 洞观全体  | 合欢木   | 气    |
| 063       | 063   | 062   | 062     | 061   | 061  | 060   | 060     | 059      | 059   | 058   | 058   | 057    | 057   | 056   | 056  |
| 举一隅必以三十隅反 | 时间的效应 | 隐藏艺术  | 不落幕的舞台  | 择书    | 诗    | 时间的洪流 | 距离与美    | 感应时代     | 共同的命运 | 乐观与幸运 | 艺术陶冶  | 施比受更有福 | 天生的诗人 | 时间的马车 | 看重自己 |

|     |     |        |     |       |         |        |       |     |         |       |       |       |       |       |      |
|-----|-----|--------|-----|-------|---------|--------|-------|-----|---------|-------|-------|-------|-------|-------|------|
| 072 | 072 | 071    | 071 | 070   | 070     | 069    | 069   | 068 | 068     | 067   | 067   | 066   | 066   | 065   | 065  |
| 精简  | 细心  | 有为者亦若是 | 好奇心 | 蕴藉与深沉 | 何当共剪西窗烛 | 上阕钟的精神 | 风雨中的花 | 流行  | 一本读不完的书 | 过程与目的 | 一沙一世界 | 银与不锈钢 | 突变与蜕化 | 对生命负责 | 放松自己 |

|      |     |       |      |         |       |      |       |       |     |       |     |     |      |       |       |
|------|-----|-------|------|---------|-------|------|-------|-------|-----|-------|-----|-----|------|-------|-------|
| 081  | 081 | 080   | 080  | 079     | 079   | 078  | 078   | 077   | 077 | 076   | 076 | 075 | 075  | 074   | 074   |
| 水的性格 | 距离  | 偶然的涉猎 | 痛痒之间 | 因为了解而结合 | 高山与坦原 | 逃避现实 | 致知在格物 | 太阳与月亮 | 净化  | 人生的战场 | 日记  | 钟声  | 自有我在 | 为学与种花 | 欲望的流沙 |

|       |      |        |     |       |         |           |       |     |      |         |         |         |       |      |       |
|-------|------|--------|-----|-------|---------|-----------|-------|-----|------|---------|---------|---------|-------|------|-------|
| 090   | 090  | 089    | 089 | 088   | 088     | 087       | 087   | 086 | 086  | 085     | 085     | 084     | 084   | 083  | 083   |
| 艺术的眼睛 | 切割水仙 | 灵感的入场券 | 人造花 | 心上的皱纹 | 韶华不为少年留 | 享受生活与享受生活 | 伟大与渺小 | 咖啡室 | 插花   | 出国线与回国线 | 亮、大、可以游 | 风、云、水、山 | 宁静    | 眼睛   | 利与弊   |
| 099   | 099  | 098    | 098 | 097   | 097     | 096       | 096   | 095 | 095  | 094     | 094     | 093     | 093   | 092  | 092   |
| 空灵    | 买书   | 可以居    | 风筝  | 满眼荷花  | 报岁兰     | 投稿        | 冲刺    | 剧终  | 气势取胜 | 生命的钟表   | 自然与人工   | 竹筒与影片   | 舞剑与戏水 | 把握生命 | 阳光与年龄 |

|      |       |           |      |       |       |       |     |         |     |       |          |       |         |            |       |
|------|-------|-----------|------|-------|-------|-------|-----|---------|-----|-------|----------|-------|---------|------------|-------|
| 108  | 108   | 107       | 107  | 106   | 106   | 105   | 105 | 104     | 104 | 103   | 103      | 102   | 102     | 101        | 101   |
| 鞋子   | 书法与篮球 | 取法乎中进而求上  | 改变   | 武侠小说  | 书法与做人 | 射箭    | 头发  | 天下文章一大抄 | 学讲话 | 大象与鹭鸶 | 得一善则拳拳服膺 | 咖啡与牛奶 | 马一角，夏半边 | 四个三十不等于一百二 | 今是而昨非 |
| 117  | 117   | 116       | 116  | 115   | 115   | 114   | 114 | 113     | 113 | 112   | 112      | 111   | 111     | 110        | 110   |
| 东西画风 | 写生    | 动如脱兔，静若处子 | 当局者迷 | 文学的寓言 | 三、六、九 | 自然与形式 | 无题  | 逼出来的学问  | 音乐  | 气静神凝  | 教书的法宝    | 石膏像   | 仙人掌     | 吃饭与穿衣      | 评论与论断 |

|      |       |         |      |       |         |       |         |      |       |       |         |      |           |      |       |
|------|-------|---------|------|-------|---------|-------|---------|------|-------|-------|---------|------|-----------|------|-------|
| 126  | 126   | 125     | 125  | 124   | 124     | 123   | 123     | 122  | 122   | 121   | 121     | 120  | 120       | 119  | 119   |
| 旧书   | 气温与学问 | 画展      | 禽鸟无欺 | 独立思考  | 潜能      | 读书的气氛 | 诗比历史更真实 | 学脚踏车 | 为文与开山 | 灯火阑珊处 | 游泳      | 劳者多能 | 空前与绝后     | 黑纸眼镜 | 美与艺术  |
| 135  | 135   | 134     | 134  | 133   | 133     | 132   | 132     | 131  | 131   | 130   | 130     | 129  | 129       | 128  | 128   |
| 现在就做 | 不良成年  | 追求知识的冲动 | 树大招风 | 由奢入俭难 | 吴道子与李思训 | 塑制与雕刻 | 只能错一次   | 釜底抽薪 | 生命的价值 | 庸人自扰  | 眼观鼻，鼻观心 | 盲与聋  | 宁为牛后，勿为鸡口 | 发挥潜能 | 理想与堕落 |



|           |       |       |       |              |       |       |         |       |       |           |      |       |       |      |       |
|-----------|-------|-------|-------|--------------|-------|-------|---------|-------|-------|-----------|------|-------|-------|------|-------|
| 144       | 144   | 143   | 143   | 142          | 142   | 141   | 141     | 140   | 140   | 139       | 139  | 138   | 138   | 137  | 137   |
| 起个大早，赶个晚集 | 教育与讨好 | 感性与机械 | 钟表的修养 | 可塑性 with 涵纳力 | 夜盲症   | 轻视    | 一小步与一大步 | 奇莱山   | 困顿与成功 | 逆流容易顺流难   | 视与听  | 赞美与关怀 | 认定目标  | 考试   | 信、达、雅 |
| 153       | 153   | 152   | 152   | 151          | 151   | 150   | 150     | 149   | 149   | 148       | 148  | 147   | 147   | 146  | 146   |
| 盲从附和      | 成功之父  | 化妆    | 反焦点   | 贝壳的联想        | 助人与自助 | 计划的生活 | 人生的旅途   | 缺陷与优点 | 鱼与熊掌  | 比下有余，比上不足 | 屡败屡战 | 行动    | 灵感的云雀 | 谨毛失貌 | 不修边幅  |