

守住生活的阳光

晏乐安 著

—— 晏乐安笑谈人生

随笔集

ShouZhuShengHuoDeYangGuang



湖北长江出版集团
湖北人民出版社

守住生活的阳光

——晏乐安笑谈人生随笔集

晏乐安 著



湖北长江出版集团
湖北人民出版社

鄂新登字 01 号

图书在版编目(CIP)数据

守住生活的阳光:晏乐安笑谈人生随笔集/晏乐安著.
武汉:湖北人民出版社,2008.5

ISBN 978 - 7 - 216 - 05610 - 6

I. 守…

II. 晏…

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(2008)第 074918 号

守住生活的阳光

——晏乐安笑谈人生随笔集

晏乐安 著

出版发行: 湖北长江出版集团
湖北人民出版社

地址:武汉市雄楚大街 268 号
邮编:430070

印刷:孝感日报社印刷厂
开本:880 毫米 × 1230 毫米 1/32
版次:2008 年 5 月第 1 版
字数:143 千字
书号:ISBN 978 - 7 - 216 - 05610 - 6

印张:7.5
插页:1
印次:2008 年 5 月第 1 次印刷
印数:1 - 3 000
定价:25.00 元

本社网址:<http://www.hbpp.com.cn>



序言一

心灵诗意栖居地

——有感《孝感日报·生活话题》专栏

黄亚华 董晓芳

人生大舞台，喜怒哀乐每天上演。疲于应付生活种种压力的人们，茶余饭后总想找一些精神寄托，慰藉日益干涸的心灵。《孝感日报·生活》副刊应运而生“生活话题”专栏，旨在“在了解中思考，在分析中感悟，从事实后看观点，从细微处见大理”。人人都在生活，并非人人都会生活。“生活话题”的一个个话题，于细微处，于五彩斑斓的生活万象中，教人们有质量地生活，诗意地生活，哲学地生活，让我们枯燥、乏味的生活诗意盎然。

“生活话题”栏目为《孝感日报·生活》副刊版的一个固定栏目，每周一发一次。该栏目自2004年12月13日开栏以来，历时近四年，至今仍在延续。该栏目旨在构建和谐社会，以人为本，深入浅出讲述人生哲理，给人以心灵启迪。

“生活话题”栏目的艺术魅力可以概括为：

内容上：将日常生活诗化，情、事、理浑融一体。

作者善于在日常生活中的发现重要的意义和久而弥淳的趣味。他不写关乎国家政治的大题材，着重写普普通





通的生活,用家常话写家常事,透过人人可见之物,普普通通之事,表达高于世人之情,写出人所未必能够悟出之理。

文中的“理”不是抽象的哲学说教,而是引经据典或现身说法,亲身悟到、体验到的,包涵着生活的情趣。如《情到真处廉也贵》一文,作者写他的一位相知多年老友请他吃饭一事。朋友并未请他在酒店就餐,而是在街边小店请他吃了一顿三元钱的便饭。朋友说:“我们是老朋友了,吃什么不重要,重要的是彼此聚一聚、会一会、乐一乐。我现在请你到大酒店吃几千元一桌也没有问题,关键是没有那个必要,今天,我这样招待你,你可能也会很高兴,不会怪我。”由这件事,作者由衷感慨:“人生在世,讲求的是真情实感,你对别人真了,别人也会对你真。只要真情到了,廉价的饭菜也是非常珍贵的。”一次宴请,一番人生顿悟。不过最平常的吃饭,没什么奇特之处。然而一经作者笔触,于平淡中见出警策。原来生活并非吃饭请客一样简单,它有更高的意义,比如友谊、人生意义等,读后觉言有尽而意无穷。

作者善于观察生活、总结生活、体悟生活,从哲学高度体味生活。在他看来,生活中处处是哲学,在于你有没有留心。作者但凡生活中有了感触就诉诸笔墨,既无矫情也不矫饰。你可以不赞同他的观点,但你不得不为他的细心敏锐喝彩。作者的每一个话题表现了他对宇宙、历史和人生的认识,是其探求人生奥秘和意义的结晶。他以其丰富阅历,对人生所作的哲学思考,连同他的作品一起,为读者筑起了一个精神的家园,让我们有则改之,无



则加勉,启迪人生大学问,这或许是“生活话题”栏目最大的成功处。

情感上:平和乐观,积极向上,不存祈誉之心。

“言为心声”。作者已过半百,对人生的很多人事认知已经洞彻,心态可以说是宠辱不惊,花开花落,云卷云舒,可以淡然面对。这时的文质朴,情平和,回味也最隽永。

平和并不意味着中庸、消极、保守。它只是一种淡看名与利、是与非的赤子心态,是回归自我的精神家园。作者的内心充满积极向上、乐观的激情与希望,对生活的无比热爱。

粗略统计作者上百篇“生活话题”文章,“快乐”、“幸福”、“知足”是他时时向读者提起的主题,如《忙闲适度便是乐》、《请不要忘了微笑》、《善待“错过”是幸福》、《单纯可以更快乐》、《快乐幸福在你心中》、《笑是百药之长》、《多物欲就会少快乐》、《追寻快乐》、《认清自己的需要》,作者通过桩桩自己或他人事例,告诉读者,幸福或快乐这些生活的意义是我们自己赋予的,每个人都有自己的幸福或快乐,不要羡慕别人路上的风景,而忽略了自己路上触手可及的美丽。

人生难免遭遇困难挫折,勇敢应对,挫折就成为成功的试金石,否则,不进则退。《成功有时从挫折开始》警示读者:“任何一个人走向成功的道路,都不会是笔直的,都要走些弯路,为成功付出代价。这代价就是失败。……所以人生的坎坷是必然的,只要你以一种积极的心态去面对,你的人生就必定是辉煌灿烂的,而挫折只是这一切的开始。”《学会面对困难》、《敢于面对逆境》、《坚持第 11





次站起来》等,读后无不让我们信心十足面对生活的沟沟坎坎。

文风上:质朴,清新,简洁,精炼。

“生活话题”所有文章短小精炼,适应当下快节奏生活中的都市人阅读。

行文追求自然美,不修饰,白描版,简单几笔就勾勒出一幕幕鲜活的人生图景。很少用华丽的辞藻、夸张的手法,朴朴素素。

文章善用短句,句子善用动宾结构,阅读起来,短促有力,流畅,不拖沓。从很多标题可简单一窥,《追求悟性》、《保持平常心》、《珍惜第一次》、《要敢于放弃》、《守住生命的阳光》、《要学会爱自己》等。

“活着的人,要记住,生命是美丽的,美丽总是短暂的。紧紧抓住它吧!生命对于我们,只有一次!”(《应该美丽地活着》),“逆境对于强者是可以攀登的阶梯,对于弱者则是不可逾越的冰山,战胜人生中的不可能使自己迈向成功,需要勇气、需要力量,更需要智慧。”(《敢于面对逆境》),“学会爱自己。这不是一种羞耻,而是一种光荣。……可以让我们在无房可居的时候,亲手去砌砖叠瓦,建造出我们自己的宫殿,成为自己精神家园的主人。”(要学会爱自己)),这般短句,俯拾即得。

语言明白简洁,风格平易淡远,意境高远,可谓“素到极处始为绚”。

诗人荷尔德林说:人,应该诗意的栖居。德国哲学家海德格尔引用此句话,并把它哲学化地阐发。但海德格尔又说,寻找一个诗意的栖居之地是如此的难。难与易



不过是主观认知。在“生活话题”作者的眼中,“诗意的栖居”不过是一种心态,超越物欲和功利,回归自我。所以他用自己的笔,为浮躁生活所压迫的我们,提供一方精神的田园,让我们的心灵在这里踱步,让生活化繁为简,重塑希望。





序言二

捧起生活的浪花

——评《孝感日报》“生活话题”的特色

胡四海

我们说,生活是一个气象万千的大海,“生活话题”则是从大海中捧起的一朵浪花。《孝感日报·生活》版顺应读者需求,设置“话题”专栏以来,由该报副总编辑晏乐安主持,可见贵报老总们的匠心。

最近,我读了“话题”专栏中的20余篇文章之后,几乎离不开了,每篇都想找来读一读,因为它谈的事,说的话,无一不与生活紧密相联,体现了贴近生活、贴近实际、贴近群众的“三贴近”原则,这正是话题的生命力。每一篇文章,都以生活中的小事或某一个生活细节为由头,引发开来,生发开去,然后得出一种结论。比如《当好自己的“伯乐”》、《珍惜第一次》、《做人不能太敏感》等等,说的都是作者亲历的小事,也是我们生活中的每个人都会碰到或者都会经历过的,因此读来备感亲切,好像就是发生在自己身上一样,很能启迪人生。“话题”用现代人的眼光洞察生活万象,捕捉生活闪光,以随笔式的散文形式,抒发生活感慨,感悟人生真谛;以独具个性的专栏魅力,展示丰富多彩的现代生活画面,拉近了同市民日常生



活的距离,突出了地市党报的市民化特色,体现了党报的亲民理念和人本思想。读来如品清茶,回味无穷。

话题内容广泛,涉及生活的方方面面。但每个话题却很实在,坚持了新闻真实性原则。可谓采撷人生百味,尽展生活真实。从宣传现代人的生活理念着墨,倡导一种全新的思想、面貌、精神和方式。解读生活中发生的一切新情况、新问题、新经验、新变化、新风尚,不断地向读者送去新的阳光、新的空气、新的雨露。比如《保持平常心》,说的是人生比较哲学,文章并没有说些深奥的道理,而是说了一些常人都能理解且容易做的事,用普通人的哲学,议论普通人的事,但又是我们生活中的一个都要面对,而在生活中时常发生的必须回答的问题,说明了一个人在社会生活中,如何摆正自己的位置的重要意义,所谓“人比人气死人”是也。再如《健康是“一”》,作者从一次病中的感悟,道出了人生大实话。

话题选择既重视思想品位,更注重文化品位。尤其是避免与其他都市生活类报纸话题的雷同,充分体现了孝感日报“生活”版的文化品位。力争做到“人无我有,人有我特”,与同类报纸生活版相比,话题具有自己的个性,形成了自己的风格与特色,形成了一种向质量要特色的发展趋势。比如《追求悟性》、《当好自己的“伯乐”》、《导师的重要》、《糊涂有时是策略》、《宽容你不喜欢的人》等等,在写作风格上讲究亲和力、平易近人,好像与友人席地而坐,娓娓而谈。犹有“与君一席话,胜读十年书”之叹。

情是“话题”的味精。有人说,生活是多情的,但更多情的是现代都市人的生活时尚。用轻松的富有感情的笔





调写了严肃的话题,以求“文武之道,一张一弛”,很适应都市人的口味。如《忙闲适度便是乐》、《请不要忘了微笑》、《善待“错过”是幸福》、《世界是自我的投影》等,劳动和工作之余,您可领略大众生活的乐趣,发现人生真善美。在平凡生活中,说一说您的家事,您的心事,在休闲里找到一块绿色草坪小憩,可以发现自己,感受时尚,找回人生的自信和力量。因为话题有一种情感的味精,让人体验生活中情感的力量与厚重。

话题作为“生活”版一个专栏,还追求与“生活”整体风格的融合,着力于清素明丽的整体效果。兼有文化副刊的韵味,形成吸引读者的强大磁场。它将生活趣味跃然于纸,把两者融为一体,既是现代生活的指南,又是都市人“八小时以外”的朋友。宣传积极向上的思想精神,传播有益的知识,提倡健康的情趣,使每一篇文章都对读者有益、有趣、有用,少有猎奇,少有刺激,少有低级趣味,表现的是一种健康向上的生活主旋律。话题的力量在于作品的厚度与深度。每篇文章不仅文字优美,叙事细腻,情采兼备,而且在状物抒情上,具有自己独特的审美视角和不随流俗的人生体验,比如《坐好一把椅子》、《做人不能太敏感》、《忙闲适度便是乐》、《你就是品牌》等作品,都是作者从生活中悟出来的真实体验。

最后值得一提的是:话题在深度上还得下功夫,有些文章在追求个性风格上不够,显得平了一些。如果作为地市党报生活的品牌,还有一段路要走。只要我们将话题当品牌来经营、精心装点,相信在编辑们的辛勤耕耘下,经过广大读者与作者的通力合作,我们“生活话题”会更精彩,将会成为读者心中的“绿地”。

目录

守住生活的阳光 SHOUZHUSHENGHUODEYANGGUANG ——晏乐安笑谈人生随笔集

序言一 心灵诗意栖居地 / 1

序言二 捧起生活的浪花 / 6

第一辑 善待人生 相信自我 / 1

导师的重要 / 2

顺其自然 / 4

你就是品牌 / 6

要永远坐第一排 / 8

追求悟性 / 10

情到真处廉也贵 / 12

学会面对困难 / 14

珍惜第一次 / 16

坐好一把椅子 / 18

“宁静”才能“致远” / 20

该赶上的趟就得赶上 / 22

追寻快乐 / 24

保持平常心 / 26

健康是“一” / 28

- 有希望,生命就不会枯竭 / 30
- 要有积极的心态 / 32
- “形圆”不败 / 35
- 醒目地亮出自己 / 37
- 世界是自我的投影 / 39
- 坚持第 11 次站起来 / 41
- 给自己找点真理 / 43
- 提高情商 / 45
- 人生总有两个机会 / 47
- 人生不能保存 / 49
- 你是自己的创造者 / 51
- 成功需要自信 / 55
- 当好自己的“伯乐” / 57
- 快乐幸福在你心中 / 60
- 理解万岁 / 62
- 白岩松张越战胜自卑的启示 / 64
- 请不要忘了微笑 / 66
- 像雪松那样缓解压力 / 68
- 看准自己的目标 / 70
- 呼唤纯真 / 72
- 给自己以勇气 / 74
- 成功有时从挫折开始 / 76
- 要知道自己的价值 / 78

第二辑 善待人生 完善自我 / 79

宽恕是相互的 / 80

善待自己从自制开始 / 82

切莫否定自身价值 / 85

笑是百药之长 / 87

要及时给自己做清扫 / 89

给自己贴个正确的标签 / 91

心存感激 / 94

敢于面对逆境 / 96

多物欲就会少快乐 / 98

勿视“糊涂”为“聪明” / 99

享受自我勿攀比 / 101

守住生活的阳光 / 103

拿自己开“涮” / 104

向诺贝尔学谦虚 / 106

对自己说“不要紧” / 108

要敢于放弃 / 111

要善于调控情绪 / 113

应该放弃的,必须放弃 / 115

停止牢骚 / 118

实行简单生活圈 / 120

沉默化解难堪 / 122

错了就该道歉 / 124

驴子踢你,你也要踢它吗? / 125

切勿率性而为 / 126

鸡场主人知错的启示 / 128





糊涂有时是策略 / 129

珍惜拥有的,漠视失去的 / 131

远离报复 / 132

珍惜缘分 / 134

生活单纯简单才快乐 / 135

第三辑 善待人生 享受自我 / 137

善待“错过”是幸福 / 138

学学陈翰笙的“记忘”观 / 140

要学会爱自己 / 142

应该美丽地活着 / 144

珍爱生命要自信 / 146

过属于自己的生活 / 148

做人不要太敏感 / 150

全身心工作是健康快乐良方 / 152

幸福快乐就在心中 / 154

“一百年后俱是古人” / 156

认清自己的需要 / 158

忙闲适度便是乐 / 160

没有什么不能做 / 162

珍视自己 / 164

尽量抓住完美的生活 / 166

快乐准则 / 169

让生命永远年轻的妙方 / 172

善于发现美 / 175

备一个衣兜装“多余” / 177

不要为琐事烦恼 / 179
道不同亦可为友 / 181
健康的良药是快乐 / 182
简化生活添快乐 / 184
快乐源自内心的喜悦 / 186
品味艺术人生 / 188
做好最后两道题的启示 / 190
正确认识缺陷与优势 / 191
正确对待吃亏与占便宜 / 193
有得必有失 / 194
要过好今天 / 196

第四辑 善待人生 宽容他人 / 198

学会倾听他人 / 199
满足他人的自我成就感 / 203
宽容你不喜欢的人 / 205
尊重自己从尊重他人做起 / 207
容人看大节 / 210
宽容忍让可服人 / 211
忍小愤而不妄为 / 213
赞美他人的聪明才智 / 215
站在他人的角度 / 218
珍重别人的自尊 / 220
用自嘲平衡心态 / 222
忍耐痛苦可换来甜蜜 / 224
后记 / 226

第一辑

善待人生

相信自己

SHANDAI RENSHENG XIANGXINZIWO



此为试读, 需要完整PDF