

跨越 人生障碍

答青年朋友100问

● 林文富
● 福建人民出版社

答青年朋友100问

跨越人生障碍

● 林文富

福建人民出版社

1991年·福州

(闽)新登字01号

跨越人生障碍

答青年朋友100问

林文富

*

福建人民出版社出版

(福州得贵巷27号)

福建省新华书店发行

福建新华印刷厂印刷

开本787×1092毫米 1/32 9.625印张 4插页 212千字

1991年8月第1版

1991年8月第1次印刷

印数: 14 601—34 600

ISBN 7—211—01655—8

D·98

定价: 3.65元

目 录

-
- | | |
|--------|--------------|
| [1] | 心底的秘密对谁说 |
| [4] | 青春不是一场梦 |
| [7] | 人生无常亦有常 |
| [10] | 健康，不是人生的唯一目的 |
| [13] | 永远活着的死者 |
| [16] | 用贡献计算生命的价值 |
| [19] | 你也可以是强者 |
| [22] | 依靠自己的力量驾驭人生 |
| [26] | 活着不是为了让别人理解 |
| [29] | 开掘人生的丰富宝藏 |
| [32] | 残疾，也能实现人生的价值 |
| [36] | 自信，人生的第一要义 |
| [39] | 长相丑同样活得潇洒 |
| [42] | “愿生生世世为矮人” |
| [46] | 咬破自卑心理织成的茧 |
| [49] | 寻找适合你的位置 |
| [52] | 把握自尊心的尺度 |
| [55] | 调整你的“期待值” |
| [58] | 塑造好自己的形象 |
| [61] | 常给自己提出新目标 |

- [64] 路，就在你的脚下
- [67] 何必“皈依空门”
- [70] 意志需要经常磨炼
- [73] 当你遭受挫折的时候
- [76] “山穷水尽”仍有路
- [79] 亡羊补牢不为迟
- [83] 履历表上记载的不是现在的你
- [85] 面对父母的溺爱
- [89] 家有重病的亲人
- [91] 大火吞噬了我的家
- [94] 上帝真会保佑你吗
- [97] 看“虫子爬壁”想到的
- [100] 学会等待
- [103] 脑袋长在自己的肩膀上
- [106] 放下你背上的包袱
- [109] 莫做多愁善感的“白头翁”
- [112] “知足常乐”的辩证法
- [115] 从“闹夜的孩子”说起
- [117] 驱除心头的忧虑
- [120] 敢于冲破世俗偏见
- [123] 今朝有酒且莫醉
- [127] “难得糊涂”不糊涂
- [129] 想当官有什么不好
- [133] 路上，有一块兀立的石头
- [136] 如果你真是一株玫瑰
- [139] 奉承拍马不足取
- [142] 假如领导水平不如你

- [145] 不愿做小事的人做不出大事
- [148] 甘当默默无闻的“人梯”
- [151] 压制别人并不显示自己高大
- [154] 胳膊能扭得过大腿
- [157] 只有出国留学才有前途吗
- [160] 囊中羞涩的苦恼
- [163] 有钱难使“鬼推磨”
- [167] 切勿迷失自我
- [170] “拿手术刀”与“握剃头刀”
- [173] 说说“不读书照样挣钱”
- [176] 业余时间捞“外快”可以吗
- [180] 用好你的一技之长
- [183] 富有为何生烦恼
- [186] “敢花”与“能挣”
- [189] “物物而不物于物”
- [192] 面对挑逗和诱惑
- [194] 警惕，前面是深渊
- [197] “勿以恶小而为之”
- [200] 最要紧的是自尊
- [203] 性格内向不是缺点
- [206] 制怒与泄怒
- [209] 习惯的培养和改变
- [212] 切莫“明日复明日”
- [215] 精神压力的自我调控
- [217] 警惕害人的虚荣心
- [220] 轻信，人生的一大暗礁
- [223] 嫉妒，最大的恶德

- [226] 信任，医治猜疑的良方
- [228] 把自己放进集体的大海里
- [231] 受到别人指责和埋怨时
- [234] 当众被人羞辱之后
- [237] 面对不守信用的朋友
- [239] 献上你的一片纯真
- [242] 用真诚浇开友谊之花
- [246] 伸出手来，朋友就在身边
- [249] 但求问心无愧
- [251] 学会适应新环境
- [254] 让生活过得更充实有味
- [257] 讲究开玩笑的艺术
- [260] 管住舌头也是一种美德
- [263] 生活需要文明和礼让
- [266] 好人何须怕坏人
- [269] 本能无罪，理智有责
- [271] 警惕“黄毒”攻心
- [274] 人生不仅是为了爱
- [277] 让心灵寻觅爱情
- [280] 是思想不开放，还是行为不检点
- [283] 走出“精神恋爱”的误区
- [286] 没有爱，占有的只是躯壳
- [289] 真正的爱情未必只有一次
- [292] 离婚并非就是一剂苦药
- [296] 家务活，苦中有乐
- [299] 愿你拥有一片温馨的港湾
- [303] 后 记

心底的秘密对谁说

××：

我们几个都是十七八岁的少男少女，在我们每一个人的心底，都有自己的秘密。可是我们的秘密该对谁说呢？对老师说？不，不行。我们的老师可严厉呢，告诉他准挨批评。对爸爸、妈妈说？那也不成。爸爸、妈妈本来就对我们不放心，总把我们当成不懂事的孩子，要是把秘密告诉他们，他们准会更不放心，还会把我们看得更紧了。对自己的同学、朋友说吧，又怕他们知道了笑话，而且还不一定帮得了忙、出得了主意。秘密藏在心底，实在憋得慌，不倾吐一下，久久郁积心头常常带来痛苦和烦恼，你说这该怎么办，有了秘密该对谁说呢？

小青

小青：

十七八岁的少男少女情感最丰富、最细腻、最敏感、最微妙。周末舞会上的偶然邂逅，会使你的心潮久久难以平静；突然收到男同学的一封约会信，会使你那颗年轻稚嫩的心狂奔乱跳；春游那天，她老是偷偷看我，我脸红得手足无措；学校的所有老师中，我莫名其妙地最喜欢音乐老师，她不仅歌声动听，人也长得漂亮；一场足球比赛，电视屏幕前的争论面红耳赤；为了没能一起去看一场电影，很要好的女

同学会又吵又闹；呕气了几天的好朋友，对那天的不愉快竟忘得就像没发生过一样；……青春的心啊你竟是那么奇特神秘、变幻莫测，又那么无拘无束，自由自在。

是的，年轻人烦恼最多、疑问最多、秘密也最多。在这人生的转折时期，从稚童变成了青年，能没有烦恼、没有疑问、没有秘密吗？

有了秘密怎么办？有了烦恼对谁说？有了疑问向谁请教？把它深藏在心灵深处，让心去低吟？不，那是不可能的。正如你来信说的，秘密藏在心底，实在憋得慌，而且久久郁积在心，会给人带来痛苦和烦恼，还会影响身心健康。那该怎么办？年轻的朋友，还是一吐为快吧，倾吐也是一种快慰，一种幸福。我曾收到过许多青年朋友的来信，也曾静静地倾听着青年朋友的诉说。奇怪，有时我的回信还没寄出，他们又寄来了信。他们说：“这就够了，无须回信，无须劝慰，倾吐一下心中的烦恼，烦恼也就没有了。”是的，有人读着你的来信，有人听你诉说，也是一种安慰，一种快乐。生活中，心的沟通，情的交流，是比什么都重要的。心中有了烦恼，有了疑问，随时向父母透露，向老师诉说，与长者交换意见，同朋友促膝谈心，这是有益无害的。他们既可以帮你分忧解愁，又能够为你出谋划策，何乐而不为？

心中的秘密能不能对老师说？你来信说，“老师可严厉呢，告诉他准挨批评”。不，小青，别当心。爱批评的老师是有的，但老师也并不是都爱批评。思想方法片面，教育方法简单的老师，确实会使学生不愿吐露真实思想。但是应该相信，大多数老师还是能够帮助我们正确处理和对待遇到的各种问题。而且，老师即使是批评了你，一般也是真心诚意地为你好；即使是批评得未必恰当，我们也要仔细想想其中

是否有合理的成分。再说，学校有课任老师、班主任、辅导员、教导主任、校长，你总可以找一个你信得过的老师吧？唐代杰出散文家韩愈说：“师者，所以传道、授业、解惑也。”老师嘛，本来就是传播道理，教授知识，帮助学生释疑解难的，作为学生有了烦恼不找老师找谁倾吐？

像你一样，有的年轻人不愿向父母吐露心中的秘密，把心灵的窗户向父母关闭，这实在是一个错误。父母都是爱儿女的，管教紧一点，也是出于好心。当然，有的父母不那么通情达理，或者对儿女管教过了头，我们也不能因此就瞒着父母。有个女同学受到一个男人的欺侮，她不敢告诉父母，那男人越加胆大妄为强行奸污了她，最后直到出了事，父母才从她的遗书中知道事情的真相。要是她能一开始就告诉父母，就不会有这样的悲剧发生。有一个男孩子欠了别人的钱不敢对父母说，最后被社会上的坏人教唆行窃偷盗，走上了犯罪的道路。这种教训所见甚多。小青，把秘密告诉父母，与父母沟通信息，这是年轻人避免生活中失误的一个可靠保证。即使父母意见有点“过时”、“守旧”，或者不那么正确、中听，你也不妨向父母敞开心扉，听听他们的意见。

至于向长者倾吐，向同学、朋友诉说，或者向报纸杂志的编辑求教，我想也是可以的，因为这总比独自闷在心里强。人，最怕有了痛苦和烦恼闷在肚子里，最怕有了心事不吐露。现实生活中，许多想不开的人，轻生自杀的人，精神病患者，往往是那些有了心事不吐露，有了痛苦和烦恼不吭声的“闷葫芦”。英国著名的哲学家培根说：“最好的药方（最有效并且最易服用的）就是朋友的劝告。”有话对朋友说，朋友一定会帮助你的。末了，如果你们中间有的是共青团员，还可以向团的组织诉说或反映，即使目前还不是团

员，凡是要求进步的青年都可以靠拢组织，汇报自己的思想，取得团组织的信任和帮助。

青年朋友，每个人心底都有自己的秘密，每个秘密都会有正确的答案。你心底有秘密吗？如果你愿意，不妨对你的老师、父母、长者、同学和朋友或报刊社的编辑说，那么你一定得到关心和帮助的。

× ×

青春不是一场梦

× ×：

谁都说青春美，青春好，可我直觉得青春只是一场梦。光阴似箭，不知不觉之间我已度过了28个春秋，如今我已年近而立。对着镜子，眼角那浅浅的鱼尾纹，分明是那已逝去的时光留下的印记；花儿般红润的脸庞，失去了青春的光彩。我那青春的魅力，我那青春的气息哪里去了？我喟然叹息；我好悔好悔，悔当初竟不知珍惜人生的黄金时期。说来不怕你笑话，当我还是高中一年级的学生时，我就开始了初恋，从此踏入爱河。近10年时间里，我的男朋友换了5个。要说吃喝玩乐、游山玩水，我不比别的女孩子少。上舞场，下馆子，住宾馆，游名胜，什么好东西没吃过，什么好地方没去过。可是到头来竟是美梦一场，两手空空，如今我还是“孤家寡人”。看旧时同学，大都建立了美满幸福的家庭，不少人都有自己的事业和追求，有的还作出了成绩和贡献，

可我……我知道后悔已经没用了，可我现在该怎么办？我总不能再这样混一天算一天了！你能给我指条路吗？

艳燕

艳燕：

读着你的来信，我真是既替你惋惜又为你高兴。惋惜的是这些年来你几乎是虚度了青春年华，高兴的是你尚能醒悟过来，现在重新开始还来得及。

青春是美好的，赞美青春的诗篇不知有多少。就是我们每一个人，谁没有留下青春的美好记忆？翻翻你的相册吧，翻翻你那年轻时写下的日记吧，哪个男女年轻时不都那么英俊潇洒、妩媚秀丽？哪个不都那么青春勃发、热情似火？然而岁月无情，转眼之间青春便已悄悄逝去；转眼之间又是两鬓染霜，背影佝偻。难怪古今中外历代哲人、名士、作家、诗人留下了许许多多劝勉青年惜取青春的金玉良言。可惜这些谆谆告诫，往往没能为年轻人所记取，直到错过了黄金时代，这才后悔起来。我想你的来信也是一个例证。

说实在话，一个人年轻时就知道珍惜青春年华，知道抓住黄金时代勤奋学习，积累知识，增长才干，为一生建功立业打下坚实的基础，是很难得、很不容易的。这种人有，但是不多，而且能有这种觉悟和决心的人，大都也是在家长、教师的教育、监督和帮助下才做到的。年轻人刚刚从少年时代转向青年时代、成年时期，思想还不成熟，个性、人生观、世界观也尚未形成，要叫他们一下子就像成年人那么懂事也不可能。正因为如此，就有许多哲人、名士、作家、诗人、教育家等等写诗、作文、著书劝导青年。唐朝诗人杜秋娘的“劝君莫惜金缕衣，劝君惜取少年时”；宋朝民族英雄岳飞在《满江红》中的“莫等闲白了少年头，空悲切”；

陈毅同志的《示儿女》中的“接班望汝等，及早作划筹。天地最有情，少年莫浪投”；这些，都是谆谆劝导年轻人的。

我这么说并不是迁就、原谅青年人，因为年轻不懂事就可以浪费青春年华了。不，我只是认为这是青年人的特点，要让他们懂得珍惜青春年华，要根据他们的特点加以引导。

青春是多梦的，但青春不是梦。年轻人谁没有许许多多幻想，但幻想不能代替现实，所以青春不是梦，青春是真实的。青年人如果不想在年轻的时候下苦功夫、花大力气实实在在地学知识、学本领，而只是一味沉浸于美好的幻想和憧憬之中，那么再美好的幻想和憧憬，最终也只能变成美丽的梦。我有一个小弟弟，大学刚刚毕业，就想着当作家、诗人，又想当编辑、记者，也想到政府机关工作，可就是不肯安下心来读点书。我对他说：“三五年内，什么也别想当，老老实实当学生，利用业余时间认认真真地读一读马列著作，再把世界名著一本一本本地读下去，写心得、做笔记，5年，10年后再说。”他没再说什么，真的这么去做了。我不敢说他将来会有什么大出息，但至少比整天在做“梦”有进步，现在报刊上陆续有他的文章、作品发表。牛顿23岁发现万有引力定律，爱因斯坦26岁创立光量子学说，马克思23岁被尊为当时德国最伟大的哲学家，毛泽东26岁创办《湘江评论》……这些伟人能有如此成就与他们年轻时勤奋努力、刻苦学习分不开的。俄国作家杜勃罗留波夫20岁至25岁时，写了100多篇高质量的艺术论文，这与他13岁就读了410多种书有关；车尔尼雪夫斯基之所以成为伟大的哲学家、文学批评家，也与他16岁就学会了7种外国语有关。“天才就是勤奋”，不肯下苦功夫、花大力气，哪来硕果累累？所以要想有所作为，就得珍惜青春，当你年轻时，就要舍得出力流

汗。

艳燕，请恕我直言，上高一就开始初恋，10年间换了5个男朋友，你把青春耗费在恋爱、吃喝玩乐、游山玩水上，这当然只能是两手空空，像梦一般青春就过去了。不过，现在梦醒了，该是振作精神、奋发努力的时候。不要以为现在来不及了，不，你还很年轻，28岁还是人生的开端，八九点钟的太阳。只要你下定决心，从现在开始，抓紧时间工作和学习，你还是能把过去的损失夺回来的，你还是可以大有作为的。

朋友，青春不是一场梦，青春不应该是一场梦；青春是实实在在的播种耕耘，青春是奋发努力的黄金时代。艳燕，开始行动吧，抓住那匆匆流逝的时间！赢得了时间，就是胜利；抢得了时间，就夺回了青春。祝你有新的进步！

× ×

人生无常亦有常

× ×：

最近，我的一位好友在车祸中丧生。这件事对我刺激太大了！多好的一个人，竟这么早离去——他才27岁！

车祸本不会轮到他，只是他的一位同事爱人病了，他主动顶替同事出差，谁知竟一去不复返。我咒骂苍天不长眼，把厄运降在好心帮助别人的人头上！想想做人也真难说，有时不该死的死了，该死的死不了；做尽坏事的活得逍遥自

在，积德行善的反遭厄运。难道真是应了“人生无常”这句老话？老天爷为什么要这样捉弄人，为什么？

石永刚

永刚：

来信已收到，很为你的朋友感到惋惜。不过事情既然已经发生，过份悲痛也无用。只是你信中提出的问题，倒是值得探讨一下。

人生确有许多意想不到的事。正如你信中说的你的好友，车祸或者本不该轮到他，可是他出于互助友爱主动顶替同事出差，想不到居然发生了车祸。对于这件事，人们难免会提出这样的设想：假如他不主动顶替出差，或者就不会有这种事情发生？

其实，这种设想只是许多种可能出现的情况中的一种。如果他坐的是另一辆车，如果开这辆车的驾驶员是另一个人，如果他坐的不是那个位置，如果他受伤的不是那个部位……总之，只要其中有一个假设成立，或者他也不会失去了生命。你说不是吗？可事情偏偏就那么凑巧。

现实生活中“偶然”常常出现。有的时候，有的场合，在事故中不死反而使人感到意外，在别人看来已是必死无疑的，岂料稍稍作点努力、改变一点情形，居然就拣回了一条性命；而有的时候，正因为稍稍发生一点偏差，也就丧失了性命。于是，有人认为其中必有某种意志在起作用。

还有，当意外发生的时候，有时心地善良的人不幸身亡，为非作歹的坏人却逃得一条性命；有时谨小慎微的人受了伤，而鲁莽马虎的家伙却安然无恙。

这是为什么？难道真有什么“上天的旨意”在冥冥之中操

纵和干扰？难道真应了“生死由命，富贵在天”之说吗？

不，我不这么认为。我的看法是：

首先，“天有不测风云，人有旦夕祸福”，这是现实生活中客观存在的事实。你来信说的“人生无常”，我认为也有一定道理。之所以这么说，是因为世间万事万物纷繁复杂、瞬息万变，人们认识和把握客观事物发展变化的客观规律的能力毕竟是有限的；即使一些已经认识和把握的规律，由于情况的瞬息万变，也可能出现意外和偶然。

其次，偶然之中有必然，“无常”之中亦“有常”。唯物辩证法认为，必然性和偶然性共同存在于客观事物的发展过程中，必然之中有偶然，偶然之中有必然。比如，谨慎小心的人一般不容易出事，莽撞终究会给人带来灾祸。这是客观规律。但是也很难保证前者永不出事，后者都会出事，因为还存有偶然性。如果前者遭到不测，后者侥幸幸免，那也不能说明不需要谨慎小心，可以鲁莽大意，因为谨慎的人不易出事，鲁莽的人容易出事这一客观规律是不会改变的。又比如酗酒伤害身体，这是客观规律。但有时终日酩酊大醉的人活得很久，滴酒不沾的人却早早夭折。我们也不能因此而认为酗酒不会伤害身体，因为就绝大多数人来说酗酒伤身，这是个客观规律。

人生活在世上，一般是好心有好报，坏人终究没好下场的，即所谓“善有善报，恶有恶报”之意思。但是，偶然的事情也可能发生，好人可能遭到厄运，坏人可能逃之夭夭。然而这决改变不了“善有善报，恶有恶报”的客观规律。

车祸发生在你的好友身上，这也是一个偶然的事件，决不说说明不关心、不帮助别人就不会出事，关心和帮助别人就会出事，因为这里不存在必然性。所以，你说“做人真难说”，

其实也不难说。关心人，帮助人，行善积德，终究会受到别人的关心和帮助，人们也会尊敬他；那些为非作歹，作恶多端的人，终究会受世人唾弃和法律的惩罚。

以上看法，不知你能否接受，如有不对之处，请指正。

× ×

健康，不是人生的唯一目的

× ×：

不知为什么，近一个时期我总是为自己的健康担忧。食欲不振，忌畏油腻，我担心会不会是肝有病；胸部闷疼，又担心会不会是心脏或肺部有问题。听到某某人患了癌症，我也会觉得自己似乎那个部位也不太舒服。有人劝我去医院检查，可我又不愿去，我怕万一查出真的患了癌症或别的什么大病，对自己打击更大。不去查又自猜自疑，忧心忡忡。近一段时期，我精神状态不佳，工作干劲不大，同志们也说我近来精力不如以前，好像气色不太好，这就更使我加重了思想负担。我该怎么办，我还很年轻，怎样才能消除这种恐惧心理？

江定

江定：

首先，我想要弄清楚你的病疼感觉是心理、精神因素引起的，还是确实存在病症。在这两者没有弄清楚以前，你完全