

养心十要诀

觀雪聽雨

王大偉著



軍事醫學科學出版社

中老年的养心书 青少年的励志书

梅妻鹤子，琴棋书画。  
心平气和，玉井无波。



觀雪聽雨

雪後聽雨

雪後聽雨



雪後聽雨

中國書畫院書畫家 中國書畫院書畫家

梅友鶴子。早年書畫  
心平氣和。日升無波



Thinking the Meaning of Life

# 觀雪聽雨

## 养心十要诀

王大伟 著

军事医学科学出版社

· 北 京 ·

# 内 容 提 要

---

一本中老年男人的养心书,一本青年男人的励志书。

本书是王大伟先生多年凝集的心血,他认为男人的哲学是背水一战,男人的哲学是破釜沉舟。男人取胜的法宝是舍弃一切,像红宝石一样,将能量集中于一处。不设计,不分别,不动摇,不转换,精诚所至,金石为开。

成熟的男人洞悉心灵中的细腻,成熟的男人懂得生命的真谛。男人命中注定要艰苦卓绝地奋斗一生。因此,成熟的男人更加珍惜自己,更加热爱生活,更懂得欣赏人生。中老年男性之所以得以生存于今天,得益于万分的小心,得益于精心的保养。

愿此书能给人以启迪。

---

---

## 图书在版编目(CIP)数据

观雪听雨——养心十要诀/王大伟著.

-北京:军事医学科学出版社,2010.12

ISBN 978-7-80245-543-6

I. ①观… II. ①王… III. ①男性:中年人-保健-基本知识 IV. ①R161.6

中国版本图书馆CIP数据核字(2010)第162322号

---

出 版:军事医学科学出版社

地 址:北京市海淀区太平路27号

邮 编:100850

联系电话:发行部:(010)66931051,66931049,63821166

编辑部:(010)66931039,66931127,66931038

86702759,86703183

传 真:(010)63801284

网 址:<http://www.mmsp.cn>

印 装:北京九歌天成彩色印刷有限公司

发 行:新华书店

---

开 本:710mm×1000mm 1/16

印 张:15.25

字 数:194千字

版 次:2011年2月第1版

印 次:2011年2月第1次

定 价:29.00元

---

本社图书凡缺、损、倒、脱页者,本社发行部负责调换



## 前言

# 男人的十个理想标准

也许，女孩找对象时，会问：“什么人才是男人？”

也许，小男孩长了胡子，会问：“什么人才是男人？”

谁能告诉我：男人的最低标准是什么？

“道男儿到死心如铁。看试手，补天裂”！

## 1. 孝忠祖国

男人天生为战士，最崇高的爱情是爱祖国，为祖国而死是最大的光荣。王昌龄有《从军行》：青海长云暗雪山，孤城遥望玉门关。黄沙百战穿金甲，不破楼兰终不还。

杨靖宇可算是中国男人之最。他被跟踪上来的100多个敌人包围在一个高地上，敌我相隔仅50米，汉奸大声喊话劝降，但杨靖宇只用子弹回答。他双手开枪射击，打死打伤了20多个敌人。敌人见劝降无望，便下令从两面夹击。杨靖宇胸中三枪，手中一枪，仰面壮烈殉国，年仅35岁。顶天立地真英雄，林海雪原写春秋。杨靖宇牺牲后，日军发现他的胃里尽是枯草、树皮和棉絮，竟无一粒粮食。他的英雄壮举感天地、泣鬼神。

汉奸、叛徒以及恶毒咒骂祖国的人，均不配做男人！



## 2. 永不言弃

男儿能吃千般苦，女儿能绣万朵花。

现在的青年人，可能不认识刘连仁了。这个山东汉子在北海道自己挖的地窖中活了许多年，不知道日本投降了，出来时已不会讲话。日本北海道当别町近日建起了一座刘连仁纪念碑。1944年，中国山东农民刘连仁被强掳到日本北海道，在当地一家名为沼田町的煤矿从事艰苦劳动。第二年，不堪非人待遇的刘连仁逃离煤矿，从此在附近山林中开始长达13年的隐居生活，直到1958年获救。2000年9月，87岁的刘连仁在中国去世。

生于豪门，弱不禁风，衙内少爷，提笼架鸟，依重祖阴者，算男人吗？

## 3. 爱护女人

电影《铁达尼克》曾经风靡全球，当灾难降临的一刻，真的让人感受到了一种震撼，心情久久难平。男人向女人道别，把救生衣为女人穿好。当豪华游轮沉没的刹那，当人们葬身于汪洋大海，那种在生与死的边缘挣扎的感觉让人知道男人两字的分量。

我想起了汶川那一张张让每个中国人流泪的照片，那个骑着摩托车背着遇难妻子的尸体走向远方的农民，他告诉世界一个中国人的尊严。什么是价值？尊严是生活的唯一价值。崇高就是最基本的美德。

殴打女人，骗人财色，强奸妇幼者，算男人吗？

## 4. 礼貌为先

我想起了我的祖父，祖父叫王书皋，活了八十岁。在我们老王家，祖父是道德的山峰。祖父是石匠，山东文登下徐村人。有一米八五的身高，衣着简朴，寡言少语。祖父说：如果送人，一定要挥



手，直到车远去，看不见为止。祖父说：同事的父母去世，一定要买个花圈送去。他死时患脑炎，高烧七日而死，却没有在儿孙面前叫一声头痛。朴实的高贵让我震撼！

## 5. 沉着冷静

弱者的生存公式。有一个茶师陪着他的主人在街上走，主人说咱俩一块走，你穿上武士的衣服吧。这时对面来了一个真武士，非要和茶师比武。茶师说：“我不是武士。”武士说：“你穿着武士的衣服，就是武士，必须要比一下。”这个剑道武士是日本第一高手，茶师不会剑道，他说下午再来比。武士答应了，茶师内心很恐惧，匆匆赶回家找到一个老和尚说：“他要跟我比武，可是我根本就不会，我怎么比呢？”老和尚说：“不要紧，你给我沏杯茶吧。”茶师想反正下午比武，必死无疑，不如好好地沏一回茶。茶师认真磨茶、筛茶、洗杯子，一步一步地做得很好，老和尚哈哈大笑说：“你死不了。”茶师说：“我为什么死不了呢？”老和尚说：“你做事如此认真，心平气和，下午以此心态比武，你一定赢。”下午茶师就去应战，武士穿得很漂亮，腰间别着两把刀。两个人一见面，茶师心里很平静，脸不变色心不跳。拿出做茶道的精神，给那个人鞠了一躬，把和服的带子解下来，认真地叠好放在旁边，又把外边的和服脱下来，也认真地叠好放一边，心如止水、体现“和、静、清、寂”的真谛，一点忙乱都没有。茶师一步一步地在这儿做着，武士的脸由红变白了，开始的傲气变成哆嗦，最后，武士给茶师鞠了一躬说：“咱俩别比了。”茶师问道：“为什么不比了？”武士谦虚地说：“我当了一辈子武士，跟别人比过很多次，没有人像你这样淡定从容，我想我不是你的对手啊。”说完鞠了一躬就走了。这个故事说明，沉着是做好一切事情的根本，我们学的就是“和、静、清、寂”的心境。

## 6. 坚守誓约

《庄子·盗跖》：“尾生与女子期于梁（桥）下，女子不来，水至不去，抱梁柱而死。”

尾生是山东人，迁居梁地（今陕西韩城南）。在那里他认识了一位年轻漂亮的姑娘，两人一见钟情，君子淑女，私订终身。但是姑娘的父母嫌弃尾生家境贫寒，坚决反对这门亲事。为了追求爱情和幸福，姑娘决定背着父母私奔，随尾生回到曲阜老家去。那一天，两人约定在韩城外的一座木桥边会面，双双远走高飞。黄昏时分，尾生提前来到桥上等候。不料，六月的天气说变就变，突然乌云密布，狂风怒吼，雷鸣电闪，滂沱大雨倾盆而下。不久山洪暴发，滚滚江水裹挟着泥沙席卷而来，淹没了桥面，没过了尾生的膝盖。城外桥边，不见不散，尾生想起了与姑娘的信誓旦旦。四顾茫茫水世界，不见姑娘踪影。但他寸步不离，死死抱着桥柱，终于被活活淹死。再说姑娘因为私奔念头泄露，被父母禁锢家中，不得脱身。后伺机夜逃出家门，冒雨来到城外桥边，此时洪水已渐渐退去。姑娘看到紧抱桥柱而死的尾生，悲恸欲绝。她抱着尾生的尸体号啕大哭。阴阳相隔，生死一体。哭罢，便相拥纵身投入滚滚江中，谱写了中国文学史上第一幕惊心动魄的爱情悲剧……

## 7. 爱护子女

小时候，我家住在301医院附近，一位盲人带着两岁的小男孩，旁边还有一个十来岁的女孩去看病。那时候301医院看病不要钱，叫“新医门诊”。他没有钱，只有粮票，到饭馆里去吃饭，拿出粮票，就买三两米饭。当时我就跟母亲在饭馆里吃饭，母亲买一碗鸡蛋汤给孩子。看着那父亲，我印象特别深。父亲坐在那儿给怀里抱着的男孩子盛上一碗米饭，给女儿盛了不到半两饭。两个孩子吃，父亲一口也不



吃。孩子吃完了，父亲两手在桌上摸，摸到了孩子掉的几粒米，马上拾起来吃。看到这种情况，我母亲又给他买了一碗鸡蛋汤。

## 8. 越挫越勇

两个男孩同时爱上一个女孩，女孩问我说：“王老师，你看两个男孩同时爱上我了，我该跟哪个好啊？”一日为师，终身为父。学生找你商量这个事，就应该认真地回答。我说你把这两个男孩的情况介绍介绍。两个男孩都怎么样。我没闺女，今天你就是我闺女。

第一，别挑家里有钱的。别看人家里有钱，他爸爸再有钱，十年后他爸爸还能有钱吗？他不退休吗？都这个岁数了。

第二，别看家里有地位，他爸爸今天是局长，十年以后他爸爸不退休吗？

她问我：“老师，你看什么呢？”我说：“看什么？看这个孩子能不能读书，看这个孩子有没有学历。看这个孩子摔倒了能不能爬起来。你得看这个男孩有没有这股劲。过去叫‘男人能吃千般苦，女儿能绣万朵花’啊。男孩子能吃苦，能爬起来，这就是最好的男人。”

最近有一个老板给我说了这么一件事，一个有着几亿家产的老板，以前是火车站前卖水果的。因为当初要结婚时，对象看不上他，没结成。后来奋发图强，最后成了一个有出息的人。

## 9. 执着顽强

小时候，姥姥给我讲过一个故事。那时候我们山东人，都上东北去，叫闯关东。到东北去干啥呢？挖人参。十个人，你拉着我的手，我拉着你的手，这十个人一组，大家就低着头往前走，怕找漏了。这十个人里有一个是村子里的傻子，他就问这些人：“人参长在哪啊？”这九个人就骗他说：“人参长在树上。”傻子问：“人参什么

样。”九个人笑着告诉他，几个叶，几个瓣，开一朵红花。这九个人拉着手低着头走，就这个傻子天天仰着看树。走着走着，傻子说：

“哎，站住！我看见一棵人参。”“在哪儿啊？”“在树上！”真在树上发现了一颗千年老人参。怎么树上能结出人参来呢？原来这棵树有一个树洞，很多年了，里边都堆上土了。风把一粒人参籽刮到树洞里了。别人都在地上找人参呢，可地上的人参都没了，早让人挖光了。偏偏这上千年的老人参让傻子给盯上了。

敢于抬起头看看星星，看看月亮，没准就会发现一个更美好的前程。

## 10. 孝敬父母

忠和孝是连在一起的。古代人说忠孝节义，大孝必是大忠。中国古代有好多孝子。比如岳飞，跪在地上，母亲在他后背刺上“精忠报国”。北京有一条路，就叫张自忠路。张自忠，三星上将，抗战时期，和日本鬼子肉搏而死。他是整个抗战期间国民党军牺牲的最高将领。张自忠大将军，每天一到家先到母亲那儿：“妈，儿子回来了。”给母亲捶捶背：“妈，你想吃点什么？我给你买。”忠孝节义，凡是大孝才能大忠。

上将许世友，十几岁当红小鬼参加长征，出生入死一辈子，没有时间伺候母亲。许世友得的是肝癌，最后的时刻很痛苦。去世前，许世友给组织上写信：“我这一辈子革命，没有照顾我妈，我妈走了我没尽孝，能不能把我埋在我妈的身边，尽点孝心？”

人的一生有什么意义？是挣大钱还是做大官？我认为都不是。人的意义在于尊严，伸出我们的手，去保护我们的父母吧！父母有走不动的那一天，我们要做好准备，给父母洗澡，给父母讲故事，伺候父母。因为父母为我们做的事情，远超过我们的千倍和万倍。



有人会说：当今社会，有钱有权就是男人。

有人会说：当今社会，吃得开，玩得转，就是男人。

更有人说：有房有车，没有贷款，才是真男人。

也有人会说：这十条岂不是圣贤的标准吗？不对！

试问：殴打女人，骗人财色，强奸妇幼者，算男人吗？

试问：弱不禁风，生于豪门，衙内少爷，提笼架鸟，依重祖阴，欺男霸女者，算男人吗？

试问：汉奸、叛徒，以及恶毒咒骂祖国的人，算男人吗？

相反，那些为祖国站岗的小兵们，早市上那些为儿女上学而贩菜的父亲，中关村那些为女友的幸福而奋斗的小男生们，骨子里还不算男人吗？

男人就是奋斗的命呵！活着干，死了算！小车不倒只管推！

想起辛弃疾的《永遇乐·京口北固亭怀古》：

千古江山，英雄无觅，孙仲谋处。舞榭歌台，风流总被，雨打风吹去。

斜阳草树，寻常巷陌，人道寄奴曾住。想当年、金戈铁马，气吞万里如虎。

元嘉草草，封狼居胥，赢得仓皇北顾。四十三年，望中犹记，烽火扬州路。

可堪回首，佛狸祠下，一片神鸦社鼓。凭谁问：廉颇老矣，尚能饭否？

敬礼了，朋友。

一声长叹：“道男儿到死心如铁。看试手，补天裂！”

下辈子还当男人吗？



## 目 录

### 上篇

## · 庄敬日成——给青年男人的知心话 ·

上篇卷首语 是风定当为台风>>>2

### 第一句话 最崇高的爱情是爱祖国

男子生如响箭>>>6

想死后做一个国境界桩>>>8

中国人最起码要做十件事>>>9

奥运期间，中国人要做十件事>>>9

奥运开幕式——我心灵的四个选择>>>10

他的任务就是寻找母亲的丑陋>>>11

他们在天堂会孤独吗？>>>12

歼十是我梦中人>>>13

50岁还找不到北，决不会成事>>>15

每逢此日舞大刀！>>>16

家谱：中国人心灵高贵的佐证>>>18



奉侍父母是最大的感动>>>20

今年三十儿没看电视>>>26

珍宝岛：中国人死了一半，还有一半>>>28

山东人的骨头最硬>>>33

出国留学家训十二条>>>35

## 第二句话 杀鸡用牛刀

磁带断七次>>>39

杀鸡用牛刀！>>>40

大成熟、小诀窍>>>40

七七年高考是弱者的伟大胜利>>>41

英语是逼出来的>>>48

厕所里考出来的博士>>>50

## 第三句话 男人战死在沙场

问中秋为何物？>>>57

我们背叛了祖先——春秋精神>>>59

为什么公安大学的学生最漂亮>>>61

不要怕的10个理由>>>64

守业不祥——一个家族顽强生存的秘密>>>64



## 第四句话 失恋是男孩的成人礼

- 人生若只如初见>>>67  
银婚之杯满盛男人的泪水>>>70  
两个男孩同时爱上我>>>78  
人生第一次失恋>>>80  
什么女人总要打开诱惑的盒盖? >>>81  
单相恋不一定全是男孩子追女孩子>>>81  
信物最相思>>>83  
天边的三颗小星星>>>88

## 第五句话 男人就活一口气

- 亮剑精神>>>91  
给痛苦颁发一吨重的奖章>>>92  
淡淡的忧愁>>>94  
“志当存高远”：先断臂，后成大事>>>94  
我又做错了什么? >>>95  
人是什么? 人就是一口气>>>96  
生男孩为什么要挂弓箭? >>>97  
十大为人原则>>>101

## 第六句话 别信好人知心话

识人秘诀二十条>>>104

每个人的生门与死穴>>>106

别信好人的“知心话”>>>106

怎么识贼>>>108

碰瓷儿与放鸽子>>>110

天上不会掉馅饼>>>112

潘家园的十大原则>>>117

## 下篇

### · 琴罢焚香——给中老年男人的知心话 ·

下篇卷首语 宁静人生的十大转变>>>122

## 第七句话 生命的本质是玩

下雨宜做十件事>>>125

茶道>>>127

您见过明朝家具吗？>>>128

人生要讲究>>>129

今晚从心里高兴>>>130



诗情画意事每日有十>>>130

人生静如插花>>>131

生命的本质是玩>>>132

睡前十事>>>133

中秋之夜，雪花六出>>>133

乾隆手上戴的什么？——男人的七件宝>>>135

低碳生活的十种优雅——这不是低碳，这是中国心>>>140

妈妈教我生存绝技：火镰打火>>>141

## 第八句话 生命在于懒床

当心脏不跳时，你一点办法也没有>>>145

人生可以忘病>>>146

我的医生：生命在于懒床>>>146

朋友，你也有这种感觉吗？>>>148

追悼会后的感悟>>>148

圣人才能活一百岁>>>150

2008年祈祷一个词：“平静”>>>151

生命就是美丽——小强的一生>>>152

胃病是“精神病”>>>154

玉井无波>>>156

不吃药降血压妙方有六>>>157

掖县87个百岁寿星的七大秘密>>>158

## 第九句话 人生如坐火车

孔子人生九字诀>>>163

博尔特人生三大启示>>>164

其实，人生只不过是坐火车>>>165

奥运四大人生启示>>>166

举棋不定是一种美德>>>168

人生可以说不>>>169

太阳即将燃烧完毕>>>170

闭上不笑的嘴，把名与利的清明上河图观看>>>171

心灵美的女孩>>>173

人生年表——大伟读《论语》>>>173

谁是人生的胜者？>>>175

自立学生目标10条，供师门同学共勉>>>178

## 第十句话 抑郁是一种高贵

抑郁是一种高贵>>>181

郁闷就做十件事>>>182

警察有颗菩萨心>>>184

窥探古代中国人的心灵美>>>188

懒床淡淡有十愁——与古人交心>>>190

## 诗 歌 淡淡的忧愁

王大伟与古代诗人的心灵感应>>>194