



青年原创书系

朱晨辉◎著

ZUIHUAI DE SHI MEIYOU

最坏的是

没有爱

AI



YZL10890116291



首都师范大学出版社

CAPITAL NORMAL UNIVERSITY PRESS

朱晨辉◎著

ZUIHUAI DE SHI MEIYOU

最坏的是

没有爱

AI



●心情美文●人生随笔●哲学感悟●情爱交融

中产阶级的灵魂咖啡 都市白领的精神家园

智慧空灵 哲学之美 诗意盎然的人生箴言



YZLI0890116291



首都师范大学出版社

CAPITAL NORMAL UNIVERSITY PRESS

图书在版编目(CIP)数据

最坏的是没有爱/朱晨辉著. —北京:首都师范大学出版社, 2009. 9

ISBN 978-7-81119-767-9

I. 最… II. 朱… III. ①散文-作品集-中国-当代 ②随笔-作品集-中国-当代 IV. I267

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2009)第 172410 号

ZUIHUAI DE SHI MEIYOU AI

最坏的是没有爱

朱晨辉 著

首都师范大学出版社出版发行

地 址 北京西三环北路 105 号

邮 编 100048

电 话 68418523(总编室) 68982468(发行部)

网 址 www.cnupn.com.cn

北京嘉实印刷有限公司印刷

全国新华书店发行

版 次 2009 年 12 月第 1 版

印 次 2009 年 12 月第 1 次印刷

开 本 787mm×1092mm 1/16

印 张 18

字 数 245 千

定 价 37.00 元

版权所有 违者必究

如有质量问题 请与出版社联系退换

“青年原创书系”编委会

顾 问：蔡赴朝

主 任：冯俊科

副主任：王野霏 梁成林 孙 瑛 杜淑华
曲 仲

委 员：韩方海 马春玲 喻 萍 王会友
冯献省 马 峥 俞 斌 韩敬群
尹崇捷 刘 凯 左 文

序：灵感来自心中至爱

石 英

饶有兴趣地通读了朱晨辉先生的新著《最坏的是没有爱》全稿，觉得是一部既充满生活热情又具较深社会意义、既富于哲思又不乏诗质的散文随笔集。它所关注的问题既有时代感和时尚性，又对人们尤其是年轻朋友如何观照人生、处理生活中可能碰到的问题起到释疑作用。

我感到本集特别值得称道之处是：作者的文笔非常流畅而绮丽，在力避单调、注重变化中呈现出较强的表现力。这一特质无疑在很大程度上有别于时下许多谈社会谈人生的时兴文章：有章而无文，或虽有文而乏精。晨辉先生之文章，总的说来是理由思生，情文兼具。作为一位青年作家，达到这一层次可谓基础之基础；也是进一步向成熟作家迈进时应具备的最重要的条件之一。我不详知作者在他的成长历程中下过多少不可或缺的工夫，但可判断出有此文字底蕴是不容易的，而且很多篇什已经达到了作为成熟作家应该具备的水准。

我注意到，作者依文章的内容与行文风格将作品分为几个板块，其题目无不具有鲜明的提示性：偏重于探索精神和理想世界的《哲学的藤蔓》、《思想的露珠》、《内心的花园》等，偏重于探索物质和现实世界的《男人和女人》、《赚钱面面观》、《身体的行走》等。无论是何种类，总的特点是篇幅大都比较精短，意旨明确却并不直白，有时也不乏委婉善诱，而最终还是意顺旨明，读来绝无隐晦艰涩之弊。由是，亦可以从中看到行文者之性格，从而演化为鲜明无误的文格文风。

晨辉先生的散文固然是一种诗性的散文，而他的随笔也是文学性很强的随笔（他的许多散文与随笔文字亦不需截然区分）。因此，即使在他的说理性散文中，也绝无那种干巴巴的说教，而是充满智性的思考自心中涓流而出，给人以感染，以领悟，以共鸣。这样的篇章比比皆是。《内心的花园》一辑中之“最坏的是没有爱”（也是书名），作者在文中将

“爱”赋予了更广阔、更深挚、更崇高的内涵。这样的爱，其本质正是人生最美好的目标，最忠贞的寄托，最可靠的依恋；而任何人的生命中如果全无这种爱的追求，那就失去了最纯真的内容，最美好的素质，生活也就会变得苍白而无味。这种爱当然不仅限于男女之爱、亲人之爱，而是一切纯美之情，激人向上之力的蕴含；也是一个人生命之质的增值和延伸。在另一篇“品味大师”中，作者对此命题也有独特的见解与非同凡俗的发现。对于大师，社会人群中存在着并非一致的态度，固然有对真伪高下的审度，但也有纵属真正权威的尊重与否的问题。而在作者的心目中，不仅承认有真正大师的存在，而且以非常敬仰的心情肯定真正的大师所具有的丰碑的价值。我在读这篇文章时，深感作者在认定大师具有的丰厚渊博非同一般的具体学养而外，且从更高的角度，崇尚真正的大师所能担当的作为一个时代精神风范的地位。从某种意义上说，这也是一个国家和民族的人们，对于文化，对于人类共同智慧乃至构建心灵家园所应致力追求的目标。同样，作者在表述自己的见解时，也不乏诗质的心智和抒情的笔调，不是在告诉读者说“你必须怎么样”，而是“我觉得应该是这样的”……

如上所述，作者极富哲思，视野开阔，博学强记，对哲学、美学、心理学等造诣颇丰，善写思辨色彩很浓的散文和随笔。自然，既是自己的思考，文自独家胸臆涌出，就不可能是人云亦云、了无新意，而是字里行间爬满了“哲学的藤蔓”和凝结的“生活的露珠”，闪烁着带有特点的心智的光色。这方面的例证不胜枚举，如“热爱生活才能热爱生命”一文，突出表现了作者对生活与生命关系的深切而不俗的理解：只有无限热爱生活中一切美好的东西，才能真正感知生命存在的价值。在这里，作者将客体的广义上的生活与主体的个人的生命融会得密不可分，绝无游离。无疑，这是一种积极的生活观，一种负责任的生活态度。又如“难得清醒”，是一篇很有自主意识的、富于创见的佳作，一反“难得糊涂”被滥用成座右铭，而是毫不含糊地力主清醒地直面人生，不故意回避，不装糊涂，不欺世亦不自欺，活出真诚来，活出一个尽可能无愧无悔的人生。

我赞赏晨辉先生在语言表达上的认真态度与以真正的文学语言作“心灵倾诉”的坚持，如本集中一些旨在探讨与追寻人生尤其是情爱世界之真谛的篇章，这是人们特别是年轻一代所关注的领域，如

《性爱的秋千》一辑(另外结集出版——作者注)，从不同视角揭示了人性的需要，坦率不失个性地阐明自己的观点，善于发现问题并致力于解决问题。这样的问题很难得出“最后的终结性”结论，但也不妨进行一些有益的探讨与诠释，哪怕是“仁者见仁，智者见智”也好。如果单从普及性生活知识、提倡性生活健康的角度，倒也开卷有益，可以兼收并蓄。

作者由于常年写诗，诗歌的功底较为深厚，游走在现代和传统之间的诸多诗歌，或朗朗上口或意蕴深刻，一些诗作极富启发性，不亚于本集中的散文随笔。《散文诗情》一辑(另外结集出版——作者注)中随处可见情深意切的容易打动年轻人的文字，当作者所表达的内容与所需的形式趋向统一时，自如地采用了散文诗的形式，以致流泻出“雪之恋”、“雨之魅”、“虹之殇”、“花之香”等；很自然地凝神发问“那样的一天还有多远”；怅然间，“思念在奋力地飘飞”……好读的是：这一切都不造作，遣词造句均得心应手。而《一个人看海》、《拒绝融化》、《在文字中行走》、《秋天深了》、《往事如墙》，等美文，均能反照诗的光华与热度。

作为一位青年作家，朱晨辉一直从事着新闻媒体记者的工作，他对记者生涯同样有着至亲般的钟爱，而且将工作中所感触到的甚有意义和颇有意味的问题诉诸笔端，形成不仅带有职业气息却同样是文学意味很浓的“解读记者圈”一辑中的一篇篇文字，仍然在时时提醒着读者：这是一位记者中的作家，又是一位作家型的记者。

最后，我从这部集子中内容和形式、作者倾注的心思和风格中，概括提炼出一句话：“这一切都是他的真爱。”随后我竟发现，也与晨辉的书名的意思大致相近，不谋而合。

2009.4

石英：著名作家、诗人，原人民日报文艺部副主任，现为中国散文学会常务副会长、中国诗歌学会理事，享受国务院特殊贡献专家津贴，所著包括散文集《当代散文名家文库·石英卷》、诗集和长篇小说等60部逾千万字。

目 录

◎序：灵感来自心中至爱 / 1

一、哲学的藤蔓

◎快乐与忧郁的哲学意味 / 003

◎完美可求不可遇 / 005

◎距离的形态 / 007

◎平等的相对论 / 009

◎付出与回报 / 011

◎算计“算计” / 013

◎孤独是一种能力 / 015

◎论自由 / 018

◎节制欲念 / 020

◎苦难是我们余生的老师 / 022

◎幸福是来自灵魂的努力 / 026

二、生活的露珠

◎你有什么样的朋友 / 033

◎爱好是一种生活方式 / 035

◎浪漫是自觉的行动 / 038

◎告别年轻 / 041

◎漫谈成熟 / 043

◎崇尚清高 / 045

◎难得清醒 / 047

◎快乐教育是一种心理营养 / 049

◎你是节水分子吗 / 051

◎治病不如防病 / 053

◎小的也是美的 / 056

◎慢的才是稳的 / 060

三、文化的贝壳

◎大运河：一个被风化的地理名词 / 065

◎亲近玉石 / 067

◎喝咖啡还是喝情调？ / 069

◎带着思考去阅读 / 072

◎在文字中行走 / 074

◎品味大师 / 076

◎静谧的夜倾心读物 / 078

◎话剧未必都高雅 / 080

◎假字真来真字假 / 083

◎东亚国家为何不唯汉字马首是瞻

——解读汉字文化圈的兴衰 / 087

四、身体的行走

◎热爱生活才能热爱生命 / 095

◎忙碌是一种生活态度 / 097

◎我们都是都市里的风筝 / 099

◎一个人看海 / 101

◎放逐烦恼 / 103

◎向往危险 / 105

◎在游戏中锻炼体魄 / 107

◎织网学，不好学 / 109

◎忧郁的人喜欢安静之地 / 111

◎心灵向南，身体向北 / 113

◎粘在邮轮上 / 115

五、情感的洼地

◎错误的经典 / 121

◎人是一种可怜的动物 / 123

- ◎不愿去潇洒 / 125
- ◎成长缺少快乐的元素 / 127
- ◎恶劣环境容易扼杀快乐 / 129
- ◎亲人疏离带来亲情缺失 / 131
- ◎不是人人都爱过节 / 133
- ◎不恋红唇 / 135
- ◎躲避太阳 / 137
- ◎走出失意的阴霾 / 139
- ◎人生是一次艰苦的航行 / 141
- ◎淡泊名利不易 / 143

六、内心的花园

- ◎最坏的是没有爱 / 149
- ◎缺少音乐照耀的人生苍白无力 / 152
- ◎我们丢失，我们寻觅 / 155
- ◎和谁一起生长，和谁一起吟唱 / 157
- ◎当身体不能离开 当心灵不能独处 / 159
- ◎换一种表情 / 161
- ◎爱别来 / 163
- ◎秋天深了 / 165
- ◎独自安静 / 167
- ◎往事如墙 / 169
- ◎回声嘹亮 / 171
- ◎感恩生活 / 173

七、财富面面观

- ◎有什么别有股 没什么别没房 / 177
- ◎留出生活的备份 / 180
- ◎管好自己的心理账户 / 182
- ◎投资理财要摸清宏观经济的命脉 / 184
- ◎学会购买时间 / 187
- ◎有钱人和没钱人的不同 / 189

- ◎沉着减少生活成本 / 191
- ◎富人为什么会成功 / 193
- ◎如果有钱 / 196
- ◎将赌博拒之门外 / 198
- ◎企业“变脸”实为变钱 / 200
- ◎律师青睐非诉讼业务 / 202

八、男女观象台

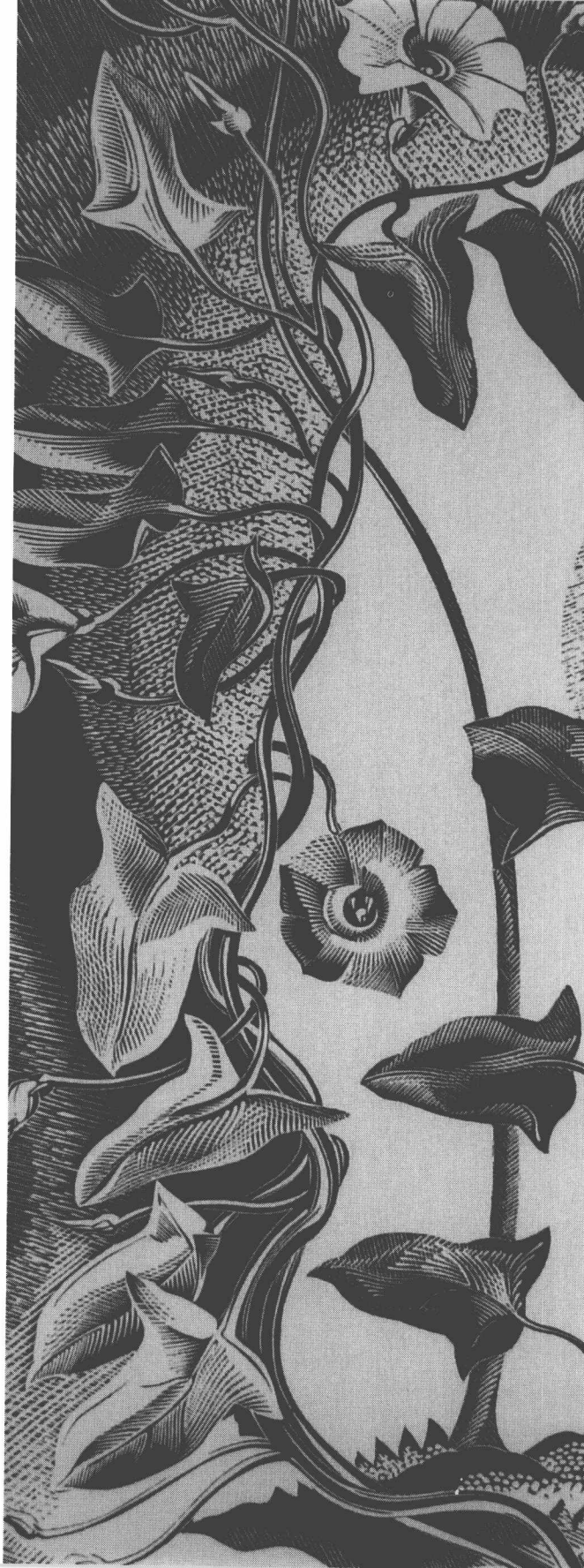
- ◎拒绝融化 / 207
- ◎恋爱模式 / 209
- ◎恋爱的节奏 / 211
- ◎同心圆 / 213
- ◎重视婚姻项目 / 215
- ◎左手是男，右手是女 / 217
- ◎奔放的女人 / 219
- ◎细腻的男人 / 221
- ◎女人中性化容易成功 / 223
- ◎男色消费的时代来临 / 225

九、解读记者圈

- ◎“编前会”让记者头疼也让记者期待 / 229
- ◎记者应是多面手 / 232
- ◎记者入门指南：漫谈采写基本功 / 234
- ◎做记者的利与弊 / 240
- ◎有偿新闻为何屡禁不止 / 243
- ◎房地产记者危险与诱惑并存 / 246
- ◎资深记者容易成为“枪手” / 248
- ◎记者要对得起头上的光环 / 250
- ◎记者对政治面貌的诉求不可或缺 / 252
- ◎写作舒展了压抑的心灵(代跋) / 254
- ◎后记 / 273

一、哲学的藤蔓

我们也许难以笑对苦难，但可以镇定自若，不再心有余悸，利用苦难带来的好处，让苦难成为我们余生的老师，传承生命的坚韧。





快乐与忧郁的哲学意味

一个人的心情可以通过行为来表达，更多的还是通过表情来诠释。对于工于心计的人来说，会刻意地将表情掩饰得很好，但把时间拉长总能发现本能的心情流露。快乐和忧郁，都会像不谙世事的孩童，轻而易举地将心思或情绪写在脸上。那些经常性地绽开俊朗笑容的人的脸上总能布满阳光般健康的晴朗，而内心苦闷甚至褊狭的人则会布满神色戚然或者眉头紧蹙的凝重。

快乐与忧郁是一对死敌，它们的含义截然相反，一个充满阳光，一个充斥夜色。这夜色，积极地理解可以是迷人的皎洁的月光，能为夜行的人提供隐约的道路；消极地理解可以是令人毛骨悚然的黑洞，能吞噬一切美丽的东西，让健康的人疾患缠身、心如死灰。

快乐与忧郁又是一对有机体，甚至是离离散散的朋友，并没有清晰的界碑，随时可以往来，随时可以转化，关键取决于哪一方的感染力和穿透力更强。一个快乐的人随时可能因为一次不经意间遇到的打击而陷入忧郁，一个忧郁的人随时可能因为一份小小的感动被照射到快乐的光束。

很多人在一起时，快乐的成分居多，有热烈活泼的气氛，有无拘无束的言行，有共同参与的事务。但很多人在一起时也会对其间快乐不起来的人造成伤害，因为这样的人不喜欢熙攘的热闹，不喜欢陌生的随意，不喜欢与肤浅为伍，不喜欢被高度关注，总之不喜欢融化开来，产生语言和行动的交集。这就是忧郁了，而且是与生俱来的忧郁。

大部分人或者正常的人，独处时分可能是忧郁的，因为不喜欢一个人时的安静、一个人时的孤单、一个人时的恐惧、一个人时的寂寞。对于小部分人或者别样的人而言，独自存在也可能是不忧郁的，因为可以远远离开凡世的尘土飞扬，静下心来思考一件事情，专心致志完成一件工作，肆无忌惮享受一份自由。这就是快乐了，一种无需与人分享的快乐。



卡夫卡对通常意义上的快乐有一种惧怕：“快乐对我来说是一件过于严肃的事，我会像一个完全卸了妆的小丑那样站在那里，不知所措。”快乐在卡夫卡身上变成了“不知所措”，变成了忧郁，而卡夫卡则把他这种深深的忧郁情结释放到了独特的小说创作的快乐上。

浅薄的快乐，产生于瞬间，存在于瞬间。严格地说，短暂的快乐不是幸福，至多是初显快乐的端倪，只有长久的深层次的快乐才是幸福。同样，短暂的忧郁也未必就是痛苦，至多是痛苦的发端，只有永远走不出来并被深深攫住的忧郁才是痛苦。

为了获得真正体验到的幸福，努力保持习惯的快乐和努力钟情偶尔的忧郁，是必不可少的追求方向和处世本领。

快乐是一种意境，境由心生；快乐是一种生活，活在积极！



完美可求不可遇

每个人都希望自己完美，美丽的容颜、优雅的谈吐、高尚的人格、辉煌的事业……每个人也都希望别人完美，对自己喜欢的人，想亲近的人，甚至深深爱恋的人。一方面是为了平等，一方面是为了品位。

一个完美的人或者几近完美的人存在是一种力量，他能使身边的人感受到一种强烈的震动；他又是一种灵光，辐射给黯淡的、没有新意的人；他还是一种风景，使观赏的人美不胜收；他更是一种崇高，使心理有缺陷的人改进直到完善。这样的可以称之为人间尤物的人，在我们的社会形态中少到近乎于无，不是一种抱负远大的理想就是一种不切实际的幻想，不是还没有出现就是还没有遇见。

金无足赤，人无完人。从哲学意义上说，没有绝对的永远的完美，所有的完美都是相对的暂时的。你可以拥有完美的容貌和身材，完美的工作和收入，完美的朋友和圈子，完美的爱情和婚姻，但你仍然可能不够完美，还有更完美的你没有看到。就算你是最完美的，但你保证不了你的优势永远不变，一个微小的变化就能对你产生很大的影响，何况还有无法逆转的苍老，无法预测的失业，友人无情背叛、圈子疏离缩小、爱情得而复失、重拾单身生活，等等。

一切完美都有缺陷，正如外表太美丽的人情感容易孤独，修养太良好的人心灵容易孤独。一切缺陷也都有完美，正如生活中身体残疾的人往往身残志坚，知识贫瘠的人往往脑满肠肥。

随遇而安是一种完美，完美在于平静；心满意足是一种完美，完美在于实现；痛定思痛是一种完美，完美在于自省；锲而不舍是一种完美，完美在于信念；天真无邪是一种完美，完美在于清澈；疏而不漏是一种完美，完美在于宏观；善始善终是一种完美，完美在于诚信。

爱美之心人皆有之，但爱美心切，病急乱投医，恐怕就会弄巧成拙、弄美成丑了，轻的造成美中不足，重的导致瑜不掩瑕。完美形成于潜移默化，形成于长期累积，形成于我们内心的求索。当然，外在的完



最坏的是没有爱

美也很重要，毕竟它可以使初次的联系之后容易地进入继续的联系，使简单的联系之后有可能进入深刻的联系。

任何时候都别觉得自己是完美无瑕的，即使已经真的被认为出类拔萃、卓尔不群。一个认为自己完美无缺的人已经不完美了，因为他已经陶醉在沾沾自喜、洋洋自得中。而这样的人充其量是在其所熟悉的窄小领域、自己认为的重要的方面略胜一筹。

没有人不希望自己的人生完美，只是这完美不是可遇不可求，而是可求不可遇。换言之，完美是等不来的，需要去寻找、去追求、去塑造。身在崇高追求中的人，才是幸福的，有意义的。人生，只有在时常检视自己、天天积极向上中日臻完美。