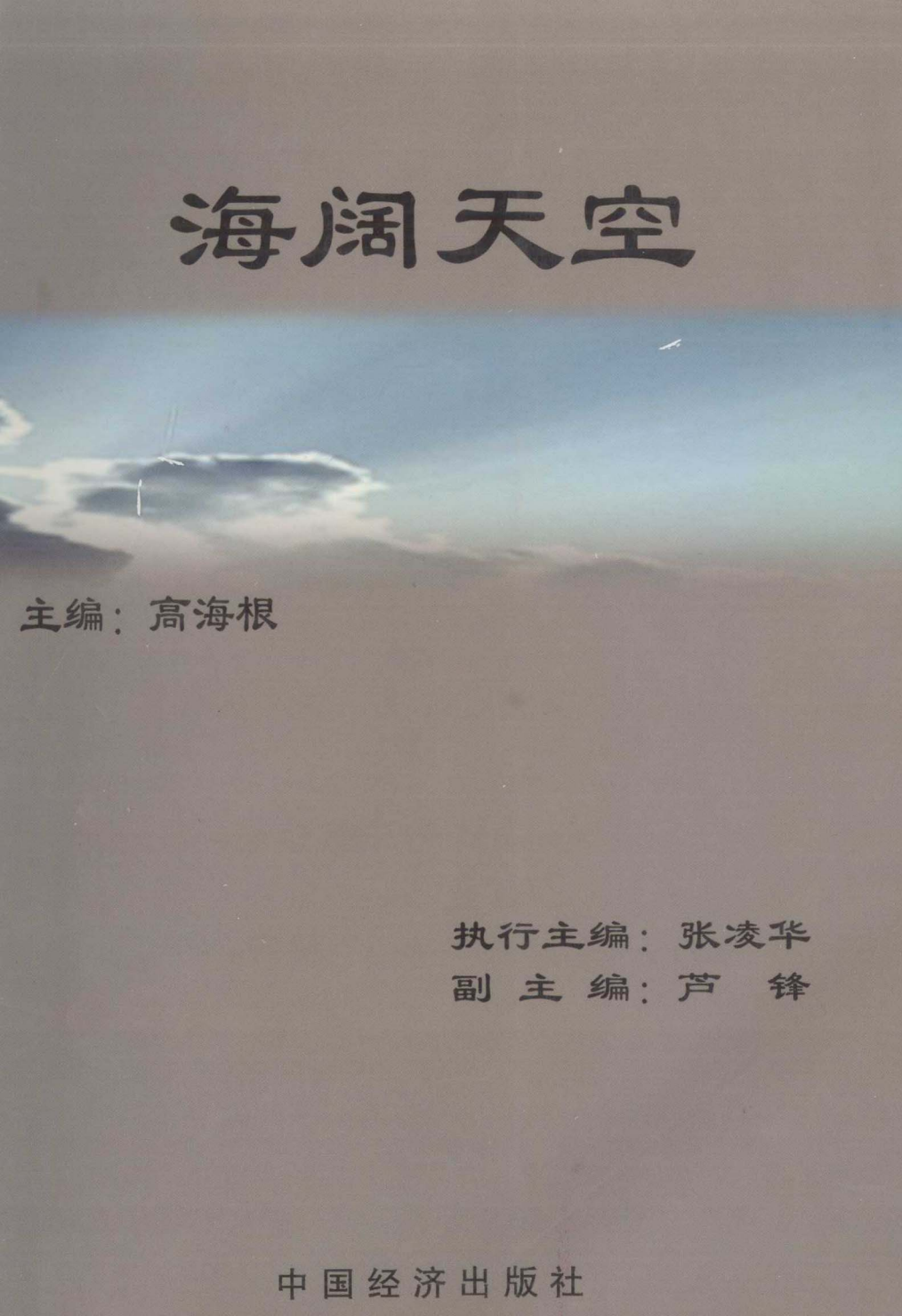


海阔天空



主编：高海根

执行主编：张凌华

副主编：芦 锋

中国经济出版社

图书在版编目 (CIP) 数据

海阔天空/高海根主编—北京：中国经济出版社，2003.7

ISBN 7-5017-4250-2

I. 海… II. 天… III. 高… IV. 中国政治—0222.25

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2003) 第 020523 号

责任编辑：言 今

责任校对：梓 人

海 阔 天 空

主 编 高海根

执行主编 张凌华

副主编 芦 锋

中国经济出版社

(北京市百万庄北街 3 号)

(邮政编码 100073)

北京雅艺彩印有限公司

850×1168 毫米 1/32 13 印张 330 千字

2003 年 7 月第 1 版 2003 年 7 月第 1 次印刷

ISBN 7-5017-4250-2/G.412

定价：28.00 元

版权所有 违法必究

海天情缘（序言）

乔 畅

读者朋友，当你看到这篇序言的时候，千万不要按照习惯思维，以为这些文字出自名家之手。我，乔畅，只是生活、工作在鞍山的一个普通百姓。因为，也仅仅因为我是鞍山人民广播电台，尤其是《海阔天空不夜天》节目的热心听众，就不怕被误为名人，写下了我人生中的第一篇序言。

《海阔天空不夜天》是鞍山人民广播电台于2000年4月16日正式推出的一档谈话类直播节目。从此，每当华灯初上的时候，您只要打开收音机，把旋钮调到中波954或者调频101，就会听到节目主持人和听友侃谈话题。主持人幽默风趣、参与节目的听友兴奋热烈，节目形式新颖独特，谈论话题深入人心，风格也轻松活泼。这个节目一出现，就成了我们广大听友的“宠儿”，直到今天，依然把钢城的夜晚打点得热热闹闹的。现在，应广大听友的要求，鞍山市广播电视局副局长高海根，鞍山人民广播电台社教部主任、《海阔天空不夜天》节目的策划、监制张凌华，以及节目主持人芦锋三位同志从中遴选了三十期节目，整理编纂出这本集子，把声音变成文字，以飨听友及读者。对喜欢广播的人来说，这的确是一件幸事。不过，我没有想到的是，我比别的热心听友多了一份更大的荣幸：三位同志竟邀请我为这本书作序！我一时间震惊惶乱，第一次体验到什么叫“受宠若惊”，等我的情绪渐渐稳定下来，也领悟到了这一份荣幸中的内涵：鞍山人民广播电台就是老百姓自己的电台。《海阔天空不夜天》就是

普通听众的情感天地、心灵家园。那么，由我这个普通听众的代表写序，似乎是再合适不过的事情，而象我们这样的平凡人，似乎更有资格对这个“海阔天空”的世界指指点点。于是，我竟渐渐的“心安理得”起来，深感幸运之余又多了些许的骄傲，同时，自己和广播结下情缘的一幕幕也浮出了脑海……

我出生在一个小山村，小时候日子虽苦，可也能苦中找乐。我爱跟同村的野小子们在池塘子里洗光屁股澡，也爱摘下一朵朵叫不出名字的小野花，怀着一种说不清的情愫插在女孩子的发间。那时候，还有一件更让我陶醉的事，就是每次撒完野回家刚到村口，就听到生产队的大喇叭播放的声音。那时的乡村，别说是电视、网络，就连报纸也不能及时送达，谁的家里要是摆放个电匣子，都觉得蓬荜生辉，别人见了更是眼睛发红、心头发热。那时所有的外界信息，都来自悬挂在一株电杆上的生产队的大喇叭，不管是国内外大事，还是十里八村的鸡毛蒜皮，只要从大喇叭里播出来，村民们立刻放下手里的活计，支起耳朵细听，然后跟着大喇叭里的故事同喜同悲。我记得咱村里出了个报道员，也就是熬了几夜磨秃了几支笔把咱村的那点事儿写出来让大喇叭播发了，马上成了村里的焦点人物，如果他能象我一样还为电台出书写序，我真不敢想象他能达到何种疯狂程度。后来，我家有了电匣子，我清楚记得是广东产的“羚羊”牌，笨重的木匣子里能出声，刚才是某个人在说话，把小旋钮动一下马上又换个人在唱戏，在众乡亲眼里，就是刘姥姥眼中的“西洋钟”。再后来，我家进了城，拥有了精致的半导体收音机。就在这日新月异的日子里，我也不由自主地爱上了广播，尽管接下来的社会发展越来越快，电视、电脑接踵出现，可我依然呵护着我的“初恋”，这份情缘无法割舍。

因为爱，就象当今许多狂热追星族迷恋于偶像的诸多生活习惯一样，我也搜集着与广播有关的知识。我知道“无线电之父”

美国的发明家李·德福雷斯特研究用无线电波传递声音的故事，知道1906年圣诞前夕美国匹茨堡大学教授费登森语音广播实验成功，知道中国自己的电台在1925年筹建，还知道中国共产党领导下的广播事业于1940年12月30日在延安诞生……见我对于广播方面的知识如此“专业”，许多朋友十分震惊，并感到不可思议，他们问我：为什么对广播如此钟情？难道电视、电脑不更先进更有意思么？我告诉他们：当今社会科技高速发展，人民生活水平日益提高。昨天刚买回家的新玩意，今天可能就降价销售了；今天你还抱着某样东西自我感觉挺前卫，明天早晨你就看着别的东西眼熟了。不过新东西出现了，并不代表旧东西就失去了魅力，就象广播，和众多的媒体相比，时效性最强，传播最迅速，接受信息也最方便，可谓是“先声夺人，分秒必争，贵在神速，以快取胜”。我还告诉他们：广播最没“架子”，和咱老百姓贴的最近，鸿儒也好，白丁也罢，只要打开收音机，就有面向你的节目，就有你爱听的磕儿。

如今算来，我和广播已经相恋三十多年了，学习、工作之余，我总是尽可能的抽出时间收听广播。当然，我也看电视、读报，做这些事情的时候也享受乐趣，但这些乐趣永远也取代不了广播与我的默契。外出的旅途上，收音机在背篋里陪伴着我；到公园里晨练，也习惯让广播里的音乐为我的举手投足伴奏；就是在厨房里做饭炒菜，我也习惯一边闻着鱼肉香一边听着广播。说句不怕诸位笑话的话，凡是爱我的人都对广播“醋”意大发过。

1992年，我们的鞍山人民广播电台首次推出直播节目，我觉得我的欣喜与紧张一点不亚于直播节目的主持人。一时间，我与电台的距离更近了，我与世界的距离也更近了。2000年4月16日夜，那是一个我不会忘记的时刻，直播节目《海阔天空不夜天》走进了我们的夜生活。接着孟凯、慧明、晓含、芦锋、李威、越琦、天紫、中原、陈青、筱曼相继登场。我预感到：广播

将会让我的夜晚更加多彩，我也要为这个节目付出了。在很多人的印象里，晚间广播直播节目一般都是情感咨询类的，弄不好就变成了无病呻吟。《海阔天空不夜天》不这样，它把为广大听众创造健康、优雅的夜生活作为自己的宗旨，突破了晚间节目的旧框框，无论是国家大事还是家庭琐事，只要是老百姓关心的，都做成节目。这一来，就加大了节目的信息量，让听众在与主持人的互动中、在与主持人近乎“神侃闲聊”中“足不出户尽知天下事”。直播间里，他们度过了一个个繁忙而多彩的夜晚；直播间外，万千听众记得他们的名字。真是“国事、家事、天下事，声声入耳、事事关心”；“亲情、友情、世间情，心心相连、时时相伴”。比如《海阔天空》一书所编选的健康生活理念话题“快乐必须有金钱相伴吗”、“今天靠啥赚钱”；再就业话题“说说你的一技之长”、“从梅杰试做体育节目评论员，你想到了什么？”；大学生择业话题“紧追热门儿，还是瞄准潜力”、“为什么‘焦点’不是我”；青少年话题“学生离互联网有多远”、“开学之际谈适应”；婚姻质量话题“挑衣服与找爱情”、“单亲子女该有怎样的心理准备”等等不一而足，哪个不是与百姓生活密切相关？哪个不是在思想碰撞中明辨是非？更让我称道的是，这些或实际、或严肃或深远的话题，随着主持人或睿智、或亲切、或自然的主持风格，让我们这些收听和参与节目的听众也深受感染。特别是后期节目中主持人芦锋的深邃幽默与陈青的珠联璧合，节目竟被演绎得新颖活泼，亲切自然，即不平庸凡俗，更不曲高和寡。有了这样的互动空间，我这个广播迷能不跟着“互动”么。对于某些话题，自己有心理话的，拨打 2211419 或者 2211519 跟主持人聊上几句，心胸顿时开阔，夜晚顿时妩媚；自己不想说，可以静静聆听别的听众和主持人交流。惺惺相惜或者心有灵犀，都是一种心灵的享受。个中滋味，您可以守候每天夜间的中波 954 千赫、调频 101 兆赫，也可以翻开这本集子咂摸品味。

有了交流，就有了感动。在恋着广播的时候，我也体验到了别的爱恋者的心跳。这种“多角”爱恋决不会衍生嫉妒，只能萌生更多的共鸣、支持和听众。这是一个多么自由又多么亲密的网络呀，在这个网络里，我们享受到的，绝对是传统媒体赠与的现代人急需的人情味。通过广播，我知道鞍山有一位姓杨的老人每天收听节目，还把自己的收听情况和心得写成日记，因为他对广播节目热爱至深，给自己另取了个名字“杨爱台”。他把自己两年的收听日记编录成两本册子，第一本送给了芦锋，第二本送给了李威。当送到电台主持人的手里时，让那些“名嘴”感动得说不出话来。后来，“杨爱台”老人因病故去，弥留之际，还惦记着广播和主持人。听了这位老人的故事，我感动得泪水涟涟。

海城市望台镇人民政府还有一位热心听众叫范士杰，他从小失去双腿，以拐带步，曾一度失去了生活的信心，甚至产生轻生的念头。有一次，北京师范学院的李燕杰老师来到鞍山做“精神文明与心灵美”的报告，在鞍山人民广播电台播出，范士杰听到后深受鼓舞，重新扬起了生活的风帆。他写了一篇名为“青年人的知音”的文章，他的这篇处女作在鞍山人民广播电台发表，引起极大反响，很多青年朋友给范士杰写信，鼓励他做生活的强者。后来，范士杰到镇政府任专职报道员，写出了大量的新闻稿件和文学作品。他说：“20多年来，我所取得的一点成绩、所前进的每一步，都与鞍山人民广播电台的采编播人员的大力支持帮助与真诚关爱息息相关，是鞍山电台改变了我的人生，是鞍山电台陪伴我成长，从昨天走向今天，从幼稚走向成熟，使我的人生更加充实，使我的生活充满希望、充满阳光……”

现在，说到这些热心听众的故事，我蓦地消失了刚刚建立起来勇敢，也不好意思“心安理得”地为这本集子写序了，我觉得，有许多热心听众比我更有资格在这本集子里留下名字和文字。但既然享此殊荣，我也当仁不让，就代表诸多热心听众，说

几句心里话：感谢鞍山人民广播电台为我们奉献的日日夜夜，在这本集子出版之际，真诚的希望广大听友在流金岁月中，继续与鞍山人民广播电台风雨相随；我也由衷祝愿，鞍山人民广播电台在未来的日子里，继往开来，再创辉煌。

如果觉得我这几句话真诚而略带呆板，热情而略带严肃，那好办，我们相约参与依然红火的《海阔天空不夜天》节目，以“声”会友，以“音”传情，肯定要比我的笔下文字精彩得多。

这不，就在写这些文字之前，我还打开收音机，调到我熟悉的波段，在这清幽的夏夜，听着主持人芦锋略显沙哑却又极富磁性的声音，伴着悠扬的音乐，畅游在海阔天空的世界里。听着听着，我突然笑出声来，因为这个自由舒畅的节目，让我突然之间想起一件挺牵强也没多大深刻意义的小事。因为经常收听广播，经常和主持人练嘴皮子，我的乡音改变了不少，以致别人经常怀疑我不是鞍山本乡本土的人。一天的劳累后，守候在收音机旁，既可以解乏，又可以捎带着学学普通话，何乐而不为呢！

目 录

海天情缘（序言）	乔 畅（1）
开学之际谈适应	（1）
为什么“焦点”不是我？	（13）
让竞争存在于友谊之中	（25）
学生离网络有多远？	（36）
网络游戏给我们带来了什么？	（51）
学生打工该赚取什么？	（62）
大学生谈恋爱是必修课还是选修课？	（72）
毕业了，爱情怎么办？	（87）
紧追热门儿、还是瞄准潜力？	（97）
你很在意年龄吗？	（109）
驻足傻望街上趣事	（127）
你爱听什么样的话？	（140）
说说有人好办事儿	（152）
快乐必须有金钱相伴吗？	（164）
你愿意一辈子只做一种职业吗？	（176）
给跳槽一个理由	（187）
说说你的一技之长	（201）
怎样到达成功的彼岸？	（211）
日子过得太轻松好不好？	（228）
从梅杰试做体育节目评论员你想到了什么？	（235）
今天靠啥赚钱？	（246）

挑衣服与找爱情·····	(255)
爱情需要经营·····	(282)
把旧爱“煮”成新欢·····	(298)
婚姻就像一杯白开水·····	(315)
假如遇到一个更好的·····	(327)
睁只眼闭只眼看家里·····	(340)
单亲子女该有怎样的心理准备? ·····	(355)
科学吃出健康来·····	(369)
漫谈喝酒·····	(385)
 后 记·····	 (400)

开学之际谈适应

芦 锋：各位听友大家晚上好。我是芦锋，欢迎各位收听和参与今晚的《海阔天空不夜天》节目。

陈 青：我是陈青。大家晚上好，看看时间已经是2月11日了，还有半个月的时间就要开学了。不知道大家在忙些什么。有时要为新学期做些计划，还有要置办一些高档次、梦寐以求、很想得到的一些属于自己小秘密的东西。还有一些朋友在畅想，当然也包括我们的家长也在畅想——新的学期，我的孩子应当有怎样的提高。

芦 锋：陈青说的这些都是好事、美事。但是也不能把事情看得这样简单，因为有些同学的心情也未必象陈青说的这样高兴。

陈 青：怎么了？

芦 锋：有些时候也处于一种思考的状态，因为也有一些麻烦事让他举棋不定，或许郁闷。新学年的开始，他能隐隐约约感觉到可能会遇到一些新的问题、新的现象。毕竟念过这么多年书了，面对新学年的开始，不同的同学、不同的老师，这时候可能都要有一些新的问题需要解决。

陈 青：在相处的过程中都是需要适应的，有一个了解的过程。只不过有的人适应能力很强，把过程缩短了，很快就会融入其中。但是有些人不论多长时间，总觉得自己差一点，好象有一种格格不入的感觉，又找不到什么原因，所以接踵而来的就会产生某些困惑了。

芦 锋：那么，在开学之际我们就来谈谈如何适应新的学年，新的学习任务，以及由此而引发的种种问题。这一点我们相信同学们也能够充分感受到，因为该适应的早已经是游刃有余

了。那么没有适应的可能就各有各的不同。尤其是面对一些陌生的问题，有些同学在某些方面表现的比较有能力，有些同学在这方面表现的就要差一些。有些是大家比较关注的范围，有些方面也许是某些同学自己关心的范畴。

陈 青：哎芦锋，一看你说话的表情，我就知道你在学校当中一定很羡慕那些会适应不同情况的同学了。

芦 锋：是的，我是又嫉妒又羡慕。

陈 青：羡慕就行了，嫉妒就不必了。但我真的感觉你就属于那种别人适应的，你就不适应了，别人不适应的，你就适应了。

芦 锋：我非得那样另类吗？

陈 青：哎呀，你给我的感觉就很另类喽！人常说：从小看到大嘛，咱们都是不适应的那一种。

芦 锋：您说是从小看到大？那您说我应该叫您一声：陈阿姨，还是陈奶奶呢！哈哈……

陈 青：我不反对！

芦 锋：你不怕“折”点儿什么呐！

陈 青：我不怕，跟大家开个玩笑……

芦 锋：你是跟大家开玩笑，还是跟我开玩笑呢？

陈 青：马上就要开学了，数着日子即盼望又不盼望，因为开学之后就能见到老师和同学了，可是也就又不自由了。

芦 锋：我们可以具体一点。比如仨一群俩一伙儿的各有各的群体。有些同学的这个群体就要大一些，有些同学就要小一些。尤其是在新学年开始的时候，是否能够让原有的群体范围有所扩大，让自己在新学期的交往程度有所提高，有人认为这是个人交往能力的体现。还有就是一些新的科任老师，从来没有接触过的老师。我们跟这些老师的关系能处理好吗？你跟老师的交往经验和能力表现如何呢？

陈 青：我们对新老老师都有一种审视的态度，不知道对他的课程、人格是不是有所接受。还有有关我们一些不太适应的方面如吃穿住行，还有社会的一些交往等等问题。相信大家在开学之际都在思考着。

芦 锋：收音机前的同学听友，我知道，我们说的这些也很有限，因为你们是身在其中。新学期开学的时候，我们来谈一谈适应这样一个话题，对大家很有裨益。也可以通过我们直播间热线电话来谈谈你在校园生活中，面临着哪些不适应的事情，该如何解决。直播间的两部热线电话 2211419、2211519 已经为您开通，欢迎各位的参与和收听。

芦 锋：您好，您的老朋友芦锋、陈青欢迎你。

听众 A：很喜欢你们的节目，已经听很长时间了。我是大二的学生。

芦 锋：你觉得在学校和班级里的适应程度怎样？

听众 A：我觉得我是一个不太适应环境的人，常常对一些事情反应的比较慢。

芦 锋：都大二了还有一些不适应吗？

听众 A：不是，我是说在第一年的时候感到非常的不适应，现在开始有感觉了。

芦 锋：那么，在新学年即将开学的时候，你觉得就目前急需解决的问题有哪些？

听众 A：到现在为止都还可以的，除了食堂的伙食……

陈 青：啊，你看新学年你可能要面对一些新的老师，你对老师的适应程度如何？

听众 A：实际上无所谓，因为每一年都要开新课，都要面对一些新的老师，已经是习以为常了。到现在已经有四、五十个老师教过我，象走马灯一样，已经无所谓适应不适应了。硬许大学

生活与高中时的感觉有太多太多的不同，只是在大一的时候有点儿这样的感觉——不适应。

陈 青：好吧。那就说说你大一的时候，有什么样的不适应。

听众 A：比如在高中的时候大家象一个团队一样，虽然高中的时候比在大学的时候累，但并不孤独。

陈 青：因为彼此可以照顾和关心。

听众 A：在高中的时候彼此还可以开开玩笑什么的，可以缓解一下气氛。到大学了常常就是一个人，感到很孤独。

芦 锋：到大学大家都是从各个地方来的，一时还难以了解。

听众 A：就是在上课的时候大家在一起，下课了就一个一个的或仨一群俩一伙的，彼此比较陌生各干各的，也没有什么班级的活动或一个固定的教室。班级就象一个松散的联邦一样。还有就是竞争带来的压力，特别不适应，比高中还要大。就是我们的学生都特别特别优秀，感觉竞争都特别的大。尤其是南方来的同学特别聪明，常常让你一看就惊讶他们为什么会那样优秀。

芦 锋：有距离和差距吗？

听众 A：也不是感到差距，就是感到有些不会“玩”了。因为我是从鞍山一所普通高中升入这个学校的。以前同学之间的差距比较大，这里的差距比较小，稍有松懈就会下来。现在到大二基本上是适应了一些。应该是差不多了吧。

陈 青：应该说你还将面临两三年的大学生活，想过以后的时间里可能还要面对一些什么样的问题吗？

听众 A：我想基本上还是升学。因为我们同学都是出国或考研，这是一个大问题……

陈 青：想过如何应对吗？

听众 A：当然是好好努力啦。

芦 锋：这位同学的态度是积极的，能够积极的去适应。我们听听下面这位听友是怎么说。喂，您好！

听众 B：你好，我很羡慕那位大哥哥能考上大学，我是一名初三的学生。我是3月4号开学，从初四到现在一直在补课，每天上午补课下午休息。

芦 锋：即便是这样，开学的时候还是有感觉的。你想没想过开学之后可能要面对的最大问题。

听众 B：我觉得最大的问题是怎样与同学之间的交往。因为在初一初二的时候认识的人比较广，都是外班和比较高年级的同学交往，现在初三了，高年级的同学都毕业，觉得自己要孤立了。现在交往比较困难，我是班长，有时候总管着他们，总伤他们……

陈 青：啊，你是什么官？

听众 B：班长。我在初一初二还是个坏学生。打仗什么的……

陈 青：那怎么能当班长？

听众 B：因为学习还行。上学期他们还有怕我的，这学期就觉得有点后悔，前两天有同学说我交朋友特失败。到现在不知道怎样跟他们交往。

芦 锋：给我感觉你与高年级的同学交往还行，不过跟本年级的同学更应该很好地交往。做班长也不一定非得严厉，走进他们的生活，跟他们做朋友，你这班长就一定会得到他们的拥护。

听众 B：刚开始还可以，时间长了就感觉他们都讨厌我。

芦 锋：你是不是总有一种优越感，处在较高的位子上，说话说上句。这点甭说是你们就是大人也是一样，平和一点，在生活上与他们多接触，然后在学习啦、工作啦等方面，把架子放下来我想会好的。

听众 B：我的关键问题还不是班长不班长的。我还是比较喜欢交往的，但现在一个朋友都没有，很郁闷。

陈 青：你是不是有一个标准，如果不符合就不交往了。

听众 B：有点儿。

芦 锋：我觉得今天晚上认识到这个问题了，本身就迈出了第一步。迈出第一步是很难的，但只要是迈出了，找到感觉了，以后的日子就会好了，我相信你会做好的。怎么样，有决心吗？

听众 B：好，我试试吧

陈 青：校园生活往往会给一些过来人些许美好的回忆。但是，身在其中的孩子们，却常常为一些他们所关心的事情烦恼。比如，自身的交往能力决定着拥有怎样的同学群体，还有与新任老师的彼此适应等等。如果是新的班级或学校，所面对的新问题和不适应就会更多……开学在即，你在想些什么呢？2211419、2211519《海阔天空不夜天》——说说你的校园生活现状。

芦 锋：您好，非常欢迎您的参与。

听众 C：你好。我是大一的学生。在武汉念书。北方人上南方大学就特别不适应。不仅仅是气温，就是生活习惯、饮食习惯也是一样。首先是说话。他们说话我们听不懂，我们说话他们听得懂。然后就是吃饭，他们吃特别辣的东西。我们这没有，而且什么菜都得放辣椒，就象必须吃盐一样。

芦 锋：你现在的感觉如何？

听众 C：现在通过半年吃的还可以，天气要需要一段时间。尤其是夏季还没有过过。

陈 青：听说在夏天武汉的同学到操场上去睡觉。当然这是一种说法，可能有点言过其实，但是需要你要有一点心理的准备。

听众 C：当地的同学已经提醒过了。

芦 锋：希望你无论怎样炎热都能很好的进入学习的状态当中。听你说了这些话，觉得还挺有信心的。预祝你成功。

陈 青：你好。

听众 D：您好。第一次在电话里听你们的声音。

陈 青：我们也是第一次。怎么样，你现在读几年级了？要开学了吧？

听众 D：已经开学了。初三、高三都一样，没什么放假不放假的，每天都忙忙碌碌。

陈 青：你知道自己的主业是什么。

听众 D：考大学。这是主要的。

陈 青：其次排下来呢？

听众 D：第二就是身体要减肥。精神方面就是听二位的节目。

芦 锋：这话是春节后，我们接到的最好礼物。

听众 D：再其次，就没来得及考虑那样多了。

芦 锋：觉得自己的优势有哪些？

听众 D：都不在话下，除了自律。

芦 锋：我们能感到你有一种自信。无论什么环境，都会想办法勇敢的面对和适应，很有主见。这一点是非常好的。就没有觉得解决不好的一些问题吗？

听众 D：有时同学之间关系存在问题。但主要还是学习。

芦 锋：你觉得在班级和校园里的个人魅力如何？是出类拔萃的吗？

听众 D：不太出类拔萃，是小禾才露尖尖角，学习成绩还好。

芦 锋：很自信。原因是把精力放在学习上了。目的很明