

陈
锋
著

心 靈 公 寓

山东人民出版社

心靈

心灵公寓

山东人民出版社



ISBN 978-7-209-04743-2

定价：30.00元

ISBN 978-7-209-04743-2

ISBN 978-7-209-04743-2

ISBN 978-7-209-04743-2

图书在版编目(CIP)数据

心灵公寓/陈锋著. —济南:山东人民出版社,2009.2
ISBN 978-7-209-04742-5

I. 心… II. 陈… 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(2009)第 015043 号

责任编辑 董新兴
装帧设计 李海峰
封面题字 郑培亮

心灵公寓

陈 锋 著

山东出版集团

山东人民出版社出版发行

社 址: 济南市经九路胜利大街 39 号 邮 编: 250001

网 址: <http://www.sd-book.com.cn>

发行部: (0531) 82098027 82098028 82098021

新华书店经销

泰安市长城印刷有限公司印装

规 格 32 开 (140mm × 203mm)

印 张 8.125

字 数 200 千字

版 次 2009 年 2 月第 1 版

印 次 2009 年 2 月第 1 次

印 数 1—6000

ISBN 978-7-209-04742-5

定 价 20.00 元

如有质量问题,请与印刷厂调换。(0538) 8261018

目 录

情感世界

亲情	(3)
爱情	(5)
婚姻	(8)
友谊	(11)
感恩	(14)
傲慢	(16)
孤独	(18)

生活花苑

故乡	(23)
家庭	(25)
幸福	(27)
微笑	(29)
幽默	(31)
书籍	(33)
收藏	(35)
书写	(38)
节日	(41)
颜色	(43)
天气	(45)

热爱生命

养生	(49)
饮食	(51)
饮酒	(53)
吸烟	(56)
压力	(58)
疾病	(60)
残疾	(62)
美丽	(64)

人生旅途

成长	(69)
兴趣	(72)
梦想	(74)
成功和失败	(76)
勤奋	(79)
聪明	(81)
能力	(83)
学习	(85)
思考	(87)
阅历	(90)
年龄	(92)
生日	(94)
死亡	(96)

修养真义

逆境	(101)
----------	-------

志向	(103)
处世	(106)
处事	(109)
荣誉	(111)
修养	(113)
相貌	(115)
读书	(117)
写日记	(119)

事业天地

工作	(123)
创业	(125)
经商	(127)
成本	(129)
合作	(131)
责任	(133)
专注	(135)
创新	(137)
竞争	(139)
人才	(141)
机会	(143)

品质之光

诚实	(147)
节俭	(149)
宽容	(151)
主见	(153)
勇敢	(155)

自律	(157)
远见	(159)
谦虚	(161)
耐心	(163)

社会小品

文化	(167)
服务	(170)
金钱	(172)
财富	(174)
国家	(176)
教育	(179)
体育	(181)
贪腐	(183)
司法	(185)
灾难	(187)
迷信	(189)

交际论坛

沟通	(193)
谈吐	(195)
倾听	(197)
谎言	(199)
评论	(201)
谈判	(203)
交际	(205)
聚会	(207)
礼物	(209)

书信	(211)
----------	-------

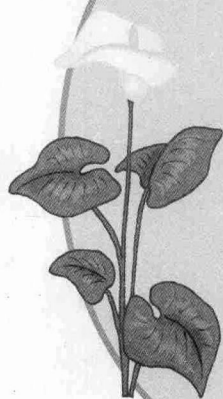
人物简描

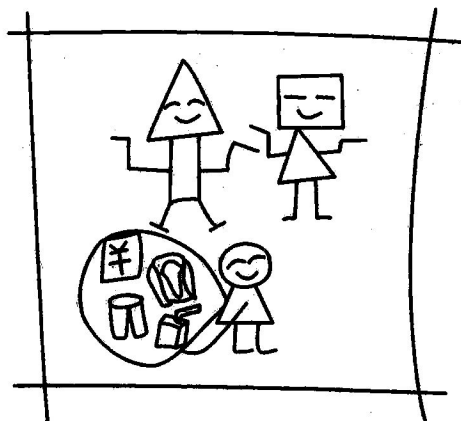
女人	(217)
男人	(220)
大人物	(223)
小人	(226)

事理随笔

预言	(231)
未来	(233)
时间	(235)
本质	(237)
博弈	(239)
选择	(241)
假设	(243)
模仿	(245)
折中	(247)
简单	(249)

情感世界





亲情

人是带着感情来到这个世间的。这种感情，第一要包括亲情，因为亲情连接着有血缘关系的生命。对亲情的渴望，徜徉在对怀胎的喜悦里。当新生儿降生，全家都会为这份最新的亲情而满怀欢欣。对亲情的眷恋，莫过于对先人的怀念。当亲人撒手而去，全家人都会为这份终了的亲情而悲恸不已！

毫无疑问，亲情是世间最朴素、最稳定、最真挚的情感。出行的使者、天涯的游子、跋涉的商旅、前哨的士兵，最能理解亲情的可贵。亲人们最盼望的，除了他们的顺利和成功，就是他们的归期。天各一方，送给亲人最好的礼物是平安；一朝相见，送给亲人最好的礼物是拥抱。

久别重逢时，团聚的时间再长也会觉得短暂。不过，即使再短暂，人们也会感到满足。团聚时能够享受亲情，但总不如漂泊时体味得深刻；道别时会流露亲情，但远不及灾难时表现得紧密。

在天灾人祸的特殊关头，亲情总是在第一时间凝聚起来，化作相互鼓励、宽慰和救助的力量，以共克时艰。而在平时，人们似乎感觉不到亲情的价值。唯有懂得亲情可贵的人们，才会珍

惜生活的分秒。

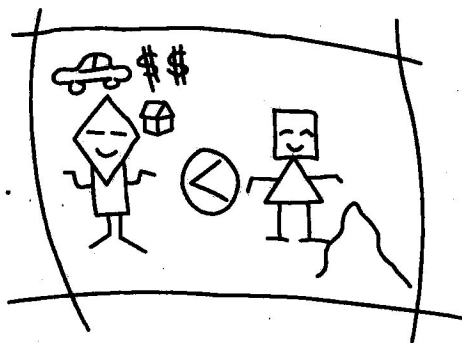
父母之爱来自天性的情怀,表现为无悔的奉献和本能的牺牲;儿女之爱出于人性的感恩,被认为是一种义务、责任和社会道德的标准,表现为孝敬和赡养。然而,有一些儿女未尽赡养之责,其父母却多能平和视之,理解待之,并一如既往地爱着自己的儿女。这样的情感落差,唯有身为父母者能够包容、承受!这种一以贯之的父母之爱,是世界上最朴实、最无私、最伟大的爱,应受到永久的礼赞!实际上,对父母的爱,儿女无论怎样加倍回报都不为过!

但是,缺少理智的父母之爱,无异于射向儿女的毒箭!如果时常袒护孩子,就会使他们变得懦弱而放纵;如果一味地疼爱孩子,就会使他们远离勤勉和奉献。向孩子们讲述先人创业的艰辛故事,比分享生活的快乐更能培养其亲情意识。每年都提醒孩子们先人的忌辰,在前去祭奠、悼念的时候带上他们,是对加深亲情的最好补充。

血缘情缘,生命相连。血缘有远近,但亲情无价。亲情之内,要有严厉,但不可打骂;可有争论,但不宜争吵。在争吵不断、对邻居冷漠、对亲友冷淡的家庭里,鲜有纯正的长幼之爱,也难见深厚的手足之情。

母亲尝过的饭不会烫嘴。一个人若从小就知道亲人最值得信任,后来也总是会习惯信任亲人。这种习惯如果延伸到家族和社会事业中,就要避免任人唯亲的败笔。老实说,照顾亲情就不会做到唯才是举,偏颇亲情就不会实现赏罚分明,纵容亲情就不会建设长治久安。

人们鄙视淡漠亲情的兽行,也赞誉维系亲情的善举。但在社会事务中,亲情并不是最高的行为标尺。石碣大义灭亲,历来为世人所称道;李世民发动玄武门之变,却被许多历史学家看做是雄才大略的序幕。



爱情

正如学者吉伯特所言：“爱情是任何阶层的人不期而遇的月台。”但是，即使最伟大的社会学家，也无法给出成功的爱情组合公式。指腹为婚、媒妁之言、门当户对、郎才女貌、金童玉女、大腕明星未必都是佳偶天成的标准格式。

没人能绕过外貌去接近爱情，但以貌取人往往会留下难以下咽的苦果。不欢而散的爱情多数都是起源于一时的表面好感。男人更容易对缺乏安全感的女人感兴趣，因为他们易为指望不大的事物动心；女人最看重的是有安全感的男人，而男人的安全感总是飘忽不定的。可以说，爱情的微妙在于异性相互吸引和相互排斥中产生的心理嬗变。

相思会折磨全身，却无法让爱情靠近一步。与其让绵绵的思恋在茫茫的黑夜里飘荡，不如让爱慕的天使直接飞到情人的枕旁！不过，顺口而出的爱只是感情饥饿的信号，不假思索地接受爱情就有被视为儿戏的嫌疑。

初恋往往不是爱情，但初恋时的男女并不这样以为。不论在哪个年龄，单纯和痴情都容易促成罪恶——早恋更是如此。早恋的男女，一般都会走过更为曲折的爱情之路，才能走进婚姻的殿堂——这不是对他们的骚动的惩罚，而是对他们的摇曳的

心灵的校正。

热恋中,女人更喜欢坚守阵地,享受爱情的过程,所以她们总是若即若离;男人更乐于主动进攻,探知爱情的结果,所以他们总是得寸进尺。爱情的心是肉长的,需用柔软的方式才能拥抱它的搏动。若想较快地得到爱情,请君不妨放慢追求它的节拍。

一见钟情的爱情固然浪漫十足,但若不让它快些进入现实,就很难结出果实。相处已久的爱情虽然平淡,却较容易平稳地过渡到琐碎的婚姻生活之中。天下的爱情是无法脱离尘世的。那些与日月同辉的爱情,多是在遭到偏见扼杀后注定的永恒。真正纯粹的爱情是“凄苦”的代名词,因为这样的爱情只在童话里,而难以坚定地活在现实中。

卑微的生命往往代表着自由,高贵的身份常常成为爱情的羁绊。古今中外,皇室和贵族的婚姻多以政治利益作计议,沦为权术之道的陪衬。因此,高傲的王子和美丽的公主的爱情常充满着无奈的血泪。那些动人的爱情故事的男女主角,无不是逃离世俗和偏见的“异类”。爱情之所以常能超越种族、肤色、世俗、偏见、年龄、出身、宗教、高山和海洋,是因为男女彼此倾心,以心相许。

爱情毕竟是情欲和性欲的混合体,它一旦启动,就极可能加速发展。老实说,这并非好事。偏重性欲的爱情是苍白的,偏重情欲的爱情是乏力的。相爱的男女应懂得在何时、何地、何种条件下与情侣分享性欲的果实,并把握好每一步的分寸。实际上,爱情应当是情侣真挚的拥抱,而非肉体的统一。

激情和欲念一旦在与理性的较量中占据上风,爱情就会变得疯狂,其后果也会凶险难测。历史上,为了辛普森夫人,爱德华八世甘愿舍弃王位;为了伊达莉娅,普希金与丹特士决斗而死;为了斯巴达王后海伦,特洛伊王子帕里斯发动了一场毁灭文

明的战争！所以，爱情可能是情感的毒药，还可能是社会的炸药。

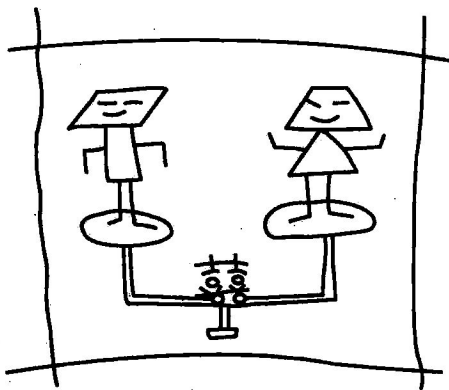
选择求婚的时机是门情感的艺术。过早地在恋爱中提出求婚，是对爱情的拔苗助长。热恋时求婚，最容易成功，但往往缺乏理智的护佑。理想的求婚时机是在热恋过后，因为这时彼此已相互了解，也较能保障婚约的质量。

情人的心扉或许不难叩开，但没有人能把它锁上。爱情一旦被捆绑，就会迅速衰亡。其实，只要懂得不必勉强，爱情也就会变得简单；只要懂得珍惜自己，爱情就不会泛滥成灾！

接二连三地恋爱必会糜烂情感、毁坏身心和名声。死灰复燃的爱情会更加炽烈，但宜慎之又慎。爱上一个人，时间应放长一些，看清是否彼此适合；决定离开一个人，行动要快一点，不留后缀，但应寻求尊重。

不想失去爱情的人，多会得到事与愿违的结果。爱情是一所心性成长的学校。可是，即使已步入婚姻，多数人还是没能获得毕业证。“人很容易被他所喜爱的事物欺骗。”记住喜剧作家莫里哀的这句警世恒言，你的爱情就会离悲剧远一点。

婚姻



婚姻结束了单身，缔造了伴侣和家庭。现实是，人们对婚姻的渴望越来越早，而结婚的年龄却越来越晚。可再怎么晚婚，婚姻还是基本维持着女小男大的主流结构。实际上，晚婚往往并不明智，因为这会推迟责任心的到来，也不利于性情的成熟。

先立业后成家，或先成家再立业的观点，都是把婚姻和事业对立起来的片面见识。实际上，婚姻和事业在时间排序上并无先后。

在我国，儿女的“终身大事”往往是父母的心头大事。作为父母，一味地支持和强烈地反对儿女的婚事都是不可取的。开明的父母总是密切关注儿女的婚恋进展，让他们自己做主，并不多加过问。同样，如果长辈丧偶或离异，作晚辈的也应尊重并理解他们的意向和选择，而不可擅自张罗，或坚决反对。

大龄男女想结婚的主要原因，通常是对孤独的厌倦和来自街坊舆论的压力，而不是为爱情安个家。实际上，缺乏爱情的婚姻较为普遍，但这样的夫妻关系未必就是脆弱的。

面对爱情，最需要的品质是理性，选择婚姻，最需要的态度是务实。婚姻不是爱情的翻版。如果对生活心存幻想，那么婚

姻就会寸步难行。订婚和婚礼是恋人们在走近婚姻的过程中开始现实生活的实习课。那些奢华、铺张的婚礼，往往拉开了婚后生活虚浮的帷幕。婚俗因地而异，不论从哪个角度看，简约、朴实而又不失庄重的婚礼，应当成为普遍倡导的一种先进理念。

法律上的婚姻起源于一纸契约。婚姻的法律性，不在于使性爱获得合法的温床，也不在于减少单身母亲带给社会的担负，而在于使婚姻具有社会属性。从现实的角度看，婚姻可以理解为男女双方的社会角色的二次定位——新娘将成为妻子、母亲和儿媳，新郎也将成为丈夫、父亲和女婿。

野花之美，美在惹人；家花之美，美在宜人。花人相得，才两全其美。拥有一个好伴侣，近乎于获得一生的好心情。好妻子的魅力，不在其年龄、容颜和服饰，而在其温婉可人的性情。好丈夫的榜样，不在其学识、财富和职位，而在其对家庭的责任心。

婚姻生活是夫妻的协奏曲。美满婚姻的关键，不在于男女能否优化组合，也不在于爱情是否海枯石烂，而是在于夫妇双方是否拥有相近的价值观念。林肯和其夫人玛丽，在学历、性情、嗜好、素养、志向和价值观等方面，都是冤家对头。虽然林肯对自己的婚姻和夫人持令人难以想象的包容态度，但他们的结合确是美国历史上最不幸的。

现实经验是：如果让外貌、气质、学历、家庭、穷富、地位或工作等因素成为选择伴侣的主要参考，那么幸福就难有着落；如果听信属相观、五行说或星座理论，那么没有人能确保婚姻不会翻船！

每个家庭都有两套房子，一套用来居住躯体，一套用来安置精神。前者需要一定的经济条件做基础，后者需要忠诚和信任做脊梁。生活拮据会使婚姻更牢靠，因为只有风雨同舟，家庭才能共渡难关。忠诚和信任出现危机，会使“围城”风雨飘摇。一般来说，寻花问柳和红杏出墙的背后，往往是夫妻貌合神离的