

北京经济台星期天特别节目室 / 制作

心海罗盘 指点迷津

2



中国友谊出版公司

主持人的话

在我们所居住的这个地球上，存在着数以千万计的生物，然而在这繁杂的生命现象中，经过大自然千万的演化，人类成为了这个地球上最富于思考和创造的动物。因为有了人类思考和创造，才有了地球的今天，才有了历史的发展和奇迹。

尽管人类今天已经能够发现宇宙的浩瀚，粒子的微妙创造了无数地理论学说，但作为人类自身，人的问题至今仍然是一切科学中最繁杂、最难解的课题。

在这个世界上，人的问题比人还多。

古今中外，有多少先哲圣贤试图揭示人生的真谛，他们从哲学、自然科学、文化历史发展等各个角度思考着，留下了无数凝聚智慧和哲理结论和箴言。令后人品味无穷，感叹不已伴随着感悟和进步。

人类最难了解的就是人的本身。

随着社会生产力的发展，人类在历经了无数的磨难和痛苦的往事之后，已逐渐从各自封闭走向了相互沟通多元文化相互融和。思想的渗透、文化的交流、经济的合作、科技的互鉴，求同存异，和平进步成为了当今世界的共同趋势。

古往今来,大规模的经济变革都会引发人们思想观念的激变,而思想观念的开放与僵化,又直接反作用于经济生活和社会生活。

高速的经济发展,充满了各种色彩的快节奏生活,使得人们原有的生活形式和观念发生了显著的变化,但人的问题并没有因财富的增加、生活品质的提升而减少。面对着扑朔迷离的社会变革,人们的观念不断处于困惑之中。

为了使广播这一称为 20 世纪人类十大发明之一的大众传播媒介从更深的层次服务于当今时代,一九九二年,根据电台领导的指示,开始着手于开办一个新颖的思想教育工作的节目,终于于一九九三年在星期天特别节目中推出了“心海罗盘”。该节目特邀专家客座主持,并以直播、热线的形式,从全新的视角与听众作平等的交流、探讨,直接有效的引导人们解脱自己的种种心理困惑,使之获得求知和心态的平衡。

作为该节目的策划人和主持人,为了突破过去由于受传统思维模式所产生的空泛说教式教育方法,我们充分结合了现实及多元文化的社会大背景,去挖掘里面所有的特殊联系,力求从多方位、多学科的广泛领域入手,使节目以真挚、清新感人,努力追求做到一把钥匙开万把锁。

自一九九三年三月二十八日首次直播“心海罗盘”节目以来,听众反响强烈。仅前六个月中收到来信愈二万多封,依据国际通用广播听众测算方式,该节目听众人数估计超过一千万人左右。来信范围包括北京、天津、河北、山东、安徽、山西、河南等地。职业构成广泛,上至政府官员、新闻记

者、高级科研人员，下至农民、学生、工人。最高年龄为八十七岁，最低年龄为十二岁。

从节目直播，热线咨询所反应的内容来看，问题涉及广泛，有子女教育、名利观、荣辱观、婚恋观等人生、事业、家庭、感情各个方面。节目的反响度大大超出了预想。

随之，中央电视台、北京电视台、中国青年报、北京日报、北京青年报及北京广播电视报等多家新闻单位对此进行了报道，在此我们谨对各新闻媒介及各位听众所给予的关注和热爱我们表示深深的谢意。同时也对中国友谊出版公司在出版该节目成书过程中，所表现的充分合作表示感谢。

“心海罗盘”初试成功，尤感作为广播人在当今时代中所肩负的社会责任之重。今后在如何将广播更为有效的服务社会，服务民生，仍有待各界朋友给予指正。

的确，广播中的“心海罗盘”主持人是我，但生活中的“心海罗盘”是由你，由他，由我们大家共同主持。因为无论何时何地，人生一世都不可迷失方向，愿“心海罗盘”不仅仅是广播节目，而是您生活中最真最诚的朋友。

本书集中编辑了热线直播、答信录音、热线对答录音、专题论述等多种节目形态，为使全书主题明晰，段落分明；我们在相应录音记录前后，重新增补了部分节目外的内容，以求突出重点，便于阅览。需要说明的是口语与书面语有一定距离，失去了声音的抑扬顿挫和风采，并留有重复语句等；但为忠实原始录音，文字处理时尽量保持了原讲话的逻辑，由于思维的跳跃、语言中的即兴联想、发挥以及因引申

可能使论述显得文不对题,加之台湾国语的表达习惯与标准普通话有差异,文中部分略显一涩。

全书编辑思想:归纳现实生活人们普遍关注的问题,以及在每个人同一阶段必然发生的问题,我们本着节目主题宗旨,将人生中错综复杂的内容归纳为四大类。即:人生观、情感、家庭、事业,通过四大方面内在的相关逻辑,以人性特征为核心,以生活中常见实例为解析进行编辑。

一九九三年十二月十二日夜

王涛·于北京经济台

亦师亦友叶教授

自一九九三年“心海罗盘”节目开播以来，叶教授的名字已为广大听众熟知了。他以其特有的真诚恳切，以娓娓道来、浅显易懂的方式，以他对人生的深刻理解和对世态人情的透彻体察，引导着心理困惑的听众认清生命真谛、走出生活误区。

叶先生是台湾难逢庐现代心理建设机构的创建人，十余载的潜心研究，将中国传统哲学思想与现代心理学医学融为一体，自创心理导引理论，并以“心灵药方”为题，自成体系。并奉行“传教、授业、解惑，以教授方式广为传播。

叶先生在开展心理咨询工作十余载中，适逢台湾经济发展上升为亚洲四小龙之一的过程，在此期间，他曾为台湾各阶层民众提供过专业咨询服务，其间已有一万六千多人成为固定接受咨询会员，其中部分已成为台湾或海外成功的企业家或社会知名人士。叶教授在台湾电台多次主持有关心理讲座广播节目，内容生动，入情入理，易于为人接受，并对现实生活具有指导意义。被海外华人誉为“写不在纸上方，抓不在手中的药”。

十年的咨询生涯练就了他高超的判断力，也造就了他

出色的演讲口才。同时,不断的成功也给了他很大的自信。正是凭着此,出于对海峡两岸同为中国人的一种责任心,叶教授于一九九二年来到了大陆。在国安广告公司鄢刚总经理的介绍下,我们与叶教授相识了,因此,叶教授主讲了“心海罗盘”节目,成为第一位客座主持人。

叶教授在“心海罗盘”中的客座主持,为节目内容增加了吸引力和影响,一些听众来信说:“犹如在身陷困囿的痛苦绝望中听到了钥匙在牢门的锁里拧动的声音”,也有听众来信说“心海罗盘节目像一台记者招待会,让人们在谈笑声中体味其中哲理。”有个听众还赋诗一首曰:“君言贵珠玉,四两破千斤,聆听如释担,动堪有痼除。”

对于通过本台转寄叶教授的信,他都是尽其所能够亲自予以答复,教授曾经说:“他最大的欣慰,是能将善事做成,致于金钱,他从不在乎。”也正因为此,教授在做客座主持节目中,从未收取过一分报酬,每次直播往返于海峡两岸之间的费用也均为自理。我们理解教授,他最大的欣慰是能帮助每一个人。

所以,在本书出版之前,我代表广大听众再一次向叶先生表示深深的敬意和感谢。

一九九三年十二月十二日夜

王涛·于北京经济台

娓娓道来话王涛

与听众一样，我也是通过北京人民广播电台经济台、星期天特别节目的“心海罗盘”与王涛相识的。

其实在“心海罗盘”开播之前，王涛的名字大家就不陌生，只是心海罗盘播出之后，人们对他有了更多的了解。

任何媒体中的主持人，大都以丰富的形象出现，灵活、风趣、知识广泛各具特色。所以他们一般都要参与节目的创意、设计、制作等过程，否则的话，就如同木偶式的机器人。

所以王涛讲：“做为一个节目的主持人，首先应当具备综合素质，因为他主持的不仅是一个节目，更重要的是主持一种理念，一种思想，要使节目有血有肉，还要有扎实的功底，知识广博、思维敏锐、涉猎广泛、风趣幽默。虽然面对的只是一个话筒，但在话筒背面，却辐射着成千上万的听众。”直播形式的普及、热线应答的频繁、一瞬即逝的特点，并不只是仅掌握播音就能胜任的，没有排练和再来一次。王涛曾说：“广播，特别是直播与电影一样，其中充满了遗憾。每一次直播上机之前，即使准备的再充分，但感觉都象一次重大考试，下来之后人力疲惫，但还是在回想着是否有失误和不得体，听众的反馈是我们唯一得分标准，但广播事业的责任

感又常常让我们感到许多不足。所以，直播节目的主持人既要保证节目的整体构思，又不能拒听众于千里之外。”

毕业于北京广播学院的王涛并不是主修播音专业的，但他用自己那具有特殊的略带沙哑，富于磁性的嗓音牵动着听众时，他并没有说什么磨炼啊、天赋之类的原因，只是强调了台里领导为每一个工作人员创造了施展才能的空间，这样，就有了支持；有了自信，就有了悟性；而这一切正是轻松、灵活、自如发挥的根本原因。

谈到悟性，我觉得这一点是王涛成功的关键。在与他的交往中，常常是一杯茶，一颗烟，或一盘扬州炒饭都能引出一路精彩的话语，妙语连珠、口若悬河，难怪有几位陌生朋友问他都主持那些节目时，他常常面带一笑的说：“我就主持现在这个节目。”而每次的“即兴”节目都为他广播节目注入了新的内容，这难怪认识他的人都爱定期设个饭局，请他侃侃。心海罗盘节目开始曲中的“四句定场诗”足见其悟性。

王涛主持节目之所以成功，这与他的为人非常有关，他常说：“干我这行，虽有得天独厚的优势，但我的愿望不是升官，不是发财，也不是赞声灌耳，而是能有机会遇到别人很少遇到的好的老师，得到最直接的传授，因此我能成为最好的学生。”有些了解王涛的听众建议他在与名人合作主持节目中，多发表自己的观点，但他还是坚持以“和”为上的原则，将自己认为值得让听众共认的“高人”，成为他节目的嘉宾，并在节目中创造条件，使“嘉宾”发挥最佳水平。有的听

众称赞他为“绿叶”，实际上他甘为“绿叶”，实为“落叶”。为此，还真有不少热心听众为王涛提着心，不过请广大听众放心，据我了解：任何一个靠卖“机智问答”或搞“脑筋急转弯”买卖的人，碰到王涛，大概不是失业，就得关张。

写到这里，有的听众不禁要问，对于“心海罗盘”节目中的这位王主持你能否再写的具体点。据我了解：王涛——男性、刚过而立之年、兴趣广泛、个性随和、热爱现所从事的职业，其它的如：婚否？是否有子女？心中的偶像？崇拜的名人格言？喜爱的色彩？热衷于什么？是否为票友？业余时间是否听音乐？喜欢什么体育运动？受过何等处罚和奖励等等，本人还未搞清楚，即使清楚了也不能随便写，万一哪一点有误，王涛再闹场官司，并因此扬名，可就坏了。因为在今天，王涛虽在事业上有所成就，但并不想被架起来，也根本不再乎什么“红花”“运气”“绿叶”，更不在乎列“星”啊“腕”啊的行列。因为他想永远跟您——广大的听众在一起；另外，据我所知，王涛除有胃病之外，还天生患有恐高症。

一九九三年十月

大庆

为什么呕心沥血却得不到成功的喜悦。
为什么潇洒一时却不能快乐一生。
为什么苦苦追求爱情却离我远走。
为什么拥有了财富反而一无所有。
这个世界上人的问题比人还多。

选自节目主题词

目 录

- ①主持人的话 (1)
- ②亦师亦友叶教授 (5)
- ③娓娓道来话王涛 (7)

一、人类最美好的创造莫过于家，

因为家的美好才使这社会美好；

因为有了家才有了亲情，

因为有了社会才有了成功。

(家庭问题的热线咨询与对话) (1)

二、人类是有创造欲的动物。

人类的创造企图称之为事业。

因为有无数的成功事业，

人类文明才发展至今。

(事业问题的热线咨询与对话) (53)

心海罗盘节目听众来信部分摘录 ... (223)

出版后记

**一、人类最美好的创造莫过于家，
因为家的美好才使这社会美好，
因为有了家才有了亲情；
因为有了社会才有了成功。**

相对于人和人的社会来讲，家是人类最自然的基本组合，人没有家如同水无源、木无本；无论是简陋还是富足，人人都离不开家。人类时常运用的众多美好词汇大都来源于家的情感延伸。

家是人生初始的第一课堂；

因为家有门，每一次走出，才会感到人世间的冷暖寒暑。

因为家有窗，每次眺望，就会目睹天地间的阴霾晴空。

因为家的柴米油盐，才有了生活的酸甜苦辣。

夕阳西下延续心头光明的是家的灯火……

听 众：我儿子今年 25 岁，在一家合资饭店工作，最近两年中有点厌食，有点儿自闭症似的，反正是一蹴乱

他也心烦，人说话说多了他也烦，平常吃饭吃的不多，有时候饭不好吃一口就不吃了。

叶教授：在这个年龄层里面你必须了解到，这个孩子25岁，从医学上来讲的话，人类大脑细胞的延伸到26岁才终止。这就表示说，他所有思想的纹路要在这个时间才形成一个完全的结构。现在他在工作岗位里可能会碰到某种压抑，因为毕竟在环境当中会产生比较，要不就属于他个人的感情问题，有一些渲泻不畅的疑难问题。但是，他发觉你过去在他的成长过程中所给予他的只是在生活其中的一个照顾，并没有长时间的跟他在心理上的相处，导致他自己以工作岗位带回来的压力并不能在自己的家庭得到一个解释。所以他难免在生活中产生兴趣快快的感觉。因为你们的话并没有带动起他的兴趣，也并没有引导出他自我解决的一个能力。这种情况之下，他只好用一种很沉闷，一种孤独型，不与家里面互相往来的方式来寻求他个人一种暂时性的解脱，但这个并不是彻底的解脱。那我想现在最主要的目的，是希望这个小孩首先应该多接近一些有意义的社团，第二你也应该多花点儿时间在他下班回来的时候，并不是唠叨，用激发性、引发性的话题把他心里面目前所遇到的困难能够一五一十的道来，让你了解最基本的，你没有办法当成一个心理论题的角色来医治他，但是你最起

码可以扮演让他倾诉的对象，最起码的你是他的父亲。当然我们不能把这个问题作一个小时或半个小时的方式来特别解释，不过目前这个孩子最基本的沟通管道太阻塞了，而且几乎在家里面你们之间所言谈的话语三两句话不投机，也可能半句都没有。

听 众：您说的很对，很确切。

叶教授：这没什么太困难的，如果在今年度的在工作里，稍微有这些状况的话，让它缓冲一下。您知道时间是治疗一个人心里面沉痛最好的调养，你给他一点时间，不要给他压力。最基本的他可以感受到家里面的对他的关心，而没有被遗弃的感觉，如此他才能有自信的回到他的工作岗位。

在我执行业务的十年当中，这种案例在年青人当中占比例有百分之八十以上。所以他这个不是反常，他是一种正常。只是在正常当中你用另外一种态度看他，就变成反常。所以你现在就导引出他内心的压抑，压制性太过于强烈会变成自闭式，所以我想父亲这个角色是一个最好的听众。如果你不使言语，你就用书信。你用书信写给他，让他每天早上起床的时候看到父亲对他的关心跟关怀，你不需要在字里行间当中表露出对文章的修饰，但是你却可以表露出父亲对他的关心，我想这个看法是应该比较正确的。

听众：请允许我再问您他这个紧张状态是怎么回事？他随时都有这种恐慌。

叶教授：他并不是恐慌，而是得失心理太重了，他可能主要是在工作岗位欲求某种程度的升迁，或者他看到同事当中别人的造化比他好，感觉他有点跟不上了，这个跟不上的时候难免自乱阵脚。而事实上这只是表明对外在环境，个人的自知和能力还没有方法去顺应到外界环境，所以没有这种抗体，也就表现出紧张，然后会冒汗，甚至于有些时候做事情会有头无尾，而且自己还找不到一个方寸，这时你就要告诉他，得失之计，如果我们把一个人的成就感当成是一个人的运气的转折，我想没有经过这个时间磨炼的人，他即使在现阶段暂时的成功，他也很难保有永远的风光。所以**黄河尚有澄清日，岂可人无得运时**。虽然这个运不代表我们的宿命，但却可以当成我们另外一种诚挚的等待。那这个等待就必须先培养好自己的实力，当自己有很充沛的实力时，人家才会交付你更重要的责任。在这个社会上，你可以告诉他，你想跟别人比职位，想跟人家比钱，想比富有，很现实的，你就要跟世界上五十亿人比。但如果你想跟你自己比，只要取得生活上的愉快就可以了。那这个差距太大了，所以一个人真正做事的领会是一种快乐的感觉。

父母是子女的第一教师。

父母不应对子女的提问避而不答，或因无从回答而羞涩恼怒，更不应无奈。事实上正因为有后人新的疑问，才使世界的未来变得与从前不同，求知是进步的开始。

王 涛：一个半工半读的学生，今年 21 岁，最近买了一本有关性科学方面的书，便放在了较显眼的位置，结果他的父母不允许他看这本书，而且他问为什么？他父母说还不到时候，他就问到底什么时候才算到，难道要有了小毛病不去看医生，快死了才去看医生吗？人偷了一根针，其家长认为东西太小不批评教育正确引导他，而等到他被判刑之后才去责备管教吗？“亡羊补牢为时晚矣？”

叶教授：事实上，“事不迷人人自迷”，通常我们在学校上生理课程的时候，有许多女老师或男老师对女学生上这种课都有一种腼腆羞涩感觉。但如果我们把它当成在讲肺和肝你会不会觉得难过？这通常就是因为我们是把自己作了有形化的定论，常常把这个东西以有色眼光看它。由于你讲到不自然，别人就觉得中间有什么秘密，就以日常生活里对于性生理讲讲有必要，在一种时间给予它一种属于医学上的教育，而不是属于传宗接代的一种准备，也就不是在涉足你觉得到任何秘密的地方，你