

美文 读

本册主编◎邵国政

◎◎ Elegancy Appreciation

北京朗曼教学与研究中心教研成果

叩问苍天

人生之路崎岖坎坷，很多时候命运之神对我们是那样苛刻。接踵而至的厄运，有时像乌云一样笼罩在我们的头顶，有时像巨石一样压迫着我们的身体，有时像狂涛一样吞没了我们的希望，有时像猛兽一样啃噬着我们的心灵。面对挫折和磨难，我们痛苦地思索，竭力地挣扎，悲愤地向苍天大声疾呼：命运不公，天理何在！虽然命运不公，天理难觅，但我们不会沉溺于抱怨，更不会轻易地屈服，只要还没有倒下，我们就选择抗争！本专题美文展示艰难人生中的心路历程，表现对人类命运的深沉思考和不懈探索。

叩问苍天

丛书主编◎张田田

天津人民出版社

丛书主编◎张田田

叩问苍天

本册主编◎邵国政

编委 陈阳国 贾开文

牛相学 王志光

范艳红

天津人民出版社

美文 美读

◎ Elegancy Appreciation

图书在版编目(CIP)数据

叩问苍天/邵国政主编. —天津: 天津人民出版社,
2007. 2

(美文美读/张田田主编)

ISBN 978-7-201-05201-4

I. 叩… II. 邵… III. 文学—作品综合集—世界 IV. I11

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2007) 第 007695 号

天津人民出版社出版

出版人: 刘晓津

(天津市西康路 35 号 邮政编码: 300051)

河北省三河市华润印刷有限公司印刷 新华书店发行

*

2007 年 4 月第 1 版 2007 年 4 月第 1 次印刷

16 开本 720×960 毫米 14 印张 字数: 390 千字

定价: 18.80 元

我替苍生问青天

法国思想家帕斯卡尔认为，人是一根能思想的苇草。这话给了我们这样的信息：人是脆弱的，但人是会思想的。

在历史的长河中，无数人在思索，在探究，在叩问。

“遂古之初，谁传道之？上下未形，何由考之？”屈原在《天问》中这样问。

“江畔何人初见月？江月何年初照人？”张若虚在《春江花月夜》中这样问。

“问苍茫大地，谁主沉浮？”毛泽东在《沁园春》中这样问。

心事浩茫连广宇，我替苍生问青天。不同的人用不同的方式，在不同的领域探究自然、社会、人生，表现对人类命运的深沉思考和不懈探索。把这些探究和叩问记录下来，就构成了一篇篇含意隽永的美文。

美文天地可谓天女散花，五彩缤纷，诱人深入。只有在这里，才能读到那让人如痴如醉、如幻如梦的绚丽篇章，只有在这里才能得到心灵的慰藉，找到灵魂的安息之所。

我们品读美文，就是在不断地鉴赏美、发现美、创造美和丰富美。当我们一步步地沿着美文这条迷人的山道前行时，常常有如渔人发现桃花源一样，夹岸清溪中，物我皆忘。首先展现在你面前的是一个芳草鲜美、落英缤纷的美丽世界，然后是一个使你豁然开朗的无边旷野，然后是一颗颗清澈可鉴的心灵，然后是一颗颗芳香四溢的思想果实……正是那些美丽的东西，才点燃我们渴望美、追求美、创造美的欲望之火；正是那些美丽的东西，才使我们能够对丑恶洞若观火。

托尔斯泰说：“艺术创作最重要的是——作者的心灵。”本书所选的美文就凝结着作者对亲人、对生活、对人生的挚爱，凝结着作者对自然、生命、社会的感悟。细细品味，不仅有美的享受，心灵的愉悦，更有人生的启迪。

目录

生命之悟

- 003 寻找生命的角度 张元
- 004 生命无草稿 韩如意
- 005 灵魂在高处 吉善玉
- 005 生与死 [美]刘墉
- 007 天使 清水
- 007 安于途中 连玉基
- 009 诗化人生 王兆胜
- 011 热爱生活,珍惜生命 佚名
- 012 学会看待生命 佚名
- 013 品味生命的价值 李黎殷
- 014 责任的旅程 朱辉
- 016 生活需要执著 佚名
- 017 朦胧之美 佚名
- 018 人就这么一辈子 [美]刘墉
- 019 珍惜自己 周力军
- 021 一枚硬币 林夕
- 022 人清如水 王秉良
- 023 生命需要感动 佚名

- 024 空地 周国平
- 026 往事 周国平
- 027 生命的灯 夏秋风
- 028 营造心灵的天堂 上官文青
- 029 淡品人生 佚名
- 031 与生命的对话 林云青
- 032 人生的棋局 [美]刘墉
- 033 人生与下棋 苍桑
- 035 路是脚的梦想 佚名
- 036 欢场西湖边的淡然禅意 廖缘
- 037 学名士,就一幕夕阳下酒 闫涛
- 038 生命的颜色 罗然
- 040 睫毛上的愿望 心色阑珊
- 041 时间 蒋子龙
- 042 时间 流沙
- 043 珍惜生命 李琳
- 044 珍惜生命 老铁
- 045 幸福的选择 飘摇
- 047 生命畅想曲 田澍
- 048 月亮的脸,笑在掌心 佚名

- 049 向人生的高空飞翔 萧无音

苦难之悟

- 053 学会战胜挫折 萧萧
054 战胜挫折 石伟国
055 领悟孤独 佚名
057 感时花溅泪,恨别鸟惊心
佚名
058 如何使自己冷静下来 佚名
059 人生断想 韩伟
061 纪念 佚名
062 品味快乐 云山
064 上帝咬过的苹果 黎宇
065 生命中的奔跑 楚一池
066 为什么是我 佚名
068 180度转弯 吴静男
069 常想一二 史国平
070 成才与逆境 佚名
071 战胜对手与提高自己 佚名
073 面对缺憾 居山林
074 生命的本质 楚女
075 摆渡自己 姜宁
077 亮出自己 鲁阿民

- 078 脱掉你的外套 佚名
079 美丽的白点 佚名
080 顺境中感恩,逆境中心存喜乐
佚名
081 泪水擦干以后 佚名
083 也要学会的另一课 叶延滨
084 困境即是机遇 佚名
085 这一刻印度洋哀伤如隔世
南香红

真情之悟

- 089 人生若只如初见 佚名
090 依赖的重量 张小娴
091 时间和爱的故事 佚名
092 母爱无言 陈傻子
093 死之印象 赵丽宏
094 母爱,超越生命的爱 魏强
096 是谁给我爱的感动 佚名
097 故乡情 刘磊

自然之悟

- 101 夕阳感怀 佚名

- 102 雏菊之恋 了尘
103 心雨尘缘 佚名
104 春之时·水之思 素手
105 回音壁 陶然
107 白天鹅的记忆 丛维熙
108 从今天开始 张诗雨
109 从“上善若水”所想到……

佚名

- 111 在桥一方 佚名
112 仰望太阳 佚名
113 风声在耳 佚名
115 天堂和地狱 佚名
116 倾听滴雨 何羽
117 对月 贾平凹
119 丑人的升华 严明
120 秋叶 佚名
121 贝壳 席慕容
122 泥泞留痕 崔瑞艳
123 和时间比赛 林清玄
124 靠自己 佚名
125 “鲶鱼效应”的启示 国萍
126 你还有多少愉快 万爱玲
128 太阳花 海燕 占敏
129 感受荷花 火星人

- 131 二月兰 季羡林
132 月光如水水如天 清冷
133 文竹 王良和
134 苦夏蝉鸣 佚名
135 可怜的花 佚名
136 花的启示 春雨
137 生命的段落 君子
138 让每只蝴蝶都能飞 张颖
139 长成一颗珍珠 左克平

世态之悟

- 143 剑客 肖悟
144 风筝 叶景贤
145 天堂在你手里 佚名
146 人和机会 天星
147 低头与昂首 刘诚龙
149 把木梳卖给和尚 胡永智
150 境由心造 佚名
151 小蓝裙的魔力 佚名
152 两条路 [德]里克特
153 别害怕低看 高原
154 独木桥的走法 佚名
156 敬重卑微 李经纬

- | | | | | | |
|-----|------------|------|-----|-----------|------|
| 157 | 力量 | 佚名 | 181 | 正眼看人生 | 罗兰 |
| 158 | 把身后的门关上 | 印荣生 | 183 | 美金改变两个人 | 佚名 |
| 159 | 乐观者与悲观者 | 佚名 | 184 | 欣赏使人变美 | 兰船 |
| 160 | 因为简单所以快乐 | 李戈 | 185 | 从设定目标开始 | 刘燕敏 |
| 161 | 世纪遗产清单 | 周大新 | 186 | 从舍到得的距离 | 佚名 |
| 163 | 生活散墨之饮酒篇 | 居然先生 | 187 | 人生目标 | 佚名 |
| 164 | 识破圈套 | 佚名 | 189 | 因细腻而伟大 | 摩罗 |
| 165 | 反弹原理 | 许海维 | 190 | 木鱼之眼 | 小晓 |
| 166 | 永远的苏武 | 马驰 | 191 | 宽待人性 | 周国平 |
| 167 | 文人的自负和自卑 | 杨树民 | 192 | 永不放弃你的希望 | 周苑青 |
| 169 | 晋献公的马 | 秦榆 | 194 | 精神明亮的人 | 王开岭 |
| 170 | 朝圣的毛驴 | 佚名 | 195 | 生命的角色 | 佚名 |
| 171 | 目标与现实 | 姚勤 | 197 | 一朵化成千万朵 | 金兆 |
| 172 | 简单道理 | 福海 | 198 | 女人·常春藤 | 方捷 |
| 173 | 带来死亡的针 | 魏馨兰 | 199 | 羞色最美 | 徐默之 |
| 175 | 用什么来填满心灵 | 佚名 | 201 | 孤独 | 陈兵 |
| 176 | 小和尚扫树叶 | 佚名 | 202 | 我与书的精神苦恋 | 郑杰 |
| 177 | 相信自己吧 | 风过而 | 204 | 张扬与内敛 | 佚名 |
| 178 | 诗在天上,李白在凡尘 | | 205 | 远方 | 佚名 |
| | | 潘向黎 | 207 | 书趣 | 纳兰小令 |
| 179 | 只要弯一弯腰 | 佚名 | 208 | 扔掉的路 | 刘亮程 |
| 180 | 理查少了一个马掌 | 佚名 | 209 | 每个人都有一个宝藏 | 邹扶澜 |



生命之悟

春依旧是春，秋依旧是秋，岁月匆匆反衬出生命匆匆。

生命犹如一条缓缓不息的河流，我们便是这河里的叶叶扁舟。偶然的相逢，也许会在激起的美丽的浪花中不朽，毅然的离别，也许留下的哀痛不会随河水而付之东流。

你若是在乎这河流两岸的美景，便不会在漂过生命之河时一无所有；你若是珍惜人生的这叶扁舟，便不会在迷失中丢掉桨橹，任生命之船随波逐流；你若是感叹生命的伟大与悠久，便不会在人生之船扬帆前行中放弃理想与追求。

为了不使眼前一片乌黑，为了在生命行程中不致空手而归，升起信念的帆，握紧理想的橹，用满腔热忱、一片丹心撑好你的人生船，让它在这不息的生命河中稳稳流过。



寻找生命的角度

□张 元

生命本身是一种过程。

生命的过程中，有轰轰烈烈的伟大，有朴实无华的平凡，有义无反顾的执著，也有大起大落的悲壮。正如春风的笑，妩媚；秋月的眼，轻柔；冬雪的花，纯净。一种心情只有在相宜的氛围中烘托出意境，一种神韵只有在特定的景观里展现和谐。不是大鹏，何必效仿日行千里的飞翔；不是水手，干吗趋之若鹜地“下海”；身处经济大潮，难道就非要跃跃欲试地侃股票，如痴如狂地迷信“8”么？你还是安坐窗下，耐得寂寞地守住自己情之所钟的那种生活吧！

是春光，就在春天绽放，即使是昙花一现，也可以给人们留下难忘的瞬间。是秋叶，何不在秋风中挥洒自己最后的鲜艳，为成熟的季节增添几许悲壮的灿烂？是冬水，就在寂寞中默默地流淌吧！只要保留自己的那份纯净与执著，汇入大江东去，就能够在大自然的腹地感受到属于生命的永远。

你，无论如何，总可以找到自己生活的角度，展示生命的风采。

生命如同一棵树，勃勃生长时，总是一片翠绿，一派生机。大自然有它的规律：春花娇艳，夏叶繁茂，秋月似水，冬雪皑皑，自有其绮丽与雄伟。

人生只有一个过程，实实在在的过程。人的一生就是在重视这个过程中重视精神的实现与升华，而不致被名利情的占有欲所困扰。这向我们暗示了这样一种人生设计的基点，人无法把握最初和最终，但至少可以把握其中的过程。生命就是一个寻找与创造的过程。

我们的命运设计者就是我们自己，不论精彩或者平淡的创造过程，我们生命的意义，生命的价值也就在于创造或欣赏自己这过程的美丽与悲壮。

愿每一个人“总可以找到自己生活的角度，展示生命的风采”。



生命无草稿

□韩如意

小时候练书法，开始我都是用废纸来写。学了很长时间，但一直没有大的长进。父亲的一位书法家朋友对我父亲说：“如果你让孩子用最好的纸来写，他可能会写得更好。”父亲便叫我按照书法家朋友所说的去做，果然，没过多久，我的字进步很快。父亲很惊奇，去问那书法家朋友。他笑而不答，只在纸上写了一个“逼”字。父亲顿悟：这是让我因惜纸而逼迫自己写好字。

的确，平常的日子总会被我们不经意地当作不值钱的“废纸”，涂抹坏了也不心疼，总以为来日方长，平淡的“废纸”还有很多。实际上，这样的心态可能使我们每一天都在与机会擦肩而过。

记得有一则谚语是这样说的：“如果你想过河，请先把帽子扔过去。”因为你的帽子已经在那边，你别无选择，只能想方设法地过河。正是有了“逼迫”，人才会尽全力发挥自己的潜能，兵家所谓“置之死地而后生”也是这个道理。

生命并非演习，而是真刀真枪的实战。生活也不会给我们“打草稿”的时间和机会，人们一页页漫不经心或全心全意写下的“草稿”，都会成为人生无法更改的答卷。

“如果你想过河，请先把帽子扔过去。”的确有道理，因为别无选择，只能想方设法过河。来到世上，我们的帽子已经扔过了河。人生不是演习而是实战，生活不会给我们“打草稿”的时间和机会，你写下的每一页都会成为人生无法更改的答卷。后悔、叹息时，你的答卷上已经写下了“乱字符”。对个人来说，干什么工作不重要，怎么干好才重要；是什么身份不重要，成就什么事业才重要。朋友，请尽快找到自己的定位和支点，努力做最好的自己，是大树就顶天立地，是灌木就努力向上。我相信，在不久的将来，会有掌声为你响起。

灵魂在高处

□吉善玉

哲学家说，灵魂和肉体，就像锋利和刀刃一样须臾不可分离。

诗人却说，灵魂在高处。

一个理性，一个感性；一个抽象，一个形象。虽没有高下之分，诗人也不以探索真理为己任，然而，“灵魂在高处”揭示的真理却赤裸得令人心灵颤抖。

你可能身处逆境，地位卑下，生活于坎坷困顿之中，一辈子都默默无闻，没有出头之日，甚至像《复活》中的玛丝洛娃那样遭逢巨大的不幸，身陷囹圄，但只要你拥有一颗纯洁善良的心，只要你的灵魂在高处，你就是一个真正的人。

在纷繁复杂的社会，保持心灵的高度，远比保持身份的高度要艰难。

为人一世，提升灵魂的高度，远比提升身份的高度更重要。因为，生命的尊严和价值，是以灵魂的高度来衡量的。

人们常用高贵来形容心灵，然而，高贵只是定性分析，高处才是一个可以量化的指标。它简单，让我们很容易就掂出斤两；它形象，让我们一下子就看见了天堂和地狱；它直观，让纯洁的灵魂仰之弥高，让丑恶的灵魂无地自容。

一个人的灵魂永远在很高很高的地方，放眼俯视周围的一切，从容面对身边的所有，平静抚摸内心的感觉，坚定靠近高处的呼唤。如果灵魂在高处，还有什么值得我们困惑？不管是劳心还是劳力，是平坦还是坎坷，是卑微还是荣耀，一切在高处的灵魂者眼里，都只是一种淡淡的微笑。灵魂在高处，看上去很美，可要达到那样的深度，就要付出辛苦代价。不管经历怎样的苦难，我们都要把自己的灵魂，放到生命的最高处。

美读

005

生与死

[美]刘 墉

生与死有什么不同呢？当我们生下来的时候，高兴的不是自己，而是我们

的父母、亲人；当我们死了之后，痛苦的也不是自己，而是我们的子女、亲属。我们不为生而高兴，因为那时不知道高兴；我们不为死而痛哭，因为死后已没有感觉。我们无法为生发言，因为发言时我们已被生了下来，无论被生在富裕或贫贱的家庭，被生为白、黄或棕、黑的种族，我们都没有资格决定；我们也无法为死流泪，因为再抗议，还是要死，不论是圣贤愚劣、伟人凡夫，我们总得交出自己的生命。

我们以自己的啼声开始了旅程，又在亲友的哭声中结束了人生，我们离开了母体而生，又离开了世界而死，我们被一把推上人生的舞台，又被一把扯了下去。似乎生与死这两件人生最大的事，我们一点干涉的权利都没有。幸而在这当中，我们还能有些作为，使自己平凡地生，却能伟大地死；在母亲一人的阵痛中坠地，却能在千万人的哀恸中辞世。

生与死之间，不过百多年的间隔，大多数人还无法达到这个极限。生死之间是痛苦的煎熬还是快乐的旅程，抑或还是平静地等待死亡？

有人说：生与死之间，无非就是从无到有，再从有到无。是的，生命确实如此！但是剥离了生命本来丰富的内容，只强调诞生和死亡这两个极端，赤裸裸地看待生命，消极地面对最终的结局——死亡，那人生也太无趣了！看待生活确实需要理性的思考，但只会以理性的眼光来看待人类生活的一切，那无疑已经成为一个心地冷酷的人。冷酷之人，虽然有理，却已是无情，无情之心，对己尚可，若对人，就是有罪。

豁达的人笑看人生得与失。拥有的时候，尽情享受那种激情；将要失去的时候，尽力挽留；留不住时，也不过于悲伤。因为，只有痛苦与幸福的因果循环，才组成了丰富的人生。苦难总会过去，阴霾总会散开，苦难磨炼人的性情，得失赋予人生机遇，在苦难中才能练达，于得失间方可重生。豁达者非是无情，而是有情！有情人懂得生命的丰富不是用拥有多少，失去多少衡量。经历，才是生命丰富的尺度，没有经历的人生是平淡无生气的。它是命运赋予我们最宝贵的赠品。生命的历程就是这一次次的走过，经历之后的微笑才是最美丽的笑容。

天使

□清水

美国知名主持人林克莱特一天访问一名小朋友，问他说：“你长大后想要当什么呀？”小朋友天真地回答：“嗯……我要当飞机的驾驶员！”林克莱特接着问：“如果有一天，你的飞机飞到太平洋上空所有引擎都熄火了，你会怎么办？”小朋友想了想：“我会先告诉坐在飞机上的人绑好安全带，然后我挂上我的降落伞跳出去。”当现场的观众笑得东倒西歪时，林克莱特继续注视着这孩子，想看他不是自作聪明的家伙。没想到，接着孩子的两行热泪夺眶而出，这才使得林克莱特发觉这孩子的悲悯之情远非笔墨所能形容。于是林克莱特问他说：“为什么要这么做？”小孩的答案透露出一个孩子真挚的想法：“我要去拿燃料，我还要回来！”

孩子是可爱的，因为孩子天真。天真到底是什么？恐怕没人能很准确地下个定义，本文通过一则短小精练的小故事，很形象地给我们道出了何谓天真，天真的可爱之极。有时我们希望自己思维缜密、考虑周全、胸有城府、老到持重，可真正做到了又感觉这或许是一种悲剧，因为缺少了人应有的最可爱的一点：天真。于是我们开始羡慕起孩子来，羡慕他们无忧无虑，羡慕他们纯真无瑕，羡慕他们稚气顽皮。成人或许有时也应该像孩子那样，但又有多少人能做到呢？

□
美读

安于途中

□连玉基

从起点到终点，其距离就是途中。

感觉生命总是在途中。就像候鸟，总是从南飞到北，又从北飞到南；就像泉水，总是从溪流入河，又从河流入海；就像花草，总是从春长到夏，又从夏长到秋。

是的，自从离开起点以后，生命就总是在途中，在时间与空间的途中。而且

不管情愿与不情愿,总是在日渐靠近某个可知的或未知的终点。这很自然——有花开就有花谢,有日出就有日落,有起点就有终点。然而,抵达真的那么重要吗?终点真的那么美好吗?等待或许会是一种煎熬,然而生命总是在途中真的就只有无奈吗?

水汽抵达天空或许就成了彩虹,蛹到了生命的尽头或许就成了蝴蝶。但并不是所有的抵达和终点都具有终极辉煌。花朵的终点是凋谢,道路的终点是绝境,生命的终点通常是死亡。即使水汽是因为抵达天空才成为彩虹,蛹是因为到了生命的尽头才成为蝴蝶,它们也是分别经历一定的转化和蜕变过程,才各自化为虹和化为蝶的——是过程成就了它们最终的美。

其实,过程对于任何一个生命体都具有至关重要的不可替代的作用。

但我们往往将最美好的愿望寄于终极。仿佛最美好的风景只在彼岸,此岸只是一种过渡,是一段抵达某处的旅途。因此对此处的风景常常忽视,并习惯于生活总是在别处。

生命不完全是为了抵达。就像泉水,并不是非要到达怎样的地方才算完成使命;就像花草,并不是非要到达哪个季节才算实现价值。因为生命中绝大部分风景总是在途中。生命主要是为了经历。就像候鸟,不停地迁徙,就是为了经历季节和风雨;就像泉水,不息地流动就是为了经历交汇和起伏。尽管具体的经历总是显得那样琐碎、那样平凡、那样漫长又是那样不胜其烦,但是,恰恰是它们构成了一个个真实的精彩的人生。这才是生命弥足珍贵的状态。

每一个安于途中的生命都将尽享人生。

“我是谁?我从哪里来?我往哪里去?”人类建立社会,有了自己的思想,便开始探索这个大问题:“人生天地间,忽如远行客”;“人生贵相知,何必金与钱”;“谁道人生无再少,门前流水尚能西”。

的确,人生在世,在时间上讲即使是百年千年也只不过是一瞬间的事。“逝者如斯夫。”按孔夫子的说法,人生就是一种流程,人生就是时间的经过。每个人日日夜夜在过日子,在度人生,有意义也好,没有意义也罢,都得一天一天活下去。所有英雄伟人、懦夫小卒,都会像这江中流水一样过去的,这个过程对任何人都是公平的。

“生命不完全是为了抵达”,“每一个安于途中的生命都将尽享人生”,那些视过程作漫长等待,总是在途中就感受到生命最大的煎熬和无奈的人读罢此文一定会有感触。



诗化人生

□王兆胜

—

常言道，人生不如意事十有八九。就是说，人们都要面对悲伤、怨恨、疾病、绝望和死亡等人生的苦难。那么，为什么在这个世界上又有着不同的人生呢？比如有的人忧思百结，总是闷闷不乐；而有的人却笑口常开，充满欢歌。在我看来，这主要是由于不同的人有着不同的性情、不同的心灵和不同的生活态度。

天上的月亮也不过有几日之圆，天空和大地也不是总充满白昼而没有黑暗，一年四季除了春夏也还有严寒的冬天……自然天地尚且如此，那么，作为它的派生物——人生，也是一样。理解这一点，也就理解了天地人生的根本的悲剧性，理解了这个世界与人生的先验“缺失”。从这个意义上说，佛家认为“人来到这个世界就是为了承受苦难”是有几分道理的。如果有了一颗正确对待人生“缺憾”的心灵，以一种审美的态度对待这个世界，那么，这个人生将是轻松与快乐的。

我们常常会看到这样的现象：有的人一生辛苦，却身体健康、精神旺盛、生活幸福；而有的人一生虽锦衣玉食，清闲无事，甚至过着寄生的生活，但他们却身心疲惫，一脸愁容。这是为什么呢？我想，其中最根本的原因可能是：他们的“心”累与否。同样，一个人一生是否快乐、幸福，有时主要不是取决于外在的劳累和不顺，而是主要看他能否有一颗快乐的心，一颗“诗”心。如果能用一颗审美的心灵看待这个世界，那么他的人生将总会如枝头上小鸟的歌唱，如不冻的河水汨汨地流淌。

二

其实，人之所需无多，庄子《逍遥游》里说：“鹪鹩将巢于深林，不过一枝；偃鼠饮河，不过满腹。”孔子《论语》也说：“饭蔬食饮水，曲肱而枕之，乐亦在其中矣。”看来，最关键的不是物质的多少，而是“精神”与“心灵”的高度和境界。

有了诗心，就可以与挫折对抗。比如苏东坡，他被放逐到荒僻的海南，夏天极其潮湿，秋天阴雨连绵，所有东西都发霉。床柱上还长了许多白蚁。要什么没什么。六十岁的老人，水土不服，无朋无友，寂寞无聊，但他却没有悲观厌世，更没有失去生活的乐趣与美好的理想。他自己制墨、采药、盖房，同时，抄录了《唐书》《汉书》，注释《尚书》，编定了《东坡志林》，考订药书，赋诗作词。似乎这

