

# 品味人生

人生

文昊◎主编

上



PinWei  
RenSheng

新疆美术摄影出版社  
新疆电子音像出版社

# 品味人生

文昊◎主编



PinWei  
RenSheng



新疆美术摄影出版社  
新疆电子音像出版社

## 图书在版编目(CIP)数据

品味人生/文昊主编. —乌鲁木齐:新疆美术摄影出版社:新疆电子音像出版社,2012.2

ISBN 978—7—5469—2105—1

I. ①品… II. ①文… III. ①散文集—世界—现代 IV. ①I16

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2012)第 028503 号

## 品味人生

---

|      |                                                         |
|------|---------------------------------------------------------|
| 主 编  | 文 昊                                                     |
| 责任编辑 | 王 琴                                                     |
| 出 版  | 新疆美术摄影出版社<br>新疆电子音像出版社<br>(乌鲁木齐市经济技术开发区科技园路 7 号 830011) |
| 发 行  | 新华书店                                                    |
| 印 刷  | 三河市华晨印务有限公司                                             |
| 开 本  | 700mm×1000mm 1/16                                       |
| 印 张  | 30                                                      |
| 字 数  | 260 千字                                                  |
| 版 次  | 2012 年 2 月第 1 版                                         |
| 印 次  | 2013 年 6 月第 3 次印刷                                       |
| 书 号  | ISBN 978—7—5469—2105—1                                  |
| 定 价  | 59.80 元(上下册)                                            |

---

## 前 言

什么是人生？

我们的思想与情感有意识的或无意识的都会在脑海中涌现，于是我们便运用言辞来表达它们；我们降临到世间，然而，呱呱坠地的时刻早已被我们淡忘，婴孩时代不过是记忆中支离破碎的残片。我们虽生活着，却失去了对生活的领悟。

我们无法回答：我们究竟是什么，我们来自何处，又欲往何方？降临世间是否即为存在之始，而死亡是否即为存在之终？我们如何主宰自己的人生？如何洞穿人生的秘密？

我们在喧闹、不完美和未雕琢的状态下诞生，终生的目的是要变得完美，以致最后臻于完善。

人生就是如此。

似水流年，彻底再造了我们的思想和情感。每日朝霞变幻越来越深刻地改变着我们的心性和容颜。大凡已成为我们的禀赋的东西都经得起各种变化和时间的考验。

在激动不安、若明若暗的青春岁月之后，到来的是成年期的思虑，是从容不迫的有节奏的生活，是日益丰富的人生经验，是一座内心的信仰和理性的大厦的落成。

人生是一个渐悟的过程，是由此岸到彼岸的腾跃。在这个过程中，若不飞升，便只有堕落。

让我们在成长的岁月中，在体悟人生的过程中，让思想插上翅膀，飞向庄严、崇高的境地。

# 目 录

## 第一辑 人生是伟大的奇迹

|                   |                   |
|-------------------|-------------------|
| 生命的力量 .....       | 冰 心(3)            |
| 人生最高目的是幸福 .....   | 朱光潜(5)            |
| 我的信念 .....        | 〔法国〕居里夫人(6)       |
| 假如给我三天光明 .....    | 〔美国〕海伦·凯勒(8)      |
| 追求不朽的生命 .....     | 巴 金(10)           |
| 生命的奥秘 .....       | 〔印度〕奥修(15)        |
| 生命的整体是相互依存的 ..... | 〔印度〕奥修(16)        |
| 生命的价值 .....       | 〔美国〕鲍森·布朗·沃尔夫(18) |
| 有存在便有希望 .....     | 鲁 迅(20)           |
| 人生的极限 .....       | 朱光潜(26)           |
| 时间与人生 .....       | 〔埃及〕A. 阿明(29)     |
| 真正的意义 .....       | 〔印度〕奥修(31)        |
| 增加火炬之光 .....      | 李霁野(33)           |
| 要享幸福,莫受痛苦 .....   | 陈独秀(40)           |
| 含笑的人生 .....       | 〔新加坡〕尤今(43)       |
| 主演自己的人生 .....     | 〔日本〕田边开一(44)      |
| 生与死 .....         | 〔意大利〕达·芬奇(45)     |

- 人生就是追求幸福 ..... [俄国]列夫·托尔斯泰(47)
- 人啊,你当自助 ..... [法国]罗曼·罗兰(48)
- 醒觉·对人生的态度 ..... 林语堂(50)
- 责任人生 ..... 梁实秋(51)
- 最大的成功是飞 ..... 徐志摩(52)
- 热爱生命 ..... [法国]蒙田(54)
- 逆境最能展示美德 ..... [英国]培根(55)
- 人生有价值正因其有悲剧 ..... 朱光潜(57)
- 青年人啊!起来飞翔吧! ..... 叶圣陶(60)
- 真正地爱我的生命 ..... 席慕蓉(63)
- 做个真正的聪明人 ..... [英国]培根(66)
- 人生杂谈 ..... [黎巴嫩]阿明·雷哈尼(68)
- 以现实为出发点 ..... 邹韬奋(70)
- 尽我所有 ..... 邹韬奋(72)
- 三种人生态度 ..... 梁漱溟(74)
- 我所追寻的人生境界 ..... [英国]罗素(77)
- 胜利属于生命 ..... [印度]泰戈尔(78)
- 领略人生的乐趣 ..... 林语堂(80)
- 学会享受人生的乐园 ..... 林语堂(83)
- 悠闲的生活需要恬静的内心 ..... 林语堂(87)
- 堂堂正正的享受人生 ..... [法国]蒙田(89)
- 不要怕死,也不要求死 ..... [法国]蒙田(91)
- 投入生活 ..... [美国]鲍森·布朗·沃尔夫(93)
- 用心生活 ..... [美国]鲍森·布朗·沃尔夫(94)
- 人须有生趣才能有生机 ..... 朱光潜(96)
- 清醒就是生活 ..... [美国]梭罗(99)
- 生存还是毁灭 ..... [英国]威廉·莱恩·费尔普斯(101)
- 生命渴求运动 ..... [印度]泰戈尔(103)
- 人类是唯一在工作的动物 ..... 林语堂(106)

|                     |                   |
|---------------------|-------------------|
| 两种人 .....           | 〔美国〕本杰明·富兰克林(109) |
| 人生感悟 .....          | 〔黎巴嫩〕纪伯伦(111)     |
| 生命之曲 .....          | 〔阿富汗〕乌尔法特(114)    |
| 自我超越 .....          | 〔德国〕尼采(116)       |
| 智言慧语 .....          | 〔法国〕拉罗什富科(119)    |
| 人想进步须常有戒慎恐惧之心 ..... | 冯友兰(122)          |
| 我们要揭示生与死的奥秘 .....   | 〔英国〕威廉·赫兹里特(125)  |
| 我们与这世界同步合拍 .....    | 〔英〕威廉·赫兹里特(126)   |
| 珍惜每一刻 .....         | 严文井(128)          |
| 时间即生命 .....         | 梁实秋(130)          |
| 勤 .....             | 梁实秋(132)          |
| 天下决无一蹴即成之事 .....    | 邹韬奋(134)          |
| 我发现了极短的时间 .....     | 〔美国〕爱尔斯金(136)     |
| 生命在不息地运动 .....      | 〔苏联〕高尔基(138)      |
| 人生是由“渐”维持的 .....    | 丰子恺(143)          |
| 人生的旅程 .....         | 〔英国〕济慈(146)       |
| 论时光 .....           | 〔黎巴嫩〕纪伯伦(147)     |
| 人生的真谛 .....         | 〔加拿大〕里柯克(148)     |
| 合乎自然 .....          | 〔法国〕蒙田(151)       |
| 每一个开端都充满了憧憬 .....   | 席慕蓉(153)          |
| 只有自然才能创造人 .....     | 〔英国〕休谟(157)       |
| 谁都可以拥有太阳 .....      | 〔日本〕岛崎藤村(160)     |
| 生命不怕死 .....         | 鲁 迅(162)          |
| 病树前头万木春 .....       | 鲁 迅(163)          |
| 大生命就是大自然 .....      | 李大钊(165)          |
| 人生的韵律之美 .....       | 林语堂(167)          |
| 人生是一个过程 .....       | 傅东华(169)          |

## 第二辑 寻找心灵的故乡

|                        |               |
|------------------------|---------------|
| 有所爱,有所恶,有所为,有所不为 ..... | 叶圣陶(173)      |
| 道德是生命的和谐 .....         | 梁漱溟(175)      |
| 完 美 .....              | 〔黎巴嫩〕纪伯伦(178) |
| 相信自己吧 .....            | 〔美国〕爱默生(179)  |
| 浇铸一种新的人性 .....         | 〔英国〕劳伦斯(181)  |
| 坚毅之酬报 .....            | 邹韬奋(182)      |
| 四 P 要诀 .....           | 邹韬奋(184)      |
| 敏捷准确 .....             | 邹韬奋(185)      |
| 随遇而安 .....             | 邹韬奋(186)      |
| 脑子要冷静 .....            | 邹韬奋(187)      |
| 高 兴 .....              | 邹韬奋(189)      |
| 给 予 .....              | 〔印度〕奥修(192)   |
| 急求速成是必须谨慎的 .....       | 〔英国〕培根(193)   |
| 可以愤怒,但不可含愤终日 .....     | 〔英国〕培根(195)   |
| 论自私 .....              | 〔英国〕培根(197)   |
| 论嫉妒 .....              | 〔英国〕培根(199)   |
| 论猜疑 .....              | 〔英国〕培根(203)   |
| 坐享其成者,难成大业 .....       | 〔英国〕培根(205)   |
| “情、智、勇”为大人物的特质 .....   | 林语堂(207)      |
| 知耻才能向上奋斗 .....         | 朱光潜(210)      |
| 论礼貌 .....              | 〔英国〕培根(213)   |
| 敢于善良 .....             | 鲍尔吉·原野(215)   |
| 你必须对你自己忠实 .....        | 〔英国〕莎士比亚(218) |
| 无所为而为 .....            | 冯友兰(219)      |
| 诚实是最好的策略 .....         | 冯友兰(221)      |
| 论 美 .....              | 〔英国〕培根(223)   |

|                  |               |
|------------------|---------------|
| 无 题 .....        | 〔苏联〕普里什文(224) |
| 水乳不必交融 .....     | 〔新加坡〕尤今(225)  |
| 习惯成自然 .....      | 叶圣陶(227)      |
| 骄傲的决不是真明白人 ..... | 茅 盾(229)      |

## 第一辑

---

# 人生是伟大的奇迹



## 生命的力量

冰 心

我不敢说生命是什么，我只能说生命像什么。生命像向东流的一江春水，他从最高处发源，冰雪是他的前身。他聚集起许多细流，合成一股有力的洪涛，向下奔注，他曲折的穿过了悬崖峭壁，冲倒了层沙泥土，挟卷着滚滚的沙石，勇敢快乐的奔流，一路上他享受着他所遭遇的一切。有时候他遇到山岩前阻，他愤激的奔腾了起来，怒吼着，回旋着，前波后浪的起伏催逼直到他过了，冲倒了这危崖他才心平气和的一泻千里。有时候，他经过了细细的平沙，斜阳的芳草里，看见了夹岸红艳的桃花，他快乐而又羞怯，静静地流着，低低的吟唱着，轻轻的度过这一段浪漫的行程。他遇到暴风雨，这激电，这迅雷，使他心魂惊骇，疾风吹卷起他，大雨击打着他，他暂时浑浊了，扰乱了，而雨过天晴，只加给他许多新生的力量。有时候他遇到了晚霞和新月，向他照耀，向他投影，清冷中带些幽幽的温暖，这时他只想憩息，只想睡眠，而那股前进的力量，仍催逼着他向前走……终于有一天，他远远地望见了大海，呵！他已到了行程的终结，这大海，使他屏息，使他低头，她多么辽阔，多么伟大！多么光明，又多么黑暗！大海庄严的伸出臂儿来接引他，他一声不响的流入她的怀里。他消融了，归化了，说不上快乐，也没有悲哀！也许有一天，他再从海上蓬蓬的雨点中升起，飞向西来，再形成一道江流，再冲倒两旁的石壁，再来寻夹岸的桃花。然而我不敢说来生，也不信来生！生命又像一棵小树，他从地底聚集起许多生力，在冰雪下延伸，在早春润湿的泥土中，勇敢快乐的破壳出来。他也许长在平原上，岩石上，城墙上，只要他抬头看见了天，呵！看见了天！他便伸出嫩叶来吸收空气，承受日光，在雨中吟唱，在风中跳舞，他也许受着大树的覆压，而他青春生长

的力量，终使他穿枝拂叶的挣脱出来，在烈日下挺立抬头！他遇着骄奢的春天，他也许开出满树的繁花，蜂蝶围绕着他飘翔喧闹，小鸟在他枝头欣赏唱歌，他会听见黄莺清吟，杜鹃啼血，也许还听见枭鸟的怪鸣。他长到最茂盛的中年，他伸展出他如盖的浓荫，来荫庇树下的幽花芳草，他结出累累的果实，来呈现大地无尽的甜美与芳馨。秋风起了，他将叶子，由浓绿吹到绯红，秋阳下他再有一番的庄严灿烂，不是开花的骄傲，也不是结果的快乐，而是成功后的宁静和怡悦！终于有一天，冬天的朔风，把他的黄叶干枝，卷落吹抖，他无力地在空中旋舞，在根下呻吟，大地庄严的伸出臂儿来接引他，他一声不响地落在她的怀里。他消融了，归化了，他说不上快乐，也没有悲哀！也许有一天，他再从地下的果仁中，破裂了出来。又长成一棵小树，再穿过丛莽的严遮，再来听黄莺的歌唱，然我不敢说来生，也不敢信来生。宇宙是一个大生命，我们是宇宙大中之一息。江流入海，叶落归根，我们是生命中之一叶，大生命中之一滴。在宇宙的大生命中，我们是多么卑微，多么渺小，而一滴一叶的活动生长合成了整个宇宙的进化运行。要记住，不是每一道江流都能入海，不流动的便成了死湖；不是每一粒种子都能成树，不生长的便成了空壳！生命中不是永远快乐，也不是永远痛苦，快乐和痛苦是相生相成的。等于水道要经过不同的两岸，树木要经过常变的四时。在快乐中我们要感谢生命，在痛苦中我们也要感谢生命。快乐固然兴奋，苦痛又何尝不美丽！我曾读到一个警句，是“愿你生命中有够多的云翳，来造成一个美丽的黄昏。”世界、国家和个人的生命中的云翳没有比今天再多了。

## 人生最高目的是幸福

朱光潜

每个人都不免有一个理想，或为温饱，或为名位，或为学问；或为德行，或为事功，或为醇酒妇人，或为斗鸡走狗，所谓“从其大体者，为大人，从其小作者为小人”。这种分别究竟以什么为标准呢？哲学家们都承认：人生最高目的是幸福。什么才是真正的幸福？对于这问题也各有各的见解。积学修德可被看成幸福，饱食暖衣也可被看成幸福。究竟谁是谁非呢？我们从人的观点来说，人之所以高贵于禽兽者在他的心灵。人如果要充分地表现他的人性，必须充实他的心灵生活。幸福是一种享受。享受者或为肉体，或为心灵。人既有肉体，即不能没有肉体的享受。我们不必如持禁欲主义的清教徒之不近人情，但是我们也须明白：肉体的享受不是人类最上的享受，而是人类与鸡豚狗彘所共有的。人类最上的享受是心灵的享受。哪些才是心灵的享受呢？就是真善美三种价值。学问、艺术、道德几无一不是心灵的活动，人如果在这三方面达到最高的境界，同时也就达到最幸福的境界。一个人的生活是否丰富，这就是说，有无价值，就看他对于心灵或精神生活的努力和成就的大小。如果只顾衣食饱暖而对于真善美漫不感兴趣，他就成为一种行尸走肉了。这番道理本无深文奥义，但是说起来好像很迂阔。灵与肉的冲突本来是一个古老而不易化除的冲突。许多人因顾到肉遂忘记灵，相习成风，心灵生活便被视为怪诞无稽的事。尤其是近代人被“物质的舒适”一个观念所迷惑，大家争着去拜财神，财神也就笼罩了一切。

## 我的信念

〔法国〕居里夫人

生活对于任何一个男女都非易事，我们必要有坚韧不拔的精神；最要紧的，还是我们自己要有信心。我们必须相信，我们对一件事情是有天赋的才能，并且，无论付出任何代价，都要把这件事情完成。当事情结束的时候，你要能够问心无愧地说：“我已经尽我所能了。”

有一年的春天里，我因病被迫在家里休息数周，我注视着我的女儿们所养的蚕结着茧子。这使我极感兴趣，望着这些蚕固执地、勤奋地工作着，我感到我和它们非常相似，像它们一样，我总是耐心地集中在一个目标。我之所以如此，或许是因为有某种力量在鞭策着我——正如蚕被鞭策着去结它的茧子一般。

在近五十年来，我致力于科学的研究，而研究基本上是对真理的探讨。我有许多美好快乐的回忆。少女时期我在巴黎大学，孤独地过着求学的岁月；在那整个时期中，我丈夫和我专心致志的，像在梦幻之中一般，艰辛地在简陋的书房里研究，后来我们就在那儿发现了镭。

我在生活中，永远是追求安静的工作和简单的家庭生活。为了实现这个理想，所以后来我要竭力保持宁静的环境，以免受人事的侵扰和盛名的渲染。

我深信在科学方面，我们是有对事而不是对人的兴趣。当皮埃尔·居里和我决定应否在我们的发现上取得经济上的利益时，我们都认为这是违反我们的纯粹研究观念。因而我们没有申请镭的专利，也就抛弃了一笔财富。我坚信我们是对的。诚然，人类需要寻求现实的人，他们在工作中，获得最大的报酬。但是，人类也需要梦想家——他们对于一件忘我的事业的进展，受

了强烈的吸引，使他们没有闲暇，也无热诚去谋求物质上的利益。我的唯一奢望，是在一个自由国家中，以一个自由学者的身份从事研究工作，我从没有视这种权益为理所当然的，因为在二十四岁以前，我一直居住在被占领和蹂躏的波兰。我估量过法国自由的代价。

我并非生来就是一个性情温和的人。我很早就知道，许多像我一样敏感的人，甚至受了一言半语的呵责，便会过分懊恼，他们尽量隐藏自己的敏感。从我丈夫的温和沉静的性格中，我获益匪浅。当他猝然长逝以后，我便学会了逆来顺受。我年纪渐老了，我愈会欣赏生活中的种种琐事，如栽花、植树、建筑，对诵诗和眺望星辰，也有一点兴趣。

我一直沉醉于世界的优美之中，我所热爱的科学，也不断增加它崭新的远景。我认定科学本身就具有伟大的美。一位从事研究工作的科学家，不仅是一个技术人员，并且他也是一个小孩，在大自然的景色中，好像迷醉于神话故事一般。这种魅力，就是使我终生能够在实验室里埋头工作的主要因素了。

剑捷译

## 假如给我三天光明

〔美国〕海伦·凯勒

我们谁都知道自己难免一死。但是这一天的到来，似乎遥遥无期。当然人们要是健康无恙，谁又会想到它，谁又会整日惦记着它。于是便饱食终日，无所事事。

有时我想，要是人们把活着的每一天都看做是生命的最后一天该有多好啊！这就能更显出生命的价值。如果认为岁月还相当漫长，我们的每一天就不会过得那样有意义，有朝气，我们对生活就不会总是充满热情。

我们对待生命如此怠倦，在对待自己的各种天赋及使用自己的器官上又何尝不是如此？只有那些瞎了的人才更加珍惜光明。那些成年后失明、失聪的人就更是如此。然而，那些耳聪目明的正常人却从来不好好地去利用他们的这些天赋。人们视而不见，充耳不闻，无任何鉴赏之心。事情往往就是这样，一旦失去了的东西，人们才会留恋它，人得了病才想到健康的幸福。

我有过这样的想法，如果让每一个人在他成年后的某个阶段瞎上几天，聋上几天该有多好，黑暗将使他们更加珍惜光明；寂静将教会他们真正领略喧哗的欢乐。

最近一位朋友来看我，他刚从林中散步回来。我问他看到些什么，他说没什么特别的东西。要不是我早习惯了这样的回答，我真会大吃一惊，我终于领会到了这样一个道理，明眼人往往熟视无睹。

我多么渴望看看这世上的一切，如果说我凭我的触觉能得到如此大的乐趣，那么能让我亲眼目睹一下该有多好。奇怪的是明眼人对这一切却如此淡漠！那点缀世界的五彩缤纷和千姿百态在他们看来是那么的平庸。也许人就是这样，有了的东西不知道欣赏，没有的东西又一味追求。在明眼人的世