

万千滋味皆生活，
俯仰之间是人生。

俯仰 看人生

陈燕松 著

中国华侨出版社

俯仰看人生

陈燕松
著

中国华侨出版社

·北京·

图书在版编目(CIP)数据

俯仰看人生 / 陈燕松著. —北京: 中国华侨出版社, 2018.12
ISBN 978-7-5113-7800-2

I. ①俯… II. ①陈… III. ①散文集—中国—当代
IV. ①I267

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2018) 第 288622 号

俯仰看人生

著 者 / 陈燕松

责任编辑 / 高文喆 王 委

责任校对 / 孙 丽

经 销 / 新华书店

开 本 / 670 毫米 × 960 毫米 1/16 印张 / 14.5 字数 / 176 千字

印 刷 / 三河市华润印刷有限公司

版 次 / 2019 年 2 月第 1 版 2019 年 2 月第 1 次印刷

书 号 / ISBN 978-7-5113-7800-2

定 价 / 38.00 元

中国华侨出版社 北京市朝阳区静安里 26 号通成达大厦 3 层 邮编: 100028

法律顾问: 陈鹰律师事务所

编辑部: (010) 64443056 64443979

发行部: (010) 64443051 传真: (010) 64439708

网 址: www.oveaschin.com

E-mail: oveaschin@sina.com

自序

人生在世，有许多想法。有的宏大，有的卑微，有的仅是飘忽而过的念头。不管哪种，只要是生长于内心的真实，都值得散发开来。

余于人生有诸多体味，喜欢与朋友交流，也常常诉诸笔端。能与热爱生活的朋友，相互激扬生命，砥砺人生，彼此焕发精彩，当是乐事。

本集《俯仰看人生》，收录余近四十年散文作品，内容多为人生感悟。人生永远在俯仰之间。唯俯能仰，唯仰才能彰显生命的价值。这点道理，我深信之。

本集《俯仰看人生》，企望能实现三个意义。其一，对于青年，当能享受文化人生。中华文化博大精深，圣贤教诲千古传诵。余耕读数十年，圣贤之经典观点，诗词之经典名句，常常充盈心间。倘能与青年朋友分享读书乐趣，余之心愿足矣。其二，对于中年，当能品读百味人生。人生有多条经线，多个

纬度，赤橙黄绿，甘苦自知。倘能博得会心一笑，余开怀大慰。其三，对于社会，当能彰显人生价值。古代圣贤之道，现代核心价值，谁能拥有，谁的人生就能出彩。比如“五伦”，父子有亲，君臣有义，夫妇有别，长幼有序，朋友有信；比如“五常”，仁、义、礼、智、信；比如“五行”，博学之、审问之、慎思之、明辨之、笃行之。倘能让“价值”深入人心，则人生渐渐丰满，社会日臻昌明。

本集《俯仰看人生》，开卷有益，不妨读之。

以此代序。

目 / 录

Contents

第一辑 品读人生

俯仰之间看人生	3
人生自在诗词间	5
人生浅吟低唱	7
人生三原色	11
人生三种人	14
人生三重门	17
哲学人生	20
生命就是一次旅行	23
悟悟如禅人生	25
人生春夏秋冬	30
渴望倾诉的心灵	34

第二辑 品味人生

做一个内心高贵的人	43
漫谈人的底色	45
宁静而致远	48
不要太累	50
常怀感激之心	53
懂得加减	55
谈修养	57
讲求平和	60
相信自我	62
佛的故事	64
学会拒绝	66
崇尚科学 善待自己	68
走过冬天	71
生命流转	73
人届中年	75
喜欢与不喜欢	77
幸福	79
母亲	81
父亲节——给父亲的一封信	83

第三辑 诗意人生

梦见太阳	89
感受生活	91
关于诗与画	94
关于山与山的诗	98
闲来读诗	100
驮在纸船上的梦	103
人生当读书	105
命 运	107
浅谈幸福观	110
甘于寂寞	112
风 景	114
人生要有点想法	115
由一个联句而想起其他	118
生 命	120
生命的季节	122
生命之光	125
独	127
生活之美	129
听一首歌而想起的	132
送你一个太阳	135

第四辑 智慧人生

想起孔子	139
修身立德 以德化人	141
做“为仁”之人	143
为德当允执其中	145
以和为贵	147
有亲能养 养亲必敬	149
一切都要顺其自然	151
人生处世需要大智慧	153
多学一点辩证法	155
功到自然成	157
放下心灵负担 回归生命本真	159
追求超然与快乐	161
放下，让快乐长留心间	163
如何当个大丈夫	165
凡事贵在专心	167
以礼修身 以礼待人	169
雪中送炭 帮助别人	171
常怀善念 善气迎人	173
万事之成在于敬业	175
人生要勇往直前	177

第五辑 艺术人生

关于诗与诗人	181
关于作家	186
关于书法	191
关于美术	196
关于石头	200
关于音乐	204
关于戏剧	209
关于曲艺	212
关于摄影	215
关于楹联	218

第一辑
品读人生

俯仰之间看人生

中国文化的最高理想人物，
是一个对人生有一种
建于明慧悟性上的达观者。
——林语堂《人生之研究》

人生如花、如梦、如狱、如登山。人生如……道不清，说不明，快乐人生，苦难亦人生。人生就是人生。

人生如花。少时父母之慈爱，长成后妻子之柔怜，老年时孩儿之亲情，乃至朋友的一声问候，同事的一个微笑，皆如花之锦簇，花之温馨，花之烂漫。每当酒后微醺，乐之陶陶，便来一折京腔，或来一段潮音清唱，真个乃天上人间，不虚今生此行。

人生如梦。八十不算老，三十未年轻。醒时路有千条万条，道有千沟万壑；醉时一枕黄粱，不知天高地厚。有时惊险恍若

隔世，有时乐极也曾生悲。人生多少事，说来就来，说去就去，来也无影去也无踪。能够记住的姑且记住，未能记住的随之忘却。今年二八，明年八二，如白驹过隙，过就过了罢。

人生如狱。人与人织成网，网多了就成罗，天罗地网，疏而不漏。罗也罢，网也罢，穿梭其间，沦为狱。凡事思前三分，思后三分，上下权衡，左右周旋，便自垒心狱。心狱既成，折皱了人生多少年华。

人生如登山。既知如花，也知如梦，又知之如狱，偏如陀螺，弓背而登人生之山巅。为何？登山者称，山顶看雪峰。诗人言，会当凌绝顶，一览众山小。我说，为了一个过程，为了一次心之皈依。人生年年冬至，岁岁逢春，一步一个脚印。倘若脚印连成一串，人生就走完一个过程。人欲往前走，皆因前程无限风光；人欲高处走，皆因蓝天白云飘悠；为了一个目标，为了一个高点，心自皈依归宗。

人生，不说也罢，权当是一杯酒，且饮之，再细细品尝。

人生自在诗词间

黄昏把酒祝东风，且从容。

——司空图《酒泉子》

闲来无事，吟诗诵词，自有一份享受，一份感慨。天地悠悠，如此抬爱吾等，令我平白消受这字里行间的趣味与温柔。

少时喜欢读书。喜欢的缘故，大抵是受了“知识就是力量”的鼓动。及至后来，书读多了，见识东西也多了，方知世间很多事物，原本就需积累与铺垫，才能举一反三，融会贯通。宋朝朱熹《观书有感》一诗，道出读的妙处。诗曰：“半亩方塘一鉴开，天光云影共徘徊。问渠那得清如许？为有源头活水来。”

青年时就读于漳州。每当夜幕降临，便邀三五好友，徜徉九龙江畔。那时真是轻狂，常将龙江比湘江，总有一番“粪土当年万户侯”的豪放。不过，“天下兴亡，匹夫有责”的古训，却时时默记于心，未敢有忘。文天祥《过零丁洋》一诗，赢得

众多青年学子深许。“辛苦遭逢起一经，干戈寥落四周星。山河破碎风飘絮，身世浮沉雨打萍。惶恐滩头说惶恐，零丁洋里叹零丁。人生自古谁无死？留取丹心照汗青。”

毕业后走上社会，有了工作，也有了家庭。斗转星移，慢慢有了职位，也有了责任。深觉李大钊先生“铁肩担道义，妙手著文章”，便是一分心迹的写照。在人生旅途上，有收获，也有失落；有快乐，也有无奈。读宋朝县令黄庭坚《登快阁》一诗，竟似高山流水，如遇知音。诗曰：“痴儿了却公家事，快阁东西倚晚晴。落木千山天远大，澄江一道月分明。朱弦已为佳人绝，青眼聊因美酒横。万里归船弄长笛，此心吾与白鸥盟。”

当年在芄城，有幸与同事们共同主持建设“林语堂纪念馆”。由于建馆，读了不少语堂先生的书。对语堂先生的做事和为人，极为赞赏，奉为典范。语堂先生一生喜爱“半半歌”，我也深以为然。积极工作，悠闲生活，应是吾辈之座右铭。忙里偷闲之余，对金赵秉文的词，也会吟读再三。“风雨替花愁。风雨罢，花也应休。劝君莫惜花前醉，今年花谢，明年花谢，白了人头。乘兴两三瓯。拣溪山好处追游。但教有酒身无事，有花也好，无花也好，选甚春秋。”

“看到浮云过了，又恐堂堂岁月，一掷去如梭”。读清朝张惠言的词句，叹息这光阴流逝似乎太快了些。唯宋朝张孝祥“世路如今已惯，此心到处悠然”，道出心中曲微。倘若假以时日，我当学元朝张弘范，纵是“千丈红尘两鬓霜”，也只问“茶罢西轩读老庄”。或可学唐朝司空图，“黄昏把酒祝东风，且从容”，亦算是人生一桩美事。

人生浅吟低唱

我本是卧龙岗散淡的人。

——诸葛亮《空城计》

—

春有百花争艳，秋有皓月高挂。夏有习习清风，冬有皑皑白雪。春夏秋冬，各见千秋，日日是好日，天天都能找到我们为之感动的东西。

人生如斯，斯是人生。世间万物原都与我们有缘，皆能为我们生产些许快乐来。常怀感激之心，自有一番快意在心头。