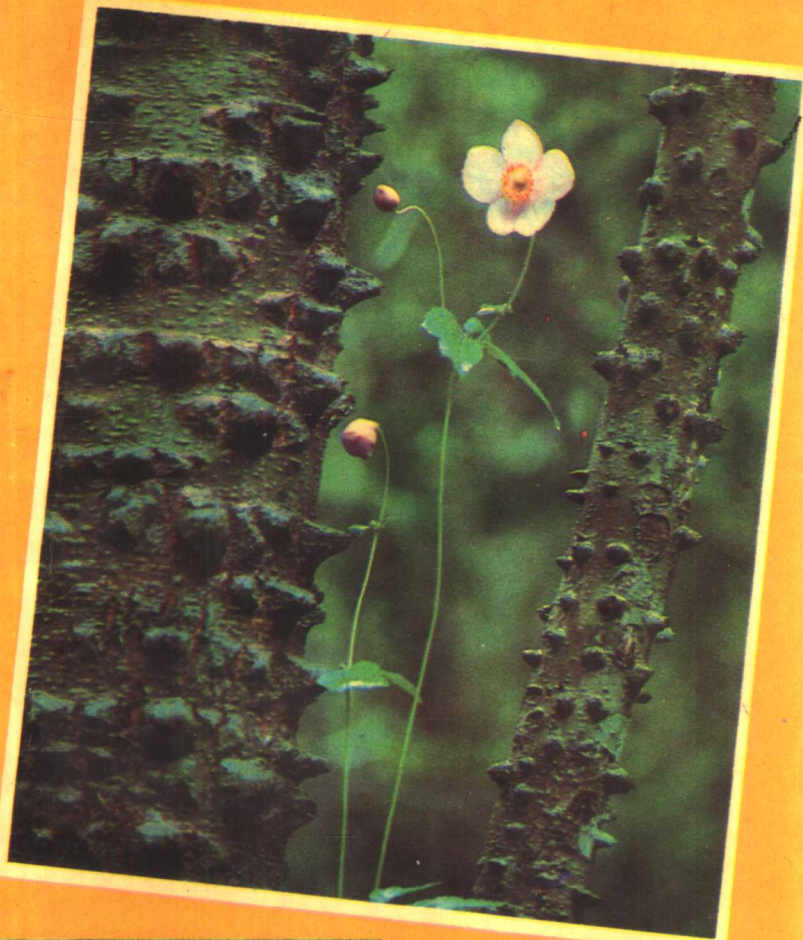




人生三昧 ●

系列

生命的寫意

云青

福建人民出版社

SHENG MING DE XIE YI

• 人生三昧 • 系列

1267 / 435
28/6

生命的写意

林 云 青

福建人民出版社

1990年·福州

(闽)新登字01号

生命的写意

林云青

*

福建人民出版社出版

(福州得贵巷27号)

福建省新华书店发行

福建新华印刷厂印刷

开本787×1092毫米 1/36 3.445印张 4插页 51千字

1990年7月第1版

1992年10月第2次印刷

印数: 7125—17125

ISBN 7—211—01211—0

I·7

定价: 1.35元

编者的话

大千世界，万般人生。自古以来，无数的睿者哲人都苦苦思索和寻找人生的内蕴与真谛，他们留下了许多精辟的思想和见解。但由于把握世界的角度各异，人生的感受和经验不同，几乎每个时代的每个人对人生的真谛都不能达到本质和真实的把握，于是，面对人生的一串串难解之谜，产生了种种难以言喻的困惑。

每个珍视生命的人，都希望自己的存在是独特的、无可重复的，于是，每个真诚地面对生活的人都在通过不同的途径寻找自己的表达方式。这套“人生三昧”系列书，集纳了生活在我们这个时代的有心人对人生的感受、思索、体验和理解，我们不敢企望这套书能够给读者解除人生困惑以立竿见影的现成答案，我们只是祈愿你们——亲爱的读者，在同作者一道品味人生酸甜苦辣的同时，用自己的心灵去感受

悟、去填充生命的每一个角落，因为那神秘的思想的音符原本就驻留在你们心的深处。

呱呱坠地的第一声哭，便是为人生之旅壮行的歌，从此我们便不再回头。我们不断地跨过人生的一个又一个门槛，我们的生命在不同的季节开放着不同色彩、不同力度的花。无论是含笑还是含泪的日子，都是属于我们自己的，都荡漾着真诚追求的梦，都留下我们深浅不一的人生履痕。所以，只要有表达自己心灵情感的冲动，而且愿意，你都可以用自己的笔真实地拾掇起积淀于脑海中的那些玲珑剔透的思想珠贝，录下你或美丽或忧伤的人生体验。我们衷心地欢迎并且期待着你给我们的“人生三昧”系列赐稿。

人生永远！生命不朽！青春万岁！

小 序

人的生命只有一次。有的人活得很长久，有的人活得很短促；有的人活得很快乐，有的人活得很痛苦；有的人活得很辉煌，有的人活得很暗淡；有的人活得很潇洒，有的人活得很窝囊；有的人富有，有的人贫困；有的人聪明，有的人愚蠢；有的人高尚，有的人卑贱；有的人善良，有的人凶狠；有的人老是成功，有的人尽是失败；有的人从成功到失败，有的人从失败到成功……

人，同样是生活在大地上的人，为什么会有如此的差别呢？

几年前的一天，我突发奇想：我要了解人，了解包括自己在内的千千万万的人。

于是，我便开始思索，思索种种既浅显又艰深、既平凡又不平凡的关于人的问题。

应该说，造物主对绝大多数人是公平的，

都赋予其一个神奇的大脑和一双灵巧的手。从这点上来说，人的机会都是相同的。那么，不同的原因又是什么？

我们可不可以从人的共同点出发，寻找出一把钥匙，一把打开幸福之门的金钥匙？

我不停地探求，不停地思索。

一篇一篇地积累，于是便有了第一本集子《人生随想录》。现在的《生命的写意》是第二本集子。下一集可能会是《人生之旅》或《生命之旅》。你喜欢吗？朋友，亲爱的年轻朋友，我企望不会浪费你宝贵的时间。

这也许只是小小的“三步曲”。

我会继续去想，继续去写，继续去做的。

感谢福建人民出版社，感谢印刷发行部门的同志们。借此机会，谨向读者朋友们致以诚挚的祝愿：祝你幸福，祝你每日都有新的收获！

林云青

1989年秋

目 录

〔 1 〕	小序
〔 1 〕	生命的启迪
〔 6 〕	人的生命力
〔 18 〕	人的精力
〔 23 〕	生命颂
〔 27 〕	关于人的联想之一
〔 32 〕	关于人的联想之二
〔 35 〕	人体笔记之一
〔 40 〕	人体笔记之二
〔 43 〕	人的诞生
〔 49 〕	生命的三分之一——睡眠
〔 56 〕	人约黄昏后
〔 58 〕	人相小品
〔 61 〕	心灵的倾诉

- [65] 爱的随想之一
[68] 爱的随想之二
[71] 爱的随想之三

[73] 热情是百万富翁
[78] 论奇迹
[83] 论个人危机
[86] 美丽的天性
[90] 成熟之美
[95] 沉默的魅力
[100] 名人探
[104] 两种人
[108] 时间的遐想
[112] 夜读

生命的启迪

在所有生命中，人的生命最宝贵。

生命，作为整体是不会死亡的。不仅不会死亡，而且会不断地发展。生命只有作为个体，才免不了要死亡。

有人说，人从诞生的第一天起，便一天天走向死亡；有人说，人从诞生第一天起，便一天天走向成熟；有人说，人是走向痛苦与欢乐；有人说，人是走向失败与成功。倒霉与幸运不也同样伴随着生命？！

人的生命是壮丽的，人的生命又有他的局限。人，男人女人，不同民族不同肤色的人，东方的人抑或西方的人，每一个人，都将面临一个共同性的问题——你是一天天在发展呢？还是一天天在衰退呢？

有一则寓言说：在一处很优裕很优裕的地方，生活着一群健康活泼的梅花鹿。它们无忧

无虑，悠闲、安逸。食物应有尽有。慢慢地，它们变了，变得懒了，变得衰弱不堪，有的甚至失去了生活的能力。正在这时，突然出现了一只狼，狼把它们当中最弱小的鹿吃掉，接着吃次弱的，接着又吃了一批身体不灵活的鹿。狼的侵入，使这群梅花鹿受到极大的震动。在生死存亡面前，它们一只只都警觉起来，醒悟过来。它们不再过以前那种安逸懒散的生活，它们与狼展开了不屈不挠的搏斗。最终弱小的梅花鹿被淘汰了，较壮的梅花鹿生存了下来。

这个寓言使人想起了法国博物学家拉马克关于器官“用进废退”的学说。生命，人的生命是和人的活力联在一起的，没有活力的生命，是渺小的生命，是可怜虫的生命，是衰退中的生命。只有充满活力的生命，才是发展中的生命。

下面再看看人的心理、人的精神的作用。

人们往往把衰老和衰退当成一回事，以为人老了，人也就衰退了。其实不然。衰老和衰退是两回事。一个人，从童年，到少年，到青年，到壮年，到老年，这是自然的现象，是自然的发展规律。但是人还有另一种现象，即同

一个年龄段所存在的发展与衰退的现象。年纪大的人有发展与衰退的问题，年纪轻的人，也有发展与衰退的问题。有发展的年轻人，也有衰退的年轻人。发展与衰退是不能以年龄作为标志的。

你看俄国作家冈察洛夫笔下的那个奥勃罗摩夫。他33岁，这可以说是年轻人了。可是他整天懒洋洋地躺在床上，懒得连穿一双袜子都得要仆人代劳，他什么事情都干不来，只是躺着、吃着、喝着、无休止地幻想着。他害怕花心思的社交活动。他也不想外出，因为旅行会使他疲惫不堪。他甚至懒得谈恋爱，懒得为恋爱结婚去做许许多多的事情。连他的女友都不得不气愤地对他说：“我以为我会使你再生，我原以为你可以为我而活下去——可是你已经死了。”

这仅仅是文学的形象吗？

发展与衰退存在于每个年龄段的每个人。从理性上认识这种现象，会有助于激发人类的竞争精神，也会有助于推动人类生命的发展。

有人认为，人的生理健康有两种：一种是器质性的健康，一种是功能性的健康。器质性

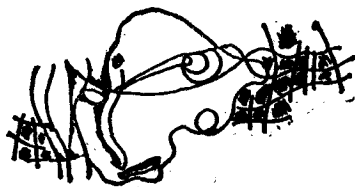
健康是相对稳定的，功能性健康是相对能动的。功能性健康会促进器质性健康。而人的心理、精神都会对人的功能性健康产生巨大的影响。

英国的女诗人白朗宁夫人，就是一个很有说服力的人物。她原是个活泼的女孩子，爱读书、爱大自然。但在15岁那年，她不幸跌伤了脊椎，从此20多年一直困在床上。“夏天的时候，她坐在椅子上，难得让人抱着，下楼一两次，见见天日；到了冬天，她蛰居在房里就像一头冬眠的睡鼠。”后来，她认识了白朗宁，她有了希望，诗、纯洁的爱情给了她力量。“女诗人的健康飞快地进步着，萎缩的生机重又显示出生命的活力。”她能下床走路了，能走到花园里去接受从树叶间漏下的柔和阳光的抚爱了。

后来，她40岁那年，竟然和新婚丈夫白朗宁周游了欧洲各国，并定居于意大利的佛罗伦萨。“本来是缠绵床第的残废人，现在竟成为登山涉水、探幽访胜的健游者；威尼斯、帕度亚、米兰等地都留下他们的游踪，在米兰，她紧跟着丈夫，一直爬到了大教堂的最高处。”

你看，健康的心理，健康的精神力量有多大。为什么心理阴暗的人会衰退，心理光明的人会发展；为什么精神颓废的人会衰退，精神健康的人会发展？从白朗宁夫人的经历中，不难找到部分的答案。

生命是一艘航船，生命是一部大书。朋友，你在生命的航程中已经走到了哪个阶段？你是少年，你要认识生命；你是青年，你要培养生命；你是壮年，你要驾驭生命；你是老年，你要保护生命。你要让你的生命像朝日一样，永远洋溢着青春的活力！



人的生命力

一

生物的生命力是极其顽强的。

曾有过报道，在我国的古代坟墓里，发现了几千年前的莲子，在形同化石的莲子上看不到一丝生命的迹象。可是，经过科学工作者的努力，它们竟然重新发芽，开出美丽的荷花。更有甚者，在北美洲新墨西哥的一个油矿里，人们挖出一只已经休眠了200多万年的青蛙，这只青蛙被挖出后又活了两天，才结束了它漫长的生命历程。

这些例子遥远得近乎天方夜谭，可是就在我的家里，一个大花盆里种着一棵硕大的野杜鹃。初夏之际，一个山里的朋友上山挖了来，连同他的情意，从遥远的山城里捎带给爱花的我们，到我们手里时近乎于枯枝，我们依然种

下它，犹如种下感激，每天浇水却并不抱太大的希望。可是就在一个太阳初升的早晨，它居然开出三朵细小的红花，这欣喜使我们好像看到它在山上时那一树纷纷怒放的艳红。另一束从一个水草丰润的地方采回的映山红，23天过去了，至今还在花瓶中傲然挺立，像春天里一个美好的预兆。这就是野生植物的生命力。

二

人是生物界的骄子。自然赋予人心灵的禀赋，也赋予人心灵的生命力。这心灵的生命力在人的生命现象中所展示出的奇观，是任何事物都无法比拟的。

下面就让我们看看事实吧！

这是发生在冰岛维斯特曼群岛周围海面上的一个人的经历。时间：1984年3月11日夜9时50分。

一艘23米长的拖网渔船“赫尔西”号，突然间被一股巨大的涌浪打翻了。船上的5个船员全部落入北大西洋冰冷刺骨的海水之中。这时气温只有2℃。没多久，相继死去4个船员，只剩下22岁的大副古德劳格一人。“根据

过去别人在6℃或更冷的水中游泳的经验，这时的古德劳格将丧失思维能力。但令人吃惊的是，他并没有如此，他不怕死，他知道自己是完全可能要死的，但哪怕剩下一线生机，他也要去争取。”

他冷静地定出了求生的最佳方案。

他不断变换着游泳姿势。

他始终保持着高昂的情绪、必胜的信心。

他在水中游了五六个小时，挣扎着爬上海边险峻陡峭的熔岩石崖，终于来到了一片牧场。他竟然活过来了。

有关这次遇险的报道接着说，“人们怎么也弄不明白他为什么能活下来。在他手腕上摸不到脉搏，臂上也量不到血压，体温水银柱一动也不动。用来砸冰的手肿得很厉害，腹部有一大片擦伤，双腿皮肉支离破碎，血肉模糊。但心跳正常，呼吸均匀平稳，精神力量似乎一点儿也未衰减。

“从科学角度来说，人们不能不承认这是一个奇迹。生理学家想知道为什么公认的人体耐力极限在他身上不起作用。”

现在，我们再看看邦巴尔——一个自愿经