

台湾女作家描绘的人生、事业、爱情

罗兰 人生小语

〔台湾〕罗兰 著

中国卓越出版公司

罗兰人生小语

(台湾) 罗兰著

中国卓越出版公司

责任编辑：思源
封面设计：乃宣

罗兰人生小语 (台湾) 罗兰

中国卓越出版公司出版发行 北京印刷二厂印刷
787×1092毫米1/32 10.25印张 200千字 1990年6月第一版
1990年6月第一次印刷 印数：1—30000册

ISBN 7-80071 061-0/J·18 定价：4.50元

目 录

给寂寞的人们	(1)
谈谈寂寞	(1)
面对现实	(3)
生活情趣	(5)
人生逆境	(8)
睡眠·营养	(10)
清醒与糊涂	(11)
何必轻生	(13)
静一静·想一想	(15)
谈 忙	(17)
人生偶得	(20)
给寻梦的孩子	(27)
不要放弃你的梦想	(27)
不要浪费生命	(29)
成功不是偶然·失败不是命运	(31)
成功三部曲	(33)
爱你自己的个性	(38)
保存自己的特色	(40)
励志小语	(42)
处世交友	(46)
谈谈友情	(46)
化敌为友·克己恕人	(49)
防人之心	(50)

宽以待人	(52)
处世小语	(54)
爱 情	(63)
夫妇之间怎样才能和谐相处	(63)
姻缘前定	(66)
给失恋的朋友	(69)
“爱”的微语	(72)
励志与教育	(78)
克服惰性	(78)
给失败者	(81)
战胜环境	(82)
果断与担当	(84)
出路问题	(87)
童 心	(90)
好人与坏人	(93)
人我之间	(97)
寂寞三题	(97)
谈 寄 托	(101)
何处不相逢	(104)
待人贵超然	(105)
人生短语	(108)
目 标	(108)
认清自己	(112)
柔 韧	(115)
坚强·独立	(122)
理 想	(125)
人 事· 职 位	(126)

初入社会.....	(128)
互助合作.....	(129)
青 年.....	(130)
教 育.....	(133)
鼓 励.....	(137)
善 恶.....	(138)
朋友之间.....	(141)
风 度.....	(146)
辞 令.....	(147)
应 酬.....	(148)
原谅·宽恕.....	(150)
含 蓄.....	(152)
弱点·嫉妒.....	(153)
金 钱.....	(155)
忘 忧.....	(156)
宁 静.....	(158)
淡 泊.....	(161)
豁达·洒脱.....	(163)
爱情·婚姻.....	(165)
光耀的生命	(174)
为了快乐.....	(174)
责 任 感.....	(177)
关于命运(一)	(179)
关于命运(二)	(181)
忙碌与进取	(183)
实 行.....	(183)
忙碌与进取.....	(185)

耕 耘	(189)
专 精	(191)
学 习	(193)
快乐的工作	(194)
快乐的来源	(197)
生 动	(200)
苦 闷	(202)
成 功	(203)
心灵上的舒展	(208)
请勿苛求	(208)
心灵上的舒展	(211)
寄 情	(213)
取 与 舍	(215)
性 灵	(219)
开朗、豁达、洒脱	(219)
天 性	(224)
性 灵	(225)
世 故	(228)
运 动	(229)
欣 赏	(230)
金钱与物欲	(232)
美德与宗教	(235)
感 情	(237)
爱 情	(239)
乐 与 艺	(241)
文 艺	(244)
人 生 篇	(246)

豪迈豁达的胸襟.....	(246)
谈快乐.....	(251)
快乐小语.....	(253)
做事之乐.....	(259)
感情小语.....	(264)
谈内向.....	(269)
工作小语.....	(272)
谈胆识.....	(277)
谈决定.....	(280)
谈“爱情”.....	(282)
美育篇	(286)
谈“气质”.....	(286)
储蓄一份欣赏之情.....	(290)
四季小语.....	(296)
欣赏小语.....	(306)
文化篇	(309)
美德小语.....	(309)
大怒与小怒.....	(315)

给寂寞的人们

谈谈寂寞

寂寞是一种灵魂上的苦闷孤独之感。我们不但在“夜静酒阑人散后”的情景之下感到空虚和寂寞，不但在“半生飘零羁旅”的景况中感到寂寞，我们也同样可能在灯红酒绿繁华热闹的场所感到寂寞，而且越是才智超群的人越觉寂寞。

因此，如你不甘寂寞，你就必须迁就一下流俗，曲高必然和寡。除非你忍得下寂寞，否则，你只好唱唱滥调陈腔。然而，也幸亏这个世界上究竟还有那许多不怕寂寞的人，他们在漆黑的夜空中散布下几点星光，照亮了他们自己的那个时代，也照亮了后来人们的路。

乐圣贝多芬一生寂寞孤独，可以他却说：“当我最孤独的时候，也就是我最不孤独的时候”。因为他在寂寞孤独之中，才更不得不把情怀寄托在领略大自然的美妙上，才更有机会去整

理他那不平凡思想和灵感。他的音乐决不是繁华热闹场中的产物。

许多有名的诗句也得力于作者当时心情上的寂寞。常被引用的“枯藤老树昏鸦，小桥流水人家，古道西风瘦马，夕阳西下，断肠人在天涯。”作者当时如没有深切的寂寞孤独之感，决写不出这样的佳句。又如张若虚的“春江花月夜”中的“江天一色无纤尘，皎皎空中孤月轮，江畔何人初见月，江月何年初照人。”也深深刻划出作者当时那前不见古人，后不见来者的寂寞之情。

又如“千山鸟飞绝，万径人踪灭，孤舟蓑笠翁，独钓寒江雪。”一诗，在隐逸中，又是何等的悲凉寂寞！

每一个人都有在灵魂上痛感寂寞的时候。我们时常会感到满腹辛酸，却觉家人亲友之中，竟无一人可与之吐积郁。尤其是当我们发现并且证明了人们多数喜欢看春风得意时的笑脸，而不喜欢听你秋扇见捐时的牢骚；当你一腔心事方待倾诉，却见你生平好友婉谢约谈，离席辞去，那时，你心中又是什么感觉？

但如你够豁达，你就应该了悟，人与人间只能在笑语喧腾的时候，显得亲热，或在一方可以施舍善意，博得慷慨之名的时候，显得仁慈；舍此而外，没有谁真正会分担你心灵上的寂寞。

因此，我们在这漫长而又孤零的人生道上，只有勇敢的承担起这与生俱来的寂寞，用自己的力量发出一点光和热，冀望这点光和热也可以成为漆黑夜空中的一二星点，在漫漫无际的永恒中，发出一点光辉。

西哲说：“世界上最强的人，也就是最孤独的人”，又说：“只有最伟大的人，才能在孤独寂寞中完成他的使命。”如要成

为强者，即不可避免寂寞，而唯有那够坚强，能面对寂寞的人，才有力量使他的天赋才华不致被寂寞孤独所吞噬，反而因磨练而生热发光。能在孤独寂寞中完成使命的人，即是伟人。

面对现实

我的祈祷

让我不要祈祷在险恶中得到庇护，
但祈祷能无畏的面对它们；
让我不乞求我的痛苦会既然静止，
但求我的心能够征服它。

让我在生命的战场上不盼望同盟，
而使用我自己的力量；
让我不在忧虑的恐怖中渴念被救，
但希望用坚忍来获得我的自由。
允准我，我虽是一个弱者，
只在受成功中觉到您的仁慈，
但让我在失败中找到您的手紧握。

· 泰戈尔 ·

这首诗对于正在经验生命途程上的波折的人们，是一个最好的鼓励。有许多人认为进教堂是在求逃避，也确实有许多人，当遭遇到痛苦，失望和打击的时候，不去面对它，而去逃避它，不由自己内心去寻找抵抗痛苦和解决问题的力量，而去

希望痛苦自动的消失，或希望得到神的庇护。

泰戈尔这首诗中说到“让我不乞求我的痛苦会静止，只希望我的心能够征服它。”因为把希求寄托在别的东西上，那希求是渺茫的，是靠不住的，而只有你自己属于你自己，可以支配你自己。你要你的心发挥力量去征服痛苦，它多多少少，总比别人更容易听从你的指挥。

简单说来，这也就是坚强独立，自求多福。

用自己本身的力量征服痛苦，度过难关，是一种快乐，这种快乐是一种胜利的快乐。正因为这种胜利得来很难，正因为和痛苦战斗的时候十分困难和艰险，所以最后胜利的凯歌才更加动人和响亮。

拿破仑有一句豪语：“不经艰险而征服，胜利也是不光荣的。”这句话充分流露出一个人坚强勇敢，所向无敌的人那份豪气！

朋友们！当你痛苦时，想想别人更深重的痛苦吧！当你以为你已经失去了生活的勇气时，想想世界上那些由艰苦中奋斗出来的人们吧！他们并不比我们多一些什么天赋，所多的也只是一点坚强不屈的精神而已。

“让我们在生命的战场上不盼望同盟，而使用我自己的力量，让我不在忧虑的恐怖中渴念被救，但希望用坚忍来获得我的自由。”一个人必须自助，然后才可以得到天助和人助。

生命的战场上不是没有同盟，只是，这些盟友只能做我们精神上的“啦啦队”，帮你加油，使你自信，而一切的赛程却还是要靠你自己的力量去完成。我们并非不要亲友们的情谊，而是要先发挥自己的力量，不能完全仰赖别人。

托尔斯泰说：“当困难到来的时候，有人因之一飞冲天，也有人因之倒地不起。”每一个新的困难或新的痛苦，对我们都是

一种考验。我们生命中决不会没有困难，所以有人说，生命根本就是一连串的战斗。你今天克服了这样困难，明天还有新的困难。你刚刚由一种痛苦中挣扎着站立起来，接着还会有新的痛苦。然而也正因为如此，我们才会有进步，才会有发展，没有这一连串的战斗，就不会有一连串的胜利，只要我们能够坚强。我们就会象参加障碍竞走那样，跑完全程，到达终点。

生活情趣

有一天晚上，下着大雨。我下班之后，本来想等电台的车回家，但是，一来要等上一个多钟头，而我的家离电台并不太远，就走路回去也没有什么关系。二来，我想，反正自己带了雨衣和胶鞋。

刚好那天，一位同事送给我一把粉红色的剑兰，另外还有一堆工商日报，要带回去剪了做资料，加上我自己原来要带的东西，我就这样冒着滂沱大雨，在 11 点多钟的夜半走回家了。

走到半路，雨象瀑布差不多，雨衣和雨帽简直不管用。我开始觉得有一点后悔，觉得应该等一会，坐电台的车子回家。因为我知道这样一来，花一定浇坏了，衣服也全湿了，鞋也进水了。心里很不舒服，想到也许会感冒，又想到里面的皮鞋弄湿了会走样子；头发湿了，都变成直的，明天还得重新卷过；报纸也都会粘成一堆了；等等，等等……样样都是问题。这一场雨，给我找来太多的麻烦。

但是又走了一段路之后，我忽然在一盏路灯的下面，照到

了自己的影子，我看见自己穿着雨衣、胶鞋、拿着剑兰，在发亮的马路上漫步，好象并没有什么可担心，可紧张的样子。于是，我猛然想到，本来事已至此，担心和紧张根本没有用，反正是衣服鞋子都浇湿了。你担心，也是这样；你不担心，也是这样，那又何必不想开一点呢？想到这里，觉得自己方才那种紧张的心情豁然开朗。

于是，我开始看见街头雨景十分动人，象一幅画，或一张经过艺术眼光取景的照片。天空中的乌云冉冉浮动，柏油路上反映出各种颜色曲线的灯光。而我自己把衣服全湿，会得感冒，报纸会破，花会打坏等等顾虑撇开之后，以一种无所谓的，不在乎的心情，淋雨习水，觉得这难道不是很畅快的游戏吗？

于是，我想起林语堂博士曾在他的书里谈起，一个成年人想要出去淋一场雨，玩个痛快的时候，他就只好在阴云四合，骤雨将至之前，趁早跑出去，然后他被这场意料之中的大雨淋得透湿回来，对家里的人说：“唉呀！真糟！走到半路遇上这场大雨，都淋湿了！”

人的年纪越大，越觉得生活中没有情趣。小孩子比成年人快乐，因为他们脑中没有现实生活中利害的观念，没有实用的观念，没有太多的顾忌。他们可以在雨后的水洼里跳跃，溅得满身泥浆；因为他们只知欣赏水花四溅的乐趣，而不想到孩子脏了要洗，鞋湿了晒不干，以及脚湿了会感冒等等现实中的问题；所以他们快乐，但我们成人却会为外面天雨路湿而发愁得不敢出去。

我们有很多可贵的经验，都是在懵然无知的小孩子时期得来的。我们小时候看见蚂蚁成群的，在没有擦干净的饭桌上撒面包渣，觉得很有兴趣。我们注意的是他们怎样用他们的触须

互相碰碰，告诉同伴来去的方向；注意他们排的那个队伍，象一大队由城堡里出来的兵一样；也注意他们小小的身体，怎样搬运出他们大的东西。心里一面想着，他们用的是怎样一种暗号呢？他们的洞里是不是象一个仓库存了各种的食物？

我们可以相信，许多生物学家们，一定要能维持这种孩子时期的兴趣，才可以由于这种好奇，去一步一步研究出蚂蚁的社会组织，把它写到教科书上，让我们这些一长大就对蚂蚁消失了兴趣的人们，知道生物学的这门知识。而我们多数人，在长大以后，碰到成群的蚂蚁爬上饭桌之后，就光剩下骂佣人不擦桌子，和忙着用来打死它们了！

所以，我想，是否我们可以用我们成人的经验去和孩子交换生活情趣，我们教他们小心这样小心那样；也该向他们学一学，不要顾虑这样，和不要担心那样。小孩子假使从开始就象我们成人这样胆小害怕，他们可能连走路都学不会。他们假使从开始就怕弄脏这样，糟蹋那样，他们大概只好一生都在摇篮里过去。

我们应该想办法使自己在该顾虑的时候顾虑，该摆脱的时候摆脱。古时孟敏堕甑不顾而去，朋友见了觉得奇怪，他说：“甑已碎，顾之何益？”其实，这位想得开的古人所表现的，也正是一般孩子们所表现的。我们成人如能在经验过小心严肃的生活之后，再来体味一下打破玻璃杯根本用不着站在那里后悔惋惜的道理，就可以知道这其中的无知，只是境界高下的分别而已。能够做到这样，就可以使我们的生活中，多一些情趣，而少掉许多心理上不必要的负担。

人生逆境

我们每人都可能有环境不好，遭遇坎坷，工作辛苦的时候。说得严重一点，几乎可以说，在我们每个人降生到这个世界以前，就被注定了要背负把经历各种困难折磨的命运。

但这并不是说，因此就该认定人间没有乐趣，或不值得到人间来这一趟。我们虽然被注定了要靠劳力、靠工作来维持自己的生活，虽然被注定有七情六欲来品尝人间各种各样的离合悲欢；可是，我们却有机会欣赏这有鸟语花香的世界，我们还有智慧可以体味人间苦乐的真谛，我们也还有心情来领略人间的爱心、善良和同情是何等的珍贵。总而言之，和我们所付出的代价比起来，我们的收获是值得的。

我常把人生比做一次旅行，辛劳和苦难算做是我们所不能不花的旅费。而在这一趟旅程中，我们可以得到各种各样马色缤纷的经验。当我们痛苦的时候，可以当做那是我们在旅途中的涉水跋山、走狭路、过险桥。而当我们快乐的时候，那是我们到达了风光明媚的处所，卸下了行装，洗去了风尘，在欣赏留连。也正如旅行一样，我们不能总在日月潭涵碧楼住着；住一阵之后，我们就又该背起行囊去寻觅另一个佳境。

因此，人间的苦苦乐乐，我们都该把它看做理所当然。做生意顺利的时候，财源滚滚而来，取之不尽，用之不竭，那是顺境。一旦遇上风险？生意不对了，就又要过一过节衣缩食的苦日子。想不开的人逆境来临时就会急着想提早结束这次旅行，到那渺茫不可知的地方去；而假如我们想得开的话，就该明白，我们就是为经历这些风险而来。

做为一个象样的旅行家需要勇气，也唯有有勇气承担旅途风险的人才可以到达人生的胜境，才可以领略到一般人所领略不到的“化险为夷”，“夜尽天明”，“腊尽春回”等等的乐趣。因此，逢到逆境时，我们要忍一忍、熬一熬、再多拿出一分勇气和信心；不要只看旅途的艰苦，而要把希望的灯光点亮，去照见那你所想要去的地方。

我们每一个人都有受到环境压力的时候；但在这时候，你与其悲伤流泪，就不如将就自己既有的条件去慢慢耕耘，等一旦机会来临，自己也有了足够的条件去应付了，境遇就好转了。许多事实使我相信，一个人的生活需要可以缩小到最小限度，而一样保持乐天达观的心情。只要你自己不让自己消沉灰颓，环境是不能把你怎样的。

懂得旅行乐趣的人，往往对平坦好走，容易达到的地方没有兴趣，而偏偏喜欢去找那些险峻的山，未开发的林，或没有人烟的岛。他们认为旅行的乐趣在于克服那些途中的困难，在于到达别人所不易到达的地方，在于发现新的佳境。

懂得人生的人也是一样，他们往往不喜欢平稳凡庸的生活，而多半有胆量去尝试一些困难的、冒险的、但却有内容有意义的生活。因为他们知道，当困难克服了，险境过去了，他们才会尝到一些人生的真味，他们才会真正懂得人生的苦是怎样的苦法，乐又是怎样的乐法，贫穷的滋味怎样，失恋的滋味如何，而他们最大的收获却往往是成功的快乐。

俗话说，“吃得苦中苦，方为人上人。”所谓“人上人”并不是一般功利的想法；而是说，他可以在生活上比一般人较为豁达开通，眼光远大，做起事来可以得心应手。如果我们从小就安安穩穩无风无浪的象花朵一样生活在暖房里，我们所见的天日就只有那一点点，所能适应的温度也就只有那一点点，那还有