

罗兰小语全本

罗兰



给寂寞的人们

人民文学出版社

罗兰小语全本

第一辑

给寂寞的人们

罗兰

人民文学出版社

(京)新登字 002 号

图书在版编目(CIP)数据

给寂寞的人们/罗兰著. - 北京:人民文学出版社,
2005.5

(罗兰小语全本;1)

ISBN 7-02-004941-9

I. 给… II. 罗… III. 随笔-作品集-中国-
当代 IV. I267.1

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2005)第 002192 号

责任编辑:刘海虹 装帧设计:何 婷
责任校对:杨 康 责任印制:王景林

给寂寞的人们

Gei Ji Mo De Ren Men

[台湾]罗兰 著

人 民 文 学 出 版 社 出 版

<http://www.rw-cn.com>

北京市朝内大街 166 号 邮编:100705

北京天竺颖华印刷厂印刷 新华书店经销

字数 116 千字 开本 787×960 毫米 1/24 印张 8.25 插页 2

2005 年 5 月北京第 1 版 2005 年 5 月第 1 次印刷

印数 1-10000

ISBN 7-02-004941-9

定价 15.00 元

《罗兰小语全本》总序

人民文学出版社即将出版我的六本《罗兰小语》，因为前五辑是经过我修订增删过的新版，而第六辑在两岸都是初版，嘱我为这套书写个序。

为自己这一系列《罗兰小语》写序，心情比较复杂，因为它们每一辑出版的时间都相隔好几年，它们是伴随着一个长长的、不断变迁着的时代，从一九六三年到二〇〇四年，总共有四十多年之久，在我日日年年的广播工作与撰写其他作品的过程中，陆陆续续写下来的，是对种种社会现象与人间苦乐的切身感受与心得。

这些“小语”从一个极其俭朴单纯而又十分开朗明亮的农业社会，一步一步走到今天这车水马龙、巨厦连云的商业时代。大众的生活也从淳朴天然之中，蜕变为富裕与繁荣，我们每个人也都随着这不可抗拒的商业社会，被卷入了波涛汹涌的金钱世界。

人们从丰衣足食到财源滚滚,从欢欣鼓舞到面临竞争的压力、物欲的诱惑、目标与方向的迷失,以至由于竞争而产生人际关系的恶化、道德防线的崩溃、家庭各分子之间的疏离等等,这些副作用,也都相继侵入每个人的生活。

“罗兰小语”是在这样的时间之流里,从六十年代到世纪交替之间,在每晚一小时的广播节目中,随着当时当日对人生的感受与心得所写下来的播稿与在其他刊物所发表的短论。它们日积月累,挤满了书柜抽屉和两个旧式的樟木箱。

整理“罗兰小语”是我最繁难的工程。分类、改写,一再地选择和考量,尽量做到精简而具有每一辑的代表性。第一辑《给寂寞的人们》与第二辑《推动自己》,先后在四年之间出版。到了第三辑,七十年代来临,商业社会的脚步已经逼近,大家对这金钱世界已在竭诚欢迎,而日常生活面貌的改变,物质欲望水涨船高,竞争的压力增加,得失心加重,大家所需要的已不再是一味地争强好胜,而加入到另一方向里,如何舒解压力,使情绪得到平衡,及如何对待每天的成败得失而能保持平和开朗的心境。我在第三辑里,提供来自道家与儒家相辅相成的“成固欣然,败亦可喜”,以及超越人为跑道的盲目竞争,找到个人所可以开拓的广大新天地,来帮助大家了解“不争而善胜”的道家要诀。

这本第三辑题名《成功的两翼》，说明盲动与躁进不但不能成功，反而限制了冷静思考和独立判断的能力。

经由广播来给听众这些建议，不是用长篇大论的说教，而是用短短的一两分钟的谈话加入音乐。这些音乐选自世界名曲的片段，如捷克作曲家斯美塔那的《沃尔塔瓦河》、贝多芬的《田园交响曲》之类视野开阔的作品，偶尔也为了给听众及时提供一些能用言语表达的舒解，我常引用庄子的“梦饮酒者旦而哭泣，梦哭泣者旦而田猎”来说明“天天的日子是不一样的，不用钻牛角尖”。也有时我会选播一首流行歌曲，开头的歌词是“把我们的悲哀送走”——好听的男声合唱，结尾是“我在你左右”，让紧张焦虑的现代人不再感到那么孤单无助。海顿有一首弦乐四重奏中的《小夜曲》，温柔极了，像是父亲的叮咛与抚慰——“不要紧啊！有我哪！”这是我最常选用的音乐之一。事实上，我制作这个节目，音乐是很重要的，它提供充足的感性，为听众渲染想像的空间。

现代人需要奋斗，更需要舒解。《罗兰小语》第三辑提供这样的一种平衡。

“有钱难买欣赏力”。发财之后的人们最容易被物欲污染而俗化。身上的穿戴、家庭的布置、朋友的选择、娱乐的品位、言谈举止的分寸、旅游的方式与目的等等，都属于“有钱难买”的范围。“欣赏力”就是“美育”。“美育”并不

是去美容或整形,也不是天天穿上昂贵的时装去招摇过市,能懂得“清风明月”的自然之美、衣着朴素而得体的气质之美等等属于“品位”方面的高雅,大概是现代人最需要领悟的了。《罗兰小语》第四辑的标题是《为了欣赏为了爱》。爱什么呢?爱人爱己也爱大自然吧!

一路写来,到了《罗兰小语》第五辑,快要进入九十年代,商业社会的凌霄气势和它所带来的副作用对人类社会的影响,已经不仅是广播节目或任何的散文所可容纳的了。它是我在急于为这金钱世界找到平衡的心情之下,为一份大型的经济性的杂志所写的专栏,列举了许多我国古人的名言与真知灼见,针对这金钱世界所带给大众的“不快乐”、“不友好”与“不道德”等等负面的作用来提供一些“清凉剂”,劝大家不要放弃古人“淡泊明志,宁静致远”的宝贵经验,来为奔波竞逐的现代人“疗伤止痛”。我把在广播中针对这类问题的谈话重点放在每一篇的篇尾。这一辑题名《从小桥流水说起》。在这同时,也就我国传统诗人的人生境界写了一本《诗人之国》,选出一系列这些诗人的作品,来表达他们对现实生活飘洒超然的生活态度,带给迷失在功利中的现代人另一方式的解脱与超越。

第六辑《留住你的春天》,写的时间拉得最长,但也最能反映我和这时代同步走过来的较为轻松快捷的观察与感受。它前后写了二十多年,是我为一本颇有前瞻性的妇

女杂志所写的“现代生活”专栏。长时间的积存，竟一直忘了把它出版。它非常生活化，题材又由于是随想随写，显得鲜活多样，并非专为妇女而写，读来也比较轻松。人民文学出版社把这些专栏文章编为《罗兰小语全本》第六辑，使它的位置有点像是一座宅院的后花园，花花树树，彩色缤纷。

读者不妨翻翻看，或许大家也可以从它的某些话题中发现自己。

雁南

二〇〇四年元月

重 印 序

这本《罗兰小语》最初是在一九六三年由台北文化图书公司出版的。当时言明二十九年之后，版权还给我。

于是，到了一九九二年，它依照规定，回到了我的手中。我很欣慰再看到它，拥有它。好像它是我的孩子，在外面奔波多年，回到家中，我要用充满爱惜与感动的心情为这孩子洗尘，换上原属于他一贯风格的新衣。

我知道，它已走遍了海内外及大陆各地，也希望它用这新世纪的心情继续上路，让经过了多年历练的这孩子有机会和它的新旧读者们，快乐地再度相聚。

罗兰

二〇〇二年四月

初 版 前 言

听众催促我把我的播稿付印,已经两三年了。之所以一再延迟,是因为我自己对这本书的谨慎。我希望这本书中尽量包括了听众想看到的重点,而不至于有重复或显得芜杂的地方。因此,我把几年来,陆续写下的三四百万字,经过仔细的选择之后,成为现在和读者见面的这十多万字。其中除我认为不必要付印的予以删除之外,还有每星期一的“你怎么办有奖征答”和许多答听众来信,是应该各自另成一集的,所以也没有收入这本书中。

此外,我在整理工作中所费时间较多的,是把那些只适于广播而并不适于阅读的地方,加以修改或润饰,再把我在节目中做“插播”用的短句加以分类之后,附在后面,如果大胆地把它们加上一个名称的话,也许可以算是《罗兰小语》中的罗兰语录吧!

现在,我以万分的虔诚,把这本书呈献在支持我的听

众和读者面前。正如听众批评我节目时,说我的节目听来有“诚恳”之感那样,在这本书里面,我所可以肯定存在的,也将是一个“诚”字。因为它们不但是我对听众所说的话,同时,也几乎没有一篇不是我对自己所说的话。

每天晚上,我那三十分钟在发音室里的独白,通过麦克风,固然是有各地的听众在收音机旁分尝我苦乐的心声,而实际上,在那十尺见方与世隔绝的斗室里,我也等于是在检讨、鼓励和劝勉着我自己。

我常常有寂寞、无助、彷徨、恐惧、失望、灰心、苦闷、抑郁的感觉。我相信,这感觉也是人人都有的。于是,我为他们寻求答案和出路。当我找到了的时候,它们就变成了我在节目中的谈话。而且,我相信,这就是听众在我节目中听出“诚”字的缘故。

人生是寂寞、孤零、艰苦而又快乐生动的一段旅程。让我们一同以欣赏之情,在风雨飘摇中,走过这段险桥吧!

假如《罗兰小语》能给读者带去一点面对困苦的力量,那也就是我写这本书的最可贵的收获了。

罗兰

一九六三年六月三十日

目 次

谈谈寂寞

谈谈寂寞	3
面对现实	6
快乐的种子	9
生活情趣	12
随遇而安	16
知足常乐	18
人生逆境	21
睡眠·营养	24
清醒与糊涂	26
想	29
散履	32
猫科	35
老人	38

成功三部曲	115
爱你自己的个性	121
保存自己的特色	124
“我们好人”和“他们坏人”	127
励志小语	130

处 世 交 友

化敌为友 克己恕人	137
慷慨的友情	139
防人之心	143
宽以待人	146
贵人相助	149
睦邻	151
当你寄人篱下	154
处世小语	157

爱 情

夫妻相处“差不多”就好	169
谈“追”	172
失恋	174
“爱”的微语	177

有时输也是赢

180

爱情形而上

183

谈谈寂寞

你应该可以发现
寂寞也正是一种自由
它是你独立思考
发挥创意的大好时机

