

A 方法之门

NEW LIFE

TO BE **REALIZED**

新感悟人生

郭嘤蔚 主编



南方出版社

方法

NEW LIFE *TO BE REALIZED*

新感悟人生



郭嚶蔚 主编

Methodology Volume

南方出版社

图书在版编目 (CIP) 数据

新感悟人生. 方法卷 / 郭嘤蔚主编.

—海口: 南方出版社, 2003.8

ISBN 7-80660-877-X

I. 新... II. 郭... III. 人生哲学—通俗读物 IV. B821-49

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2003) 第 062037 号

版权所有 翻印必究

新感悟人生

主 编 郭嘤蔚

责任编辑 卢景林

策 划 卢荆林 赵卫东

封面设计 青鸟工作室

美术编辑 刘迎霞

出版发行 南方出版社

地 址 海南省海口市海府一横路 19 号华宇大厦 1201 室

经 销 新华书店

印 刷 中国电影出版社印刷厂

版 次 2003 年 8 月第 1 版

2003 年 8 月第 1 次印刷

开 本 880×1230 1/32

印 张 11.75

字 数 271 千字

书 号 ISBN 7-80660-877-X/I·53

定 价 22.80 元

序

◎ 郭嘤蔚

对于青春岁月的回顾和感伤,使我在成长路途上常常驻足,回顾——遥想着那已经过去的岁月,为那些不会再重新来临的希冀、梦想、期望和等待,甚至是淡淡的忧伤和仍然能记起的青涩的滋味而感动。

青春是一个人生命中光洁、茂盛、渐趋饱满的季节。那时风霜还未曾来临,“你已青青,不忧也不惧”,内心里满怀着对生活的憧憬和渴望,在你脸上洋溢着的是纯净、灿烂的笑容、饱满的热情,你在等待着进入生活之门……我渴望那时的感觉。但是成长中的人就会不断忘记、不断改变,多少值得珍惜的痕迹会消失在岁月里,消失在风里和云里,任你怎样努力也难以再现当时的惊喜和面容,只有一些模糊的碎片像风儿一样一掠而过。让你分不出梦幻与现实,慢慢地你习惯了遗忘,习惯了宠辱不惊,习惯了不动声色,惊喜和感动成了遥远的过去,伴随着岁月流逝的是你老化的心。所以,我愿,在你们身体里跳动的是那洁净如水的永远年轻的心,映着天光、映着水色、映着岁月的倒影。

英国著名作家达纳·左哈和伊恩·马歇尔在他们合著的一篇哲学散文中这样写道:“我并不关心你在哪里生活或者你拥有多少金钱,我想知道,在一个悲伤、绝望、厌烦,受到严重伤害的夜晚之后,你能否重新站起,为孩子们做一些需要的事情。”《新感悟人生》做的就是这样的事情,它能够让

你记起曾经的点点滴滴,并陪伴你快乐成长,让你得到成长中需要的一切。

本书共分为8个部分,每一部分都围绕一个核心主题展开,通过一个个感人至深的故事,一段段充满哲理的感言,营造一个充满爱、温暖、欢乐和信念的世界。文字优美、清新,充满温情和智慧,能让读者在一次次心灵的悸动中找到开启生活之门的钥匙。书中的故事多为平凡小事,但却情真意切;所有的建议和感言都在平和的交流中自然展开;插图与文字相映生辉,能让你们在美好的视觉享受中得到艺术的滋养。

成长路上的亲情,给你初涉人生的感动,伴随你一生的记忆;人与人之间的**温暖和爱心**,让你在孤独、绝望的时刻,在无助的时分,伤心的日子,看见光、希望、勇气和力量;生活是美好的,但那缤纷的色彩更多地来自你的内心,来自你的赋予,如果你有一颗敏感、仁爱的心灵,那么,在平凡的生活你一样能看见光华——那是**沙中的天堂**;自信与意志会成就你意想不到的事情,能让你在人生的每一刻都焕发出光彩与美,请用滚烫的心、用炙热的情,让你的生命做一次**圆满的绽放**; **成长的路标**,把他人成功或失败的经验提供给你,让你在人生的转折处看到方向,学会对自己的行为负责,学会不去后悔;在你面临生活困境时,请采摘**智慧树的果实**,让酸涩变甘甜,让所有的痛苦变得容易忍受,而生命仍然值得热爱、值得珍惜;人生是一个舞台,有痛苦、悲伤、失败、挫折,如果你肯细细品尝,从这里你会看到,每一条走过来的路径都有它不得不这样跋涉的理由,每一条要走向去的前途也都有它不得不那样选择的方向,属于你的原来是怎样清澈与**美丽的命运**;在一切的得与失之间,我们所能得到的,所能拥有的,都只能是一种有限的幸福与快乐而已。请用时光、耐心和智慧细细地打磨自己,在不断地衡量、判断与取舍之后,找到对于能拥有这种**生命的珍惜**。

在人生的长路上,我们仍然有着一份坚持和盼望,在遥远的前方,以光与方向指引着。可是,我们同时也能看见,在路的两旁,有多少扇门,在等着我们去从容开启;门后有多少烟云缥缈的小径,在等待着我们去从容探寻。播下一种心态,就能收获一种性格;播下一种性格,就能收获一种行为;播下一种行为,就能收获一种命运。如果我们能够学会去真正地爱自己的生命,我们必定也能学会去真正地爱他人和爱这个世界。

目 录

最初的感动

记楚父 3

希望能常这样对我说 5

优秀父亲奖 8

妈妈,我不让你死 11

可别这样结尾啊 15

尽在不言中 18

温暖的手

帽子 25

孩子从船上掉进大海 28

用生命创造生命 32

她是我的朋友 37

只有爱才会教人去爱 40

每个孩子都怀有希望 44

韩森太太 47

A New Life to Be Realized

我不告诉她,她会知道吗 52

助人者就是天使 55

一粒沙里的天堂

善待每个人 63

画中人 66

晚餐桌上的大学 68

慷慨之道 71

普通男人与好男人 75

选择未婚妻 78

大自然作证 80

爸爸把花都给了人 83

传世的礼物 84

三十一年之后无债一身轻 89

找到自己的能量

一条缎带的魔力 97

你有信心你就是美丽的 101

举止和教养 108

勒朗合三姐妹和弟弟 111

A New Life to Be Realized

美国青少年心中的楷模 114

做什么都要尽力而为 116

悬崖上的一课 118

不能锯掉我的腿 121

走什么路 124

丑小鸭原则 128

陆地就在面前 132

成长的路标

面向未来的人生忠告 143

人生之路的八个路标 146

让你受益的十条建议 149

获得最高成就的七条秘诀 151

追求生活目标的“处方” 155

人人都有天赋 161

什么人最具有创造性 165

成功不分先后 169

什么是值得追求的 172

父亲告诉儿子 176

做一个正直的人 179

这样做,你将一事无成 184

A New Life to Be Realized

谁敢说“我比这个人好！” 189

一位父亲对儿子的忠告 194

智慧树

讲笑话的艺术 199

怎样应付尴尬处境 202

改变你的情绪 205

如何保持精神健康 209

支配时间的秘诀 212

如何激发你的艺术创造力 215

“讨厌”的问题 218

从谈话中推测未道出的真情 220

批评的艺术 224

消除紧张情绪的十大妙计 227

健康性格的建构 230

怎样的人才算成熟 234

别害怕讲“不”字 236

讲话怎样开头好 239

交谈的秘诀 242

交友之道 247

相处的艺术 249

A New Life to Be Realized

生命的滋味

- 如果…… 253
- 当你受到伤害时 255
- 怎样安慰 258
- 道歉的艺术 261
- 微笑 263
- 最好的忠告 264
- 走向社会 267
- 选择生活 271
- 健康、积极的人生 275
- 探索未知 285
- 走出雨季 288
- 天天都过好日子 290
- 每天读书十五分钟 294
- 孤独也是一种生活方式 297
- 我决不随波逐流 301

雕刻自我

- 不做软弱可欺的人 305
- 克服怯懦的法则 308

A New Life to Be Realized

排除烦恼的十五条建议 309

自我放松二十法 311

战胜孤独的秘诀 313

如何摆脱忧郁 316

学会爱自己 320

不要贬低自己 323

摆脱旧习惯 326

秉持本色 329

无需赞许 332

宣布你的独立 335

永别了,愤怒 338

要先对别人说:你好 343

不要强求公正 345

献给孩子们的六件礼物 348

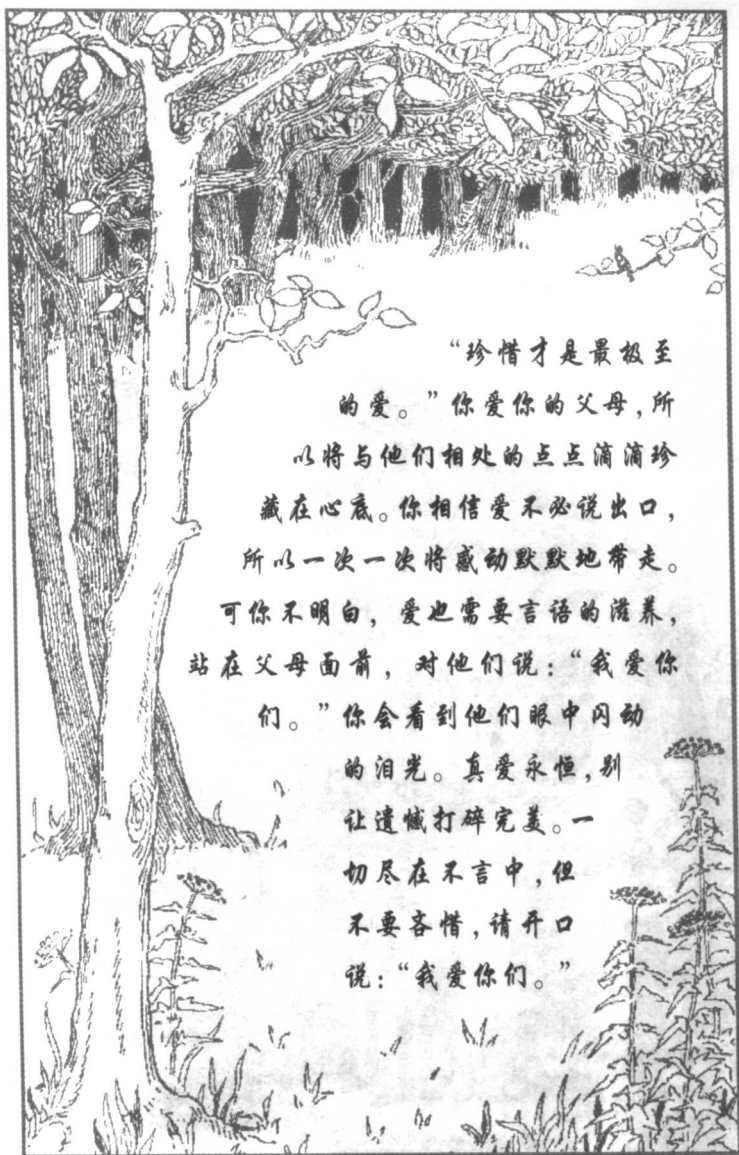
男子汉如何塑造你自己 352

青年权利法案 357

A New Life to Be Realized

最初的感觉





“珍惜才是最极至的爱。”你爱你的父母，所以将与他们相处的点点滴滴珍藏在心底。你相信爱不必说出口，所以一次又一次将感动默默地带走。可你不明白，爱也需要言语的滋养，站在父母面前，对他们说：“我爱你们。”你会看到他们眼中闪动的泪光。真爱永恒，别让遗憾打碎完美。一切尽在不言中，但不要吝惜，请开口说：“我爱你们。”

记慈父

[美] 艾尔玛·波贝克

我小时候，一个做父亲的就像电冰箱里的灯，家家都有一个，可是谁都不知道冰箱门关上以后那盏灯在做什么。

我爸爸每天早上出去，晚上回来看见大家好像很喜欢。谁都打不开的罐子他能打开，家里只有他敢独自到地下室去。他刮胡子刮破脸，谁都不会安慰他或大惊小怪。

只要下雨，人们准知道他会拿雨伞遮着我们出门。家里有人病了，总要他去药房买药。他安装捕鼠器，剪除玫瑰花的枝叶，使你不致被荆棘刺伤。我买了自行车，他跟着我至少跑了1000英里，直到我学会骑车为止。

别人的爸爸我都怕，可是我不怕我的爸爸。有一次我给他冲茶，我冲得很淡，可他坐在小椅子上说好喝得很。

每次我过家家，玩具妈妈有好多事可做，玩具爸爸我不知道让他做什么好。我就叫他说一句：“我要上班去了。”然后把它丢到床底下。

9岁那年，一天，爸爸没有起床上班，他进了医院，第二天就死了。我回到卧室把那个玩具爸爸从床下摸出来，扑扑上面的灰尘，把它放在床上。



新感悟人生

Xin Ganwu Rensheng

他没有给我做过什么。我不知道他走了我为什么会那么伤心。

我至今还不晓得为什么。

(芷贝 译)





希望能常这样对我说

[美]A·戈登

我们的家庭是一个非常“规矩”的家庭，每一个人从不轻易表露自己的感情。我们之间难得互相拥抱，很少互相亲吻。握手，也具有男子气概，像父亲教给我们的那样：坚定、豪爽，双眼无所畏惧地直视对方。

可是，随着岁月的流逝，父亲的头发渐渐地变得花白。我看到父亲变多了，全然不像以前那么刻板。他会在人前流泪并不觉得难为情；他会大大方方地握住母亲的手，并当着儿孙们的面亲吻她……有一次，父亲对我说，年纪越大，就越觉得过去他是混淆了人的自然感情的流露与不得体的举止这两个不同的概念。一个人的生命如此短暂，应该将自己内心真实的感情在活着的时候告诉人们。

父亲变得容易亲近了，我感觉到我对他的爱也在日益增长。我非常渴望能用一种意味深长的方法表达出来。然而，当我每一次与他“再见”告别后，总要为自己没能俯首向他吻别而



后悔得直拍巴掌，就连“我爱你”这句话也如鲠在喉，想说，却缺乏勇气。

终于，我觉得不能再长期这样下去了，我都快被这种所谓的“男子气概”压得喘不过气来了。一个星期六的下午，我迈着轻快的步子走进离家 35 英里远的父母亲家中。走进父亲的书房，发现他坐在轮椅里，正在壁台上埋头工作。

“我来这儿只是为了一个目的，”我说，“我想告诉你一些事，然后我想做一些事。”

突然，我觉得自己真像一个傻瓜。我 46 岁了，他 86 岁了。但是，既然已经迈出了第一步，那么，好马绝不吃回头草。

“我爱你。”我说，激动得再也说不出第二句话来。

“你来这儿就是为了对我说这句话吗？”他彬彬有礼地问道，然后放下笔，双手插进了衣袋，“你不必跑那么远的路来对我说这句话。但我听了感到非常高兴。”

“我想对你说这句话已有好几年了。”我说，“我发觉我很容易把这句话写在纸上，却很难将它说出口。”

他若有所思地点着头。

“还有一件事。”我说。

他并没有抬起头来，双眼依然凝视着前方，慢慢地点着头。我俯首吻了他，首先在他的面颊上，然后在他光洁的前额上。

他伸出了他那双强健的手，握住我的胳膊，把我拉向他。然后，他双臂抱住了我的脖子。最后，他松开了我。我感到窘迫。他嘴唇神经质地颤抖着，泪水在他的眼眶里滚动。

“我父亲死在印第安纳州，那时我还年轻。”他说，“不久以后，我离开了家去学院教书，然后又去法国参加了第一次世界大战。战争结束后，我定居佛罗里达州。除了偶尔去看望妈妈以外，很少回家乡。”