

人生 三乐章

海浪里的鱼◎著

知于静悟 行于动心

人生之路因为蜿蜒崎岖而成风景
即使途中经历从希望到失望再到绝望
也不要放弃人生如歌的生命昂扬



人生路上缺的不是遇见，而是懂得。如果要拜读辞藻华美的文字，本书未必适合您。如果想细品有生命张力的文字精彩，此书值得推荐。



团结出版社

人生三乐章

海浪里的鱼◎著



团结出版社

图书在版编目(CIP)数据

人生三乐章 / 海浪里的鱼著. -- 北京: 团结出版社, 2019.8

ISBN 978-7-5126-7225-3

I. ①人… II. ①海… III. ①散文集—中国—当代
IV. ①I267

中国版本图书馆CIP数据核字(2019)第137994号

出 版: 团结出版社

(北京市东城区东皇城根南街84号 邮编: 100006)

电 话: (010) 65228880 65244790

网 址: <http://www.tjpress.com>

E-mail: 65244790@163.com

经 销: 全国新华书店

印 装: 天津雅泽印刷有限公司

开 本: 170mm × 240mm 1/16

印 张: 16

字 数: 277千字

版 次: 2019年8月第1版

印 次: 2019年8月第1次印刷

书 号: 978-7-5126-7225-3

定 价: 49.00元

(版权所有, 盗版必究)

前 言

在社会性的浮躁面前，越来越多的人开始寻求一夜暴富的捷径。很多人坚信只要找到“风口”，就是笨猪也能飞上天。诚然，时代或细分行业赋予的机遇千载难逢，抓住了它就能一飞冲天。然而，无论是成功的“飞天猪”，还是屡败屡战的英雄们，最终都得理性回归到心灵世界，去寻求与自己相遇的美好。

我也曾经年少轻狂，目空一切。第一次去看海，就自以为泳技高超而漠视了大海的高深莫测，结果差点被海浪卷走。后来靠着坚定的信念与顽强的毅力，在海浪里奋力拼搏，才幸运地与死神擦肩而过。自此，我对大海有了畏惧之心，但并未因此丢弃对梦想的追求。于是我给自己取了网名：海浪里的鱼，寓意自己是一条海浪里追风逐浪的鱼儿，在大海的澎湃激扬中探求心灵的宁静致远。

希望、失望与绝望勾勒出人生三大乐章。一个人只有经历过人生的潮起潮落，才会懂得什么叫人情冷暖。我曾经在鲜花与掌声中拥抱过成功，又因为一着不慎而功亏一篑。巅峰时刻，自以为朋友遍天下。然而，在我身陷低谷之时，才发现自己穷得身边连一个可以说说话的朋友都没有。那一刻，我仿佛听见了心裂的声响，但我鼓励自己要坚强。

艰辛岁月里，我深刻感受到了孤独与无助，于是我开始在博客心灵憩园里疯狂地书写着从心灵深处潺潺而出的声音。起初，我只是写给自己看的，因为文字就像一面镜子，它照出了我真实的内心世界。渐渐地，有越来越多的读者开始读懂我的情怀，并开始格外关注我的文字。

其实命运之神对待每个人都是很公平的。当命运之神将我的命运蹂躏得支离破碎，在我山穷水尽近乎绝望之际，蓦然回首间，望见命运之神拱手将文学交给了我。读者们纷纷来信说，从我的文章里总能触摸到一股苍翠的生命张力。尤其在他们困顿、失意、彷徨、挫败之时，在我的文字中总能找到激励他们前行的力量。

原来文字的生命张力可以成为他人前行的动力，于是我越发勤奋地拽着文字写思想、抒情怀。渐渐地，成败得失对我而言仿佛变得没那么重要，重要的是在积极书写生命精彩的过程中要幸福、要快乐。渐渐地，我也在心灵憩园的文字中邂逅了当初的自己，并时刻告诫自己：不忘初心，砥砺前行。

人生之路，因为蜿蜒崎岖而成风景。即使途中经历从希望到失望，再到绝望，也不要放弃人生如歌的生命昂扬。所有昨日的伤、今日的痛，都将成就明日的传奇。只要走对了方向，坚定了信念，即使荆棘遍地，遮掩了前行的路基也要勇往直前。

前行，即使路上只剩下寂寞的丛林也无须畏惧！前行，即使路上只与孤独结伴而行，也不要放弃！前行，只为收获踏破险阻之后，回望来时路上的一份别致心情！

人生只有一辈子，但我们可以活出三辈子的精彩。请有缘的读者随我一起穿越文字的丛林，去寻求源自心灵深处的声音。

海浪里的鱼

2018年12月21日

目 录

一、人生感悟篇

1. 一辈子的人生，三辈子的活法····· 003
2. 人生若只如初见····· 008
3. 幸福是什么····· 014
4. 人生三乐章····· 018
5. 舍得之间····· 023
6. 人生如玉····· 026
7. 历尽沧桑方文学····· 030
8. 厨艺人生····· 034
9. 鲶味人生····· 037

二、心灵成长篇

1. 绝处逢生····· 043
2. 我是谁····· 045
3. 大师的往事····· 049
4. 超越自我····· 054
5. 磨砺····· 057
6. 心结····· 060
7. 两难抉择····· 063
8. 自信····· 065

三、生活交友篇

1. 男人需要点霸气····· 071
2. 女人因何而美····· 073
3. 君子与小人····· 080
4. 此心安处是吾乡····· 084
5. 有一种情怀叫一见如故····· 090
6. 饭局上的两类人····· 093

四、心得笔录篇

1. 有一种尊重叫认真····· 097
2. 信念····· 100
3. 认真做自己····· 103
4. 忙则心亡，心亡则忙····· 106
5. 度的艺术····· 110
6. 幸福指数····· 115
7. 梦想····· 120

五、见微知著篇

1. 一滴水里看世界····· 129
2. 细节见证品位····· 132
3. 平凡的传奇····· 136
4. 企业中的“三滴水”····· 140
5. 简单····· 149
6. 单曲循环····· 152
7. 一刹那····· 155
8. 三个守门人的传奇人生····· 158

六、心路历程篇


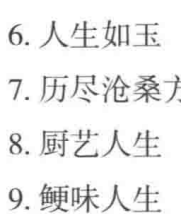
1. 昨天·今天·明天····· 165
2. 路····· 169

3. 旅行·····	171
4. 苦中乐·····	174
5. 等待·····	180
6. 天道酬勤，勤能补拙·····	183
7. 悲情杜十娘·····	187

七、学习开悟篇

1. 运气·····	193
2. 小聪明与大智慧·····	197
3. 金钱、知识与智慧·····	202
4. 欲望·····	205
5. 诱惑·····	208
6. 庸人败于惰，强人败于傲·····	221
7. 格局·····	225
8. 思维定式·····	235
9. 顺势而为·····	239
10. 动心忍性·····	244

一、人生感悟篇

- 
1. 一辈子的人生，三辈子的活法
 2. 人生若只如初见
 3. 幸福是什么
 4. 人生三乐章
 5. 舍得之间
 6. 人生如玉
 7. 历尽沧桑方文学
 8. 厨艺人生
 9. 鲠味人生
- 

1. 一辈子的人生，三辈子的活法

【题记】人生只有一辈子，但你可以活出三辈子的精彩。

围棋术语中有“复盘”一词，指的是对弈完毕后，复演该盘棋的记录，以检查对弈中招法的优劣与成败得失。棋手可以通过此法进行自学，或请高手给予指导分析，以便快速提升自己的棋艺水准。

企业经营管理方面的行家里手们也非常喜欢运用“复盘”这套方法论，他们通过复盘已经发生过的战略或运营事项积累成功的经验，吸取失败的教训。

围棋可以一盘接着一盘下，企业战略规划可以五年一个周期重新布局或滚动修正。然而，人生却不可能给你重来一次的机会。当然，如果将一辈子的人生分成三辈子来活，你不但可以拥有两次大复盘的机会，而且还能活出三辈子的人生精彩。

第一辈子【0—30岁，活在梦想中】

主题词：简单、纯真、懵懂、梦想、立德、立志、奋斗、寂寞

你从呱呱坠地那一刻起，就开始认知这个陌生而又新鲜的世界。你简单、纯真，总以为父母告诉你的是天理，老师讲的是真理，他人说的都有道理。于是，你看山是山，看水是水。

人在年轻时就应该怀抱梦想，一个人如果没有梦想，那跟咸鱼没什么两样。虽然你的梦想或许是父母的意愿，抑或是自己在热血沸腾时的信口开河。但是，只有拥抱过梦想，你才会对未来充满期许。哪怕梦想最终没能实现，但至少曾经拥有过，就可以无悔。

你要懂得立德做人，立志做事。你要学会思考自己感兴趣的人或事，而且要有发展兴趣爱好的动机。当然，最好能交几个玩得来的伙伴，无论是学习还是生活，都能取长补短，相互帮助。如果你能在这辈子中收获一份珍贵的爱情，那自

然再好不过。

你要懂得小聪明与大智慧会带给人生的不同方向思考。在金钱、知识与智慧面前，会极度考验你尚未成熟的心智。不要因为简单的事情你就不屑去做，而要从一滴水里看世界，懂得有一种尊重叫认真。天道酬勤，勤能补拙。如果你发现自己不够聪明，那么你就得付出比别人更多的努力。

如果你是男人，不一定要做男人中的男人，但绝不可以做娘炮。你奔腾的血液中必须注入一点男人的霸气，因为男人就是希望与责任的代名词。男人担不起责任，就担不起未来的希望。男人担不起家的责任，就担不了国的重担。

如果你是女人，自然从小就爱美，但你要知道女人因何而美。女人之美，美在自然真实而不矫情做作；女人之美，美在气质而非虚华；女人之美，美在自信，而不可以自卑。

别去抱怨为什么众人的目光总是追逐成功者的脚步，而将受挫的你撂在一边不予理睬。这就是现实，也是人性使然。因此，在你遇到挫折的时候一定要记住：抱怨没有用，一切要靠自己。

在你得不到别人理解的时候，你以为自己是这个世界上最孤独的人。其实，那不过是“少年不知愁滋味”的懵懂使然。在这辈子中，你邂逅寂寞是大概率事件，而拥有孤独往往只是一种错觉。

寂寞是因精神饥饿或精神空虚所致的无病呻吟，而孤独则是心灵高贵之后不被他人所理解的一份清高。因此，孤独是奢侈品，在这辈子中你几乎不可能拥有它，因为只有历经艰难坎坷的王者才配享受孤独。

也许你会说，王者不就是那些整天被鲜花与掌声包围着的成功者吗？其实不然，王者未必就是成功者，但可以肯定很多成功者都曾经与孤独为伴。王者也可能是虽败犹荣却又被全世界遗忘的无人问津的落寞英雄。如果你确立了目标，坚定了信念，下辈子你或许会成为孤独的王者，但你必须在这辈子练就刚毅不屈、永不言败的品性。

如果在这辈子末了的时候，你能非常清楚自己在下辈子想要成为什么样的人，那么这辈子你算是没白活。

第二辈子【30—60岁，活在现实中】

主题词：迷惘、无畏、勇敢、等待、坚强、刚毅、孤独

随着社会阅历的丰富，你在感受世界真善美的同时，也邂逅了假恶丑。于是，

你的心中刚住进了一个天使，又搬来了一个魔鬼。当你对有些人或有些事不置可否的时候，心中的天使与魔鬼就会干起架来。于是你莫衷一是，看山不是山，看水不是水。

你在尔虞我诈的商业环境或交际场合中陷入迷惘，并开始怀疑这就是江湖。别去抱怨环境的恶劣、命运的不公，抑或运气的不好。你应该认真做好自己，坚定信念，积极等待人生的机会。虽然等待可以让一颗青涩的心变得成熟，也可以将一颗看似成熟的心熬得焦虑不安，但在人生的关键时刻，的确需要耐心等待。

佛说：人生在世如身处荆棘之中，心不动，人不妄动，不动则不伤；如心动则人妄动，伤其身痛其骨，于是体会到世间诸般痛苦。在追逐梦想的路上，你是很难做到心不动的，而要做到心动而你不动则更难。因此，前行路上，难免会遇到上下不得其味的鲠味人生。这也不要紧，人生不就是一场苦中作乐的单程旅行吗？既然是旅行，在乎的自然不是那个叫作“天堂”的目的地，而是沿途看风景的心情。

只要你找到了路，就不怕路远。只要你走对了方向，坚定了信念，即使荆棘遍地，遮掩了前行的路基，也要勇往直前。所有昨日的伤，今日的痛，都将成就明日的传奇。

当你忙得不可开交时，一定要记住“忙”字左右分开后的释义：忙则心亡，心亡则忙。因此，你要分清自己忙的是状态，还是心态。外面的饭局会随着你的成长变得越来越多，当你深刻了解饭局上的两类人之后，自然会在舍得之间做出明智的选择。跟心上人一起忙里偷闲，偶尔下下厨房，你会品味到别样的厨艺人生。

这辈子，机遇与陷阱并存。因此，你一定要有宏大的格局，切莫因小失大，捡了芝麻丢了西瓜。既然认定自己人生如玉，就得驾驭住内心的欲望，挡住外界的诱惑。当然，你发现前面是断头路的时候，不妨改变自己的思维定式，顺势而为。

生活的梦想就是为了梦想的生活。然而，梦想很美，现实往往又比较残酷。现实的残酷可能会让你沦为生活的奴隶。因此，活在现实中的这辈子注定会比无忧无虑的上辈子要辛苦些。

上辈子因为年轻，所以你可以任性，但这辈子如果还那么任性，就会付出惨重的代价。这辈子，你要有一份自己热衷的事业，要有一个不离不弃的伴侣，最好还有一、两个孩子。实现财务独立之后，你就能在工作之余，适当旅行或游学，让身体或心灵至少有一个在路上。

如果你目标宏大，那么这辈子的你注定壮怀激烈，所以你要动心忍性，曾益

其所不能。也许你会成功，迎来数不清的鲜花与掌声，收获无数人羡慕的目光。也许你会失败，等着你的或许是众叛亲离，甚至连曾经最爱的人都会在你最需要精神支撑的时候断然离你而去。这时候，你会品尝到真正意义上的孤独、凄冷和无助。不过，失之东隅收之桑榆。只要你意志坚定，刚毅不屈，孤独会在不经意间让你成为王者。

上辈子你会思考自己想得到什么，而这辈子你必须清楚自己想要成为怎样的人。也许你会说，自己得到想要的，自然也就能成为怎样的人。其实不然，比如有些人上辈子的梦想就是要赚很多钱，而在这辈子，当他们拥有一辈子也花不完的钱时，他们却发现自己成不了富人，因为他们穷得只剩下了钱。正像有些人在办公室或家里的书柜上摆满了书，却终究成不了一个知识渊博的人一样。

世事洞明皆学问，人情练达即文章。当你历经沧桑之后，会惊奇地发现自己写出的文字已经完全有别于年少时“为赋新词强说愁”的无病呻吟。或许这也是这辈子中意外的收获吧！

第三辈子【60岁以后，活在回忆里】

主题词：回忆、豁达、无悔、释怀

在这辈子中，你洞察世事，洞悉人心。凡事你不再计较，也不再大惊小怪，更不会飞扬跋扈，而是拥有了一颗平常心。你开始有了豁达的心态，懂得了释怀。于是你看山还是山，看水还是水。

人越是到老的时候，越容易怀念过去。你这辈子是活在无尽的悔恨中，还是活在精彩的回忆里，全然取决于前两辈子是否活得够明白。因此，为了能让这辈子活得开心、舒心，就得有前两辈子的丰厚积淀。

哪怕在这辈子中只有年少轻狂时怀揣梦想而不敢实践的青涩回忆，也能让自己每每想起年少时的青春驿动而神采飞扬。如果你在第一辈子中拥抱过梦想，在第二辈子中有过坚韧不拔的奋斗，即使最终没能实现自己的既定目标，追逐梦想过程中所带来的心灵富足，也足以温暖这辈子以回忆为主旋律的人生精彩。

看够了前世的风景，再看今生的细水长流，你自然就会收获一份别致的心情。人本是人，不必刻意去做人；世本是世，无须精心去处世。懂得了这些，你就真正懂得了做人与处世。

如初见的爱情是甜蜜的，如初见的友谊是醇香的，如果在这辈子中，你能遇到如初见的自己，那是可敬的。

你可以随时复盘已经走过的人生之路，但得记住30岁与60岁这两个关键节点上的大复盘显得尤为重要，而且非做复盘不可。值得补充的是，30岁与60岁这两个关键节点因人而异，比如有些人80岁之前还在奋斗，80岁之后才开始回忆人生。但不管怎么说，有一点毋庸置疑，那就是在这两个关键节点上做完大复盘之后要有归零的心态。唯其如此，才能让一辈子的人生活出三辈子的精彩。

写到这里，不禁让我想起了国学大师王国维的“人生三重境”，如果将其融入一辈子的人生三辈子的活法当中，就会显得非常精妙。

第一辈子临末了的时候，你若能高瞻远瞩，清晰地看到天涯海角的尽头，甚至能看到别人看不到的地方。那样你就能达到人生一重境：昨夜西风凋碧树。独上高楼，望尽天涯路。

第二辈子是人生的黄金期，在你追逐梦想的道路上，无论有多大的艰难险阻，都要执着地追求，忘我地奋斗。那种求之不得之后，形容消瘦却又继续追逐的无怨无悔，其本身就是人生的一笔财富。无论最终的成败得失如何，你都已达到人生二重境：衣带渐宽终不悔，为伊消得人憔悴。

你经历前两辈子的磨砺之后，心智也会趋于成熟。在第三辈子中，你会在不经意间变得明察秋毫，融会贯通。无论是成功还是幸福，都无须刻意去追求，一切功到自然成。诚如此，你已抵达人生三重境：众里寻他千百度。蓦然回首，那人却在灯火阑珊处。

人生苦短，切不可莫名其妙地生来，无可奈何地活着，不知所以地死去。一辈子的人生，三辈子的活法，唯有活出生命的精彩绝伦，才不枉难来人世间进行一场没有归程的旅行。

2. 人生若只如初见

【题记】如初见的爱情是甜蜜的，如初见的友谊是醇香的，如初见的自己是可敬的。

木兰花令·拟古决绝词柬友

人生若只如初见，何事秋风悲画扇。
等闲变却故人心，却道故人心易变。
骊山语罢清宵半，泪雨霖铃终不怨。
何如薄幸锦衣郎，比翼连枝当日愿。

这首《木兰花令·拟古决绝词柬友》是清代著名词人纳兰性德的作品。纳兰性德原名成德，字容若，他出身名门，父亲纳兰明珠是清朝康熙时期武英殿大学士。纳兰性德自幼修文习武，康熙十五年（1676）高中进士，初授三等侍卫，后晋为一等，长年追随康熙左右。

纳兰性德生性淡泊名利，最擅写词，他的词风与李煜颇为相像，生前即产生过“家家争唱”的轰动效应，身后更有“清代第一词人”与“第一学人”的盛誉。国学大师王国维曾称赞他“以自然之眼观物，以自然之舌言情。初入中原未染汉人风气，北宋以来，一人而已。”

什么样的文字才能让人读后心灵震撼且百读不倦？那一定是以作者心灵之境写出的蕴含真挚情感的文字。纳兰性德是真性情的词人，因此他的作品有着自然的醇香，虽然跨越历史沧桑，却历久弥香。

这首词描写的是一个为情所伤的女子和伤害她的男人坚决分手的情景。词中借用班婕妤被汉成帝所弃以及唐玄宗与杨贵妃爱情悲剧的典故，抒发了女子被男子抛弃之后的幽怨之情，营造出了一种悲凉的意境。

对于杨玉环，我相信很多人都清楚，而对于班婕妤，人们就有些陌生。班婕妤是西汉著名的才女作家，她是班固、班超和班昭的祖姑。班婕妤的德行、美貌

与才学在古代帝王的嫔妃中属于佼佼者。然而，汉成帝并非有为的明君，他终日声色犬马，宠爱后来入宫的赵飞燕姐妹，而冷落了班婕妤。

这首词翻译成现代文的大意是：与意中人相处应当总像刚刚相识的时候那般甜蜜温馨与情真意切。但是你我本应当相亲相爱，却为何成了今日的相离相弃？如今轻易地变了心，你却反而说情人间就是容易变心的。我与你就像唐玄宗与杨玉环那样，在长生殿发过生死不相离的誓言，却又最终做决绝之别。即使如此，也不生怨。但你又怎比得上当年的唐玄宗呢？他总还是与杨玉环有过比翼鸟与连理枝的誓愿。

有时候，人和人的缘分一面就足够了，因为他就是你前世的人。有些人即使每天与你朝夕相处，而你却从未怦然心动过。而有些人只要一次擦肩而过的回眸，就足以让你春心荡漾、生死相依。

爱情中的两个人往往会因为陌生而相互吸引，因为熟悉而分手。所以有很多美丽甚至传奇般的爱情，最终都以黯然分手而告终。爱情一旦被撕裂，即使日后被修复，也不再具有当初的那份纯美。

婚姻需要保鲜，而最好的保鲜剂就是爱情。爱情之所以甜蜜，是因为爱得纯粹，婚姻之所以无奈，是因为爱得琐碎。没有爱情的婚姻是不幸福的。大部分的婚姻起初是有爱情的，但是在婚后，爱情慢慢转化成了亲情。那些既没有爱情，也没有亲情的婚姻，最后就走向了终结。

夫妻、情人、朋友是异性之间最基本的三种关系。如果要想拥有“人生若只如初见”的爱情与婚姻，就要三者合而为一。这样的爱情与婚姻也是很多有品位、有追求的人梦寐以求的。

我非常羡慕文坛伉俪钱钟书和杨绛的爱情，他们初见时就拥有了一见钟情的美好。随着时光流转，他们之间的爱情并没有被岁月冲淡，反而因为共同的兴趣爱好而越发拉近了彼此间心灵的距离。钱钟书曾经用一句话概括了他与杨绛的爱情：“绝无仅有地结合了各不相同的三者：妻子、情人、朋友。”

美丽的爱情往往看似偶然，却又在冥冥之中有着某种必然的巧合，这或许就是姻缘！

钱钟书，1910年11月21日出生于江苏无锡的书香门第。杨绛，1911年7月17日生于北京，祖籍江苏无锡，也是书香门第。钱钟书的父亲钱基博与杨绛的父亲杨荫杭都是无锡本地的名士。

钱钟书与杨绛的第一次见面并不是在他们爱情的季节里，而是1919年，8