

「台湾著名女作家散文集」· 杨小云/著

每一个人都重要

哈尔滨出版社

黑版贸审字 08 - 2004 - 019

本书由台北健行文化出版社有限公司授权在中国大陆出版发行

图书在版编目 (CIP) 数据

每一个人都重要/[台湾]杨小云著. —哈尔滨: 哈尔滨出版社, 2004. 7

ISBN 7 - 80699 - 256 - 1

I. 每… II. 杨… III. ①散文 - 作品集 - 中国 - 当代②随笔 - 作品集 - 中国 - 当代 IV. I267

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2004) 第 048808 号

策 划: 邢月华

责任编辑: 危金柱 邢万军

封面设计: 耀午书装

每一个人都重要

[台湾]杨小云 著

哈尔滨出版社

哈尔滨市南岗区贵新街 170 号

邮政编码: 150006 电话: 0451 - 86225161

E - mail: hrbcbs@yeah.net

网址: www.hrbcbs.com

全国新华书店经销

北京大运河印刷有限责任公司印刷

开本 880 × 1230 毫米 1/32 印张 9.5 字数 160 千字

2004 年 7 月第 1 版 2004 年 7 月第 1 次印刷

ISBN7 - 80699 - 256 - 1 / I · 79

定价: 20.00 元

版权所有, 侵权必究。举报电话: 0451 - 86225162

本社常年法律顾问: 北京岳成律师事务所黑龙江分所

每一个人都重要

>> 给远方的朋友(序)

远方的朋友：

你们好！

咱们这儿有句流行话是这么说的：“好东西要和好朋友分享。”

朋友之间能分享的又岂止好东西？好感觉、好心情、好风景、好发现、好书、好文章，都会因分享而更丰富、更美、更动人。

文字工作的迷人之处，就某一个层面而言，是一种独特的分享喜悦。

作者将自己所见、所感，生命中的成长、痛苦、成

每一个人都重要

功、挫败，通过文字贴切地传达给大家。如果其中的某一句话触动了读者心中的某一根弦，或者某一个小故事牵动了读者的心，激发了心灵深处的共鸣或开启了内在的心灵之窗，那么，一份相知的快乐便在文字层面中交流。这是何等奇妙的另类友情交集啊。

远方的朋友，虽然我们生活在不同的空间，但是，我深信你我有着共同的情感，相通的感觉，拥有相同的文化，使用着相同的文字。最重要的是，我们都有一颗热爱生命的心和一份怀抱真、善、美的热忱，这样，就足以让我们在文字中相通、相知、相属了。

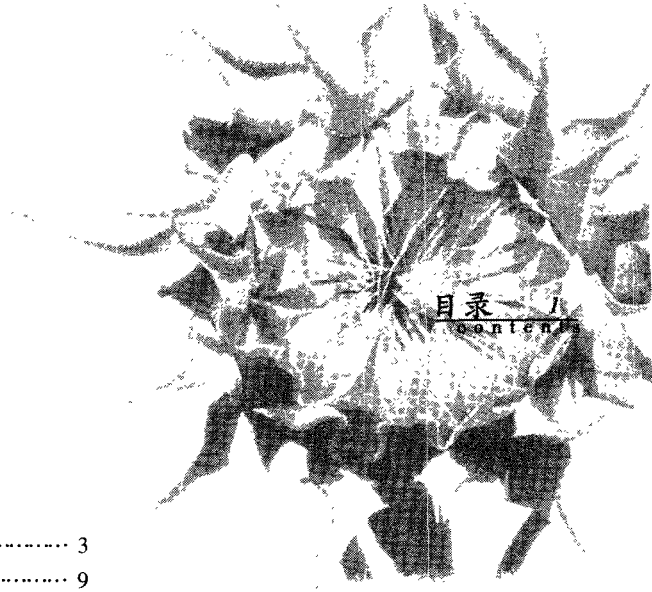
希望你们喜欢这些文章，盼这些文字能带给你们全新的感受。

祝大家
平安

杨小云

2004年4月于台北





目录
Content

给远方的朋友 序

>> 辑一 你最重要

在别人的成功上有份·····	3
为什么没有信心·····	9
爱是什么·····	12
焦虑指数·····	19
别人怎么说，重要吗·····	21
有家可回，好幸福·····	24
女人未必是祸水·····	30
别让嫉妒毁了你·····	37
今天的预备，成就明天的机会·····	44
每一个人都重要·····	51
都是舌头惹的祸·····	57
无怨无悔，虽美犹难·····	64

>> 辑二 爱情自主

光“对他好”是不够的·····	73
懂我的人在哪里·····	76
只影向谁去·····	78
远走高飞·····	81
谁爱强出头·····	84
“性”趣缺缺·····	89
她有了，他逃跑·····	91
性事初体验·····	94
当浪漫成为负担·····	96
是夫妻，也是朋友·····	99
放手，让心自由·····	102
分手何须出恶言·····	105
听某嘴，大富贵·····	107
另一半外遇不是你的错·····	109
渴望独自生活一段时间·····	112



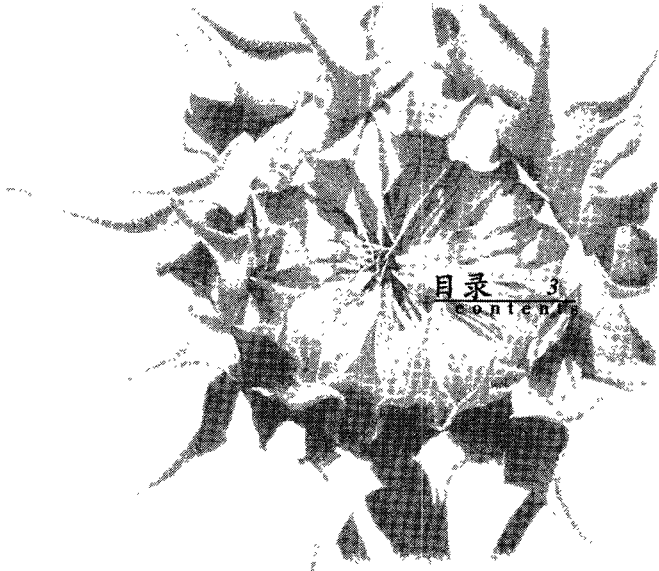
目录 2
CONTENTS

>> 辑三 生活有氧

跟自己相处·····	117
为什么要说谎·····	120
每一天都特别·····	122
人生是没有“如果”的·····	125
适度地拒绝是必要的·····	128
小便宜，大失血·····	131
倾听眼泪的声音·····	134
别让玩笑变成伤害·····	137
倾吐，别过了头·····	140
时间不在多，而在立即行动·····	142
战胜自己，真好·····	146
像自己就好·····	148
请不要“为我好”·····	151

>> 辑四 世界更美

做一行，爱一行·····	157
星座的迷思·····	160
当“恐龙”遇上“猪头”·····	162
有“机”人类·····	165
看谁都不顺眼·····	167
把美丽留给自己·····	170
越南新娘·····	173
不知道这么好骗·····	175
我们需要好消息·····	178
年轻人的痛苦·····	180
“鸡婆”一下又何妨·····	182
别拿宝贝的生命开玩笑·····	185



>> 辑五 生活小品

生命中的偶然·····	191
一个人的时候·····	193
开发自我·····	196
自得其乐，最乐·····	198
相煎何太急？·····	201
“因果”二字·····	203
成功的背后·····	206
让自己成为一只空杯子·····	209
做自己的主人·····	211
男人的虚荣·····	214
孩子的虚荣·····	218
失眠·····	220
老鸟早起·····	223
打折的诱惑·····	225
何妨幽默些·····	228
迷谁？·····	230
自己跌倒，自己爬起·····	232



目录

>> 辑六 清雅文苑

雾中树·····	241
新鲜人的迷惘·····	243
夜市和地摊·····	249
亦母亦女·····	253
由美梦到噩梦·····	258
青草的味道·····	261
杀人犯与乖儿子·····	263
谁代表民意? ·····	265
还是米饭最好吃·····	267
岂可甘做“初级游客”? ·····	270
就是现在·····	272
是谁说的? ·····	274
无言之美, 最美·····	277
王子的故事·····	279
必须考虑在内·····	281
青少年性教育·····	283
拒绝肥胖·····	286
匆匆游欧的感受·····	288



每一个人终其一生的
必要努力之一，便是找
出自己的特质和重要性，
好让生命发光发热。

·
辑

—
·
你最重要

每一个人都重要

>>> 在别人的成功上有份

.....

有两个猎人，一前一后跌入同一个陷阱里，惊惶中，两人奋力攀缘，却是怎么也爬不出去。

后来，其中那个体型略小的甲对比他高壮的乙说：“我有办法可以让咱们俩脱困。”

乙一脸怀疑地等着。

“很简单，你踩着我的肩膀先爬出去，再用绳子拉我出去。”

这回乙脸上的怀疑更深了：“你不怕我上去之后便逃跑？”

“我相信你不会。”

结果，两个人都由陷阱中脱困。当重新站回地面上时，乙紧紧握住甲的手，一种超过语言的激情，强烈地冲撞着他

.....

每一个人都重要

的心，第一次，他明白了“信任”的宝贵。

在网络上流传着这样一则笑话。

有一个法国人、一个美国人和一个中国人，同样漂流到荒岛上，同时捡到了一个神灯。神仙说：“我可以让你们每个人许三个愿望。”两个老外都要水、财富、返回祖国；中国人也要了水和财富，但他第三个愿望却是：

“我要那两个老外给我回到这里来！”

两个老外被抓回来后，神仙答应再给三人各一次许愿的机会。

这回老外学聪明了，他们要中国人先说。

中国人于是开口说：

“我要水、要财富，还要你永远消失。”

有点夸张，却颇能传达某些人的自私心态，自己不想走，也不让别人走；我混得不好，你也别想好；自己得了利益，就希望别人再也没有机会得到。这除了自私、嫉妒之外，还掺杂着几分“损人不利己”的卑鄙。

公平竞争，是激励人心向上最好的方式，有竞争才有进步，才能明了自己的缺点和不足。能赢固然好，输了也不等于失败，只是人家确实比自己强，比自己好。要能认输，对，就是这个“认”字，能“认”才能检讨、反省，而能检

.....

讨，会反省，才有进步，才能接近成功，也才会有下一回的赢。

在许多时候，踩低别人，未必就得以凸显自己。毕竟每个人各有其独特之处，一时的打压或许可能令别人失去一个机会，却不可能永远压制别人出头。

即使自己得不到的，眼见旁人到手，也无须太难过，或许那不是为你预备的，或许那原本就不属于你，而属于你的幸运只是还没到来而已。

快乐的内容很丰富：心想事成、美梦成真、愉悦、财富、美貌、成功、成就、美食、知心好友、爱情、子女、健康，拥有自己想要的东西……都很快乐，却也都十分短暂易逝。只因这样的快乐，属于浮在表面的感官、欲念层次，未能深入心灵，不曾触及灵魂。但有一种快乐，却是绝对的真实，绝对的长久，那就是“助人”，全然地帮助别人。而奇妙的是，当你付出越多、越大、越深，你所体会到的快乐便也等值增加，长长久久存于心中。

若是一个人在别人的成功上有份，就不仅是单纯的快乐，而是在建造另一个人的生命了，这个过程可以称之为“传承”，是人性中最高贵的情操。

美国著名作家雪伍德·安德森的表现，便最具代表性，至今仍受世人尊敬。

.....

每一个人都重要

故事发生在 1919 年，一个在欧洲大战中受伤的年轻人，在芝加哥租了一间小公寓调养生息。

他选择了这个地点，是因为那儿靠近他所崇拜的著名小说家雪伍德·安德森；这位作家不但写出多本脍炙人口的小说，更以愿意指点、教导后进闻名。

接下来的两年中，两人保持密切来往，成了好朋友。他们一起吃饭、长途散步、讨论写作技巧、分享阅读心得。年轻人常常将自己的创作拿给安德森看，安德森则毫不客气地予以批评指正，可贵的是，这个年轻人并不曾灰心，而是虚心聆听，用心记下安德森所讲的每一句话，再努力修改。

多年后，这个年轻人说过一句发自内心的话，他说：“我在认识安德森之前，根本不懂写作。”

除了在写作上指导后进之外，安德森还把自己拥有的资源提供给这个年轻人，介绍他认识许多出版界的朋友。

1926 年，年轻人发表他的第一本小说《类似朝阳》，立即获得一致赞赏，这本书的作者是——海明威。

几年后，安德森搬到新奥尔良，在那里他发现了另一个文学爱好者。

安德森照着多年来帮助海明威的方法帮助并训练这个年轻人——讨论、批评、鼓励、教导，并帮助他出书。

这位才华横溢的年轻人叫福克纳。

但是，安德森乐于助人、乐于提携后进的精神还未停止。在加州，他花了几年时间培育剧作家渥尔夫、史坦贝克，以及许多对写作有兴趣的年轻人，帮他们发挥自我，在他们的成功上有份。

他的成就令世人景仰，安德森前后总共栽培了三位诺贝尔文学奖和四位普利策文学奖得主，堪称“一代文学导师”。

文学评论家高里称赞安德森：

“胸襟宽阔，心地善良，慧眼独具，是那个时代中唯一把他的特色和视野留传给下一代的人。”

至今，我们依旧可以在海明威的作品中，捕捉到些许安德森的技巧；在福克纳的小说里，嗅及词汇、人物和安德森接近之处。

从另一个角度看，安德森不仅享受了帮助别人的快乐，也享有了别人成功的甜美，更得以将自己的精神传承下去，在美国文学的领域中，永远留存。这样的荣耀，又岂是“快乐”二字所能涵盖的？

基本上，但凡正常人都有颗乐于助人、爱人的心，尤其是一些举手之劳的事。比如帮助年长者和行动不便的人过马路，帮别人提东西、帮同事代班，看别人摔倒时去扶起他，

每一个人都重要

甚至“路见不平，拔刀相助”，都不难。因为这中间没有利益冲突，不具有任何利害关系，完全出于善良本性。

但换一种状况时，情形就不大一样了。这状况包括同行、同事关系以及存在于彼此间的竞争意识，要敞开胸怀，给予对方帮助，就不那么容易了。这时，人性中的善良全被自私、害怕所蒙蔽，全被利益得失所左右，而变得吝于伸出援手。只是，这样过度保守、过度小气，不仅阻挡不了别人向前向上，反而失去相互激励的良机。

一个人的智力毕竟有其局限，若能集中多人的智慧，定然会开创新机：往往在提供帮助给别人的同时，自己也意外地获得了新意，得到了灵感。

登山的人都经历过，涉水时也一定用得上，那就是用粗绳系腰，相互牵拉着，以免失足跌倒，这时每个人都必须谨慎小心，因为自己的每一步都牵动着其他人的安危，真正是“生死与共，息息相关”，正如《圣经》所说：“我们是互为肢体”，而“爱人如己”在这时最能完全体会。

一个人的一生所能做的有限。某些属于个人的独特经验、累积的心得，是十分宝贵的资源。这些宝贵的资源，应当拿出来和大家分享，传给需要的年轻人，若一味地紧守着，视为个人私产，不但可惜，而且是一种浪费，待生命结

束时，便烟消云散，什么都不存在了。

若是能将这些资源传承下去，则不但帮助了别人，就某种意义而言，不也是一种生命的延续？多美好啊！

给别人一些指引，一些提携，一个机会，这小小的帮助，对自己而言是微不足道的，但是对受帮助的人，很可能成为开启成功之门的神秘钥匙，何乐而不为呢？

>>> 为什么没有信心

关于信心，最深切的诠释是：

信心就是所望之事的实底，是未见主事的确据。

——希伯来书十三章一节

从另一个角度解释，“信心”是每个人内在最大的潜能。也就是说，信心其实是每个人都具有的基本能力，你有、他有、大家都有的原始天性。

只是，为什么这样一份美好的能力，会在我们身上消失？为什么有越来越多的朋友，对自己没有信心？进而变得紧张、焦虑、担忧、害怕、不安，总怕事情会做不好，工作找不到，考试考不好，表现得不理想，汇集成的事实便是：

每一个人都重要

“信心不足”、“我没有信心”。

奇怪的是，若是你在心态上已经承认了这种可能性，意识就会接受它的暗示，一分的“没有信心”立即膨胀成五六分，反映在行为语言上，更会扩大成七八分，表现出的肢体语言，就充分并全然地显现出你是个没有信心的人。

云竹记得自己刚入广播界时，每当坐上播音台，就开始紧张，生怕自己讲错话、吃螺丝，又担心自己国语不够标准。偏是越紧张越出错，常常是“Z、C、S”分不清，惹来同事取笑，当然也挨长官批评，于是每天上班成为苦差事，甚至一度想辞职。

有一天，她独自徘徊在飘着冷雨的街道上，寂寞地流着泪，忽然，有一个细微的声音在心底响起：“相信你自己，相信你可以说得更好，不要怀疑，只要有信心。再问问自己，有没有尽全力？”

是啊，有没有尽全力？

回家后，她拟出三个月计划：每天六点起床后，在顶楼阳台大声读《国语日报》；晚上放录音带仔细听，以便找出错误；然后对着镜子再读当天新闻，并牢记前辈的发音及抑扬顿挫，学习怎么换气，怎么调匀呼吸……在努力过程中，她不但很快地见到了效果，更奇妙的是起初的那些信心，竟