

为什么生育并非运动员 生命的休止符

格拉芙是我所认识的运动员当中，最单纯的一种类型，她在网球场上的表现总是那样轻松自在。在旁人眼中，她 19 岁登上网球皇后的宝座似乎是轻而易举，由冠军球员转变为母亲也是那么顺理成章。事实不尽然如此，她是第一位、也是当代惟一一位赢得温布尔顿单打冠军的妈妈级球员。顶尖的女运动员通常都不愿在事业颠峰期生儿育女，但她的情况却是：为人母后更珍惜时间，打球也更专注。以下就是这位网坛女将的真情之语：

“每次钓鱼时总会忘掉一切。在阳光下保持心平气和，感觉真好！况且还可以学到许多知识——诸如潮汐、钓鱼和五颜六色的钓饵。钓到鱼以后，给它们去鳞，取出内脏，再烹调一番，令人颇有成就感。

“我对网球的喜好又是另一番景象。网球曾是我的事业，打起来总是那么顺手。记得第

一年在英国打完球后，遇到几个澳洲来的观众对我说：‘我们特地赶来看你比赛，因为你的姿势好优美。’听了以后真大吃一惊，我从未发现到这一点。后来又有人问我：‘你是不是学过芭蕾？看你打球好像很轻松。’

“其实，我可是使出全力在拚斗，有人却以为我根本不在乎。

“我喜欢保持一种韵律。如果有人因为抱怨而打断比赛，我的韵律也会被破坏。我从不发脾气，因为那会使人发窘。我跟对手交锋时，从来不会有争执。两人打冠军赛时，可以全场不要一位裁判或评审，只靠彼此通知球是否出了界就能打下去。我喜欢这种方式，因为这种君子之风比决定胜负还重要。

“使我倍感压力的是金恩夫人。在球场上她那种志在必得的架势，使她看起来更高大。我常常因而分心，只顾着注意她的一举一动，忘了自己该如何回应。她常与裁判争辩，球赛就成了好戏。

“谈起最精彩的比赛，该算是美国公开赛。金恩夫人决赛的第三盘以 7 比 5 击败我。当时两人已打得昏天黑地，不知所从。好几次我以为决定胜负的一局已结束，结果没有，因为只顾着让对方在球场上疲于奔命，反而不知战绩究竟如何。突然间球赛结束了，我还记得整个人激动得汗毛直竖；虽然输了球，当时情绪却是兴奋不已。

“在球场上必须展现自信。我感觉自己手气很顺时，对手也能察觉。她会不时瞄我一眼，看我反应如何。有时候还没上场，我就觉得信心十足。

“赢得温布尔顿那一次，开赛前我就有迫不及待的感觉，整个赛程期间也一直情绪高昂。那两周我觉得自己仿佛受到上天特别的眷顾。

“后来我生下女儿凯莉，4 个月后我又回到球场上。可是剖腹生产留下伤口，体力又那么虚弱，内心总认为球会把我击倒。产后

第一次比赛是在生下女儿半年后，但第一回合即遭淘汰。我简直伤心欲绝，回到旅馆整整哭了 12 小时。我不服输，心想大概准备工夫还不够，所以又练习了 2 个月 再到澳洲 就一连赢了 4 场。

“不过那几年受过不少伤，尤其是肌肉。怀孕生孩子会改变整个体质，我发觉肌肉变软，不得不加倍努力。我也明白，两腿已经不起久站，不要几年颠峰期就会过去；所以体力是当时最大的挑战。

“只是内心仍然觉得，应该还有机会再问鼎温布尔顿。我不愿被生孩子所限制，反而更拚命冲刺。希望能向自己与世人证明，生育不是运动员生命的休止符，你必须 110% 地坚持下去！

“就在温布尔顿揭幕前不久，我的血液出了问题，必须住院治疗 而且有 6 周不能打球。我不断自问，究竟所为何来？自觉不该去温布尔顿，因为根本来不及准备。可是躺在医院里又有何意义？只觉得当时事事不顺心。

“可是到温布尔顿开赛前两周，在英国曼彻斯特与艾芙特决战，三盘后虽然败下阵来，心情反倒很愉快。因为嘴上不说什么，我却心知肚明，未来胜利在望。

“我认真练习，企盼比赛早日到来。一站上球场，就迫不及待等对手快发球；内心真有一股跃跃欲试之感。当时不断提醒自己的不是“非赢不可”却是“绝不可输”。那种情绪高昂的程度 感觉真好。

“凯莉当时也在身边，我带着她四处旅行；我们母女相处的时间多过其他职业妇女。有她在，我得更加努力，但也更加快乐。有了孩子，我开始懂得不再自私、不再只为自己着想的意义。

“这样的念头减轻不少网球带给我的压力。只要一离开球场，我就把比赛完全抛诸脑后，因为凯莉吸引了我全部的注意力，使我根本没时间去回想刚才的种种，或是检讨某场球赛的利弊得失，否则反而会使信心受损。

“有了小孩，人就没时间让自己的情绪处于低潮。既为人母就

必须随时保持心情愉快，精力充沛，事事开心。正因为深感时间不够分配，就必须更加充分利用。

“首度赢得温布尔顿冠军那年我 19 岁。那时只是顺势而为，无法体会比赛本身有多么重要。但 29 岁时得到冠军，它的意义就大不相同。在那一年我的心理与生理状态都到达颠峰，又有强烈的欲望要再次崭露头角，那是我当时惟一重要的目标。正因为有如此强烈的好胜心，才有可能如愿以偿。”

为什么“女强人”一词 的含义已变

扮演多重角色，是妇女所向往的目标。“女强人”一词表明这些女人能够做任何事情，并在诸多角色中找到幸福、充实自我、实现自我。

这是一个有重要意义的变化。因为在 70 年代初，“女强人”远不是一个褒义词，而更多含有轻侮、怜悯的意思。偶尔，人们以“女强人”一词讥讽那些具有一身好斗的男子气概、缺乏温柔的女性魅力、男人们见了都退避三舍的女人。今天，“女强人”一词的含义发生了变化，女强人受到了人们的尊敬、钦佩，但很少有人仿效她。任何有点眼光的人，有点普通常识的人，都会看到，这些妇女的大部分时间是在喧闹中度过的。她们从没有时间松弛一下，独自安静地坐一会儿，回味一下她们自己成就的苦涩。对女强人来说，有时那些想显示自己的

形象和增强自己尊严的行为，恰恰起着相反的作用。因此，她们不愿出头露面。

但是，近年来发生了一些变化，一些女强人愿意在大庭广众亮相。这不仅仅是经济原因，促使一些女强人为挣得第二份收入，拿自己去做广告。发生这种变化的原因是，由一小队女强人为先锋，得到记者们的自愿支持，为数不少的一部分成功的职业女性，宣称要跟上妇女运动趋势，刷新跨世纪的偶像。

数年来，女强人的实际生活并没有什么改变，公司办的低廉的婴幼儿日托，并不是到处都有。大多数丈夫都没有干点家务和照看婴儿的习惯。而且大多数家庭佣人，不会为双职工提供大部分或者全部家庭服务，以减少有工作的妻子和丈夫们做家务和看小孩的负担。

不管怎样，这一理想的女人形象——女强人，已被打上了赞同的印记，在她的基座上，作为偶像闪光。这个偶像要求妇女扮演多重角色，干好一切事情。

任何观念和目标的理想化，都需要集中于一个目的。那些想成为多重角色而奋斗的女性，应该听一听和看一看为此奋斗、并已经创造了一个广阔新天地的成功女性说了些什么，或干了些什么。这样，我们就可能离开既定的目的，而走进另一个领域。在这里，关于成功妇女的定义，已经远远超出对我们大多数人来说，是轻松的、可能的和可行的现实。也许我们把赌注下得太高，把有关规则写得太细，以致我们中的大部分人已不能去效法这种理想模式，或适应这一新的模式。

对大多数成功的妇女（她们中许多人是很有名的）来说，作为成功地扮演多重角色，成为其他妇女榜样的女强人，来显示自己的形象是容易的。她们为报纸和杂志做宣传，她们是电视讲话节目中的新闻人物，她们给别人劝告，就像 20 年前她们曾给客人倒咖啡一

样。在舆论界、新闻界大出风头，到处亮相，几乎成了第二职业，她们可以从宣传和广告中得到丰厚收入。她们的本意可能是好的，她们的故事可能是有趣的，她们的劝告可能是有价值的。但是，她们宣传说教的那一套，不是实际生活中女强人的真实情况。

万琼是一个失去耐心，有负罪感，很长时间像被分裂成两半的妇女，是实际生活中真实的妇女。她在一家全国性的杂志社做美术编辑。虽然，她的年收入远高于全国平均水平，她的工作的确不错，但从事编辑工作并不能使人富裕起来。她每年赚 4 万元，她丈夫的收入比她少得多。他们住在北京，可以说，这里是个高消费的地方。他们尽量用两人的收入来满足生活需要，1 年 7000 元是固定交给儿子的日托中心的费用，要比他明年进入的一所私立学校幼儿园的学费高得多。

有一天晚上 8 点左右，我去办公室采访，我一直以为这是她为我特别安排的时间。直到她告诉我，她几乎每天要工作到 9 点或 10 点时，我才明白，占了她的工作时间。所以，我让她讲述她的比较典型的日程生活表，并告诉我她的生活有什么特点。

“我每天 6 点起床，通常不超过 6 点 15 分。起床后喝咖啡，然后淋浴、穿戴、做头发、化妆，这需要一点时间。在我的职位上外貌是重要的，我从来就不能穿得随随便便去工作。我丈夫和儿子早上醒得晚，起床动作慢。所以，早上 7 点左右我就得去叫他们，然后要花 10 分钟的时间，看他们是否起来。我帮儿子穿衣服，喂早饭。7 点 45 分我就离开家门，以便在 8 点钟日托中心开门时，把儿子送进去。送完孩子后，我就去上班。丈夫的时间比我更有规律，也更有弹性，所以他在 5 点左右就可以把儿子接回家。在这方面，我是非常幸运的，整个晚上，甚至每天晚上，儿子都由丈夫负责照料。他喂他吃饭，和他一起玩，还要做我们两个人的饭。

“我 8 点 30 分开始工作，每天平均干 11 ~ 12 个小时，不包括路

上来回的时间。来回可能要花 1 个小时，这要看交通如何。一般早上上班，要比晚上回家的时间长得多。

“因此我通常在晚 9 点到家，儿子已经睡着。我随便吃点什么和丈夫聊一会儿，没法轻松一下，要到 11 点才能睡。第二天早上 6 点起床，再重复做所有的一切。休息日还得到办公室干上一天，或者两个半天。就像每个真正的专职人员所了解的，要想成功，就不能指望有个空闲的周末。”

换句话说，万琼在办公室平均每天要工作 11 个小时，在路上来回要花 1 个小时，她在工作上就花去 12 个小时。一天 24 小时的一半用于工作，再去掉她 7 个小时的睡眠时间，一天就只有 5 个小时留给自己。然而，这样算仍不准确，因为她早上的大部分时间都已用在准备工作上了。

她说：“我一直感到筋疲力尽。我现在是我们办公室里惟一可称‘耍把戏的人’或‘女强人’。大多数和我一起工作的人都不了解我是怎么做的，我自己也不知道我是怎么做的，但对我来说，没什么其他选择。我的大半生活似乎是在一片混沌中度过，我没有时间会朋友，没有时间做我所喜爱的事——读书。你真不知道我是多么想读书，在没有生儿子之前，我把大部分业余时间都花在读书上了。现在如果我想把一本书全部读完，就得花 6 个月的时间。

“但是，全部困难中最困难的还是我的儿子。我想把我的周末全部给他，和他一起郊游，一起玩耍，一起看书。但是，我有时确实想一个人呆一会儿。我对他嚷嚷：‘别吵了，让我一个人安静一会儿吧。’每当我这么嚷嚷的时候，我不能容忍自己的态度，我有一种负罪感，似乎我在催促他，逼着他快点长大。他爱他的日托中心，他的老师和他的朋友。他从 1 岁起就每天要离开家，离开父母 10 个小时。他没有因此而受苦——我没有理由这样说，他看上去很好——而我和丈夫则为此感到内疚。

“我还想要个孩子，我得赶快作出决定，因为我已快 36 岁了。但是，我们又不愿第二个小孩也像大孩子那样由别人带大。而我们两个谁也不能放弃全日工作，我们再也不可能挣比现在还多的收入了。我们的工作就是如此，即使你已接近最高的工作限度（就像我一样）也拿不到最高的工资。

“我不知道我将做什么，但我认为，我不能再怀孕，不能再要小孩，不能再让他过缺少父爱和母爱的生活。我这么瘦，恐怕已经不能再向其他任何事物贡献出我自己了，我是一个超负荷工作的职业妇女，一个过度疲劳的母亲，一个不能与丈夫共患难的半个妻子。女强人嘛 就是如此！”

女强人不是想像出来的妇女，不是广告业的产物，她是现实生活里的女人，具有非常艰难的生活使命。今天有许多所谓的女强人简直无法应付那么多角色。

她们听到社会舆论说，女强人就是能够相当轻松地应付各种事情的人，需要的只是出色完善的管理技巧时，这些妇女就感到忐忑不安。而且，我们的社会似乎要求所有的妇女最好都能担当起多重角色。这里暗含着一层意思，一个值得称道的好女人，应该而且能够胜任多重角色，否则就是一个无价值的坏女人。这是不公平的，不现实的。

另一方面，应看到女强人能够有力地反抗清规戒律，即那种令妇女畏惧的，只准妇女成为母亲、家庭主妇，不准其成为其他类型的清规戒律。那是件非常好的事情。女强人还能战胜不必要的恐惧，即耽心不可能胜任专业人员、妻子、母亲等多重角色的恐惧。这不是不可能做到的事。因此，如果战胜了这种恐惧也是一件好事。

但是，这种倾向已经起了变化，即已经重新审视谁是工作妇女的传统敌人。30 或者 40 年前，一位想要个孩子并且坚持工作的有成就的专业人员，面临着她自己与社会之间的冲突。过去人们认为

妇女应该在从事专业工作和成为母亲之间进行选择。那时敌人是来自外部的。正是当时的社会与她们作对。

今天的社会允许她们这样做，对她们说干下去吧，还自称在这些角色中不存在或只存在很少的冲突。成为女强人不仅是舆论所赞赏的，而且是它的最新要求。因此任何一位拼命做到这一切的妇女都感到她好像不是在同社会抗争，而是同她自己过不去。现在所有的冲突是来自内部。

为什么母亲的人格是 孩子心灵的阳光

母亲的人格是孩子心灵的阳光，任何东西也不能代替它。这就是人们常说的人格的力量是伟大的。

人格通常是指一个在各方面都具有抵抗能力并充满能量的精神整体——一个理想的成长模式。人格是一粒种子，它只有通过整个人生的漫长阶段才能得以发展。一切人格都具有确定性、完整性和成熟性。人格的获得意味着人体生命得到最恰当的发展，但要想预见这一过程中所需完成的各种数不尽的事情则是不可能的。它需要整整一生的时间，包括所有社会的、生物的及精神方面的生活。人格是人的内在特征的最高实现。它是一种勇敢地面对生活的行为，是对形成个体一切因素的全证实，是对自由地实现一切生存条件的最佳适应。

不管人格的定义是多么深奥玄妙，但我相

信具有初中以上文化程度的妇女，不管你们能不能说出人格的含义，但你们一定能分辨出谁尊重自己的人格，谁不尊重自己的人格。

下面讲述 3 位古代的母亲的人格对儿子的积极影响的故事。

田稷子做齐国宰相时，把下级官吏赠送的许多金子转送给母亲。她母亲说：“你封了 3 年宰相，俸禄从来没有这么多，这哪里是你当士大夫应得的酬劳？你从哪儿得到这么多钱？”田稷子回答说：“确实是我接受了属下的馈赠。”母亲说：“我听说读书人应注意自身修养，要做到品行高洁，不取不该得到的东西，要尽可能做到为人诚实，不做虚假欺诈的事，不义的事。心里不该算计不义的钱财，言行要一致，表里要相符。如今君王让你做宰相，给你丰厚的官禄，你一言一行都应该报答他。作为人臣侍奉君王，就好像做儿子的侍奉父亲一样，要竭尽全力和所能，忠心耿耿，毫不欺诈。务必尽心奉命，廉洁公正，就能成功而不会忧患。如今，你的做法恰恰相反，背离忠信太远。为人臣不忠，就是为人子不孝。不义之财，不是我所要的。不孝的儿子，不是我的儿子。你给我出去！”田稷子惭愧地走出家门，把收受的金子退还给属下，自己到宣王那儿认罪，请求惩罚。宣王听说这件事的经过，非常赞赏他母亲的德行，于是就赦免田稷子之罪，仍旧让他担任宰相，另赏金子给他母亲。德行高尚的人都称赞田稷子的母亲为人廉洁懂得教化。

子发是战国时期楚国的大将。有一次他奉楚王之命，带着军队和秦国作战。不久，前线断了粮草，派使者向楚王告急。使者见过楚王以后，又来到子发家中，向子发的母亲问安。

子发的母亲问使者：“你们的士兵都很好吗？”使者说：“军队缺粮，仅存一点豆子，大家只能一粒一粒分着吃。”子发的母亲又问：“你们的将军身体好吗？”使者说：“将军每顿都能吃上肉食和米饭，身体很好。”

子发的母亲听了很不高兴。

后来，子发打败了秦国，凯旋而归。他的母亲紧关大门，不让他回家，并且派人对他说道：“难道你没有听说过越王勾践讨伐吴王的事吗？有人献给越王一罐酒，越王派人把酒倒在江的上游，让士兵们一起饮下游的水。虽然大家并没有尝到酒的美味，然而士卒们的战斗力却提高了 5 倍。过了几天，又有人献给越王一口袋干粮。越王又把它分给士兵们。虽然大家并没有能够吃饱肚子，但军队的战斗力却提高了 10 倍。现在，你当了将军，粮食不够，士兵们只能分一点豆粒吃，而独有你早晚都有肉食米饭，这是什么道理？你使士兵陷于困苦，自己却在享乐。这样当将军，虽然打了胜仗，也只是偶然的，并不是指挥有方。你这样做，表明你不是一个君子，你不要进我的门。”

儿子听了母亲一番道理，顿时彻悟，立即向母亲谢罪，承认错误，决心改过。母亲这才让儿子进门。

西汉昭帝时，有一位担任京兆官职的人叫隽不疑。他的母亲仁慈而且善于家教。

每次，隽不疑到他所辖县内去视察囚徒的情况，检查是否有受冤的人，回来时他母亲总要问他：“有没有奏明朝庭，请求给一些人减刑或免罪，共救活了多少人？”如果经隽不疑审察、奏请减刑免罪的人多，他母亲听了便喜笑颜开，吃饭、谈吐都与平时不一样，显得特别高兴。如果隽不疑没有为一些人平反，他母亲就要发怒，气得连饭也不肯吃。

母亲认为做官便是要为民请命，排忧解难。这种态度深深影响着儿子。隽不疑在母亲的教育下，当官严明但不残忍，威信很高，京师地方的官吏和百姓，都很敬佩他。

从以上 3 个故事中，我们不难看出母亲的人格对孩子行为的影响。母亲的人格的确是孩子心灵的阳光，它照耀着孩子前进的道路。

中国近代史上也有着这样的母亲，谭嗣同的母亲就是其中杰出的一位。

谭嗣同的父亲在做官前，家境贫寒。其母徐夫人在贫困中克俭治家。她常常背上背着一个孩子，怀里又抱一个孩子，提水做饭，浆洗缝补，种菜织布。五更即起，三更才寝，辛苦操劳 10 余年，全力支持丈夫读书投考。

当谭父进士及第，京师差人来湖南浏阳谭家报喜时，谭母还挑着粪桶在菜园里浇菜，京差以为她是谭家的女佣，冲着她直叫：“快请你们夫人出来！”徐夫人这才放下手中的工具，洗手接待，差役为此惊疑万分。

后来，谭嗣同的父亲任四品官在京供职，一家人都搬到京城居住，家中收入也逐年增加，家境好转，已经不需徐夫人亲自操劳。但她却一如既往，全家每餐用膳不过三四个菜，都是蔬菜竹笋之类；她身上的一件棉衣，面子裂开，絮棉外露，还舍不得换新。

谭府家塾，和谭母住房只一墙之隔，家塾老师因为常听隔壁夜晚纺纱，非常奇怪。有天早晨，他问谭嗣同：“你家佣人怎么这样勤劳，每晚纺纱至深夜？”谭嗣同回答：“这是家母在纺纱。”先生听后大为惊讶，感叹道：“你父亲当官已有 10 多年，而且是个四品官，你母亲尚且不图安逸，可你呢？”谭嗣同听了老师的一番话，被母亲的行为所感动，从此勤奋攻读，不敢怠情纵乐、放松学习。

戊戌政变后，胆小的人避之不及，谭嗣同仍在北京城东奔西走，要救被囚的光绪皇帝。人家劝他走，他说各国变法，无不是流血而成，中国没有流血，此国所以不昌也，有之，请自嗣同始。决意以自己的鲜血惊醒激励国人。菜市口刑场杀气腾腾，谭嗣同正气凛然若天神，刽子手举起屠刀，谭嗣同奋力高呼：“有心杀贼，无力回天，死得其所，快哉快哉！”这是何等气魄！千古英雄，孰列于斯！从谭嗣同身上，我们不也看到了谭母人格的力量吗？这种力量连死亡也无

法摧毁它。

赵一曼的精神是她儿子心灵上的阳光。赵一曼的故事想必中年以上的妇女是十分熟悉的。赵一曼烈士的遗书写于 1936 年 8 月 2 日 信是这样写的：

“宁儿：母亲对于你没有尽到教育的责任，实在是遗憾的事情。

“母亲因为坚决做了反满抗日的斗争，今天已经到了牺牲的前夕。

“母亲和你在生前是永远没有再见的机会了。希望你，宁儿啊！赶快成人，来安慰你地下的母亲！我最亲爱的孩子啊！母亲不能用千言万语来教育你 就用实际行动来教育你。

“在你长大成人以后，希望不要忘记你的母亲是为国而牺牲的！”

这是一份人格化的遗书。从这份遗书的字里行间，我们可以看到赵一曼对自己未能尽母亲之职表示了多么深的遗憾，从而使我们每一位母亲的心灵受到强烈的震撼。但是，为了抗日战争的胜利，为了千千万万个宁儿，母亲别无选择，只有用牺牲的实际行动教育宁儿，这又是何等的悲壮！这份遗书告诉我们：赵一曼既是一个有血有肉的母亲，同时又是一个品格高尚的革命者。

赵一曼的人格成为千千万万个宁儿心上的阳光，她将教育一代又一代人。

为什么母亲的仪表风度美 有利于孩子身心健康

母亲的美不仅表现在匀称的体型、端庄的面容、潇洒的举止上，还表现在其富有魅力的仪表上。所有从事社会工作的母亲都应该注意自己的外表及仪态。一些母亲认为未结过婚的小姑娘才应该注意仪表，这是片面的。年轻的姑娘本身就具有一种青春的魅力，不打扮也招人喜爱。相反，人到中年后，特别是生了孩子以后，才更应该注意仪表。因为现在不仅仅是你丈夫一个人欣赏你，你的孩子也在欣赏你。你在丈夫和孩子心目中的地位，不仅仅在于事业上的成功和心灵上的美好，也在于你外表的美丽动人。

记得我第一次到苏州市金阊区实验小学开家长会的前一天，女儿毛毛一本正经地对我说：“妈妈，你明天去开会前抹点胭脂好不好？”“为什么？”我很惊讶。毛毛说：“因为你什么地方都漂亮，就是脸色不太好，你要抹点胭脂就”

更好看了，我不希望老师和同学们说你不漂亮。”第二天，我按毛毛的意愿稍稍抹了点胭脂。开完家长会，好多小朋友围着毛毛问：“这就是你妈妈？”你妈妈好漂亮！”像个演员。”毛毛很得意地说：“妈妈 我们快回家。”然后，向小朋友们挥挥手，像得了冠军一样，神气极了。

你也许想不到，母亲的仪表会在孩子的心中激起一种自豪的感情，产生一种快乐的情绪，这非常有利于孩子的身心健康。

美丽朴素的衣着，善良可亲的微笑会使你的周围形成明朗快活、令人愉快的气氛，大大增加你的凝聚力，它会使你的事业获得意外的成功。有些人总以为美丽的衣着、和善的微笑会降低自己的尊严和威信，但她们恰恰忘记了，保持自己动人的仪表，保留自己的美德、善良，微笑可以启发她人的笑容，激发她人的热情，从而形成一种工作的合力。

漂亮的服装和自信的微笑，会使你在别人的心目中显得永远年轻，在你自己的心中也会产生“我还年轻”的心理暗示，这种心理暗示可以使你永葆青春，延缓衰老。同样是半瓶酒，一个心理上年轻的人可能说它是“半满”的，而一个心理上老化的人可能说它是“半空”的。注意你的仪表不仅会使你的外表显得神采奕奕，也会使你的内心激荡起年轻人的热情。

在书报杂志中，你们时常会看到“风度”这两个字，在日常生活中，你们也曾遇见过一些人，她们的风度曾引起你们的关注和叹赏。那么，我们又该如何来解释“风度”这两个微妙的字呢？

如果将一位具有美妙风度的母亲，比喻为你所欣赏的文学作品，那么，这个母亲的外型，便犹如那篇文章的形式，其风度便是那篇文章的风格了。要使一篇文章的风格优美，必须先有正确的中心思想及丰富的内容，然后，由作者选词酌句将之表现出来。一个具有美妙风度的母亲，必定具有深刻的精神内涵、丰富的学识、卓越的