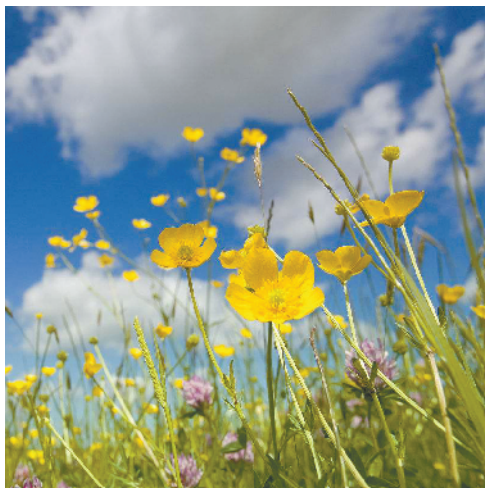


鱼在波涛下微笑

心在水中。水是什么呢？水就是关系。关系是什么呢？关系就是我和万物之间密不可分的羁绊。它们如丝如缕百转千回，环绕着我们，滋润着我们，营养着我们，推动着我们，同时也制约着我们，捆绑着我们，束缚着我们，缠绕着我们。水太少了，心灵就会成为酷日下的撒哈拉；水太多了，堤坝溃塌，心也会淹得两眼翻白。



拉；水太多了，堤坝溃塌，心也会淹得两眼翻白。

人生所有的问题，都是关系的问题。在所有的关系之中，你和你自己的关系最为重要，它是关系的总脐带。如果你处理不好和自我的关系，你的一生就不得安宁和幸福。你可以成功，但没有快乐；你可以有家庭，但缺乏温暖；你可以有孩子，但他难以交流；你可以姹紫嫣红宾朋满座，但不曾有高山流水患难之交。

你会大声地埋怨这个世界，殊不知症结就在你自己身上。

你爱自己吗？如果你不爱自己，你怎么有能力去爱他人？爱自己是最简单也是最复杂的事情。它不需要任何成本，却需要一颗无畏的灵魂。我们每个人都是不完满的，爱一个不完满的自己是勇敢者的行为。

处理好了和自己的关系，你才有精力和智慧去研究你的人际关系，去和大自然和谐相处。如果你被自己搞得焦头烂额，就像一个五内俱空的病人，哪里还有多余的热血去濡养他人？

在水中自由地遨游，闲暇的时候挣脱一切羁绊，到岸上享受晨风拂面，然后，一个华丽的俯冲，重新潜入关系之水，做一条在波涛下微笑的鱼。

(毕淑敏)

青年 中年 老年



先前，青年、中年、老年的概念是很清晰的。谓之“青年”者，大体上是指十八岁到三十岁之间的人。所谓“三十而立”，而立之前自然就是青年人。而立之后，从三十岁开始再自称或被称青年人就有些勉强。及至四十岁，无论是自称还是被称都不好用“青年”之称谓。从三十到四十五岁，或者再延伸到五十岁，这一段之内便是无可争辩的中年人。五十岁以后，“知天命”的年龄，用老百姓的话来说，唉，年过半百，就开始步入老年阶段。这时候自称或被称之前一般会加一个“老”字，以示尊重，亦以为自重。当然，这是旧分法。

那么什么是新分法呢？新分法又是怎样产生的呢？

生活变好，日子过得开心。这时候，“龄界”称谓也随之发生一些变化。青年人的年龄跨度被大大拉长。从二十岁开始，至少到四十五岁，无论是自称还是被称，都可以以青年人自居，甚至还可以再加上几岁。君不见，四十四五岁之前的所谓年轻人，不单是以青年人自居，更有趣的是他们还经常称呼自己或者同龄人为“男生”“女生”，或“男孩儿”“女孩儿”，顶多是“大男孩儿”或“大女孩儿”。五十岁之后，虽说已经恋恋不舍地离开了所谓的青年时代，但“中年人”的

称呼也不错，何况这称呼还包含着一个“组合”含义，即“中青年”，表明还是站在青年边儿上。这可不光是一种社会认识，坊间的流行，就是某些官方关于年龄的划分也夯实了这一称谓的“合理性”。比如很多单位召开青年大会，年龄限制在四十五周岁（含四十五岁）。

六十岁之前都可以称自己是中年人。过了六十岁，才进入老年阶段。然而很多六旬男女虽知无法改变这个“老年”称谓，却仍不甘心，常“辩解”说，我不觉得我老，我的心理年龄还在中青年状态。他们是这样说的，也是这样做的。从时尚的穿戴打扮，到外出远足或旅游之热的种种兴趣，都是他们“青春仍在”的有力佐证。

年逾七旬，很多人仍不服老。为什么？因为从这个年龄开始多种疾病就找上门来了。这些疾病会不断地、时时刻刻地提醒他们的主人，哥，姐，别硬挺了，您已经是一个老人了。不过，那些没有疾病的，身体倍儿棒的老年人依然“无视”自己的高龄，依旧精力充沛，意气风发地生活着、活泼着、年轻着。

说来说去一句话，之所以出现这样的一种精神状况，就是人们的生活变好了，自然人也显得特年轻。妈妈和女儿，儿子和爸爸站在一起，冷不丁一看，还以为是姐妹或兄弟呢。（阿成）

好的生活

什么是好的生活？好的生活不在于物质多么丰富，而在于能活出自我、活出乐趣、活出生活中的美好。

如何得到好的生活？好的生活不会从天而降，它需要自己去经营、去修行，只有用心修行的人才能体会到生活的意义。人生并非都一帆风顺，也并非所有人都能富贵成功。修行，就是在人生的低谷处，活得还是自己。

作为普通人，我们需要做的就是心向美好，慢慢修行，在平凡的人生中活出属于自己的精彩和乐趣。（马德）

谁想念谁

笔，究竟是想念墨，还是想念纸呢？船，究竟是想念海，还是想念港呢？水，究竟是想念云，还是想念海呢？火，究竟是想念种子，还是想念灰烬呢？

黄金，究竟想念矿，还是想念熔炉呢？

花朵，究竟想念蕾，还是想念果实呢？

笔想念纸，纸是它的领地，它要在上面建造楼阁。船想念海，海是它的战场，它要在里面乘风破浪。水想念云，云是它的翅膀，使它化为甘霖普降。黄金想念熔炉，它急欲打造成器……

花当然想念果实，到果实才功德圆满，不负这一番栉风沐雨。

不是笔、船、水、火自己说，黄金、花朵一句话也没说。是否真能了解黄金和花朵呢？也许真想念蓓蕾的花，有想念矿石的黄金，可是有谁了解它们？

(王鼎钧)

朋友

得意时，朋友认识了你；落难时，你认识了朋友。

财富不是你的真正朋友，真正的朋友才是你一生的财富。真正的朋友，在一起就算不说话，也不会感到尴尬。

朋友，就是把你看透了还能喜欢你的人。朋友是一种牵挂，彼此都没有心灵的负担或感觉的负累。

检视友情的深浅，不是看你会不会对他笑，而是看你愿不愿意当着他的面哭。

好朋友是天，好朋友是地，有了好朋友就能顶天立地；好朋友是风，好朋友是雨，有了好朋友就能呼风唤雨。

30岁以前，多交大十岁的朋友；40岁以后，多交小十岁的朋友。

人生交往的总数不超过100人，按关系重要程度分三个层级：10-30-60。

就异性关系而言，友谊比爱情可靠得多。（广州）