

不高估自己的重要性

高伟

我做梦做到考试这件事,一直持续到现在。不当学生几十年了,我还动不动就回到梦里去考试。梦里的我从来都没有复习好就要参加考试了,化学课本还没有看呢,语文书本中的唐诗宋词还没背下来……我被吓醒了,赶紧掐掐自己的大腿,感觉一下是不是真疼,继而庆幸自己是在梦里。

怕考试这件事在当年也是真的。学生阶段,每次考试前几分钟,我总要上厕所。有一回考外语,有道题,我明明会,却答错了。交卷后,我那个懊悔呀,真想晚上去老师的办公室把答案改过来。

听过一位成功人士的演讲,也说起当年他的一次考试。成功人士小时候家里穷,钟表报时不准,考试那天钟表表现得尤其不好,竟然把时间晚报了半个小时。这使得他晚了半个小时才到考场。那是高考前的最后一次年度期末考试,对他来讲很重要。当时考试规定半个小时之后就取消考试资格,监考老师不能决定他能不能进

去考试,就打电话询问领导。就在这个档口,他焦虑得像把自己架在火堆上烤肉串。他觉得自己真不幸,怎么就碰上这个丧门星钟表。

年轻的时候,我们格外怕失败,若是考试成绩降落了几名,就难受得要命。觉得自己考得不好,全班同学都会笑话自己。而越是怕失败,做起事来就越紧张。有一回,我被选拔去演讲,讲的是红军长征的一段故事,上午一场,下午一场。上午那场是面对其他级部的同学,我发挥得好极了,一点都没出错,得到了校领导的表扬。下午那一场,听众有我们班的同学,我一上场就提醒自己,不要紧张,不要紧张,结果越提醒越紧张,没讲几句忘词了,头脑里像突然被黑板擦擦干净的黑板。我蒙了,站在上面不说话了。停了好长时间,在旁边主持老师的提示下,我才草草结束了演讲。

这次演讲让我难受极了,好几天才缓过神来,觉得自己真是失败。以致后来很长一段时间,我都怕演讲。

有时候也想:我为什么要这样折磨自己?只是一个演讲,听演讲的人早就忘了,去过自己的正常生活了,顶多觉得这个人讲得不好。可是,我为什么放不下呢?我为什么一想起那天的场景就心惊肉跳到像被刀割?我为什么那么害怕失败?

后来,我就研究自己的这种心理。我看心理学书、哲学书,知晓了这是自己的自卑心理在作怪。我虚拟了一个自我,这个自我又弱小又狂妄,觉得自己是宇宙的中心,觉得别人的目光都对准自己。这个自我的心力和心量又都太差了,像个小孩,高估自己的重要性,不接受自己不如别人,特容易受伤。如果我经常被这个小孩所把控,那我就过得非常痛苦。

但是,我也接纳生命中这个小孩的存在,她在我的生命中真实地存在着。然而,我的生命中还有另一个自我,她像是这个小孩的内在母亲,用更高维度的智力和灵性带着自己的小孩成长。她让我明白:持续地学

习,日拱一卒,每一天比前一天多知晓一点点道理,这就是活着的意义。

当年被自家的钟表延误了考试的那个年轻人,后来也没因为那次考试而延误了生命的成长,若干年后他成为对所有年轻人有号召力的成功人士。他说,即使那次考试不好,也不会影响高考成绩。就算是高考成绩不好,没有考上理想的大学,也不会影响日后的人生。高中只是人生很短的一个竞赛时段,而生命是一场绵长的马拉松,要靠长久的耐力和持续不断的学习支撑的。生命的精彩,靠的是自己认知的精准迭代和心量的持续扩大。

古典文学研究专家戴建业说,他在50岁之后就过得开心多了,不再老是感到痛苦了。尤其是他太太去世之后,他觉得人都是要死的,有什么放不下的呢?如此反观我们自身——是的,有一件事情没做好,没做好就没做好呗,下次做好就行了,没什么可难受的;演讲讲不好,讲不好就讲不好吧,不就是说两句话嘛,说得不好又怎样呢?地球还是照样转!就算别人说不好,对自己又有什么影响呢?向有能力的人学习就是了。

人生不长,松弛地活,不要高估自己的重要性。

被投喂成“网红”的狼

任人

狼,也能成为网红?在可可西里,就有这样一头野狼。从第一次出现在网络视频里,到现在不过短短几个月时间,因为守在路边被司机、游客“投喂”火腿肠和小蛋糕,它已经从骨瘦如柴变得毛发丰厚。有网友称,网红狼拦车要食物的动作十分娴熟,已经学会了摇尾巴、露肚皮等向人类献媚讨好的技巧。

对于网红狼的自动归化,有动物专家提醒网友不要随意投喂,避免好心做坏事,为其他路人的生命安全埋下危机;也有人担心,这样的现象会对狼群在自然界的捕猎生活造成不良影响。

就像人成为“网红”总要付出些什么,或是时间、或是劳动、或是思考和创作、或是个人隐私,野狼成为网红狼,自然也要以泯灭野性、讨好人类以及冒着被车撞倒的风险作为代价。人成了网红是为了“大赚”,狼成了

网红则不小心“大胖”;大赚的人摔得狠,太胖的狼跑不快。有得必有失,人类自然明白这个道理,狼却未必懂得这样的法则。

无论哪种网红,归根结底都靠粉丝供养。粉丝一旦“釜底抽薪”,网红就只好自生自灭。人类网红如大浪淘沙,有人销声匿迹,有人苟延残喘,有人卷土重来,有人另辟蹊径。网红狼或许也只是昙花一现,随着季节的更替、热度的转移、车流人潮的变化等等,网红狼随时有可能失去投喂的待遇,更有可能消失在社交网络里、失去被更多人看见的机会。狼不会在意它的网络观众群体,因此认识不到赢得人类注意力,比赚口饭吃更重要。

网红狼早晚都要回归野外生活。但从生存的意志来看,动物的生存本能或许比当今一些人在生活中萎靡不振的状态要更积极奋进。



都学会了欺瞒的手段。苏辙写了一首名为《和子瞻调水符》的诗委婉地责备他:“多防出多欲,欲少防自简。君看山中人,老死竟谁谩。渴饮吾井泉,饥食甑中饭。何用费卒徒,取水负瓢罐。置符未免欺,反覆虑多变。授君无扰符,阶下泉可咽。”他的意思是说,错误并不在士兵,而是因为苏轼的欲望太盛,一般的泉水瞧不上,偏要喝上等的玉女洞泉水,怎能不被人骗?只有降低欲望,以粗茶淡饭为享受,才算真正握住了“无忧符”。

人不能过度追求口腹之欲,凡事一过头就会成为祸害。少一点欲望,很多纷争与怨怼自然会减少。

走过小石桥,来到河北岸,在他所在的生产队社场的寨子门前停了下来。秋收已过,已经封场了,周围一片寂静。他从寨子门缝侧身进去,找到一个锈迹斑斑的、废弃的耢子头,在一块大石头上—摔两半。然后,他抱着钻出寨子说:“走,上供销社。”我说:“这样做中吗?”他嘿嘿一笑:“用不着的废铁,没事的。”说罢,我们一起来到街上的供销社,将破耢子头卖了一毛多钱,然后我们两个来到旁边的饭店里。找个座位坐下,他像大人一样要了一大碗烩饼,又要了一个空碗,将烩饼一分二。“吃啊。”他像当年吃“百鸡宴”

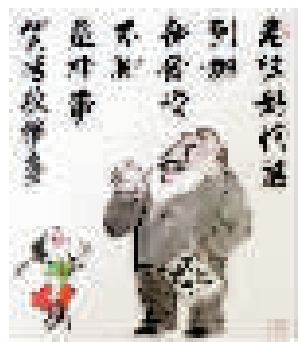
妙语解颐,典出《汉书·匡衡传》:“匡说《诗》,解人颐。”颜师古注:“如淳(曾任曹魏陈郡丞,注释过《汉书》)曰:‘使人笑不能止也。’其意是说,匡衡讲解《诗经》幽默风趣,让人开心欢笑。”

我们可以把幽默看成一种心态。它是于生活工作中洞察秋毫之后仍然积极乐观的心态,而且它会影响到身边的人,能像阳光一样驱散人们心底的阴霾。所以,一个人若是说话幽默,能够妙语解颐,其人缘肯定不错,其业绩也不会差到哪里去。

我们也能把幽默看成一种能力或一种素养。比如,你是一名老师,要想如匡

衡那样在传授知识时,达到妙语解颐的授课效果。你首先得把深奥的知识吃透,融会贯通,然后才能深入浅出地做出通俗有趣的解释。

而且,真正的幽默,其实是一种自嘲,即拿自己开涮——这需要胸襟,更需要勇气。



●成语新说

妙语解颐

闻云飞文 李殿光画

半碗烩饼

金学钧

三年后的深秋,已经到县城上学的我来到马伸桥,看望叶满秋。他家的境况依旧,墙柜上的竹皮暖壶分外眼熟,那是我打碎他家的暖壶后,我母亲买的。见我来了,满秋很高兴,将一把木头做的黑色二十响手枪送给我。他个子不高,但圆圆的脸上长着一对会笑的月牙眼,一说一笑:“走,今儿我请你吃烩饼。”那年月能到镇子上的国营饭店吃碗烩饼,已经是相当不错的待遇了。

一样,端起碗来开始狼吞虎咽。望着他吃的那个香劲,我半天没有动筷。“快吃呀。香着呢。”我一阵心酸,陪他吃了那半碗烩饼。

从此,那半碗烩饼很长时间留在我的脑海里,久久不能释怀。我知道,他家日子过得依然紧吧。那时,他的老父亲已经去世,他家生活很艰苦,满秋不免干出一些偷秋掠穗的事情来。转年夏天,我再次遇见叶满秋,已经不像半碗烩饼那样简单了。那是姥姥让我到镇子上卖豆角,当时正赶上“割资本主义尾巴”,不让农民出售农产品,转了半天没见到卖菜的。走到镇子东边小桥头,我见桥栏杆蹲着

一个半大小子,面前摆着一兜子架豆角,不时左顾右盼。我细一看,那人正是叶满秋,正要说话,就听身后响起一声炸雷:“好小子,竟敢偷我的豆角。”这时,满秋也认出我,忙把豆角兜子扔给我说:“快跑!”只见他撒腿便往西跑了。一个光头男子一边追一边投过一把三股木杈,满秋则像小猴一样转眼不见了踪影。

这都是过去的事情了。改革开放以后,叶满秋成为一名渔民,兼搞三轮运输,日子过得很红火。

头一次吃苦瓜,是在广州。那会儿,我刚参加工作不久,到广州开会,餐桌上有道菜叫拌凉瓜。菜肴颜色翠绿,十分诱人,咬一口脆生生,但味道苦若黄连。当地朋友告诉我,这菜叫苦瓜,又称凉瓜。那时,苦瓜在北方还很罕见。接下来,我又吃了苦瓜炒肉片,肉香伴着瓜的微苦,浑然天成,细细品味,回味无穷。

后来,在北方的菜市场上,苦瓜已成大路货,浓绿色的苦味较浓,淡绿色或绿白色的苦味较淡。我隔三岔五买上两三条,或凉拌或清炒,似乎“自讨苦吃”上了瘾,渐渐生发出品苦瓜品生活的意趣。现今品味岳

父种植的苦瓜,想想自己已翻过田,施过肥,浇过水,觉得更须慢慢咀嚼,细品其味,竟似有所思,亦有所悟。个中滋味,并非一苦到底。吃起来先是苦,似将胆汁勾将出来,但咀嚼得愈细愈久,越发感到一丝淡淡的甜!哦,这不是“苦中孕甜,苦里含香,苦后通幽,苦外飞爽”吗?古人概括的甜、香、幽、爽,正是对“出于苦而胜于苦”的妙解。收获总会伴着辛苦,如同梅花香自苦寒来一样。

人生,总有与苦相伴时。倘若体味到苦中有乐、苦尽甘来的道理,那苦也就显得苍白无力,成了引衬。忽然想起“能吃苦方为志士”这句话,倘如吃惯了甜食、香食的志士,能经起到“清热解毒”、爽人身心作用。

世上有擅长苦中作乐之人,并能从苦中创造出甘甜。我在想,市场上的苦瓜何以畅销不衰?仅仅是因为人们对淡绿或绿白色的苦味较淡。我隔三岔五买上两三条,或凉拌或清炒,似乎“自讨苦吃”上了瘾,渐渐生发出品苦瓜品生活的意趣。现今品味岳

父种植的苦瓜,想想自己已翻过田,施过肥,浇过水,觉得更须慢慢咀嚼,细品其味,竟似有所思,亦有所悟。

个中滋味,并非一苦到底。吃起来先是苦,似将胆汁勾将出来,但咀嚼得愈细愈久,越发感到一丝淡淡的甜!哦,这不是“苦中孕甜,苦里含香,苦后通幽,苦外飞爽”吗?古人概括的甜、香、幽、爽,正是对“出于苦而胜于苦”的妙解。收获总会伴着辛苦,如同梅花香自苦寒来一样。

人生,总有与苦相伴时。倘若体味到苦中有乐、苦尽甘来的道理,那苦也就显得苍白无力,成了引衬。忽然想起“能吃苦方为志士”这句话,倘如吃惯了甜食、香食的志士,能经起到“清热解毒”、爽人身心作用。

世上有擅长苦中作乐之人,并能从苦中创造出甘甜。我在想,市场上的苦瓜何以畅销不衰?仅仅是因为人们对淡绿或绿白色的苦味较淡。我隔三岔五买上两三条,或凉拌或清炒,似乎“自讨苦吃”上了瘾,渐渐生发出品苦瓜品生活的意趣。现今品味岳

品苦瓜

张树民

星期文库

小镇故事之七