

周末,我和爱人、孩子驱车回乡下老家看望母亲,顺便给她带了盒老年钙片和一箱牛奶,老人家岁数大了,让她补钙。

闲聊时,说到保健养生,我提醒母亲小心骗子,不要花钱乱买保健品。这时,心直口快的爱人提起了一桩往事——几年前母亲曾被两个老乡说动了心,凑了1000元,买了几盒“保健品”,后来发现上当了。这件事发生后,母亲难过了好一阵子,我连忙示意爱人不要再说了,爱人也意识到“失言”,气氛顿时尴尬起来。

母亲现出迷糊的样子,说:“有这事吗?我怎么不记得了?只记得要提防诈骗。”然后,她转移了话题,聊起我年少时的开心事,细节都记得清清楚楚,全不像容易忘事的人。

母亲身子骨硬朗,精神头也好,爱说爱笑,可有一个“小毛病”,就是经常会“选择性遗忘”。好事,年月再久远,她都记得很准;不好的事,特别是非常糟糕、特别闹心的事,她很快就忘记了,你再怎么提醒她,她都是一副糊涂状,连连摇头,或者转移话题。

后来,我慢慢意识到,这其

我所在城市有一名业余羽毛球高手,人称“耐打王”。他是个六七十岁的干瘦老头,据说早退休了,然而精神矍铄。

他打球并不凶狠,但步伐好、防守好,不管对手怎么杀、怎么吊,落点怎么刁,他总能防起来,且主动失误很少,发挥非常稳定。不少年轻高手喜欢挑战他,但大多败北,事后都叹服,说没想到一位老人那么“稳阵”(粤语“稳重”的意思)。

我发现,大部分羽毛球初学者喜欢暴力杀球,“嘭嘭嘭”,一拍钉死,但不怎么重视防守,毛里毛躁,失误多。而高手的明显特征就是技术全面,动作稳定。正如“耐打王”,他靠“稳”,常累趴对手而获胜。

我很喜欢与“耐打王”搭档打双打,因为他跑动快,懂补

国王死了,王后也死了。

这句话非常客观地陈述了两个事实,有开端,也有结局,但少了过程,便称不上故事。国王死了和王后死了都是“事件”,两个事件罗列在一起就成了我们常说的“流水账”。

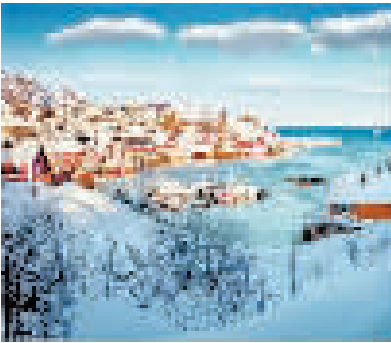
但试着将这句话稍加扩充,情况马上不一样了:国王死了,王后因为悲伤也死了。

两件事因为因果关系被串联成了一件事,而这种陈述比刚才的客观陈述传递了更多信息,也多了让人唏嘘的情绪:王后离世是因为悲伤啊。

其中的关键在于“因果”。有了因果关系,事件就成了“情节”。

情节,是构成故事的重要因素,它往往是一个有因果关系的事件团。诸多情节叠加,就组成了故事的“过程”。我们可以试着继续扩写:国王死了,

选择性遗忘



实是母亲的一种生活智慧,她不是记性不好,而是有选择地“遗忘”,不好的事,不往心里去。

说起选择性遗忘,母亲总结道:“人这一辈子,经历的事这么多,如果事事都往心里放,都记入脑子里,心和脑瓜儿还不被撑破?好的事,当然要记着,不好的事,已经改变不了,吸取点教训,难过一会儿,就放下吧,总耿耿于怀,情绪不好,会生病的。”

我儿子问奶奶:“好的事情您能记住,坏的事情不记得,您是怎么做到的?”她笑着回答:“奶奶呀,脑瓜里有个筛子,像

位,多半会赢球——大家都爱死他了,呵呵。

想一想,“稳”,还真是个人生关键词。正所谓行稳致远,一生能不能做成点事,往往拼的不是速度和锐气,而是“稳”住那口气的坚韧和耐性。

我观察有这样一类“稳”人,看起来既不帅气也不漂亮,既不显才也不多金,不挣不抢不出风头,办事不紧不慢又有条不紊,说话从不高声大气,

但周围关系处理得和顺,无声无息间妥妥地成了事业和生活的赢家,真是“稳”得优雅,“稳”得漂亮。

“稳”人,意味着心智成熟,性格定型,做人做事有章法,一切可预期,借用流行语,就是人“靠谱”。

陈中奇(摘自《意林》)

筛粮食似的,把生活中那些沙子、石子,还有秕谷、灰尘都筛掉了,留下的都是颗粒饱满的好粮食……你看看,奶奶的脑袋瓜多好啊,活得多么开心。”我儿子听了,说:“我也要这样的‘筛子’。”大家听了,都笑起来。

我记得年轻时母亲就常“过筛子”,邻里之间相处,人家的“坏”事她都“筛”掉了,只记得他们的好事。早年,东邻三叔常到我们家借粮,只借不还,但母亲并不计较。我气愤地对母亲说:“春天的时候,三叔借咱家的两袋子地瓜干还没还呢,你怎么又借粮给他?”母亲嘟囔着:“有这事吗?我只记得他的好,他家生活负担重,但还不忘助人。那年你小弟溺了水,多亏他搭救,要不早淹没了。远亲不如近邻,大家有难处时都要互相帮助。”

年岁渐老,母亲的“选择性遗忘”越来越厉害。她把几个孩子抚养大,受过的苦、挨过的痛、流过的泪,那得有多少啊!但是母亲一直活得乐呵呵的。每每有人讲起这些付出,她会说:“都是陈芝麻烂谷子的事儿,我不记得了。不如多想想将来的甜,日子才有奔头!”

母亲的言传身教,潜移默化地影响着我。咂摸咂摸母亲的话,我觉得很有道理。记住生活的甜,忘掉过去的苦,看着现在的美,想着将来的好,这样的人生才有滋味。

如此说来,“选择性遗忘”也是心灵治愈的一种良方,一种生活的智慧。

刘琪瑞(摘自《广州日报》)

箴言

好运只是个副产品,只有当你不带任何私心杂念,单纯地去做事情时,它才会降临。

马克·安德鲁斯

《论语》里孔老夫子教我们要引以为戒,不要“群居终日,言不及义”,整天没事做,没话找话说,尽说些无聊话,说了等于白说的废话。

犹记得小时候看李翰祥导演拍的黄梅调电影《梁祝》,有一幕是学生学堂里摇头晃脑地念着:“大学之道,在明明德,在……”老师临时抽考:“饱食终日,下一句是什么?”笨笨的马文才答不出来,竟冒出:“就不饿了。”台下观众爆笑,这就是典型说废话引来的笑话。

但是生活中我们说废话的几率越来越高,似乎有“世人都晓扯皮好,不费力气不费脑”的趋势,许多人喜欢用废话来对应日常生活的沟通,是年轻人对应资讯时代无用消息的反击?

但从心理学的角度看,废话有其正面的意义,因为语言本身不仅仅是传递资讯,还有很强的社交属性,一个人不会说废话、场面话,就等于不会说话。

我们在与人交往时,不要用目的性太强的语言,这样才容易让人亲近。但信息量等于零的废话又令人莫名其妙,譬

名人感悟

美的感受,需要时间

童年的时候,父亲母亲与我的关系很深,尤其是母亲。记得小时候,有一次父亲问我考了第几名,我说第二名。父亲就严厉地问:为什么没有考第一名?我正发抖时,母亲一把把我抱住,说:别理你爸爸。我好感谢那样的拥抱,仿佛把一切我无法承担的压力都纾解了。

我常感觉母亲有一双魔术师般的手:我小时候盖的被子,是母亲亲手缝制的;人家送我母亲十几种毛线,她就织成毛衣,每年过年再把旧毛衣拆了,用旧毛线织出新花样,便又是一件新衣了。

记得我很小的时候,就跟在母亲身旁,看她买菜包水饺。不论买什么菜,她总是会用食指跟大拇指的指甲,把老的地方掐掉,把普通的食材变成我们嘴里最好吃的菜。

美的感受,是需要时间的,我们那个年代的父母,在生活上花了很多的时间,譬如我盖的那床被子,现在看来是多么奢侈,因为那是母亲亲手做出来的。

“着力即差”,是苏东坡临终时的遗言。什么意思呢?就是说,凡事太过用力就落了下乘。

我们都有过这样的体验,动作太过用力,就会僵硬、笨拙,不连贯、不流畅。跳舞,你太用力,舞姿就难以行云流水;滑冰,你太用力,身体就难以行动自如;穿针,你太用力,手就会因颤抖而难以把线穿进针眼。

动作不能太用力,心也不能

人类的手,是一切美的起点。人类五种感官的活动,构成了美学。所谓美的感受,也源自你对一个人的情感,对一个地方的情感,对一个事物的情感。我的第一堂美学课,其实是母亲给我上的。我们过去经常会走到院子里去看一朵花、一片叶子,做很多没有目的的举动,她不像其他大人,看到小孩没事做的时候会慌张。

我尽量学习母亲的这种不慌张,在大学教书的时候,每年四月,羊蹄甲红成一片,上课的时候我都可以感觉到,十八九岁正在恋爱的年轻人,根本就没有心思听课,我会停止上课,带学生去花下坐一个钟头,聊天,或什么都不做。

我们需要有这样的课堂,不是每天都要如此,而是偶尔要带孩子出去看花,去听海浪的声音,让他们脱掉鞋子去踩沙滩,要让年轻人重新找回他们身体里的很多的渴望。

蒋勋(摘自《散文大家》)

太用力。动作太用力,会弄巧成拙;心太用力,会事与愿违。一个人心太用力,就是

心念太盛、贪欲太强,一个不知满足的人永远得不到满足,一个贪图享乐的人往往难以得到幸福。

你看,自然界的一切,不刻意、不强求、不急迫;花,就那样自然地开;草,就那样自然地长;风,就那样自然地吹;水,就那样自然地流。不做作、不造势,不着痕迹,行云流水,浑然天成。

人应该从自然界中悟到什么,让自己“自然”的成分多一些,努力去克服自身什么都想“着力”一番的贪婪。

明月(摘自《思维与智慧》)

弄玄虚的废话、于事无补的废话,等等,凑在一起好像应用得当,其实还是说了像是没说。

另一类废话该算爱情废话,有人曾说过:“爱情的副产品就是废话。”谈恋爱之所以称为“谈”,是因为两个人在互相了解的过程中,就是彼此抛话题,一来一往慢慢了解对方,逐渐进入对方的心里。

所以恋爱期间难免要说许多废话,多到一睁眼就想跟他聊天,让琐碎的时光也变得诗意和浪漫起来。

两人说着无聊的话,做着无用的事,却觉得心里满溢着一堆爱情,只想听不想打断,从中感受到了深深的爱。

所谓幸福,就是找到了一个愿意听你讲废话的人,一边聊着废话,一边笑成个傻子,从没有营养的对话中得到无法言喻的快乐。

“你现在在干吗?有没有想我?”不厌其烦地问,对方也耐心地回应。只要有爱,废话都会听成情意绵绵的温馨,和一个什么废话都可以聊的人在一起,那就是世上最好、最舒适的关系。吴玲瑛(摘自搜狐网)

着力即差



人生感悟

废话训练

姑八大姨催婚时,他认为最得体的废话是:“快了,该结的时候就结了。”

想起我的一个同学从小参加演讲比赛,老师请专人训练他,果然到处得奖。

但他自嘲说自己受的是高度专业的废话训练,听起来内容好像很具体丰富,实际上很空洞。包括冠冕堂皇的废话、言之无物的废话、鸡同鸭讲的废话、模棱两可的废话、举一反三的废话、不知所云的废话、故