

把自己看小把事情做大

□ 乔贝

余华被誉为中国的查尔斯·狄更斯，评论家们称赞他行文简练，可余华却在节目里说：“别人都说我的文章语言简洁，那是因为我认识的汉字少。”越是有本事的人，越是把自己看小。

纪录片《时代我》里让人印象深刻的是对袁隆平小孙女的一段采访。在采访中，她说到一件趣事。老师问她：“知不知道你爷爷是干什么的？”令人意外的是，女孩竟然说：“我爷爷是天天看天气预报的。”看到这里，内心莫名触动。不敢想象，袁隆平这样一位有名望的人物，孙女却连他是做什么的都不知道。即使他养活了全中国的人，他依旧只把自己当成一个“种田人”。水深不语，人稳不言。优秀的人，懂得抛却浮华，从不张扬，从不嚣张。

苏格拉底被喻为古希腊“最智慧的人”，可他听到这个称号后，诚惶诚恐地说：“我一无所知，除了知道我一无所知。”一次，苏格拉底在和学生们聊天时，他见一位学生总在炫耀家境，吹嘘自己家有一片一望无际的土地。于是，苏格拉底拿出一张世界地图，问他：“你能指给我看看，亚细亚在哪里？”“这一片全是。”学生扬扬得意地回答。“那么，希腊呢？”苏格拉底问。和亚细亚相比，希腊太小了。他认真

找了很久，好不容易才将希腊找出来。苏格拉底接着问：“雅典在哪儿？”“雅典，这就更小了，好像是在这儿。”学生指着地图上的一个小说说。苏格拉底又问：“那么现在请你给我指出，你家的那片一望无际的土地，在哪儿呢？”学生十分尴尬地说：“对不起，我找不到。”从那以后，这位学生再没有向人炫耀过自己的家境。

古语云：“天不言自高，地不言自厚，以万物为参照，可洞观一己之不足。”那些见过世面的人，大都虚怀若谷，恭顺谦和。他们从不会吹嘘自己多厉害，因为他们明白人外有人，天外有天。

人生路上，怎么才能走得又快又远？很赞成樊锦诗说的一句话：“不要太把自己当一回事儿，要把事情当一回事。”人须在事上磨，方能立得住。

20世纪90年代流传一句话：“不少西方人说起中国，都知道三样东西：天安门、长城和巩俐。”作为第五代中国导演的缪斯，巩俐身上的标签有很多：30岁，戛纳电影节评委；33岁，柏林电影节评委；35岁，威尼斯电影节评委会主席；《华盛顿邮报》全球年度5位伟大演员之一。但就是这样一个巨星，丝毫没有架子，只专注于做自己的事。出演《秋

菊打官司》时，为了说好陕西方言，巩俐去陕西农村待了近半年。最后说出的陕西话，把当地村民都唬住了。拍《艺妓回忆录》时，导演打算让替身完成一场高难度的扇子舞，但她拒绝了。为了这一个镜头，她足足练了5个月，每天需要练习两千下。拍《中国女排》时，为了演好郎平这个角色，巩俐成了郎平的“跟屁虫”。只要郎平出现的地方，巩俐都在。一次，白浪在片场见到巩俐，情不自禁地说：“这就是我妈妈。”以至于有段时间，业内一直盛传：巩俐每演一个新角色，都能解锁一个新技能。但她呢，却并没有把自己当回事：“我不是明星，我一生只想做个好演员。”巩俐从不参加综艺节目，甚至连个人微博也没有。唯一琢磨的事情，就是怎么演好戏，对自己的作品负责。“但凡我决定要做一件事，就要做得完美。”巩俐如是说。

谁终将声震人间，必长久深自缄默。当你在不动声色中，沉淀自己，把事情做到极致，你也就成为最稀缺、最无可替代的那个人。人生如过客，唯有尽量把自己看小，努力把事情做大，才能不断增加人生的宽度和广度。

——摘自《做人与处世》

人 生

无音之音

□ 河合隼雄

58岁时，我再次吹起了在学生时代因吹不好而放弃的长笛。这次我决定正儿八经地跟着专业老师每两周学习一次（尽管难以按计划进行）。学习某种技能真是不错，因每次都能学到新东西而感到开心。而且因为我从事心理治疗的工作，对人的生活方式高度关注，被教授长笛时多能和人的生活方式及心理疗法关联起来。这样一“算”，感觉被教授了两倍甚至三倍之多的知识。

长笛不同于钢琴，它一次只能发出一个音，因此只是吹单曲而已。吹到得意时，会被老师问“这里的和音怎么处理”。也就是说即便是吹单曲，如果不了解和音如何变化也是不行的。我总认为，无论知不知道和音变化，曲子本身都不会发生变化，但实际并非如此。随意地吹奏和留心吹奏明显不同，老师一听就明白。

这时，没吹响的音反而很重要。细想一下，这在人际关系中是不是也很重要呢？人只有一张嘴，一下说不了太多话。比如，只能说“我很悲伤”，但如果把它想成曲子，同样一句“我很悲伤”下面会有各种和音，这就大有异趣了。聆听没有被说出来的和音是不是也非常重要呢？我想，倾听无音之音的态度在深度理解他人方面也是非常必要的。

我还在另一件“无音之音”的事情上被教导过。长笛是可以发出高音的乐器，可是想把高音吹得漂亮就太难了。我一吹就成了所谓的“高亢”之音。尽管这种时候老师会提醒，但吹起高音时总感觉身体也在往上提，仿佛“浮了起来”，总是吹不好。

吹的声音升高时，身体的感觉应该是下沉到腹部下方，必须将它支撑起来才行。不实际吹吹看也许不会清楚，随着声音升高，身体的支撑要不断下沉，就是要由成不了音的低音来支撑着高音那种感觉。

这样吹起来真的很难。若到了高音连身体也不由自主地浮了起来，音色就会变坏。

练习时我想的是，人一帆风顺处于上升趋势时很容易“漂起来”。无论升到多高，要想牢牢地支撑住自己，就必须伴随着产生某种下降的力量。要有某种存在于高位和低位之间的紧张感支撑着高物，并同时赋予它厚度。

人的幸福或许也与此相似。即便身处幸福的巅峰，倘若没有与之相对应的深沉的悲伤来支撑，幸福也终将化为浅薄。没有单纯的幸福存在。当然，一般人只能听到长笛的高音。正如好的音色有着无音之音在支撑，幸福这东西也一样，即便人眼中只能看见幸福本身，要使其拥有厚度，就必须靠悲伤来支撑。

我想强调的是，幸福无论多么美好或看起来多么光彩夺目，只要缺少深沉的悲伤来支撑，也只能是漂浮之物。恐怕更重要的是，支撑幸福的那种悲伤吧。

——摘自《读者》



点 滴

狮子的恐惧

□ 邓笛

有一只狮子，胆子很大，但只怕听到公鸡的叫声。它每次听到公鸡打鸣，就忍不住腿脚颤抖，浑身的毛都会惊悚得竖立起来。

一天，它将自己心中的恐惧说给大象听，谁知大象听了哈哈大笑。“公鸡打鸣有什么好害怕的？”大象说，“好好想一想吧，难道公鸡叫一嗓子就能伤害到你吗？”

就在这时，一只蚊子飞了过来，在大象的头顶盘旋，大象吓得又躲又闪。“如果蚊子钻进我的耳朵里，我就死定了！”大象一边惊叫，一边甩动鼻子驱赶蚊子。

现在轮到狮子哈哈大笑。

——摘自《羊城晚报》

眼高手低

□ 蔡澜

有闲阶级开始买字画，有人批评他们附庸风雅。老师说：“附庸风雅有什么不好？代替银纸和股票挂在墙上，已经表示他们开始走在艺术欣赏的路上。”

“眼高手低，”老师道，“更是一件好事！好的东西看得多，能够被吸引便叫眼高，眼高表示欣赏力强。手低只是技巧的问题，勤能补拙，多下功夫手便不低。最怕的是，眼也不高，手也不高。”

——摘自《青年文摘》

脚踏实地，是成长路上最大的智慧

□ 竹小篱

大二那年，我开始写小说。几个要好的同学纷纷劝阻我，他们觉得我文笔一般，偶尔写写东西还会用错成语，怎么能写小说呢？

事实证明，我确实不是一个有天赋的人。平时脑海中有很多想法，可真正动手写时才发现，我连开篇的第一句话都写不好。好不容易磨出了几万字的作品，向多个杂志社投稿都石沉大海。

偶然一次机会，我向一位前辈请教自己的疑惑，他这样回答：没有人天生就会写作，即便是天才，也得学会积累。

这句话点醒了我。我开始每天坚持读书，把看到的好句子摘抄下来，琢磨遣词造句的方法。每看完一部小说，我都会在纸上认真梳理出人物、情节这些要素。半年的时间，我就用掉了200多张A4纸。

有一次，我打算写一本有关美食的小说。为了让小说贴近生活，我天天看菜谱，对各种菜系都一一研究记录。在动笔写正文前，我花费了两个多月的时间来拟订全书的大纲。写完后投稿，很快就收到编辑的回复，直接签约发表。后来的3年时间，我完成了400多万字的写作，还成功加入市级作家协会。

我很庆幸，当初没有半途而废。原来，所有向上生长的盛景，都离不开日复一日地向下扎根。

我的主业是从事职业资格培训，有一位50岁的大哥让我印象特别深刻。

报名第一天，大哥就告诉我，自己是初中毕业，看书比较慢，但又特别需要这个证，如果拿不到证，他很可能会被换岗甚至淘汰。他最担心的就是理论考试，因为实际操作在日常工作中就

能用到的，对他来说不会很难。

我鼓励他先认真听完每一堂课，课后再多花点时间消化巩固。到了培训期间，我发现，那位大哥的模拟测验一次都没合格过。大哥的心态出奇地好，他给我看了一个笔记本，上面整整齐齐贴着那些做错的题目。他还告诉我，虽然自己底子差，但是经过一段时间的学习，已经慢慢找到了方法。

第一次理论考试结束，他的成绩不理想。他特地跟我说，自己年纪大了，很多东西记不住，但没有想过放弃。后来，他前前后后补考了四次，终于通过理论考试。之后，他顺利通过实际操作技能考试，成功拿到了技能证书。

有时候，成长就如种子发芽一般，需要积蓄足够多的力量，才能冲破土壤。破土前在黑暗里的煎熬，都是为了阳光下的新生。

曾看过这样一句话：“成功之所以那么难，是因为它在考验一个人到底能付出多少坚持的决心。”

看了几天书，一旦放下，可能半年都读不完一本；买齐了装备，跑了几天步，可能接下去就会不了了之；报了培训班，总有这样那样的理由缺席，整个培训就会受阻……

有时，你或许会觉得是自己能力不行，做事经常没成果，但可能只是你经受不了考验而已。世上没有白费的努力，也没有白来的成功。你积蓄了多少能量，日后才能爆发多大的力量。哪怕眼下成长的速度慢一点，在日积月累之下，也能得到岁月的馈赠。

脚踏实地是成长路上最大的智慧，因为成功从来没有捷径可言，只能点滴积累、步步靠近。与你共勉。

——摘自《人民日报》