

## 接纳与担当

□ 草予

生活,概括起来,其实不过就是两件事:对力所不能及的接纳和对力所能及的担当。

接纳,不是全盘地妥协,也不是全然地随波逐流。终究会抵达的,便是归来未晚;尚未抵达的,也并不是一定就是离开。接纳,是充分认知和掌控之后,作出的接受和认领。

接受庸常。幸福和快乐,通常皆是以简单和朴素的形式出现,简单平常小事中,应该学会对幸福、快乐的识别和捕获。大起大落的历练,自然是对生命的考量,但生命真正的意义多半来自日常生活的经受和领略,庸常、平淡、清素、绵长的岁月,才能让人的心性水落石出般历历分明。

接纳秘密。每个人都存有秘密,偏偏每个人的好奇又容易逗留和围绕这样的秘密。恰好的距离,需要对好奇心有所克制。放弃对他人过往、不完美的清点和探知,空出自由的区间,往往可以使得彼此走得更远。即便是相爱的人,也应对彼此放宽,允许彼此各有领土,互不猜忌,也互不打探。爱情里,能够与时间相抗的,并非激情,而是宽怀。

接纳不明朗。很多时候我们放弃据理力争,是因心中先有了原谅,对错功过都成了往事。我们没有必要去赢一个始终与自己同行的人,能够长久的关系,是谁让谁多一点,而不是谁赢谁多一点。很多事情,糊涂比明白反而容易收获皆大欢喜,这也就是人们所说的“难得糊涂”。当一个人不想分辨对与错,甘愿沉默,他不一定是因为理亏,而是对彼此更为珍惜。

接纳并不代表对现状完全默认和顺从。我们依旧需要通过责任、勇气、自律、担当获取灵魂的自由,这样的努力和承担,即便无法让我们遇到更好的人,拥有更好的生活,但至少可以逼近更好的自己。

担当,是对生命的主动担负,独自完成身心的成长和蜕变,在释放自我生命意义的同时,做到对身边人和事的承担,并学会宽宥、原谅和珍惜。

每个人都需要自行滋养与捍卫各自拥有的领土,与此同时,还要与大千世界不断遇合,延展视野,对外界有所领略和担当。低下头,关照内心,还要抬起头,关怀荣枯兴亡、天地古今。当我们退出自我的窄小格局,放眼更广的世界,不仅我们

的视野变了,灵魂也会随之谦卑。

担当并不止于有能力的人:孩子,需要自己忍受摔倒跌伤的疼痛,忍着不哭或者大哭一场,总得铭记这样的痛楚,之后小心翼翼不再重蹈覆辙;老人,尤其是老来寂寞的老人,总要独自挨过回忆一次又一次风生水起地冲刷和淹没,往事美好,不是所有的人都经得起温故!

万物都有其自身所需的担当,寒冬炎夏,风雨霜雪,生死荣枯。

足够的担当还包括对社会的奉献和服务。很多人会自动过滤对自我的追求,放弃财富,放下权力,投身社会只是想能够把自己亮在夜里,给所有路经此地的人照出路来。那样的生命,坚韧、慈悲,不会孤独也不会低下。因为担当力的注入,没有抱怨,只有与力所能及对应的承担,那样的人,每打开一扇窗,都会看到更为广漠的天地。

接纳和担当皆是生命的要义:接纳的智慧在于放过自己和世界的不完美,担当的智慧在于对自己和世界的不完美作出承担;前者是放下,后者是拿起。

——摘自《思维与智慧》

## 点 滴

## 败犬效应

□ 内藤谊人

人有一个共性,那就是当看到别人陷于困境中时,都会忍不住拉一把,即使最终得不到任何回报。这确实确实也是人类心理的真实状况,心理学上称之为“败犬效应”,表现的是一种想对处于不利状况中的人伸出援助之手的心理状态。

有一项实验数据可以证明这一点。

哈佛大学的尼尔·巴哈利亚博士虚构了两家公司,并将这两家公司的情况对181名学生进行了介绍:A公司——员工有很高的工作热情,但业绩不佳;B公司——经营方面不做任何努力,但业绩很好。

博士假设这两家公司是销售洗涤剂、夹克衫、自行车灯等商品的公司,并排除顾客因商品差异而做出抉择的情况。在此基础上,他要求学生就购买哪家公司的商品进行选择。结果,选择A公司的学生多于选择B公司的学生(5.1:4.1)。败犬效应在这里得到了体现。

假如你不幸沦为“失败者”,也不要轻言放弃。自怨自艾或消沉萎靡都于事无补。但只要你不解拼搏,使周围的人看到你的努力,你便有可能得到想要的帮助。

除此之外,通过展示你的“弱小”而博得同情,也能使你的期待得到满足。当然,你需要了解对方的心理,掌握能博得对方同情的条件,否则只会适得其反。而一旦你成功地通过“示弱”获得帮助,那么,你已经胜利了一半。

示弱,而后强大。

——摘自《视野》



## 淡泊

□ 周铁钧

淡泊,是一种勇气与毅力的熔铸,是一种非凡的漠视和坦然。在纷繁、喧嚣中拒诱克欲,为境界营建一隅宁详安谧,心灵受损用它修补,逆境袭来用它抵御,情感空虚用它充实。

《后汉书·逸民列传》记述:会稽(今浙江余姚)名士严子陵与光武帝刘秀是同窗,皇帝钦佩老同学才华出众,睿智冠群,下诏封他国相,赏豪宅香车,黄金碧玉。但严子陵淡泊利禄功名,更憎恶朝廷的争权夺势、阿谀奉承,他婉拒圣邀,隐居故里桐庐,伐樵躬耕,闲读独钓,自得其乐,年逾八旬,无疾而终,这在人均寿命只有30岁左右的汉代,绝对是超级寿星。古人恪守淡泊,放弃了暂时而获得久远,让心态如云朵一样轻盈,思维似空气一般透明,生活像潭水一样宁静,在私欲横流的尘世里凸显安然,在尔虞我诈的纷争中独树一帜清高。

高风仰止,世代承传的淡泊激似青空、皎如朗月,从容不着骄矜,高洁拒染雍华。齐白石年近花甲,泼墨丹青尺幅千元,他却突然闭门封笔,苦索水墨创新,淡泊名利数载,终于变革画风,耸身美坛巨擘。

钱钟书学富五车,本可赁学赢汇,享誉天下桃李。他却深居简出,谢绝重金邀聘,潜心著书立说,留下旷世名篇,博得后人尊崇。

执着朴实的淡泊像洋流激涌,在水面看不到波浪层叠;深沉无欲的淡泊似禾茂厚壤,在地表见不到根须纵横,但它们在潜

层吸纳水润光华,积蓄刚劲的力量,释放强大的动能和活力。

古往今来,世间总给人太多的诱惑和欲望,从积极的角度讲,诱惑和欲望可激励、鼓舞人去争取、获得,但也常常带来生活的坎坷,情感的烦恼,身心的疲惫,让人陷入困顿苦闷难以自拔,甚至付出更为沉重的代价。这就需用宽宏坦然铺垫“淡”,用静心自足泊靠“淡”,行走于宽坦层垒、心娱意足的淡泊时光,才能彰显品行淳正、胸襟开阔,才能消欲溶惑,如沐于春风。

但是,身为大众百姓,常自叹缺乏展露淡泊的舞台,少有显示淡泊的机遇。其实,淡泊无需播名八方、联动众人,只需不负初心、独恪坚毅,淡泊也不必树帜扬旌、轰轰烈烈,只要寡欲低调,默默无闻。淡泊不是性格,却可以当作性格去称着;淡泊不是方法,但可以当成方法推广。烟火平民只要遵公德、担家责、守国法,不争虚华、不妄予强求、宽容友善、乐助好施就是平心顺世、淡泊大道。

烦了,临岸信步,望缓流推波、风渡云帆,让静谧清雅的淡泊缓解身心压力。累了,躺在林荫下,听枝摇叶摆、鸟语蜂鸣,在悠然惬意的淡泊里体味轻松愉悦。老了,独坐黄昏,赏落霞归雁、芳草斜阳,从记忆深处搜寻遥远的故事,哼唱儿时的歌谣,享受淡泊从容的大美夕阳……

——摘自《溧阳日报》

## 说“室”

□ 富丽

“卧室、教室、会议室、办公室……”,“室”显然也有房间、房子之类的意思。那么,它跟有些具有类似含义的汉字,如“宫”“堂”等又有什么区别呢?

“室”的甲骨文字形外面像房屋的轮廓,表示字的意义跟房屋有关;里面是“至”,既起到表示读音的作用,同时也表示室内是人停歇的地方。

《说文解字》:“室,实也。”实即满,室内住人就会被充满,说明了室的功用。徐锴《说文解字系传》解释得更为具体:“室,堂之内,人所安止也。”古代的房屋,前面一间大厅叫“堂”,堂后面中间的一间叫“室”,室的东西两间叫“房”。“室”最初指堂后面中间的那一间,是主人歇息的地方,也就是居室、卧房。《礼记·问丧》:“入门而弗见也,上堂又弗见也,入室又弗见也。”把门、堂、室之间层层递进的关系讲得十分清晰。成语“升堂入室”,或曰“登堂入室”,意思是登上厅堂,又进入内室,常用来比喻学问、技能等由浅入深,循序渐进,达到更高的水平。

后来,“室”又泛指一般的房间、房屋。《诗经·小雅·斯干》:“筑室百堵,西南其户。”大意是,建造的房屋规模宏大,在西面和南面开门。今天,机关、学校、工厂等内部的工作单位也叫“室”,比如档案室、教研室等,这是在“室”的“房间”意义上进一步发展出来的。

“室”指家庭成员聚居在同一所房屋内,因此,它又可以指家、家庭。杜甫《石壕吏》:“室中更无人,惟有乳下孙。”“室中”就是家中。

在“家”这个意义的基础上,“室”进一步又指妻子或家属。《礼记·曲礼上》:“三十曰壮,有室。”其中的“室”指妻子,“有室”显然就是已经成家了。此外,“妻室、家室、继室”等词语中的“室”也都表示此类含义。沿着这个意义的脉络继续发展,“室”有时也当动词用,表示“娶妻、成家”,比如《韩非子·外储说右下》:“丈夫二十而室,妇人十五而嫁。”

“室”所指的房间是人居住的地方,而墓穴则是人的长眠之所,二者在内涵上的内在联系,使“室”发展出“墓穴”的意思。《诗经·唐风·葛生》:“百岁之后,归于其室。”大意是说,待百年之后,我会来到你的墓穴,与你同眠。这大概是古人对逝去的爱人最刻骨铭心的情感表达方式吧。

再往后,“室”的意义范围不断扩大,还延伸到一些跟房屋相似、具有空间性质的事物上,比如刀剑的鞘等。《史记》中就有这样的例子,《刺客列传·荆轲》:“(秦王)拔剑,剑长,操其室。”与此类似的情况,还包括现在将人或动物的器官内部像房屋内室一样的空腔称作“室”,比如“脑室、心室”等。

——摘自《月读》



■ 赐稿邮箱:dtwbzl@163.com