



点滴

我与你

□ 马丁·布伯

人与人之间的关系分两种：我与你，我与它。

我与它：我带着预期和目的去与它建立关系。其实我是把它物化了。

我与你：当我放下预期和目的，以我的全部本真与一个人建立关系时，在这一刻才是两个人真正地相遇，这是一种没有掺杂任何预期和目的的关系，这样的关系会让你感到温暖，感到有爱，感到可以抵御孤独。

“我与你”的关系是美好的，是真正让人有满足感的，这才是深层的真正的相遇，这个时候你看起来有光，我眼里也有光，这是人与人相处最珍贵之处。不过“我与它”无时不在，而“我与你”只是瞬间，但正是这样的瞬间，点亮了我们的生活，让生命拥有了意义。

——摘自《意林》

隐藏与遗忘

□ 刘墉

有人袒露心迹：“成年人都想要片刻的松弛，否则怎么承受得住长期的压力？所以很多人停车熄火后，会静静地坐一会儿，再回家。”

他的这段话让我很感慨，想起了以前一个朋友说的另一段话。她说有时下班回家，先不下车，因为她要整理自己的情绪，不把在办公室受的气带回家，也不想让她的委屈被家人看到。她甚至会在车上先哭几分钟，接着擦干眼泪，掏出粉盒补妆，然后笑眯眯地推开家门。

还有个朋友说了类似的话，汽车停好，他会坐在车里待几分钟，为的是从容面对打开家门的那一刻。他们夫妻总吵架，他是离开了一个“战场”，又进入另一个“战场”。

每个从“战场”回来的人，都希望迎接自己的是拥抱和亲吻，希望看到的是家人衣食富足，孩子又长高了，父母依然健朗，爱人笑容灿烂。这时候即使伤口疼痛，也容易隐藏与遗忘。

——摘自《读者》



说说中庸之道

□ 张建云

人经常被情绪绑架，尤其是愤怒。愤怒如酒，愤怒与酒都可以麻痹神经，让人当时痛快，事后懊恼。

我的学生因为考试成绩不甚理想，很生气，打电话问我如何控制情绪。我说：“当你看到一个很红很圆的苹果摆在桌子上，你会怎么想？”他说有明亮欣喜之感。我再问：“过几天你发现苹果烂了，很难看，又会怎么想？”他说，心里会有些悲凉。我说：“是的，看到苹果腐烂而悲凉是因为没有做好苹果腐烂的准备，只顾欣赏苹果的圆润鲜红，而忘记了苹果是会烂的。”实际上，每个苹果放置时间久了都会烂。美好，是一种存在状态，腐烂也是一种存在状态。不会因为你不知道、没准备，苹果就不会烂。恰如考试。好成绩是一种状态，差成绩也是一种状态。为了好成绩而得意，必定会因差成绩而后悔和愤怒。这

就叫被情绪绑架。

苹果一直放着总是会腐烂的，这是规律。知道了规律的必然性，我们就会努力地让自己处在规律当中，既不超越规律，也不偏离规律，这就叫中庸。懂得了中庸之道，人就不会那么容易地愤怒了。

要抵达中庸，首先要善于自省。是自己没考好，而不是别人让你没考好。所以，先要自省是如何失误的，再自省怎样才能避免失误，最后自省即便无法阻止失误，也不要让心情跟着失误一起变糟。

这就如同鸡蛋碎了，有人连篮子一块儿扔掉，忘记了篮子还可以再盛鸡蛋。实际上，解决愤怒的最有效方法就是具体问题具体分析。考试没考好就说考试的事，没必要在乎自己的面子、同学的议论、老师的评价以及父母的眼

光。正所谓如人饮水，冷暖自知，自己差在哪里，自己最清楚，而别人的言语与猜测都是风雨。人不会因为惧怕风雨而不远行。

中庸之道的最高级境界就是真诚。在乎风雨，说明自己对目标还不明确，心还不诚。很多人是为了虚荣而学习。打着学习的旗号来满足虚荣心，自然会因为学不好而愤怒。另外，对目标不清晰，就会像“二师兄”一样，容易被路上的花草树木、冷暖人情甚至妖魔鬼怪所迷惑。

所以，要做到中庸，不被情绪绑架，最好的做法就是：目标明确，对自己真诚。同时，不要把自己限制在一个必须完美的格式里。人生不会完美，我们应学着接受自己，既而慢慢改变自己、提升自己，而非强迫自己。这也是中庸。

——摘自《今晚报》

文苑

静雅

□ 穆涛

对于“静”和“雅”这两个字，我们要认识它们的本来面目。

老子说“归根曰静”，他还说“致虚极，守静笃”。根是生命之本，也是动力之源。我们该如何守静笃？树根在下边，在厚土里。人的根不是脚，脚是工具。人的根在头脑里，叫“精神”。

静不是傻待着，不是什么都不干。静里有内涵，有指向，也有目的。

鸡孵卵是一种静，牛舐犊是一种静，火箭发射前的倒计时还是一种静。大山是静的，山上有树，山里有人家，山下有矿藏。深海是静的，但暗流在深海里翻涌着，海边的浅滩上才浪花飞溅。

辛弃疾有一阙词，说透了静的态度：“此身忘世浑容易，使世相忘却自难。”一个人回避社会，躲进小楼里自成一统，是容易的。当社会把一个人当回事了，这个人仍不把自己当回事，心才算大静。

雅，不是干面子活儿。方正为雅。在古代，雅言是官话——相当于今天的普通话，雅乐是国家举行大典时所用的乐舞，雅量是宽宏的气度，雅兴是高雅的兴致。《诗经》分《风》《雅》《颂》，《雅》有105篇，分《大雅》和《小雅》。《大雅》里多是政治叙事诗，歌颂先王功绩。《小雅》则多刻画社会现实生活，表现人们的实际遭遇，如《小雅·采薇》：“行道迟迟，载渴载饥。我心伤悲，莫知我哀！”

雅也指标准。《尔雅》是中国最早解释词义的专著，收录词语4300多个。《尔雅》是大典，是“十三经”之一。“尔”通“迩”，指接近。“尔雅”的意思是接近标准。云里雾里那一套不是雅，不食人间烟火更不是雅。“雅”这个字的意义，让雅俗共赏和温文尔雅两个成语弄单薄了。

在现代生活里，“静”和“雅”这沉甸甸的两个字所代表的意义，不应该被“瘦身”了。

——摘自《新华日报》



不必求同

□ 草予

一样，是热闹的。不一样，也就意味着，不够热闹。

谁不藏点癖带点好，某一日，突然撞个明白，原来你我爱好一样。这时候，说话不嫌多了。你一言我一语，从没如此投机似的，热热闹闹，聊个不完。所谓一见如故，也是发现彼此之间，有着某种一样的东西。

所以，似曾相识的初遇，最烫人。

相反，我钟爱一种食物，你却格外抵触，这个时候，再不跑题，恐怕就剩话不多了，渐渐沉默，渐渐冷寂。两个人的所爱所恶不同，即便不是隔着山，也像隔着纱，没办法赤诚相对。

所以，莫逆之后的陌生，最寒人。

这样一来，喜欢热闹的人，自然就会求同，最好大同。不惧孤独的人，才能够存异，而且无所谓是不是大异。

“智者求同，愚者求异”，古语说的是，聪明的人，善于洞见万事万物的规律与秩序，从而活得心健身康。可愚昧的人，却常被万物万事的表象差别困扰，活得还不够明白。这里，与平日说的，求同存异，其实已经大不一样了。

与众只同无异，真是一个令人欢喜的人，最受欢迎。别人敲锣，他会点鼓，别人赞美，他也称颂，要知道这份“心有灵犀”，多么难得。谁也不会天生喜欢孤独，所见略同，已经惺惺相惜，所见

全同，那还不知要怎么兴奋才好。

可是，从来没有这样的人。与众大同小异的人，就足够讨喜了。可这，依旧很难。

不同的声音，尤其是有棱有角的声音，发出来，是需要勇气的。越圆润，越被宽容；反之，越尖锐，越难共识。

不一样的态度，越非主流，越容易陷入主流的口诛笔伐。这是声讨一种过错吗？非也非也，只是声讨与众不同而已。

同，近似一种队友关系，一荣俱荣，一错俱错，都是己方的壮大。异，却好似一种敌对状态，不论对方是非黑白，反正没有和自己站在同一战壕里。

于是，智者求同存异：同则相亲，异则相敬。同道者，与他同行；异路人，祝他好运。

可是生活，往往各自的功课，各自理。非得对世界一个看法，对新闻一个见解，对他人一个评价，对美丽一个标准，实在没有必要。你的独见，可以不必希冀掌声，你的审美，也可以不必众口夸赞。求同存异，不如存异。

杨绛与钱钟书，有约在先：各持异议，不必求同。这样的婚约，被口耳相传，绝不只是叹为观止，谦让包容的一桩好婚姻，更是两个不求热闹，守得住孤独的有趣灵魂。

——摘自《肥东晚报》

赐稿邮箱：dtwblz@163.com



中共大同市委主管主办 大同日报社出版
编辑部地址：大同市御东行政中心21层22层 电话：0352-2050272
邮政编码：037010

承印：大同日报传媒集团印务公司 电话：0352-2429838
广告经营许可证：140200400009 广告热线：0352-5105678

发行热线：0352-2503915

自办发行
单月订价：21.5元