

N 南腔北调
anqiangbeidiao

自卑是个好词儿

□叶倾城

我在长沙工作时常常无事过江,逛逛湖南师大,爬爬岳麓山。有一次,无意中看到山脚下的小屋子,白墙黑瓦,孤立一隅,看不出来历,走近一看,匾额上简简单单写着三个字:自卑亭。

这名字起得好生奇怪。

回头搜了一下,自卑亭建于1687年,“自卑”二字取自《礼记·中庸》中的“君子之道,辟如行远必自迩,辟如登高必自卑”。要去远方,先得知道自己的狭隘;要登高,先得明白自己的卑微。原来“自卑亭”有这个意思。

这是一个张扬个性的时代。关于教育,所有人说的都是“尊重孩子,给孩

子自信”。在情感上遇挫的女子,常常会受到“缺少自信”的批评。有自信的人,高视阔步,声音响亮,与人握手的姿势都显得格外有力。

一时间,自信是最佳美德,自信的反面自卑则成了最坏的词。

但生活中,过分自信的人其实一样可厌。家庭聚会吃个饭,一定有人要对后辈的学业、感情指手画脚,自信满满,俨然以人生导师自居;这样的人短视频里更多,永远斗志昂扬,第一时间对各种新闻事件发表评论,全然不顾新闻背后的事实究竟如何……

好像是,不管能不能,都得先说“我能”;不管是否觉得自己棒,都得拍着胸脯大喊“我好棒”。有了这样的自信,才能拿下不能胜

任的工作,赚到超出预想的钱。“大忽悠”们要让众人相信他的说辞,而他自己,是早就信了的——这世上,除了自己,他还能信谁,会信谁?

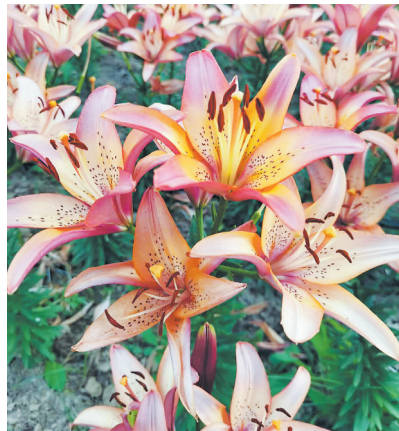
为什么不能坦然地做一个自卑的人?电影《国王的演讲》以乔治六世为原型,乔治六世向来怯懦、口吃,当战争袭来,他要在全国人民面前发表演说。这像一个不可能完成的任务,要不要找一位“洗脑大师”来鼓励他“你要有信心”?不,他找的是语言矫正师。国王知道自己的劣势,便从最短板下手:运动、加强呼吸、练绕口令……机械训练容易而心魔难破,他百折不挠:发声、感觉、跳跃、放松……多么艰难,别人的小小斜坡于他而言是崇

山峻岭。但就因为为身在低处,才一定要往高处去。

心理学家阿尔弗雷德·阿德勒曾经这样诠释自卑,说这是人与生俱来的第一感受,婴儿的一饮一食、一动一静都依赖成年人,假在成人怀里有多甜蜜,自己就有多无能为力。就是意识到这软弱,婴儿才拼命发展力量,靠自己的手臂支起上身,靠自己的手指抓住一枚球,再到靠自己的双脚,稳稳站在大地上。

经由自卑,克服自卑,最终拥有真实的自傲,好过莫名其妙、不知所谓的自信。就好像,自卑亭在岳麓山的脚下,是开始攀爬的第一步。

自卑,其实是个好词儿。

J 精粹短文
ingcuiduanwen

不完美

□杨福成

穿纯白色的衣服,总想让它一直白下去,可总会一不小心,弄上黑点或油污。做事情,总想做得完美,可等事情过去,总会觉得有那么一点遗憾。人刚接触时,都觉得对方不错,长得好、脾气好、心眼好,是个完美的人。可时间一长,彼此就都露了马脚,长处少了、短处多了,看哪儿都是毛病。朋友如此,夫妻也往往如此。

断臂美神维纳斯,她美吗?我从来没觉得她有多美,只是一种艺术上的美吧。世界没有完美,我们只是在努力地接近完美。你承认也罢,不承认也罢,都要慢慢学会接受。

双 桥

□李虎

一条蜿蜒的冷水河上
架起两座桥
落日余晖的水面
朵朵芙蓉娇羞欲滴
六十一个自然村落
六万三千八百人口
占地一百平方公里
醉美鄂州唯美双桥

未见你之前
你在我眼里
见过你之后
你在我心里

你是这么美丽
你是如此的包容
你养育了优秀的儿女
你见证了历史的足迹
你留下了苍桑的记忆
……
脑海里一晃而过的
仿佛是千年的印记
我确信
这是前世的重复
这是梦境的闪现

而今的我
实实在在地
走近了你

看
原野上
绿油油的庄稼
村落里
热气腾腾的烟火
听
原野上
沙沙作响的希望
村落里
此起彼伏的回响
闻
原野上
沁人心脾的芳香
村落里
垂涎欲滴人间
……

天地广阔兮
何以立
立在此间兮
醉美鄂州
唯美双桥

闲翻
从前的读书
笔记,有一篇
叫做《能让人聪
明的实验》,说是每
周完成以下生活内容,
人就会变得越来越聪明。

具体如下:

周一,骑自行车、走路或是乘公共汽车上班。晚餐吃鱼。

周二,从词典里挑几个不熟悉的词,并用它们造句、会话。

R 人生百味
enshengbaiwei我有一份
变聪明的清单

□卢海娟

练习造句。

普拉提是什么?我
不懂;沉思冥想,我也
觉得矫情;与陌生人交
谈,我觉得没必要。我
不理解普拉提和冥想对
人精神世界的净化和提
纯作用,因此每个周三
我都无所事事。

走一条不同路线去上
班也是不可能的,乡
下的路只有一条。看
排行榜我比较喜欢流
行歌曲,脑筋急转弯
我更喜欢。每次搜集
到相关内容,我都要寻
找正确的答案。周四
是娱乐的一天,我的理
解就是看风景、抄歌
词、玩游戏。

周五这一天的要求
让我觉得多余——不
喝咖啡不喝酒,我一
直都这样。至于购物
清单,背下来实在太
简单。为了增加难度,
我背古诗词,唐诗宋
词元曲。我把喜欢的
诗词抄写在笔记本上,
每个周五都要背诵、
巩固。

周六周日的要求就
更容易做到了,我原
本左右手做事差距不
大,左手右手刷牙难
不倒我。至于填字游
戏,我一直都是高手,
每有发现就一定要研
究个明明白白。

二十多年前,我按
照这个“变聪明清单”
生活,甚至,我还根据
自己的实际情况做了一
些调整。不记得

哪本书里曾经说过,
脑细胞数量有限,死
掉一只少一只。我不
在乎体型会发生哪些
改变,只希望拥有聪
明的头脑、准确的记
忆,希望心灵和大脑
永葆年轻。

岁月无痕,人要变
老。老了,反应越来
越迟钝,记忆力更是
差得离谱。除了良好
的生活习惯,除了背
会的诗词,人是变得
越来越不聪明了——
购物清单是背不下
来的,手机里有便签,
想起来,便记下,购
物时,可以随时翻看。

这么多年,依然能
坚持的,就是徒步去
上班。小城里,上班
的路真的有很多条,
我常常因为走神错过
应该转折的路口,又
偷偷溜回来,很怕遇
见熟人,被人戏谑为
“老年痴呆”。

现在连“聪明”到
底是什么,也弄不清
楚了。网上解释说:
聪明是指天资高、记
忆和理解力强。是
用来表达对待某事
某物有着好的想法
和正确的逻辑,也可
以形容某物有着某
种与人类智慧共通
之处,有着某种灵
性、某种生命力。

这么说,所谓变
聪明,就是拥有人
生智慧吧?可惜,
再好的清单也救
不了时间催人老,
保留一份变聪明
的清单,不过就是
为了保留一份记
忆,保留曾经的拼
搏与梦想。