



让女人丑的最根本原因

对一个女性最有害的东西,就是怨恨和内疚。前者让我们把恶毒的能量对准他人,后者则是掉转枪口,把这种负面的情绪对准了自身。你可以愤怒,然后采取行动;你也可以懊悔,然后改善自我。但是请你放弃怨恨和内疚,它们除了让女性丑陋以外,就是带来疾病。

我有一个面目清秀的女友,多年未见,再相见时,吓了我一跳。一时间张口结舌,不知说什么好。她倒很平静,说,我变老了,是吧?我嗫嚅着说,我也老了。咱们都老了,岁月不饶人嘛!她苦笑了一下说,我不仅是变老了,更重要的是变丑了,对吧?

在这样犀利洞见的女子面前,你无法掩饰。我说,好像也不是丑,只是你和原来不一样了,好像换了一个人似的,整个面目都不同了。

她说,你不知道我的婚姻很不幸吗?

我说,知道一点儿。

她说,我告诉你一件事,一个不幸福的女人是挂相的。我们常常说,某女人一脸苦相。其实,你看看小姑娘,并没有多少女孩子是这种相貌的。女子年轻的时候,基本上都是天真烂漫的。但是你去看看中年妇女,就能看出幸福和不幸福两大阵营。

我说,生活是可以雕塑一个人的相貌的,这我知道。但是,好像也没有你说的这样绝对吧?

她坚持道,是这样的,不信你以后多留意。到了老年妇女那里,差异就更大了。基本上就分为两类:一种是慈祥的,一种是

狞恶的。我就是属于狞恶的那一种。

我不知如何接下茬,避重就轻地说,不过,我们在照片上看到的老年人,都是慈祥的。

她说,对啊。那些不慈祥的,根本活不了太久。比如我,很可能早就告别人世。话说到这份上,我只好不再躲避。我说,那么你怎样看待自己的相貌变化?

她说,我之所以同你讲得这样肯定,就是从我自己身上得出的结论。因为我的婚姻不幸福,我又没有法子离婚,所以一直在怨恨和后悔中生活、煎熬着。对着镜子,我一天天地发现自己变得尖刻和狞恶起来。当然,这不是一天发生的,别人看不出来,但我自己能够看出来。我用从自己身上得到的经验去看别人,竟是百分之百地准确……

我看着她,说不出话来。在这样透彻冷静的智慧面前,我只能沉默。

每当我想起她来,心中都隐隐感到竹签扎进甲床般的痛。她所具有的智慧,是一种波光诡谲入木三分的聪明,犹如冰河中的一缕红绳,鲜艳地冻结在那里,却无法捆绑住任何东西。

我愿意把她的心得转述在这里。女人会不会因为心理不健康而变丑,我不敢打包票。因为心理不健康而导致身体上的病患,却是千真万确的。

为了不得病,为了不丑,人们只有更多地让爱意充满心扉。

(博客地址: <http://blog.sina.com.cn/bishuminblog>)

□毕淑敏

活法好,才活得好

一位画家说,他有午睡的习惯。然而有一天,心“怦怦”地狂跳,睡不着了。原来是他的两幅画突然卖了很高的价钱。他一想到卡上的那一长串数字,就激动不已。因为这点名声,他开始频繁出入各种沙龙,各式饭局,非但午觉没了,晚上也开始长时间地失眠。他说,原先安安静静画画的日子,就似活在天堂里。自从名利来了,便一脚踏进了地狱。

北京有一个朋友,开了一间大公司。他交友有一个原则,那就是但凡谁往声色犬马地带他,他就跟谁绝交。他因此得罪了一些人,但更多的人聚拢到了他的周围。原因只有一个,大家都觉得像朋友这么活着的人,太弥足珍贵了。

汪曾祺先生写过两个京剧名家,一个叫萧长华,一个叫贯盛吉。萧长华一辈子挣的钱不少,但都给别人花了。他买了四处“义地”,是专为死后没有葬身之地的穷苦同行预备的。有唱戏的“苦哈哈”,死了老人,办不了事,就到萧先生那里磕个头报

丧。萧问来人:“你估摸着,大概需多少钱才能把事办了?”来人还没答复呢,他就去箱子里取钱。

而萧长华本人却活得足够节俭。自己从不坐车,到哪儿都是步行。他的长寿之道则是:饮食清淡,经常步行,问心无愧。

另一位名家叫贯盛吉,是个丑角,可惜,他死得早。据说,有一天他很不好,家里人忙着,怕他今天过不去。结果他瓮声瓮气地说:“你们别忙。今儿我不走,外面下着雨呢,我没有伞。”你看,人都快不行了,还这么幽默。

这个世界上的好多事,我们都左右不了。譬如,纷乱的事,险恶的人心,翻云覆雨的命运,扑朔迷离的生活,但有一样我们是可以掌控的,那就是自己的活法。其实,到头来会发现,人生快乐不快乐,幸福不幸福,全然不在于你有多少钱,在什么位置上,而在于你怎么活着。活法好,才会活得好! (博客地址: <http://blog.sina.com.cn/2009made>)

□马德

普大喜奔

□陆恺

自从装了微信,我就如小鸟掉进网兜,可悲地被控制住了。每天一逮到空,就刷刷刷啊的无法自己,不但身先士卒带头贴各种餐厅照、景点照、美食照、自恋照……我还热衷在朋友圈里点评朋友,借用琼瑶奶奶的台词,就是我好喜欢好喜欢看那个代表有新情况的红点出现。

我妈说,和手机玩多了,人会变傻。我才不信,我天天玩微信,非但没见变傻,智商反而还提高了呢。这不,我今天又悟出了个大道理,那就是——最适合发表“普大喜奔”的平台是什么?微信!

“普大喜奔”是个新新成语,意思是“普天同庆、大快人心、喜闻乐见、奔走相告。”从前不玩微信的时候,有好事喜事乐事特别想嘚瑟时,就犯愁没个好平台。发微博吧,大多是陌生博友,一来体会不到你的开心二来还得注意隐私保密;微信的朋友圈里全是朋友,嘚瑟快乐给他们看最开心了,假如从朋友那里收获到羡慕嫉妒恨,那就更开心了,嘿嘿,你懂的。

所以,当我去了马尔代夫后,我赶紧在微信上实况转播,贴了各种海边搔首弄姿照。图片刚一发出,哇,普大喜奔,朋友们的评论雪花般飘来,一边倒全是赞啊美啊等等漂漂的词,把我得意得都不知道东西南北了。

哪知,才隔一周,有朋友也去马尔代夫了。人家也开始普大喜奔,贴图,贴好多图,我一看,妈呀,人家去的岛分明美过我去的岛啊。单看那

水屋里的豪华装备,就知道一分价钱一分货不是吹的。我默默地上网查朋友去的岛屿报价,看完默默地后悔,早知道她去这么奢华的岛屿把我比下去了,我就不要先秀了嘛!

好在,微信上的信息更新很快,很快,我的小失落就被别人的普大喜奔淹没了。我有一同事,今年女儿高中毕业考上了复旦大学。如此喜事,一生一回,此时不嘚瑟,更待何时?于是,为娘的又贴录取通知书,又贴状元宴会图,朋友们的各种祝福和赞美铺天盖地都可以造幢摩天大厦了。为娘的表面谦虚说全靠女儿运气好,私下里估计心头早开出朵大牡丹了。

谁知,第二天,另一个同事也悄无声息地贴图普大喜奔,祝贺儿子考上香港大学了!好家伙,这回直接考到东方明珠去了,牛孩子牛孩子牛孩子!几个相熟的同事又把昨天的赞美语复制一遍夸啊捧啊快把人家儿子吹上天了,评论高楼垒得比昨天还要高。在高楼的某一层里,我看到了复旦妈妈的评论:挺远的啊,你咋舍得儿子去那么远的大学呢?呵呵哈哈,怎么我就闻到了股酸溜溜的醋味呢?

我们生活在一个不嘚瑟就会死的年代,我们要衷心感谢微信,为普大喜奔创造了快捷的平台,我们同时要憎恨微信,为什么普大喜奔的快乐这么短暂?

(博客地址: http://blog.sina.com.cn/s/blog_51df67890100jmm.html)

散步者

□文河

我已经几次写过与散步有关的文字,因为我就是一个散步者。

我喜欢在暮晚散步,天宇幽暗,而不是黑暗。有隐约的光色。这个时刻,是心灵与天地最为无间的时刻。这种心灵的状态,是一种融合的状态,而不是宾主历然。

从心理学的角度来看,散步是化解抑郁的最佳方式。

年轻的普鲁斯特喜欢在黄昏散步。晚年的卢梭喜欢在下午。契诃夫的几篇小说,都有散步的场景。我印象最深的有《带阁楼的房子》,霞光消失前的林荫道。里尔克隐居穆佐,没事就到田间转悠。屈原行吟泽畔,也是一种散步——苦涩的散步。苏东坡贬谪黄州,曳杖而行,是另一种散步。陶渊明呢?我想象不出。二十多年的乡居岁月,隆冬岁暮,日入群动息,黄昏寂寥,难道不出去走走吗?逍遥游的庄子呢?古代的人,他们隐匿得太多,只有生命中那几根最鲜明的线条留了下来,我们便利用这些线条,对他们进行反复勾勒。

很多时候,我们会对我们自己热爱的生命形象,重新进行虚构和创造。传承是一种伟大的误读。在特定的情况下,过于追求真实,反而索然无味。比如,艺术。再比如,爱情。

散步,可以信步而行,也可以目的明确。散步者,能有效地利用自身,与狂奔者不同。狂奔是一种极端状态。兰波,海子。过度的生命速度,几乎是不可控的。那是一种倾泻

和漫溢,而不是积蓄与吸纳。茨维塔耶娃也给人这种感觉。对我个人而言,我更爱艾米莉·狄金森,不过这个女人,一生又几乎足不出户。茨维塔耶娃·普拉斯,这样的女人,你需要承受。狂奔者,过于自我。而慢跑,容易忽略事物的细节。慢跑者,侧重于生理体验,对精神生活缺乏深入持久的追求。一母同胞的两姐妹,《简·爱》的作者夏洛蒂·勃朗特,慢跑;《呼啸山庄》的作者艾米莉·勃朗特,狂奔。

托尔斯泰散步回家,在路边发现一朵牛蒡花。托尔斯泰坚信,这世间,总有一种美好的东西,是暴力无法摧毁的。这种信念,感动过中国作家巴金。

散步者,也许无意间就已经接近了某些不可知之物。

(博客地址: http://blog.sina.com.cn/s/blog_7487ced00102uy52.html)

