

N 耐人寻味

不 问

□周恒祥

每当高考放榜填报志愿的时候,许多热心人会特别关注身边的考生,电话问,微信问,当面问,问得不亦乐乎。弄得那些考得不理想的考生特别难为情。

我有一个朋友,孩子考试结束后,他从来不说。不是不关心孩子,而是他怕他的问是一把锥子,把孩子的心扎出了血。成绩出来以后,孩子主动告诉他,那时候,朋友心里的石头才落下来。孩子的成绩还不错,只是对比那些更好的邻家孩子,有一定的差距。可是,这又有什么呢?有一次聊天,孩子告诉他,他的不问,让孩子的心里感到温暖。那一刻,他很庆幸,他能做到不问。

有一个男人,家庭不和,经常闹矛盾。一个邻居大妈,总是控制不住自己的好奇心,见面就问他家里事,然后进行八卦传播。她的问,貌似关心,其实是为了积累谈资。后来他远远地看到大妈来了,就立即躲开。即使撞上了,也低头不语。

家家有本难念的经。家庭不和睦,经常吵架,原因很多,本身就是难堪事。若是再多问,就是将他们架在炉子上又烤了一遍,特别难为情。

前天下楼,见到小区门

口好热闹,就多站了一会。我发现,一个男孩子坐在轮椅上,边上一个母亲模样的人在伺候他。有好几个人站在男孩的周围,好奇地问他怎么回事。我发现男孩低着头,很不愿意地半天吐一个字。我远远地看了一眼,就走开了。

残疾,本身就会自卑、痛苦,问了,只会让痛上加痛,像在撕开的血肉上面撒了一把又一把的盐。

有痛苦的人,最讨厌那些拷问。那是长长的针,在刺着已经痛苦的自尊。

生活中,总有一些事情是不能问的。当年,我工作勤恳敬业,本职工作做得有声有色,可是,跟我同时进单位的同事,没有什么突出成绩,却得到了提拔,我的心里很不是滋味。那一年,我最害怕长辈和家乡的人见面问我:提拔没有?到别的单位了没有?谈到这个话题,就英雄气短,脸上火辣辣的。

对于痛苦的人来说,不问,是一种尊重,是一种安慰,一种理解。

有的单身男女,身在异地工作,想家却又最怕回家。为何?怕被问也。年节之际,有的年轻人干脆就选择不回家。

想起读过的巴金和刘白

羽的一件事。刘白羽的儿子心脏病晚期,去上海住院,希望能发生奇迹。巴金和夫人多次去医院探望,但从来不问他儿子的病情,每次去,都是紧紧地握住刘白羽的手。巴金先生知道,刘白羽儿子的病,是刘白羽心头最深的痛,无论谁提起,都会引起一阵悲伤。巴金的不问,体贴入微,带着温暖,令人感动。

在某种场合,问,是揭开伤疤来看的残忍。

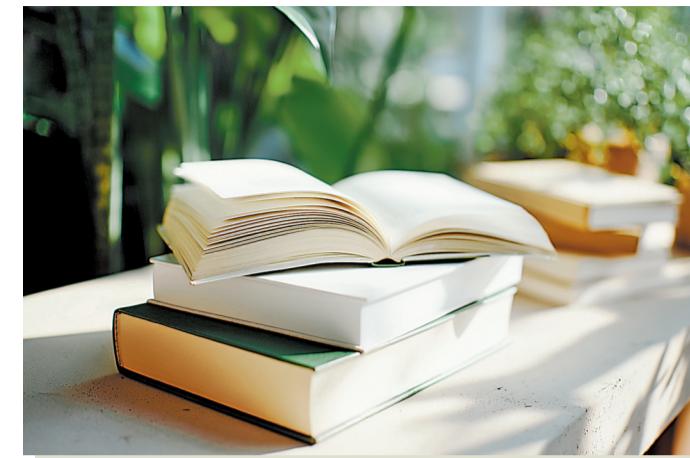
不问,最能体现一个人的综合素养。不问,是最好的克制。克制住八卦的心,不要打着关心的旗号,去多问煎熬中的人。

问,有时候并不是关心,而是带着讥笑,带着隐形的刀。

不问,不仅仅是一种爱护,一种关心,一种理解,更是一种发自肺腑的尊重。

不问如痒,说起来容易,做起来很难。见到人,就想问,是一种很难遏制的冲动。所以,在生活中,学会不问,也是一种学问,一种修养。即使要问,也要在适当的时候,问得体的问题,那才是最善良的问。

不问为好。在有些场合,最好的关心是默默地陪伴,是无声的不问。



R 人生感悟

大脑饿了,别嗦辣条

□河森堡

我最近发现一个节约时间、提高效率的方法,就是每日都坚持做一些深度阅读。

人类往往会有这么一个状态,即如果蛋白质摄入不足,就会感到“馋”。而在很多时候,人们会把“馋”和“饿”相混淆,一旦馋劲儿上来,就可能会冲动地吃很多垃圾零食,特别是高糖食品。

但这些东西无法解决“馋”的问题,超量吃零食,不仅需要额外的时间、精力和钱,还有损健康。想要彻底解决“馋”的问题,其实最需要的是补充高质量的蛋白质。

在文化上,人类也有个类似的机制,即人的大脑需要“意义”来滋养,如果没有摄入足够有价值的信息,人就会反复咀嚼“垃圾”内容。

网络上的“垃圾信息”,内容可能既不重要也不有趣,但总有好多人在那里情

绪激动、急赤白脸地争执,除了出于营销目的起哄之外,或许还有一个原因,就是因为人们的脑袋在普遍饥渴“意义”,需要吃“精神辣条”。

我之前经常会不停地刷社交媒体,没完没了,其中一个原因就在于,我能感到自己的脑袋没有被满足。不过,有时我刷到一篇深度好文后,花个几十分钟读完,那种继续“刷”的冲动往往就不见了,因为大脑的虚无饥渴被有价值的信息驱散了。

现在我每天读一个小时的书,就能少刷三个小时的社交媒体,节省下来的时间去做其他事情,不仅效率高,情绪和注意力也改善很多。

所以,大脑“饥饿”时,直接去吃“牛排”,别嗦“辣条”吧。特别是“精神牛排”还不贵,有时甚至免费。

Y 有此一说

各安所安

□沈明月

有段时间,我特别羡慕擅长运动的人,比如能熟练驾驭各种球类的人。看着他们在球场上挥汗如雨,奔跑时展现出轻盈敏捷的身姿,挥拍时充满力量感,那种全神贯注、酣畅淋漓的运动状态,是我从未体验过的好。

散步时,看到跑步的人矫健挺拔的身姿,我也会羡慕不已。回顾自己的

少年时代,受有些文学作品的影响,以文雅甚至纤弱为美,形成了一种病态的审美观,未曾养成运动的习惯,如今悔之已晚。

某天散步时忽有所悟,目前我的体质与生活方式如此,应当接受现实。而我在文字世界里纵情驰骋时,那种思维跳跃的快意、文字流淌的酣畅,有些人也从未曾体验过。就像小鸟会飞翔,小鹿会

奔跑,小鱼则欢快地摇曳尾巴,人各有所长,各有所安,不必非要羡慕他人。

F 非常感受

eichangganshou

做只萤火虫也挺好

□杨兵

小时候,夏夜,在院子里乘凉,家门前的一只只萤火虫飞来飞去,一会飞到树下,一会飞到空中,一闪一闪的光亮,虽是微弱,却明亮光净。

很多时间,仰望天空,用心尽力,希望能像一颗星星、一轮明月,光芒璀璨。但岁月如梭,发现自己依然渺小,如萤火虫般。

韩少功在《人生忽然》中说:“当不了太阳的人,当一只萤火虫也许恰逢其时。”生活困难,依然向阳。努力了不一定有所回报,但不努力,一定不会有收获。尽管前方

迷茫,仍倔强摆动着自己的尾巴,发着微弱的光,朝着前方未知的领域

飞去。

一点一点的光芒,给家人的光芒,给亲友的光芒,给服务对象的光芒……虽然不能照耀整个山川、河流、大地,但是朴实的、无华的,是内心的从容与坚定,一石一砖垒起自己的江山,一点一滴照耀自己的星河。

生命的本质不是财富的多少,贡献的多少,更多的是一场体验。

在车水马龙中穿梭,习惯了风吹雨打日晒,每天重复着劳动,日复一日,没有惊天动地的豪言壮语,没有人生得意之笔,有时也会无能为力。太阳总会升起,希望依旧在。做只小小的萤火虫,努力照亮前行的路。

请本版文
图作者与编
辑联系,以便奉
稿酬。

