

若我未曾

苏云飞

“老师,老师!如果一个人什么都没有做,那他
会错吗?”

“小明,什么都没有做,怎么会犯错呢?”

“那,如果是我的作业没做呢?”

什么都没有做,也就不会出错。这是前辈们
总结了千百年得出的经验,是明哲保身的处世哲
学。所以才会有“各家自扫门前雪,谁管他人瓦上
霜”,又有俗语云“事不关己,高高挂起”。随着时
间的推移,这样的思想烙在了我们的骨子里,写
入了我们的基因中。

许多人从小就接受着多一事不如少一事的
教育。

小学时,学校的走廊里悬挂的满是名言警
句。“不满是向上的车轮,载着不满的人前进”是
我最难以理解的一句。“‘不满’是一个充满贬义
的词汇,它代表着凡夫俗子们不尽的欲念,总之
就是一件很不好的事情。可是为什么鲁迅先生会
认为‘不满’的人还可以前进呢?”我暗自好奇了
许多年。那时候我最喜欢的成语是“知足常乐”。

就这样,我一路长大。可也只是长大,谈不上
什么成长。我没有志在凌云的少年心性,没有坚

韧不拔的优良品质,更不敢在人前表现自己,甚
至不能够大声呼喊。为此自然是成绩不佳、朋友
不多,一身胆小怯懦。

直到那一年,我十五岁。我硬着头皮,大着胆
子报名参加了高中学校的活动“青春讲坛”。这是
一个演讲活动,想讲什么,就讲什么。说来可笑
的是,那时我选的题目是《清静》,以佛经开篇,全篇
舒缓,毫无激情。我为此准备了两个月之久,六七
千字的稿子让我背得滚瓜烂熟。可是真正站在讲
台上,面对几十名外班的同学,我还是慌了,无数
次的串行、忘词,还打乱了PPT的顺序,再加之
内容的平淡无奇,弄得满座的同学们昏昏欲睡。
如今早已记不清当时是如何溜下讲台的,但我可
以断定,那是我最糟糕的一次演讲。

不过,也正是那
次不自量力的演讲,
甚至是可以称之为
败北的经历,让我爱
上了演讲,爱上了登
台,也爱上了众人的
目光;让我学会了沉
着,学会了勇敢,也
学会了翼搏长空;让
我改变了胆小,改变
了怯懦,也改变了佛
系思想。

我忽然明白,什
么都不做,只与自己
相处,虽然不容易
错,但会让我们的生

活缺少经历,让我们的人生难以成长。

既然厌倦了过去,就向更好的自己出发。

大学以来,我参加演讲比赛,参加辩论比赛,
加入学生组织,担任班级干部。在黑夜中兀自沉
思,在人海前毛遂自荐……

也有人会问我:“你做这么多事,有什么
用呢?”

有什么用呢?中华上下千百年来,“国泰民
安”即历代君王与黎民百姓的共同追求,“鸡犬相
闻,老死不相往来”才是先贤心中的理想乡。

不,不对!正是因为对现状的不满,中国才能
不断进取,在神州大地上屹立不倒;正是因为曾
经看过嘈杂,才会有周国平的三重境界。

到了今天,随着经济的发展、社会的进步、知
识的共享,读万卷书越来越容易,行万里路也就
愈加重要。而我们处在包容性较强的大学,恰逢
最输得起的青春年华,更要勇敢追求,不畏山高
路远、道阻且长,不问结果如何、成败与否,只求
曾经拥有。

我的恩师曾告诉我:“人永远没有机会去证
明自己的选择是对是错,因为人生没有回档。”我
不知道我做的一切有没有用,但是我清楚地知道:

若我未曾勇敢,我不会有“仰天长啸出门去,
我辈岂是蓬蒿人的”的轻狂;若我未曾奋战,我不
会有“从此无心爱良夜,任他明月下西楼”的豁
达;若我未曾失败,我不会有“江东不是无船渡,
卷土重来未可知”的执着;若我未曾遇见,我不
会有“金河一去路千,遇到天边更有天”的谦逊。
若我未曾消沉,我不会有“醉酒狂歌空度日,飞扬
跋扈为谁雄”的反思!

不要问“为什么我知道很多道理,还是过不
好这一生?”

因为纸上得来终觉浅,绝知此事要躬行;因
为如若未曾经历,隔岸观火的人永远无法明白起
火的原因,只有置身风暴才能找到风眼所在。

我曾经做了一个梦:

有一个上古的魂灵,在天地间云游了千万
年。看过盘古开天,目睹太公封神,游览名山大
谷,飞过江洋河泽,走遍了六合八荒。终于,十八
年前的一天,魂灵感到不甘了,他不甘心这美丽
的世界只允许自己观望,便祈求上苍,许自己一
世人间。

“人生一世,不足百年,青春韶华,万分短暂。
你可情愿?”

“愿。若我未曾,决不罢休。”

“也好。”

魂灵点了点头,神明掐诀念咒。魂灵消散的
同时,一个孩童诞生了。

孩童不知道自己和魂灵有什么关系,但他冥
冥中觉得,这一遭,一定要拥抱这个世界,拓宽自
己的眼界,尝试更多的可能。

算下来,这个孩童应该与我一般年纪。我也
觉得,世界就摆在我面前,等我雁过留声。我们
不能甘于只是观望,否则莫说十八岁,纵有八十
春秋之高,也只是在重复同一天的生活,循环了
几十年之久,有何意义?所谓“人不轻狂枉少年”,
趁着年轻,请勇敢地向毫无新意、未曾做过自己
的生活说“不”。

莫要待到青春不再,才恍然发现自己未曾拥
抱过这个世界。既然这个世界号称是多元化的世
界,那么我们就去尝试闯荡世界,实现自己的
诺言。

也许这一切不会让我们突然间变得更优秀,
也许遍体鳞伤惹人笑眼。但我曾努力过、我曾奋
斗过、我曾偏执过、我曾狂过、我曾哭过。这些
无不让我觉得,这个世界我曾经来过。我才会
觉得生逢其时,我未曾后悔过。



自律真的难吗

虞琴

一个好习惯的养成真的需要 21 天吗?
不知你是否曾经认真地坚持过 21 天,却在
第 22 天的时候突然放弃了?自律很难,因
为自律就是我们在和自己的天性做对抗。

当我们遭到别人质疑的时候,才终于明
白了自律的可贵。我们开始反省自己,如果
当初我能够……

让我们来做一个假设,如果我们的生活
中不存在质疑、不存在责备、不存在竞争,
我们可以过着一种风平浪静的日子。一切
按部就班,不会有横生枝节的可能性。那么
我们也就不会焦虑、不会失落、不会慌张与
忧愁。在没有变故的日子里,我们每天只
需要解决好基本的生存问题,一切就都完
美了。可是这样的日子终究还是平淡乏味
了一点。生活没有“如果”,亦没有“假设”,
所以我们要改变自己。

学习普通话的经历对我来说可谓是一
部血泪史了。我口音很重,平翘舌不分,前
鼻音、后鼻音弄不明白。总之,语言中那
些应该区分的,我无疑是全部躲掉了。说
来我还真是有些佩服我自己。

一次偶然的机会,我上了一节语言课。
那位老师的声音非常动听,为什么呢?因
为他是专业配音员。倒不是想让自己也能
拥有如此好听的声音,这不太现实;一个
人的音色即使能改变,那也只能做小小的
改变,若企图有大的改变确实是比较难的。

那我为什么突发奇想的想要改变自己
呢?一个字——怕!怕同学们笑话我的普
通话,怕别人听不懂我说话,怕自己面试
的时候因为普通话而遭到嫌弃……

我很感谢这起初的怕,因为到现在,我
已经把每天练习普通话当做我的生活必需
了。好的习惯养成真的需要 21 天吗?我
总是拿一个时间段来约束自己、欺骗自己,
以为完成了这段时间,自己就可以心安理得

了。我们每天给自己制作计划表,哪个时
间做什么,安排得满满的,小到每一分钟
也不放过,可是也许我们从心底对它并不
感兴趣。21 天真的就养成好习惯了吗?事
实上并非如此。其实我想这个时间的约
束并非是想把我们框定住,而是想让我
们先培养起兴趣,而后养成自律的好习惯。

说来你也许不信,曾经有一段时间,
每当我路过一块广告牌,一个商家店铺,
甚至路口的交通指示牌,我都会停下来
读一读再走。每天我都会拿着手机练习
普通话,第一次过不了二甲,我就反复地
读、再读,直到我得到二甲。到现在为
止,软件上的文章,我已经大部分可以熟
练地背诵下来了。不过你不要认为我普
通话变好了,其实我还是很差。但我现
在听到的评价是“感觉你普通话最近变
化挺大的”。对此,我会付之一笑。

毕达哥拉斯说:不能约束自己的人
不能称他为自由的人。规章制度、秩序
准则那不是自律,那是“他律”。如果
我们长期处于一种被动的“他律”状
态,长此以往,不仅会消磨我们的信心
和乐趣,甚至有可能让我们自己处于
一种极端压抑的状态。我们的自律并
不是让一大堆规章制度来层层地束缚
自己,而是用自律的行动创造一种井然
的秩序,来为我们的学习生活争取更
大的自由。

我们缺乏的不是自律的能力,而是一
种动力与兴趣,一种可以为了某件想
做的事可以付出的时间与经历。如果
我们有这种欲望与需求,那么自律对
我们而言就只不过是前行道路上的一
种习惯。

一切迂回的道路都不会只是徒劳,相
信自律的力量是无限大的。既然我们
做不了舞台上的播主,那我们就做台
下的积蓄者,不停地充盈自己,不停
地积蓄力量。

相信总有那么一天,我们能够有与
舞台上的霸主平视的勇气与力量。

记忆在心理学领域的定义是:过去经验
在头脑中的反映。我并不谙熟心理学
专业知识,却想借这个专业名词谈一
谈我的记忆。因为拥有超强记忆大
脑的人总是让我很佩服,而我总是
间歇性失忆。门外汉的我,把一段
时间的经验情感无法再现头脑,或
者更大程度上是不愿再现头脑导
致的记忆不清,叫做间歇性失忆。

很多时候,每个人身上都或多或少
会贴着似有非有的间歇性失忆者
标签。

间歇性失忆开始时,我们在揣摩
和试探着忘记。这个阶段我们还
不完全是失忆者,倘若尽量提取
原材料,也不必太费力。但进入
失忆持续发展阶段时,再提取原
材料便很难,因为这个阶段的间
歇性失忆症状愈加明显。失忆
是否受心理因素影响,之前我
说过我并非心理学专业领域的
人,所以我无法解答,但从自身
来说:心理可控失忆因素。

早些时候,朋友跟我分享她不太容易
和父母沟通的一个故事。其实倒
不是她不善于言谈,只是可能比
起口头表达,她更喜欢文字,而
父母对文字的反应达不到她的
预想。她的父母和众多七八十
年代的父母一样,一心为儿女
付出,但往往不善交流。这样
的家庭性格构造模式让她觉得,
有时候说话有点吃力。朋友给
我分享的时候一开始显得有点
泄气。说实话,我也泄气,我
也不善去和父母相处,我更不
知道该如何去开导她,一定程
度上也是开导我自己。

恰好我听到失忆这个名词,恍然大悟。
我反思为什么我们觉得沟通寸
步难行。大范围来讲,我们都
处在间歇性失忆阶段,我们好像
忘记父母是怎么教会我们长
大。而我们却选择忽略父母,
标榜自己观点独特,以年龄差
距掩盖事实的我们,成了间
歇性失忆者。

再想拾起以往的回忆,好像比较
难,泛化概念就是与自身观点
不磨合、不尽同的人沟通都
不会简单。失忆常常突发,不
会记起任何人的好。一个在
前九天都给你送水的人,倘
若在第十天不给你送那杯水,
记忆就无法保持延续前九次,
间歇性失忆在这里充当的是
选择退出。

事物具有两面性,间歇性失
忆在很多时候也很有必要。
人是一个矛盾的个体,在大群
体环境下,大部分人会一段
时间拼了命地想努力,一段
时间也跟丢了魂一样偷懒。

刚好这几天和一位朋友也交流到
这个矛盾的问题。间歇性失
忆会让我们回归平静,重新
考虑问题,从矛盾中找到
一个平衡点。举个例子,A
想去参加一个比赛,想去锻
炼自己,又害怕自己没经验,
害怕自己能力不够,A选择
间歇性失忆,忘记压力,忘
记这个比赛,选择自身,问
自己答案,从外化到内化,
答案就这么清楚地摆在A
的前面了。

进一步也好,退一步也
罢,始终有个答案摆在那
里。进一步是成功,退一
步是沉淀。想想,间歇性
失忆并不是何时都自动退
出,它还有自动激励的功
能。

王小波说生活要有仪式感,提醒
我们记住身边的温暖,始
终怀有一颗谦逊的心去
对待世界;颜陌说有些回
忆不能记起,那么就选
择性失忆,也是提醒我
们要包容这个世界,忘
记一些和我们相悖的东
西,去寻找相向的平衡
点。

如果间歇性失忆者记住了温暖,
忘记了沮丧失败,找到
了相向的平衡点,那我
想这类人会很可爱。



间歇性失忆

谭蓉