

牽挂

作者:龍應台

有時候,是你牽挂別人。一個才氣縱橫的人中風昏迷,經月不醒。你夢見他,夢見他突然醒來,就在那病房的床榻上,披衣坐起,侃侃而談,字字風趣;用中文談兩岸的未來,用英語聊莎士比亞的詩。醒來,方知是夢,悵然不已。

或者是一個十年不逢的老友,久不聯繫,但是你記得她在小院里種的花香,記得她吟詩時哽咽的聲音,記得她在深夜的越洋電話里談美、談文章、談人生時的種種溫情。你常常想到她,雖然連她的電話號碼都記不全了。或者是一個常常有訊息的人,你在報紙上讀到他的消息,在電視上看見他的談話,為每一個讚美他的報道高興。但是你隱隱地擔心,擔心他過度操勞,擔心他不知節制,擔心他有一天被自己的熱情和理想壓垮。

有時候,是別人牽挂你。他,有時是她,時不時來一個電話,電話講完了,你輕輕放下聽筒,才覺得,這其實是個“相見亦無事,不來常思君”的電話——什么事都沒有,只不過想確認一下你還好,但這,也不說。

昨晚就有一個約會,時間未到,我乾脆到外面去等,感覺一下秋夜的涼風。在暗夜中,我靠着大石柱坐在地上。他出現時,看見我一個人坐在秋夜的地上。

有光的時候,他遲疑地說:“我覺得你——憔悴了。”

微言

有一天,佛陀經過一個村莊,一些人對他口出穢言。佛陀靜靜地聽了一小會,然後說:“謝謝你們,我今天還要趕去下一個村莊。”其中

一人聽後覺得不可思議,說:“難道你沒有聽見我們罵你嗎?”佛陀:“我不會被別人的嘴巴所控制,也不會對別人的情緒做反應。我是情緒的主人,不是情緒的奴隸。”
給你修路的,是你自己,埋葬你的,也是你自己;幫助你的,是你自己,毀滅你的,也是你自己;成就你的,自然還是你自己。所以佛說:自作自受,自性自度!

等一等

作者:魏悌香

有一個人回憶,他父親在過世前,告訴他一個很重要的人生哲理:“如果你想生氣,不要立刻表現出來,要等 24 小時。24 小時過了之後,你就可以做任何你想要做的事,即使想去揍人也可以,但一定要等足 24 小時才能行動。”

這人說道:“這句話令我十分受用,從此以後,憤怒沒有再對我造成任何困擾,因為我必須等待 24 小時才能回應,而 24 小時之後,整件事情就會變得患不可及,甚至幼稚可笑。有時候我還覺得對方的立場是對的,反而跑去謝謝他。”

“等一等”往往是人際關係的重要緩衝,有時候太快反應,太快出手,太快回嘴,結果變得一發不可收拾,讓人懊悔不已。

等一等,怒氣會消退;

等一等,情緒會平復;

等一等,頭腦會清楚;
等一等,答案會呼之欲出。

古董的價值

作者:劉墉

某日,一位古董商到我家里做客,我便盡出所藏,請他鑒賞評價。

我拿出的第一件東西,是塊田黃印石,長約四寸。

“這值不了什麼錢!”古董商說,“因為上一段有裂紋,下半截有雜質,只有中間一小塊完美。”

“我當年是以高價買的!”我大吃一驚。

“你聽我說完哪!”古董商笑着說,“你如果把上下兩截鋸掉,只留中段,價錢就倍于此了。”

接着他展開我收藏的一幅古畫:“是名家手筆,可惜右邊破損了一塊,修補之後總是看得出來,倒不如將右側整個切除,價錢要比補了之後還高得多。”

最後,我取出了傳家之寶——黃瓷蓋碗。

“這個蓋子早該扔了。”古董商一見便說,“不帶蓋子要比帶蓋子容易賣,價錢也好。”

“怎麼會有這種道理呢?”我很不服氣,“有蓋反比無蓋來得便宜?”

“當然!因為蓋子有缺損,你想看,當買主看到這件東西,發現蓋子已破,還會買嗎?”他把蓋子放在案上,並將碗捧到我的面前,“可是這樣子,幾人知道還有個蓋子呢?買主只當這是只完美無缺的碗,而會愛不釋手了!”

“同樣的道理!”他又指着印石和畫說,“你切去雜質之後,大家只見那是塊難得溫潤美好的田黃,有誰知道它原來要大得多?而那畫沒幾人看過,切了邊仍是不錯的構圖,誰會想到已比原作少了半截?”

“人們為什麼總會注意那小小的瑕疵,而忽視整體的美好?為什麼寧可被騙,也不願接受那有缺陷的事實呢?”我感慨地說。

美食家語錄

作者:[法]布里亞·薩瓦蘭 郭一夫 付麗娜譯

美食是社會的主要紐帶之一。美食使人們坐在一起,時間長了就培養出了友情。在飯桌上,人們相處融洽,盡情交流,平日里的等級差別也就淡化了。

飯菜的產生使人類擺脫了單純依賴水果為生的時代,從此走進了新的發展時期。給肉填餡烤熟後分而食之的過程成為家庭團聚的紐帶。孩子小時,父親將自己的食物分給孩子們吃。待孩子們長大以後,他們也會同樣對待年老的父母。這種團聚最初僅限近親之間,不過後來逐步將朋友與鄰居也包含進來了。

當美食需要和別人分享時,它對婚姻幸福的影響是最顯着的。對美食共同的愛好可以使一對男女同桌共餐,他們自然地吸引着對方,並溫文爾雅地向對方獻殷懃。在這種情況下,食物成了他們幸福生活的重要組成部分。

與發現一顆新星相比,發現一款新菜肴對於人類的幸福更有好處。

白頭到老的黃金比例

作者:王薇華

什麼樣的夫妻能夠白頭到老,在婚姻期間能預測嗎?心理學家在實證研究中做到了,當然這不是算命,而是實實在在的心理學實驗。

著名情緒專家、西雅圖大學的教授約翰·高特曼,在 1992 年曾對 700 對夫妻的隨機談話內容進行了 15 分鐘的觀察研究。隨後,由他的研究小組為這些夫妻之間的情緒互動打分,並且以正、負面情緒 5:1 為基準線,預測 10



年後哪些夫妻會離婚,哪些夫妻仍能在一起。

難道心理學家通過一段 15 分鐘的談話交流,就能預測一對夫妻能否白頭到老,就敢斷定一對夫妻的婚姻是否美滿?聽起來有點玄乎。事實上,這項實驗的最終結果還真的是蠻準確的。那麼,這其中的玄機又在哪里?

高特曼教授是這樣分析的:在婚姻或者戀愛關係中,如果夫妻間的正面情緒互動與負面情緒互動的比例是 5:1,這對夫妻就會白頭偕老。如果低於這個比例,或者正、負面情緒接近 1:1,那麼他們就很有可能會離婚。

5:1 的正、負面情緒互動是夫妻間能否白頭到老的黃金比例。已婚者可以自己測試一下:你與愛人在生活中談話時,是正面、積極、肯定、讚許的語言多,還是負面、貶損、挑剔、否定、質疑的語言多?

生氣是負面情緒的頭號代表,生氣不僅傷害身體、影響人際關係,還是破壞婚姻和危害夫妻感情的大敵。

積極正面的語言,讓婚姻充滿芳香的氣息、溫柔的氣場、愛的清泉和幸福的音符;負面消極的言語,讓夫妻之間硝煙瀰漫、戰火不斷、冷顏相對,最後分道揚鑣。



作者:張曼娟

隔座山与隔層紗

且發現成功與失敗,和他們的長相、地位、年齡都沒有絕對的關係。那麼,到底隔座山與隔層紗的關鍵在那裡呢?我的朋友靜兒曾經說過:“如果真愛一個人,是永不絕望的。”哪怕面對的是世界第一高峰,也要讓自己成為登山好手,挑戰極限。那隱藏在雲霧中的未知,也隱藏着無限誘惑。相反的,若不愛一個人,就算他連薄紗都取下,完全袒露了自我,也激不起人一絲探索的慾望。我見過一個執着的男人,一生只鍾情於一個追求不到的女人,即使一把年紀了,提到這個心中的女神,他還是那樣腼腆的神情,痴迷神往。他絲毫不覺得女神已老,不再有如花的美貌。

演講會場中,我沒有回答這個問題,但我心中自有答案。如果那人也愛你,這追求就是隔層紗的輕易;如果那人並不愛你,這追求便是隔座山的艱難。但若心中的愛夠強大,又豈能抗拒攀登上一座險峻美絕的高峰呢?

到馬來西亞去演講,將近尾聲時,開放現場讀者提問,有位中年男人,堅持一定要問一個很重要的問題,他問道:“人們都說,男追女隔座山,女追男隔層紗,你同不同意這種說法?”

這種說法原來是所有華人都熟知的“定律”呢。在這樣的定律中,男人的情愛之途彷彿是無限艱辛的,必須不斷努力,卻仍有那么多困難,得發揮愚公移山的精神與付出苦力。至於女人就太輕鬆簡單了,只要以逸待勞地等候自己喜歡的人,再一舉成擒,就大功告成了。隔座山與隔層紗,這樣的對比竟是以性別來決定的嗎?

我一直對這種說法保持高度懷疑,因為我見過在情場上無往不利的男人,也見過屢戰屢敗的女性,並

里,已經被凍得氣息奄奄,身上只裹着一條薄薄的棉被。”說到這裡,教授的眼睛濕潤了。他停了停,繼續說:“她天生聰慧而敏感,我們領養她的時候,她小小的模樣,本身還是幼兒,竟開始照顧比她更小的棄兒,給坐在搖籃里的嬰兒喂飯!”

教授停下來,看了一眼女婿,說:“因為有生理缺陷而遭到親生父母拋棄,即使她做了世界上最完美的修補手術,但內心的自卑仍是無法抗拒的。即便我們給了她如此多的關愛,但那種心理的孤獨和不安全感,我們也無能為力。”

聽到這里,安德土終於明白了茭白如此決絕的原因。生理缺陷給她帶來的傷痛太深刻,而他們還沒有愛到彼此完全信任和交付的程度。

就在安德土將她抱入懷中的同時,腹中的胎兒奇迹般地給了她一個輕微的悸動。這暗示雖來得如此輕微,在茭白的身體里卻足以翻起驚濤駭浪。

親愛的孩子,我如此愛你,以至不忍你一生下來,便遭遇任何的打擊和不公。哪怕這種打擊,只是別人帶着同情的目光偶爾一瞥,在媽媽心中也無異于天崩地裂,媽媽體會過,所以不願無辜的你再去體會。孩子,如果我們有緣,請你這次之後,再來做我的孩子。如果你不願意,那麼,我親愛的孩子,請你在天國等我,總有一天,媽媽也會去那里和你相聚,到那時,媽媽再看清楚你的模樣。

寫到這裏,茭白已經泣不成聲,她再也寫不下去,獨自去了海邊。茭白將寫好的信折成心形,小心地裝進漂流瓶里,封了口,像推搖籃一樣,將裝着信的瓶子推進了大海。

然後,她開車朝醫院方向駛去。就在走到醫院門口的那一霎,她再次失聲痛哭。每向婦產科方向邁進一步,她都要付出十分的努力。就在這時,她突然看見我們——她的好友,她的養父母,靜靜地站在那裡。還有,她親愛的安德土,幾乎是飛一般地向她跑來。

就在安德土將她抱入懷中的同時,腹中的胎兒奇迹般地給了她一個輕微的悸動。這暗示雖來得如此輕微,在茭白的身體里卻足以翻起驚濤駭浪。

愛是珍惜

這就是我在瑞典的好友茭白的一個關於愛和生命的真實故事。

信任和託付,永遠是婚姻的基石。

幾個月後,在最美的秋季,茭白和安德土的孩子誕生了。雖然一出生,這個小公主就帶着上帝的吻痕,但她也因此得到了她的母親、父親所能給她的世上最豐厚甜蜜的愛。孩子驅除了她母親茭白幾十年的“心魔”:從一出生就被拋棄的無法釋懷的痛苦和孤獨。現在,通過孩子,茭白又一次發現了愛,認識了愛。愛,就是珍惜。

上帝之吻
2010年4月初的一個周日,我帶着剛會走路的愛女坐在店外的長木凳上,有滋有味地品嚐着春日里冰激凌的滋味。忽然手機鈴響,好友茭白髮來短信:“我要和安德土分手了。”我愣在那兒,一時回不過神來。

好友茭白是很有氣質的美女,但身世令人唏噓。她是棄兒,三四歲時被派勒夫婦從中國孤兒院收養,來到瑞典。上帝從此為茭白打開了幸福之門,派勒夫婦將這個乖巧安靜的養女視若掌上明珠。茭白三年前去希臘旅行,遇到安德土,兩人共築愛巢。

結婚三年,他們達到了瑞典中產階級的生活標準,兩人最大的心願就是要個孩子。

如今,年逾三十歲的茭白終於成功懷孕。可這才幾個月工夫啊,孩子還沒有生下來,怎麼就要分手了?帶着疑問,我趕緊聯繫茭白,想問個清楚。

原來,經過半個月反反復復的檢查,最終確診,茭白肚子里四個多月的寶寶,屬先天性唇裂。

這對情侶備受煎熬,尤其是茭白,檢查結果出來後的每一天都是以淚洗面。在心碎中回過神來以後,她決定打掉這個孩子。

安德土堅決反對,可說破了嘴皮,依然無法使妻子回心轉意。他不明白為何一向知書達理的茭白,在這件事情上會如此固執。唇裂,那只是一個小到不能再小的缺陷,只要在出生後做手術,甚至可以完全不留痕迹。為了這樣一個小小的缺陷而毀掉一條生命,他無法理解,也不能接受。

“親愛的,你看看,這就是我們寶寶現



作者:羅敷

在的樣子,寶寶的大腦和內臟已經發育完全,是一個小寶寶的樣子,小心臟有節奏地跳動着。你怎么可以這樣殺了寶寶,毀了這樣一個鮮活可愛的小生命?”安德土拿出四個月大的胎兒圖片給茭白看,流着淚親吻着茭白的手,乞求她改變心意。

但茭白比他更痛、更難過。痛過之後,她一意孤行,去醫院預約了流產手術——胎兒越大,失去時心就越痛,她不能再等。

“好吧,如果你一定要打掉這個孩子,那麼我們的關係將到此為止。我和你,永遠,永遠,也不再見面。”安德土心碎地說。

生命之痛

第二天就是茭白預約流產的日子,安德土幾乎要發瘋了。按照瑞典人的習慣,他自然要尊重茭白的選擇,這里的法律也是以女士意願為第一意願。安德土深愛着茭白,他不可能因為

茭白而與愛妻分手。

關鍵時刻,我想起了茭白的養父,那位慈愛而睿智的大學教授。茭白是孤兒,從小被他領養,也許從茭白當年的經歷中能找到一點原因。

半小時後,安德土坐在了茭白養父的書房。

“你朋友猜得不錯,的確事出有因!”教授拿出了那一張茭白小時候的照片遞給安德土。安德土接過照片才發現,照片上的小女孩嘴唇上有一條明顯的痕迹。“你是說她……”安德土吃驚地看着岳父。教授嚴肅地點點頭說:“是的。茭白出生時因為先天唇裂,遭到親生父母拋棄。被發現時,她躺在雪地

