

一個騙子帶來的成長教育



好幾年前,我看了一部電影,叫《成長教育》,看完之後念念不忘。前些日子,我又把這部電影找出來看了一遍。

先說電影故事。一個16歲的姑娘,努力學習,想要考進牛津大學,她的爸爸媽媽都期盼她能如願。在一個雨天,這個叫珍妮的姑娘遇上了大衛,對方是個成熟男人,頗有魅力。兩人相識後,大衛帶著珍妮去聽歌劇,去拍賣會上買畫,去高級餐廳吃飯。

到珍妮17歲生日時,大衛帶著珍妮去了巴黎,而後,大衛向珍妮求婚。那是1961年,十幾歲的姑娘嫁給30來歲的男人也算是一種出路。珍妮帶著訂婚戒指去上學,她的英文老師對此大為失望。珍妮本來是個聰明伶俐的姑娘,可遇到男人就變得糊塗了。英文老師問珍妮:“他欣賞你的頭腦嗎?”珍妮反問老師:“上了大學又怎樣?你從劍橋畢業,不也就是在這里教書嗎?”

珍妮離開學校,準備嫁人,但隨後發現大衛在騙人,他已婚且有孩子。珍妮的父母本來挺喜歡大衛這個人,卻不料遇到個騙子,一家人深受打擊。珍妮躲在屋里不出來,爸爸端了一杯茶,站在門口很羞愧地說:“爸爸一生都在害怕。”這是電影中最動人的一句台詞。是的,

爸爸一生都在害怕——怕自己失業,怕錢不夠花,怕自己的女兒在競爭中落敗,也怕女兒遇人不淑——養兒育女的過程中,爸爸其實一直都在害怕。

珍妮恢復過來,回到學校,要求重讀,但嚴厲的女校長拒絕了她。她的英文老師擔負起課外指導的責任,幫她補習拉丁文,一年之後,珍妮考上了牛津大學。她騎着自行車,從飽蠹樓(牛津大學博德利圖書館)門前經過。

這部電影改編自英國《泰晤士報》記者琳·巴貝爾的回憶錄。巴貝爾從牛津大學畢業後,先在《閣樓》雜誌工作,而後給《觀察家》雜誌寫稿,成了一名專門寫訪談的記者。她60來歲時給《格蘭塔》雜誌寫了一篇短文,後來有個製片人打電話給她,說想把這篇短文改編成電影。2009年,這部電影上映。

原作那篇短文,不過十來頁的篇幅,非常簡潔明快。散文中,那個騙子叫“西蒙”,而非“大衛”,他是個慣犯,騙過好幾個姑娘,小偷小摸,後來進了監獄。巴貝爾在文章中說:“他是個小偷,潛入我們家偷走了我父母最珍貴的東

西——我,還差點兒偷走了我的牛津夢。當時我的父母既不懂得時裝也不懂得存在主義,他們被這傢伙騙了。”琳·巴貝爾跟這

個騙子交往兩年,得到了一個教訓,或者說受到了教育,我們看她自己是怎么說的:我從西蒙那里得到了什么呢?一次教育,我父母常挂在嘴邊的教育。跟西蒙約會的兩年,我瞭解了高級餐廳、奢華酒店和海外旅行,懂得了一點兒古董知識,看了伯格曼的電影,聽了古典音樂。這些東西等我上了牛津依然有用——我會看菜單,知道什么是“手指碗”,能聽進去歌劇,不是個鄉巴佬。我也變得老于世故,進了牛津,只希望遇到一個跟我年齡相當的男孩,希望他善良、正派、規規矩矩,哪怕他是個笨拙的男子。然而西蒙也教會了我一些令我後悔學到的東西——我學會了不相信別人,學會了不聽其言,而是要觀其行;學會了懷疑某人乃至所有人都有的欺世的本領;傾向於認定對於某些人,我們只是自以為瞭解他,實則一無所知——這幫助我成為一個好的採訪者,而在生活中卻無益處——我太多疑、太謹慎,也太無動于衷了。這是西蒙對我的傷害。

作者:苗煒

我曾經是一個非常內向的人。表現之一,就是害怕在衆人面前講話,每次上講臺都像受刑。我會結巴,忘詞,面紅耳赤,緊張到不知所措。因為焦慮,我想學心理學,於是讀了師範學校。但在師範學校,我又經常為將來某一天可能站上講臺而焦慮萬分。

我就在這種焦慮中渾渾噩噩地度過了我的大學生涯。研二時,某所成人自考的大學要找一個研究生做兼職的心理學教師,教變態心理學。我那時候很缺錢,猶豫了很久,一狠心,就把活兒應承了下來。

幾乎從應承下來的那一刻起,我就後悔了。我一連做了好幾天噩夢,夢見自己站在講臺上,衆目睽睽之下,手足無措。我也嘗試過進行一些積極點兒的想象,比如想象某個女生會在課堂上冲我拋媚眼,但是沒用。

改變有時候很難,是因為如果你只有失敗的經驗,沒有成功經驗,你甚至沒有辦法想象成功是怎樣的,但你對想象失敗很在行。所以,雖然我努力不

我是怎麼變外向的



去想,但失敗的場景仍會不時鑽到我的腦子里,告訴我,那時一定很丟人。

“審判”的那天終於來了。我早來到教室,整理好教案,擦好黑板。當我站到講臺前的時候,我忽然覺得很自信。可能是因為認真備了課,我對自己要講的內容瞭如指掌,當然也可能是因為講臺下稀稀拉拉只坐了五個學生,他們還自顧自地玩手机——這和我想象中有千萬雙眼睛盯着我的場景,差別實在太大了。

我短暫的教學生涯就從教這五個學生開始了。我開始學習在衆人面前講話,開始逐漸積累一些成功經驗,並慢慢喜歡上了教學。後來我成了一名教師,我不再害怕學生的目光,相反,能夠把他們的目光從手機上吸引過來,會讓我覺得有成就感。知識分子內心大都渴望有一個講臺,能分享自己的知識和觀點,況且我和學生分享的還是沒有專業壁壘的心理成長和幸福之道。雖然每次上課前我仍然會緊張,但我再也不會像以前那樣“想多了”,分享的快樂讓我逐漸忘卻了緊張。

當然,這算不上太成功的故事,我只是做到了很多普通人不用努力就能做到的事。我之所以把它講得像個成功故事,是因為這個故事蘊含了敏感內向者發生改變的一些基本道理。

以我的經驗,改變是無法憑空發生的。真正有效的改變,需要兩個支點。第一個支點是,你需要積累相關的成功經驗,它會改變你的預期,讓你變得自信起來,哪怕是小小的成功,都意義非凡。第二個支點是,在那些讓你害怕的領域,你要有一



看好碗,再倒水

父親每次來首爾,我和妹妹都會到機場去接。陪着父親前往位於汝矣島的家的路上,我們會向他彙報一下近況,就像在開一個簡單的發佈會。

要在女兒家住上幾天,父親大概也想事先瞭解一下情況,所以他很喜歡在車里和我們聊一聊。

妹妹先說完後,我開始講最近的煩心事。我抱怨兒子已經是中學生了,本來希望他能好好上課外班,但是他一天絕不肯去超過一個的地方,令我很生氣。

“他放學後要先睡一會兒,吃點兒零食再去課外班,既然去了,把英語和數學都上了多好,但他說一天只能上一科。我再怎么勸也不行,難道是青春期的到了嗎?”

父親只是靜靜地聽着。

“也沒法強迫他。小學低年級的時候他不願做卷子,我硬讓他做,但做到第三天的時候,他說討厭這種重複練習的方式,實在學不下去。我說已經交了一個月的錢,就學上一個月吧,結果他做題的時候居然嘔吐起來。這孩子真是沒辦法強迫,他這個年紀正是應該好好學習的時候……”

一直默默聽我講的父親突然說道:“現在不是才初一嗎?”

“是啊。”
“初中生的碗只有這麼大,你卻想像瀑布一樣往里倒水,他能盛住嗎?”

這句話的意思,我馬上就領會了。碗小,卻把水管擰得“嘩嘩”地往里注水,水就只能往外流。

“青春期的時候碗很小,如果一下子灌得太多,就只能往外漏。”

父親還說:“如果拼命倒水,有的碗還會碎掉。”這句話深深地觸動了我。

聊其他事情的時候,父親常常言簡意賅,但只要說到孩子,父親總會比平常聽得認真,一定要講到我明白為止。

從父親的話中可以想象到,在撫養我們的過程中,他等待、忍耐了多少次。我也明白了父親一直在默默地守望着笨拙的我,他知道我的碗小,需要等待。作者:宋貞淵

但是,我並沒有真的變得外向。當我在馬路上偶遇領導或其他重要人物時,仍然會緊張得手足無措,並且無一例外地,會忽然忘了他們的姓名。我沒能在這個領域找到我自己的優勢,所以,也只好隨它去了。作者:陳海賢

當忙碌變成一種價值

“忙碌令我快樂”,真的嗎

漢語的博大精深,從“忙”這個字就能體現。當我們說別人“忙”的時候,往往會積極化這個字的內涵,比如所謂的“大忙人”,言下之意是對方被很多人和事所需要;而當主語是自己時,“我很忙”又總傳達着焦急、疲勞之類的負面情緒——這既是“忙”在語言層面的複雜性,也間接說明,忙碌的是自己還是別人,會影響到我們到底能不能客觀看待這件事。

事實上,人類並不抗拒忙碌,尤其是主動忙碌。對當代人來說,“看起來很忙”已經成為一種身份地位的象徵。人們總是將“忙”和一些優秀的特質聯繫在一起,比如進取、堅毅、有野心等,被認為是職場上稀缺的好品質。

有研究表明,如果是從個人主觀意願出發的“不想閒着”,確實能調節負面情緒、強化自我認知,進而提陞幸福感。

這就是為什麼直到現在,人們依然將如何進行時間管理、如何利用有限的時間完成更多的任務,看作自己能力的證明。劍橋大學人類學家詹姆斯·蘇茲曼也在《工作的意義:從史前到未來的人類變革》里說,只要定居在城市里,我們就無法把工作當成簡單的謀生手段,而是將其視為擁有高度社會化水平和適應能力的證據——這意味着你是一個真正的“社會的人”。

問題是,既然忙碌如此有益,為什麼我們還是沒有辦法像一些人那樣“享受”忙碌?

答案可能是,“被動忙碌”充斥在人類社會的每一個角落——為了保證自己不失業,許多人不得不假裝很忙。隨着無益工作

的增多,正常工作受到影響。如果我們提取某個生活片段來觀察,會發現這種“被動忙碌”無處不在:該忙的時候在開會,不該忙的時候卻要加班,上班要表現出全情投入的模樣,下班還得想方設法營造自己只是暫時離開工位的“人設”,休息日也會發一些僅領導可見的微信朋友圈來彰顯自己的工作態度——這就是很多當代“打工人”的寫照。

當然,還有一種忙碌介于主動忙碌與被動忙碌之間:只要一閑下來就想看點什麼、做點什麼、知道點什麼,哪怕只是“沒用的知識又增加了”。畢竟,忙碌給人帶來成就感,時間就是金錢,很多人都在不停地自我充電、自我進步、自我驅動,即使他們其實並無真正想做的事。

為什麼我們不敢閑下來

如果忙碌是有價值的痛苦,那么清閑就是可引起焦慮的自由。在當下,越來越多人患上“空白

時間焦慮症”,只要一閑下來就會覺得自己沒有在學東西,進而否定自我存在的價值。但這個認知並不表示我們可以立即投入主動忙碌——絕大多數時候,我們只是不停點亮手機屏幕,點開社交軟件再退出,在碎片化的信息中消磨掉無事

事的時間。

我們無法接受過分忙碌,但也不想過得太清閑。在被動忙碌的時候,我們大可以說是工作、資本、生活令我們不得不連軸轉,但當選擇權交付到自己手上,終於擁有了自己的時間,卻還是不知道想做或者可以做什么的時候,才是真正考驗我們自由意志的時刻。

很多人只知道自己不要什麼——不要枯燥的重複勞動、不要朝不保夕的生活方式、不要在經濟和精神上依附他人、不要被系統控制,但如果真的去思考自己想要什麼、想做什



么,就十分困難。畢竟,生活是有慣性的,而跟着慣性走總是簡單的。

生活的盡頭是“摸魚”嗎

在越來越忙碌的當代生活里,日益完善的“永不離線”式工作文化讓我們的私人空間被不斷蠶食,一些年輕人將工作視為一種“不得不忍受”的禁錮,職業的發展已經不再被看成努力就有收穫的等價交換,於是他們紛紛做出“非關鍵時刻拒絕再卷”的決定,試圖從被動忙碌當中脫身,用截止日期(deadline)之前的頑強“摸魚”幫自己找回一點兒有控制感的悠閑。

“摸魚”哲學不動聲色地成為新型職場消極哲學,它的誘惑在于其中包含的忙里偷閑、苦中作樂,所以哪怕有時候我們已經在休息了,但還是在一刻不停地刷手機。遺憾的是,即使是休息,想要獲得高質量的娛樂和休閒,其實一樣是需要思考的,而“摸魚”不需要思考,只用一些簡單的手指動作,便能讓人獲得瞬時而同質的快樂。所以“摸魚”只是一種瞬時體驗,而不負責解決任何根本問題,因為它像我們厭惡忙碌又難耐清閑一樣,只是以一種抗拒的姿態聲明自己“不想要什麼”,但不能給出建設性的回答。

在忙碌和清閑之間搖擺不定的年輕人,需要回答的是有關時間的失與得的問題。如果忙碌已經成為當下不得不面對的生存現實,那么“摸魚”則更像一邊抵抗職場內卷,一邊掩蓋自己始終找不到彼岸的焦慮的混合物。

在越來越密不透風的當代生活里,忙碌被視為洪水猛獸並不奇怪,只是清閑看似平易近人,若想接住它卻需要十足的清醒與堅定。文章來源:微信公眾號“NOWNESS 現在”