

●这是一本让你遇到自己的书●

无能的力量

——把嘴巴写在耳朵边上

毛惠云 / 著

中国传媒大学出版社



● 这是一本让你遇到自己的书 ●

无能的力量

——把嘴巴写在耳朵边上

毛惠云 著



中国传媒大学出版社

图书在版编目(CIP)数据

无能的力量/毛惠云著. —北京:中国传媒大学出版社, 2015. 2
ISBN 978-7-5657-1258-6

I. ①无… II. ①毛… III. ①随笔—作品集—中国—当代
②诗集—中国—当代 IV. ①I217.2

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2015) 第 011100 号

无能的力量

著 者 毛惠云

责任编辑 张 玥

责任印制 阳金洲

封面设计 薛 菲

出 版 人 蔡 翔

出版发行 中国传媒大学出版社

社 址 北京市朝阳区定福庄东街1号 邮编:100024

电 话 86-10-65450528 65450532 传真:65779405

网 址 <http://www.cucp.com.cn>

经 销 全国新华书店

印 刷 北京中科印刷有限公司

开 本 710mm×1000mm 1/16

印 张 8.25

版 次 2015年2月第1版 2015年2月第1次印刷

书 号 978-7-5657-1258-6/I·1258 定 价 28.00 元

版权所有

翻印必究

印装错误

负责调换

目 录

CONTENTS

每一种孤独都是美丽的 3

孤独不是寂寞,而是一种思考的幸福,在一个人的思考中愉悦,在一群人的狂欢中欣喜,孤独永远是在人群之中的自我守护。

每一种风情都是万种的 31

在每一种风情万种的背后,繁华过尽,我们依然是一片风景,那些被我们守护的爱情,在我们从起点到终点的每一个过程里,装饰了我们,使我们在死亡之后依然可以灿烂无比。

每一个故事都是有用的 59

每一个故事都是我们花园里最好看的花朵,使得我们的花园越来越好看,对,就是这样。

每一首诗歌都是迷茫的 101

这是一本后来的诗歌练习册,就好像一个瘫痪的人开始做康复训练一样,与我若干年前的几百首诗相比,到若干年没有诗歌的生活之后,我重新开始絮絮叨叨,一段一段的语言,它们让我找到了久违不见情人的痛感。

每一种孤独都是美丽的

每一种孤独都是美丽的

孤独不是寂寞,而是一种思考的幸福,在一个人的思考中愉悦,在一群人的狂欢中欣喜,孤独永远是在人群之中的自我守护。

01

我们的桎梏是什么?一个曾经的朋友若干年前和我学会了一个词叫瓶颈,后来他被这个词锁入了他的瓶子里。那么,我们的瓶颈是什么?第一,自私使我们变得狭隘,在舍得之间,我们不是先舍后得,而是为得而舍,由于有了得的欲望,所以我们用秤量舍,常常把自己装进一个瓶子里,或舍得小心翼翼,或抱怨得的太少,忽略了许多人情本源,忽略了主客观一切因素;第二,自卑使我们变得强大,害怕面对自己的不足而盲目自傲自负目中无人,甚至取笑他人,凡话听反面想反驳而不入正能量,这种外强中干常常使我们失去了开放的最佳时机而变得闭塞,自己的世界被自己保护得油盐不进,就好像一个大师对一个求教者说,你不把瓶子里的石头倒空,我如何倒满水;第三,满足使我们懒惰,由于人骨头里的惰性使我们许多人不愿多想一步,看重眼前利益,不想蓄势而发,慢慢在已成的习惯中懈怠下来,没有了斗志;第四,借口带我们逃避,我们做不好的事情总会找出这样那样的借口,或推托给他人,或认为自己不喜,或认为时机不对,或把忙拿来抵押。其实很多时候,这种退路

会把我们引入一个黑洞,让我们迷失在抱怨里;第五,“如果”使我们开阔,“如果”是个很害人的词,我那个朋友就活在这个假想的“如果”里,背叛了我两次,而且对我都是重创,对他来说,在“如果”之类的假想里,利益仿佛唾手可得,忽略了盖大楼要一步步打地基,光看事情的风光,忘记了自己的力量。所以我们的桎梏就是我们卡在了瓶颈里努力往外钻,却忽略了有两种方法,一是摇晃地打碎瓶子,但那极容易让我们受伤甚至死亡;二是缩回瓶子里,克制欲望,瘦身,因为我们被关在瓶子里,就是因为瓶子里欲望太多,我们吃得太饱。

02

光线慢慢地熄灭了夜的灯,在比安静更为深邃的凌晨,每一个把自己关进梦里的人是幸福的,而幸福,其实是在别人不为所知的隐蔽处。那一个墙角,或屋檐下。它和人的掌纹似的,每个人都不一样,所以我们认为别人的幸与不幸,都是我们的假想,而最愚钝的方式,就是试图拿我们的思想去对别人,尤其是最亲近的人进行衡量,其实这对自己何尝不是一种伤?因为在用镜子去告诫别人的同时,你丢失了自己的影子。

03

我喜欢一切质朴的法则,直而不尖,曲而不变,遁而不离,容而不忍,明而不辩。凡事有度,有的是大度,不回避私欲,不恐惧小人。可以有大河般的胸怀,但过田野必细流抚之,否则会涝之,过沙漠绿洲必全力以赴,否则不仅会旱之也会伤己。

04

在一个善意满满的课堂里，每一个人都情愿做无知者。善意的无知可以回避真相，因此也就充满希望。所以有个新词叫人艰不拆，其实也可以叫人奸不拆，或人尖不拆。何必拆穿与探究或者干脆何必想。世上本没有什么真相，快乐才是为己为人应做的本我，所以守着我们善良的虚妄与纯净的本源，如一个孩童一般跌跌撞撞，摔倒了也可以有机会爬起并重新奔跑。

05

做一份好心情的预案，无论怎样，这一天我们还得积极面对，因为其实没有人为我们的坏心情买单，还可能使它往更坏的方向发展，这不是说我们不应该愤怒或悲伤，而是应该宛若一个孩子哭时，从指缝间看看，没有人搭理，就起身高高兴兴去玩别的，很快在新的愉悦中忘记了已逝去的烦恼。

06

未必是错，未必是对，每一个人站在自己的高度看不同格局。有些人像树一样生长在你身旁，赋予你阴凉，有些人则把你当树，甚至会把你伐去打造自己漂亮的书房。无需抱怨，他注定是他，你注定是你，若你的角度成了他，就物是人非了。这里有信任这个词，这个词是禁不起推敲的，孔子都曾差点因为误解而判断错人，何况我们这些俗人，加了自己观点的判断本身就有失公允，重要的是，是否能学会停下来，因为会停止的司机才是好厨子。

07

看到了朋友的感悟：总有一天，我们的心脏会长得比悲伤大。我喜欢这句话，但我更喜欢把它改成“我们的心脏会比悲伤无限大”。浩瀚我们的人生，每天那么多有趣的体验和发生，渺小了所谓的悲伤、困惑与愤怒焦灼，你就是大海，无垠的大海之上，那些只不过是贝壳，可以拣来粘成一只小熊，摆在书桌上。

08

当我们翻阅自己，更多的时候，是一种匆匆的不及注目，似乎没有太多可以把握到的节点，即使对话，也似乎对着一个陌生人，彼此尴尬然后奔逃。相比面对别人要比面对自己容易一些，于是干脆拿他人来衡量自己，高低胖瘦，美丑慧痴，或是在各种测试、星座、占卜中对号入座，忘记了其实我们生来一无所知，本可以自我设定的道理。

09

所有的人都表现出很忙的样子，不停地在找时间，还吵嚷着时间去哪儿了的时候，却忘记了找时间的时间正在被你放掉了，像沙子一样。人其实是个巨大的沙漏，表象盈满，实则内耗，我们的情绪主宰了我们的十有八九，因为不安所以想安，因为不静所以想静，因为害怕所以自大，因为不懂所以伪装，忙碌是伤害我们最大的理由，宁愿等山崩埋葬，也不愿清清楚楚修条路走出山外，心无雅致，风景哪边也不好。

以谦卑之心面朝应对之人,以诚挚之心朝向应对之事,莫以善小而欺之,莫以利大而从之,恢复到本真,以从容应对繁琐,以细致应对过程,不为小功而沾沾自喜,不为大过而面容灰暗,不妒忌他山之石,而要学其壮美,不轻视路边小巧,而要与其微笑。我不能成为圣人,但要学会遇事平宁,我不敢成为小人,所以尽当避其恶习。

10

我现在喜欢用“无能的力量”来诠释自己,并以此作为自己的展示或者表达,因为我把此当作一种高到无法登攀的境界。无极生太极,太极生两仪,才有四象八卦六十四及千万变化。上帝面对混沌世界从无创造天地,然后日月星辰江河湖海;而最终一切又会回归于无,这是必然规律,和人来时尘去时土一个道理,所以无代表着孕育与结束的全过程。我没有这样大的格局,所以我的无能是敬畏,是谦和,是为,是顺应,天下皆比我大,我只能一恭到底,但这也可以骄傲,因为无能所以不争,乾卦里初始叫潜龙勿用,其实也可以叫无用,也可以叫无能,代表一种静止的养蓄,这种力量可以化解一切杀伤力,因为无,所以没有可攻击的地方,想想也很高兴。

11

格局不是你给世界的判定标准,而是世界对你的生存要求。人最强大的不是脚,而是心,往往我们带着的却不是心的强大,而是心的强硬,也就是花岗岩心态,不肯从本质上打磨自己,脚跑得再远,内心不柔软,就承受不了越远越深的恐惧与感知,最后要么伤害他人,要么粉碎自己。强大是一种水一样的实力,能滴水穿岩,能濯净尘华,能灌隙补缝,能海势磅礴,能冰峰万里……所以要有水一样的强大,调整自己是为了提升格局,意识到这一点,方能真正有大隐隐于市的进阶。早安,春天。

12

有朋友问我，怎样才能在第一次工作时获得好的人际，我回复了两个字：尊重。尊重他人，无论他是权贵还是门房，上不谄媚，敬而远之；下不蔑视，恭而听之，不让自己当小人的方式就是不把他人当小人，敬重生活中的鬼神比参拜泥佛更重要，不求人而屈膝，不以人求而倨傲。其实这里面还有一层意思就是尊重自己，尊重他人实则是不让自己的品格受到扭曲。

13

带着目的性信仰的思想像一把时间很长甚至落灰的椅子，或者这椅子是所谓思想的具象，像佛塑，不说话，看那人流亡或大成，看悲或者是喜，看杀戮或是救赎，任你情绪是海一样的五色表象。佛心本性却似海底无法撼动的凝固，所以佛法无边最后延展到了不拘小节。寺、山、主持、商贩之间充满了与佛无关的利益结盟，更不要谈那些卑微人卑微的信仰。而那天有一个僧人对于杀生者的诅咒更让我感觉到一种惶恐，佛性在于劝人为善，而非算命先生的威逼利诱，此地有佛，但此地佛已葬身于沉默。相比，我倒更崇尚西方基督教无论是教堂还是礼拜，或者团契集会时相互的仁爱与关注，无阶级、无利益、无索取，这其实才应该是法的目的。但今天看到一个信徒衣服上写着信耶稣得永生，又觉得像陈胜吴广的农民起义，若没有信仰的格局与平宁，直至自己给予自己活着的力量和勇气，信谁都没有用，因为潘多拉盒子没那么简单。

14

我们总在他人的故事里且行且远，拿我们的镜像评判他人的爱与非爱，善与非善，古人早就告诉你你非鱼了，还总不听，肆意我执。每个人都有他的不为人知和幸福标准，活着已经不易，何必界定他人而刻意回避自己的不堪与痛苦，以愚人的方式糊弄自己是对自己的一种不负责任。

15

——一个世界最重要的不是无人理解，而应该是无人喝彩，孔子也慨叹过这一点，这其中包括了自己。自己不理解自己，尚有情可原，因为左右我们的因素太复杂太多。但若不懂得为自己鼓掌则是真的悲伤，哪怕全世界的人都抛弃你，你得握紧自己的手，只要自己还在，一切都无所谓。

16

坚持，不是在奔跑时受伤了还要奔向终点，而是学会向着终点方向蓄积力量，然后在能够时竭尽全力。休息在这中间是有效的营养剂，刘翔当年便是为了所谓的坚持而失去了胜利的可能，所以要知道自己的度。当然也不能轻言累与疲惫，当把休息当作一种习惯，把累当作一种借口，慢慢你也会失去奔跑的勇气。

17

人若不能懂得收放,对自身的危害是极大的,要学会自知并且控制。厨艺里说文火,文火出来的不仅是悠鲜美味,更充满营养,我觉得这就是中国哲学伟大的践行践满,这满不是自得,而是丰满。火候控制好,便可以创造价值,控制不好则玉石俱焚,所以说做火要做明理火。成功的人不以财富论,而论德行与修为,会学习修饰自己的欠缺并彰显能力,同时又尚德,使自己张弛有道,这张弛既包括行为,也包括口舌。我们常说一个人说大话是喜欢“喷”,守住嘴便成了“贲”,这也是贲卦最单纯的意思吧。

18

读书有益,于是我开始读书,一本很清爽的叫做《照出你看不见的世界史》的书,用奇特的方式讲了六百个小故事,让我顿时如一个读童话的孩子。需要解决的问题如果不想就不会成为问题,两个初识不久的朋友一个上午电话不断地帮我做最大的努力,这让我已经觉得比事情的成功本身更有意义,解决还在继续,闵瑶还在解决的路上,旭超在出状况的地方等待转机,各位同事都在为工作而努力,这一切已经很好。我在看书,书里也有这样的情节,行路者各种刑难而泰然处之,最后泰然离开。对于成大事者,这都不是事儿,而我也这样想,所以我也成大事者,想到这里就得意得不行,酒窝乍现。

19

惬意的思考过程在于原来没有什么是更重要的。而这比较法则中的主体

应该就是两个字：放松。由于心情紧张产生焦虑，或者心情狭隘产生愤怒，或者心情膨胀产生虚妄，但心情到底是什么？其实也是一种虚无的无法触摸的存在，和我们仰望的天空一样，有云、雾、晴、雨、雪，无法自知，但完全可以给自己修个小房子，大玻璃窗，置身于内，然后笑观来往。许多人说放松说来容易，其实很难，无非也是两个字：不想。若做不到，就去跑步，跑他个一万米，累到躺下就睡，睡着了就想不起来了。

20

若我们打开，生命的长度一定会忠实于我们的厚度，而源源不断的光线会温和着我们的记忆、经过、正在和将来，无论好与不好，黑白或色彩斑斓，在打开之后，都会像鸟儿一样飞向天空。蓝色的天空如清澈之泉，云丝化身为小彩鱼，还会叮叮咚咚，而我们生命的长度，便在这叮叮咚咚的日子里，高兴地走着，满地都是漏沙一般的阳光，宝石一般地明亮。

21

“治大国，若烹小鲜。以道莅天下，其鬼不神；非其鬼不神，其神不伤人；非其神不伤人，圣人亦不伤人。夫两不相伤，故德交归焉。”读到这一段，突然想起昨天梦到在一个空屋子里寄宿的场景，很温和。人、鬼、神本合一，一切恐惧与信仰均来自自我认知和设障。老子对于自然的认知，超越了自然本身，而是一种“无为、无知、无能”的道法融合，这个道不是“妖道”的道，是为人之道、为神之道、为鬼之道，禅学里叫“本来无一物”，神学里叫“创世纪”。一切混沌其实本来清澈见底，所以神创造的不是世界，而是自己的经络，我们不过是神大我中的小我。想明白了这一点，端坐下来，做好一个过客，或者做一个

好过客,带着舒展,经过每个风景,并让风景记住你的名字。

22

Carl Gustav Jung 说:“在我们的生命中有一个精神的空缺。”信仰的力量、思想的力量,甚至行走的力量都来源于此。耶稣让我们知晓过往今生,佛陀让众人有所寄托,各种禅让我们学会容纳思想,孔子教给我们行走的光芒。今夜我端坐于窗,听夜色阑珊,众人在自己的欢乐里,我盲了我的想象,进入云端。

23

生活就像一场荨麻疹,你最后放弃了挠痒,因为你找不到那条痒的线……最近开始中西药结合,变成了思想家,写了本书《度娘不能止痒》。此时我在翻一本若干若干年前我少年轻狂、不懂装懂买入的书,弗洛伊德的《梦的解析》,但的确是因为喜欢,那时候我有一个幼稚的名字:小猫。那时候的我还在写字……那时候的梦不需要解析,简单多了。

24

因果最恰当的释义为因为那颗果子,众多人误读《圣经》里亚当夏娃那个章节,并把“禁果”延展为男女之那事儿,其实这是一种亵渎。男女之那事儿本应随情爱而滋生,属于自然法则,神并不反对生存的自然,一切当属纯净而平和,所以有人曾以羽毛般上升来描述那种无欲而得的宁静之域,那果子让人

滋生超越爱与非爱、欲与非欲、争与非争，打破宁和之后并非知道善爱这么简单，而是想的太多。这和禅语里的放下放不下如出一辙，其实追本溯源，创世纪更为真实地与神站在一起，展示根本里故事之内泥土深处那原始之香……总之眼睛清和，心里纯净，身体轻盈……眼中有雾霾而心里星空大开，处处都是伊甸园。早安，有梦的人们。

25

什 么一种力量，可以直穿内心，却不伤害，你开始无视自己，放自己于那伟大之中，这情形若干年前我在高原触摸过。而若干年后，我开始寻找自己内心的高原，寻找高原上那只盘桓的鹰。

26

有 些时候，我们宁可在心里一千遍一万遍地对自己诉说，也不愿跟身边的人透露一丝半语，一些苦恼和烦闷，一些心情和境遇，别人不曾身临其境，自然不能感同身受，理解的也许能说些中肯宽慰的言语，敷衍的人就只说几句套话，会让你立刻后悔袒露了心迹。

27

无 能的力量来自于一种突然的懈怠，还是没有休止符的夜奔，而所有的嘶喊洗尽铅华，就成为了最质朴的冲浪，那是你的船，却不是你的帆，一只鹰立在桅杆上，虎视眈眈！