

名家文丛
2

精神按摩

陈世旭◎著



陈世旭



地震出版社
Seismological Press



精神按摩

陈世旭◎著

图书在版编目 (CIP) 数据

精神按摩 / 陈世旭著. —北京: 地震出版社, 2014. 3
(名家文丛)

ISBN 978-7-5028-4383-0

I. ①精… II. ①陈… III. ①随笔 - 作品集 - 中国 - 当代
IV. ①I267. 1

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2013) 第 307218 号

地震版 XM3069

精神按摩

陈世旭 著

责任编辑: 范静泊

责任校对: 孔景宽 凌 樱

出版发行: 地震出版社

北京民族学院南路9号

邮编: 100081

发行部: 68423031 68467993

传真: 88421706

门市部: 68467991

传真: 68467991

总编室: 68462709 68721982

传真: 68455221

E-mail: seis@mailbox.rol.cn.net

http: //www. dzpress. com. cn

经销: 全国各地新华书店

印刷: 北京振兴源印务有限公司

版 (印) 次: 2014 年 3 月第一版 2014 年 3 月第一次印刷

开本: 710 × 1000 1/16

字数: 215 千字

印张: 16

书号: ISBN 978-7-5028-4383-0/I (5073)

定价: 30.00 元

版权所有 翻印必究

(图书出现印装问题, 本社负责调换)

目 录

人的价值	001
再说人的价值	003
给别人以空间	006
再说给别人以空间	008
正气存内，邪不可干	010
不要人夸好颜色	012
沉默是金	014
干脆率直	017
被谋杀在和解的誓言下	019
谁是聪明人	022
阿 Q 是差一点火候的庄子	024
还是少拿名人说事好	026
关键在事实本身	029
提高情商的经验	031
温和比尖刻好	034

习惯成自然	037
友谊需要理智	040
加利福尼亚乡村的咏叹	043
天上和人间的电	045
真正不朽的纪念	047
性灵和诗歌的本质	050
高 下	058
说话也是一种艺术	060
宁愿默默无闻也不要遗臭万年	063
唯愿我千万别是那种人	065
有的难题并不需要答案	068
什么是成功人士	070
发现世界与发现自己	073
再说发现自己	075
给自己以空间	077
再说给自己以空间	080
自我感觉良好	083
再说自我感觉良好	086
不为生气种兰花	088
聪明与愚蠢	091
夯实人生每一步	094
道德律令发自内心	097
用灵魂唤醒灵魂	099
清风朗月不用一钱买	101
让生活充满喜剧色彩	104
社交的最大技能	107
人生的藩篱	110
撒切尔夫人定律	113

善于发现别人的长处	115
十里桃花 万家酒店	117
真正现实主义的生活方式	120
我心即福	122
人生必修的一课	125
畅快地表达情感	128
何必如此辛苦	131
面对诱惑	133
“容”是一种养生之道	136
房子的喜剧	139
放下即福	142
别太把宣传当回事	144
给予的艺术	146
非常富有，非常孤独	149
“做一天和尚撞一天钟” 辩	151
名牌的压力	153
不是谁都能享受慢速	156
反 差	159
来而不往未必非礼	161
洋 装	166
礼貌是一种品质	168
对“笑”的期望	171
与东方品味迥异其趣	173
武则天与华盛顿的无字碑	177
哈佛大学的门面	180
铸剑为犁待何年	183
文人无行的时代内容	186
文人的伎俩	188

江郎才尽君莫笑	190
辞达而已矣	193
才气的限度	195
重要的是美	197
泰然如风过疏竹	199
跳过诺贝尔文学奖龙门	202
诺贝尔老家汉学家的中国文学观	206
中西神话神聊	214
对“作家富豪榜”感想的感想	217
曹雪芹中过什么奖	220
戒烟趣话	223
幸福的指数	226
回望落伽山	228
舞蹈是人的艺术天性	231
从“无知”学“知”	236
木石寄情	238
从来没有得到也就永远不会失掉	242
只面对生活中不可少的事实	244
多一分随和就多一分趣味	246

人的价值

有一年到外地开会，来接站的人当中有一位是当地女作家，客人一上车她就分送给每人一本她最近出的书，书的封面是一整幅她的头像，扉页是她的简介，其实不简，很详细，具体到在不同单位历任的不同行政和专业的职务。自然是很让我们肃然起敬。没想到她本人觉得有那些资讯还不够，忽然主动向大家介绍说，她是某书记的亲家。

“某书记”显然不会是某街道居委会的支书，但我们外地来的又大都对政界孤陋寡闻，皆不知如何反应才比较恰当，表情不由就有些僵。

车上另一位来接站的人看我们尴尬，补充说，某书记是他们市委分管组织人事的副书记。大家这才齐“啊”了一声，连道“恭喜恭喜”。

但我却隐约听出，那恭喜多少含着一些幽默。也是啊，姑且不说我们并不是该市的市民，即便是，也跟那一级的高官八竿子打不到边，就是敬仰了，人家也未必领情。再说，敬仰高官，也未必就一定要敬仰高官的七大姑八大姨。这位女作家自己已有高级职称，还有可以赠人的皇皇巨著，就是没有这样一位亲家，也一点不会减少我们对她的敬意，有了，那敬意也未必就有所增加。如此的画蛇添足，不免让人有一点惋惜。

在许多人眼里，大人物的价值肯定比常人大。跟大人物相关的人在许多人那里常常会失掉自己的身份，如果那位大人物叫“某

某”，跟某某相关的人就常常被说成“某某的夫人”、“某某的丈夫”、“某某的父亲或母亲”、“某某的儿子或女儿”、“某某的兄弟或姐妹”、“某某的学生、朋友、同学、同事”、甚或“跟某某说过话、握过手、同过车、拎过包、打过电话、见过一面的人”，更生猛的还有美国作家马克·吐温在《竞选州长》里描写的蜂拥而上的“某某的情妇和私生子”。不一而足。

不记得在哪里看过一则资料，从生理解剖的角度讲人的价值：一个人的脏器、骨骼、血液、脂肪、肌肉以及毛发分别值多少美元，加到一块又值多少美元，总之是个颇惊人的数字。虽然听起来有一点瘆人，但其中表达的意思却是不该忽略的，那就是从生物学的意义上讲，每个人的价值相差其实是并不太大的。只不过人们平时更多关注的是人的社会价值。

人与人之间，社会价值的差别比生物学价值的差别要大得多，多很多。这并不错。没有社会价值，生物学价值终归有限。问题在于社会价值的实现途径。比较可靠的是自己努力去争取自己的社会价值并使之最大化；比较不可靠的是借助别人的地位来提高自己的地位，那等于指着别人的影子跟人说，那是自己的影子。

当然，“攀龙附凤”这个词虽然有一点贬义，应该承认也是人之常情的一种。仰慕大人物，以跟大人物有这样那样的关系为荣，也不见得就一定该受非议。应该非议的是对这种关系的利用：我认识的一位已故名画家的儿子，自己其实颇有绘画才华的，但为了高速致富，便大量仿造父亲的作品然后加盖父亲的印章出售，终被坊间发现，结果不但自己蒙羞，连父亲的遗作也受了连累——没人敢信了；前面说到的那位同行——我们后来听说——只要她想得到什么，就说是亲家“某书记的意思”，弄得别人很为难，甚至反感，反而常常事与愿违。这就都属可悲了。

再说人的价值

我的一位青年朋友几年前下岗，妻子在一家宾馆当服务员，有些姿色，被一位官员的司机看上。该司机离婚，等到我这位青年朋友平静地与妻子分手，二人喜结秦晋之好。这位新婚的人妻每天拿着官员分送后夫的参茸虫草之类在宾馆同事面前冲泡，并广为介绍后夫服务的那一级官员的种种保健良方，以及深宅大院中的种种逸闻趣事，言外之意表明，自然是自己进入了那个上流社会的圈子以及新婚的幸福满足。

由这位人妻，我想起晏子车夫的妻子。有一次丈夫拉着晏子从她家门前经过，她看见丈夫的样子似乎比晏子还神气，很是生气，丈夫回来，遭到她的迎头痛斥。

两位人夫的职业相同，以自己的服务对象为骄傲大概也是相同的，不同的是两位人妻的荣辱观大相径庭。对此，人们的反应也肯定不会一样。前一位比较容易受人诟病，起码腹诽是难免的；后一位显然得到的是肯定和推崇。

但不知为什么，我总觉得有点不是味道。

晏子有学问，懂得谦虚。车夫脑子简单些，以自己的职业自豪，有什么可指责的？何况，一时一地，各人有各人的精神状态，不是没有偶然性的。谁能确定晏子当时不是有了倦意打不起精神而车夫恰恰是敬业呢？这样讨论也许有点抬杠的意思，但有一点是可以肯定的，这位人妻所以生气，是因为她觉得丈夫是下人，根本没有资格表现得比主人神气！是不知“名分”，不知“礼”，不知天高地厚。

各安其分，是礼教的核心；承认人与生俱来的平等，是人文主义的基石。谈论这样高深的问题，非笔者的能力可及，我能做的是尽可能地举证事实。

现实生活中某些人把人分作三六九等，依据的除了名气、成就、地位、职业、贫富，还有人的身体本身：高和矮，美和丑，年青和衰老，健全和残疾，都可能受到差别极大的不同对待。而这不仅是靠不住的，甚至有可能是很错误的。

英王查理一世手下最有影响的骑士赫德森洗脸时候，差一点被淹死在脸盆里，因为他身高不足半米。

就是这位身高如婴儿的人，9岁进入白金汉宫，拥有了皇室职位。11岁进入外交部。第一次出访返航途中，船队被海盗劫持。他沉着机智，最终使出访团队安全脱身。而后随军征战，19岁成为家喻户晓的英雄，受封爵士。查理一世被推上断头台后，作为皇家卫队的队长，他带着王后逃往国外。从那时起直到生命结束，他经历了一连串炫目的罗曼史——众多皇室和贵族女子为他争风吃醋，艳遇和决斗不断。在英国17世纪的绘画和文学作品中，此人身影随处可见。

一面是声名的显赫，一面是掉进脸盆差一点爬不出来的矮小！两个极端，实实在在地集于一身。这并非传说，现今牛津阿莫什林博物馆里，还陈列着这位英国爵士生前的衣物，大小如同婴儿服装，足以证明他在300年前的真实存在。

这当然是一个同样极端的个案，但这极端也使我深刻地认识到：任何人都各有自身的价值，任何人都可以不是任何人的附庸，除非本人或与其命运密切相关的人自己看不起自己。

我的一位过从很密的朋友，专业上很有成绩，官也做到地厅级，发妻是一家影剧院的保洁员。他们的婚姻几十年来一直稳定。有人问其故，朋友的回答是他极看重妻子的质朴，她从不陪丈夫出席场面，在外人面前也从不提起自己的丈夫。这质朴表现在职业上就是

她长年累月始终如一的兢兢业业，勤勤恳恳，这为她赢得普遍的敬重——尽管这敬重也许与她“厅长夫人”的身份不无关系，但同样的身份，不也有人表现得令人侧目吗？

给别人以空间

20 世纪 80 年代初，我在北京读书，某星期天去看画展，一进门就给那个画展的前言吓了一跳。到现在还记得大概的意思，说作为一个横空出世的新画派，他们否定一切传统，必将成为当代艺术的唯一代表。这些新锐画家们的意思我是懂得的，就是要在权威林立的画坛确立自己的位置。但因为自己的出现就要排除别的存在，有这必要吗？百花齐放、争奇斗艳不好吗，非得要你死我活？既然否认一切传统，为什么不否定唯我独尊的陈腐传统呢？

以上是带着“文革”遗风的极端的例子。这类不给别人空间的事在现实生活中随处可见，只不过多是不自觉的，有的甚至还是出于过分的热情和责任心：

一桌人吃饭，不管其他人是否有交谈的需要，一个人从头到尾说长道短，谈笑风生；一帮人讨论问题，不管主持人再三提醒每人发言时间有限，径自口若悬河，滔滔不绝；根据客人的提议到单位的娱乐室唱歌，主人却攥紧了话筒绝不松手，一晚上美声、民族、通俗、民歌、洋歌、红歌、情歌，尽展歌喉，让本来跃跃欲试的客人枯坐一夜，欣赏主人的独唱音乐会。

碰巧遇到这种主，你不高兴，可以侧目，可以腹诽，还可以拍屁股走人。但有时候事情并不这么简单。

我在乡下插队的时候，有位公社书记十分擅长大报告，经常召集全公社生产队长以上的大会，又对会议要求十分严格，不准无故缺席，不准提前溜号。每次接到有他报告的会议通知，大家必定预

先做好打持久战的准备：若是上午，就一定要带好午饭；若是下午，就一定要带好夜饭和半夜回家的火把。这是陈年旧事，那时候的干部以大老粗为荣，少一点文雅可以理解。遗憾的是时至今日，在高等学历的官员中，这类事依然并不鲜见。有个朋友告诉我，他的一位大学同学从政时已有了博士文凭，担任一个地级市的主要领导，事无巨细，兢兢业业。在任何公开场合，讲话从来都是包场。下去调研，本来是听取汇报，但往往从下车开始，他便侃侃而谈，直到要打道回府了，才想起还没听过下面人开口。陪同上级领导视察基层，他依旧是每到一地皆越俎代庖，不容别人说话。致使有的领导不得不客气地加以制止，说我想直接听听基层同志的意见，他才瞠目结舌地作罢。事后有热心同行提醒，你这样会很容易让人以为你想掩饰什么，会坏了仕途的，他不禁冷汗直冒。但过不多久，他又一切如故。

上面的例子，颇有喜剧色彩。主人公都没什么坏心眼，相反倒是多少有点缺心眼。另有种例子，却让人有点笑不起来。

看到一篇谈论干部退休的文章，义正词严，笔锋凌厉，对恋栈现象极尽挖苦嘲讽的能事。文章是好文章，用心也良苦，只是让人难于心平气和地接受。一个人的某种人生历程走到了一个阶段的尽头，有留恋、有不适感也是人之常情。只要不是有过分不体面、不光彩的行为，都是可以理解的。是不是一定有必要如此生猛，相煎何急？在别人需要援手的时候伸手搭一把，使之安然度过人生的某一个沟坎，于人是一种温暖，于己是一种厚道，不是更好吗？

一个人过于高调，时时处处逞强，不给别人留一点余地，看起来占有的空间很大，但最终有可能使自己的处境越来越狭窄。相反，一个人有适度的收敛，反而会有相应增加的松快。古人说的“誓不可使尽”、“聪明不可用尽”，“聪明人可惜者三：妄讥议谓之薄，自炫奖谓之骄，怀激愤谓之躁”，是很有道理的。

当然，给别人以空间不仅是一种智慧，更是一种修养。

再说给别人以空间

说过一次给别人以空间的话题，觉得意犹未尽，再作几句补白。

生活中不给别人以空间的事，常常是无意识的。在机场或别的什么并不必太紧张的地方排队，你身前或身后的一群人毫无顾忌地大声谈笑，或满腹怨恨地大发牢骚，你很不愿听却又没法不听。更有甚者，不管整个队伍的大多数人相互之间明明都保持着适当的距离，你身后的那位却几乎紧贴你的背心，把混合着烟、酒、胭脂气味的口臭、汗气甚至唾沫星子直接灌进你的后颈窝，或是手上抓得铁紧的大包小包不断撞击你的腰腿。让你浑身不自在却又无处逃遁——除非你三十六计走为上计，放弃排队。我就常常是取了此计。却也不够厚道，等于是把不爽转嫁给了别人。同时也不能保证，下一个排队的地方就一定不会遇上这样的不在意跟你亲密接触的人。

而今提倡恕道。看到一篇文章，讲有理想的人，别鄙视没理想的人；有操守的人，别抨击没操守的人；自己做了好事，别勉强别人也做；道德只好用来约束自己，不好用来压制别人。如果道德成了人家毡上的针、背上的刺，人家就要设法拔去。而你的“特清傲浊”也就比特才傲物的后果更坏。至于某种不道德的行为成了你“毡上的针、背上的刺”是不是也该“设法拔去”，作者没有说。出于恕道，我们自不必深究。我更自然不敢有“特清傲浊”的意思，只是出于好意，想给人提个醒。就像一位小女生看到教授裤子的拉链没有拉上，犹豫再三，还是忍不住红着脸举手说：“先生，请看看你的领带扣。”

怨道讲穿了就是善待别人，必要的时候、必要的地方给别人提个醒，也是善待别人。上面举的不给别人以空间的例子是无意识的，但生活中不给别人以空间的事，有些是当事者有意为之，又给当事者颇为不利的结果，我觉得还是提醒一下的好。否则就反而失了怨道。

我的一位青年朋友恋爱，两个人一见钟情，朋友最钟情于对方的是她的温文尔雅，娴静得体。他们关系的最初裂痕是因为一次饭局：服务小姐上饮料时不慎打翻了酒杯，让我朋友的新衬衫沾上了红酒。朋友的女友拍案而起，呵斥不休，声言必须让酒店经理出面。服务小姐吓得魂飞魄散，再三求饶，希望事情千万不要出这间包房。她刚从乡下进城，好不容易找到这份工。朋友和座中其他来客皆为所动，觉得事情可以到此为止，唯朋友的女友决不肯善罢甘休，噤然离座，真的去找来了酒店经理。结局是朋友获赔同一品牌、价钱、尺码的新衬衫，费用从服务小姐的工资里扣除。朋友的女友大获全胜，却让朋友最初的印象开始瓦解。朋友没有接受那件新衬衫，直至最终结束了这场恋爱。

还有一个例子是我自己的亲身经历。一位给媒体拉赞助的朋友听说我与一位企业家关系不错，让我帮着说句话。这位朋友新到岗，立足未稳，我很愿帮他，那位企业家知道我从不开口求人，对我向来信任，一旦有求，决不会推辞。遗憾的是他当时正好遭遇财政困难，希望能缓些时候。我以此告知那位朋友，不意竟勃然变脸，谓我清高，无意帮忙，拂袖而去。过些时，企业家那边情况好转，主动问起我朋友拉赞助的事，我则连声婉谢。回想朋友别时的怒容，不免依旧胆寒。

这两个例子，都是做人过于促狭造成的结果。可以说，在很大程度上，给别人以空间，其实也就是给自己以空间。古话早就说过“与人方便，自己方便”的啊。可惜一到时候，我们总是记不起来。

正气存内，邪不可干

“正气”，似乎是一个中医学名词。《素问》中有“正气存内，邪不可干”。又引申为做人的气节，如文天祥的《正气歌》：“天地有正气……于人曰浩然……”；“两袖清风”，则应该是出于明代于谦的《入京诗》：“清风两袖朝天去，免得闾阎话短长”。

春节期间，一位文学界朋友来寒舍小坐，谈及其所担负的团体工作，满腔委屈。最大的感慨是做人难，纵使你一身正气，两袖清风，也不能免遭非议，有时甚至受到很恶毒的攻击。

我这位朋友为人正直，处事严谨，担任团体工作之初，给自己立法三章：不张扬自己；按原则办事；与人为善。

颇有些如临深渊、如履薄冰、战战兢兢的样子。但三条中第一条好办，管束好自己就行了；第二条则难实行，闹不好就得罪人；第三条竟差一点给他惹祸：他曾积极向团体推荐，扶持一位业余作者。岂知那人参与非法出版活动，使团体不得不作出处分决定。其人竟迁怒于我这位当初举荐他的朋友，造谣中伤，栽赃构陷，广为散发诬告信件，上至省内最高领导，下至团体众多会员。连我这位朋友当初不肯吃他之请也被指为伪装“注意影响”，以图“篡夺文艺界领导权”云云。组织慎重调查的结果，自然是真相大白。但我这位朋友很伤心：知情者笑他是东郭先生，局外人仍旧疑云难消。更有些非分愿望未得满足的人故意利用已知歪曲的事实来非难他，以泄私愤。

我这朋友就引了前述于谦的两句诗，说他想辞去现职，重返书