

以美的态度面对生活

——读朱光潜《厚积落叶听雨声》

■黄健

这是美学大师朱光潜首部经典作品精编。取这个书名,应该与朱光潜在《看见》序言和《巨流河》中提及的一则轶事有关。学生拜访朱光潜,欲替老师打扫院里的落叶,朱光潜拦阻道:“我等了好久才积了这么多层落叶,晚上在书房里看书,可以听见雨落下来,风卷起的声音。”“厚积落叶听雨声”是一种便捷而珍贵的“生命美学”。世界太过喧嚣,我们常迷失在纷繁复杂的琐事中,因为我们心灵负重太多,缺乏处世的练达与平和。《厚积落叶听雨声》告诉读者:你的心愈空灵,就愈不觉得物界喧嚣。

本书收录朱光潜《谈学》《谈修养》《给青年的十二封信》中一些经典的美学之作。他的美学作品,通俗,文字如行云流水,比喻和故事穿插其间,或抒情或诙谐,流露出超强的学术自信。

朱光潜谈美,也谈人生。本书虽然篇篇从美学入手,但不局限于美学。“一切美的事物都有不令人俗的功效。人生,就是要赋予生命美的品质。”关于生命,他说“就顺着自然所给的本性生活,像草木虫鱼一样”;关于艺术,他说“离开人生无所谓艺术,因为艺术是情趣的表现,而情趣的根源就在



《厚积落叶听雨声》

朱光潜著

江苏凤凰文艺出版社出版

人生”;关于缺憾,他说“这个世界之所以美满,就在有缺陷,就在有希望的机会,有想象的田地”;关于人生,他说“每个人的生命史就是他自己的作品,人生苦短,可有什么人或事,让你愿意为之停下脚步,静静欣赏”……他温和地坐在生命里,听风、听雨,然后娓娓道来,像一杯温水,不冰冷也不沸腾,但自有一种力量。时至今日,这些话依然能帮助我们在欲望、迷茫、变动的世界中,构筑美的精神境界。

朱光潜美学家的显赫名声,

掩盖了他作为散文家的地位,其实他的散文也是一流的。朱光潜的散文虽以美学为主,但无学术著作的晦涩难懂,而是通俗易懂、文辞简洁,事例也非常生活化,谈人生理想,聊衣食住行,忆友人旧事,雅俗共赏,意味隽永。本书选编的《生命》《慈慧殿三号》《后门大街》等散文佳作,完美地体现了他的散文风格。在《花会》中,朱光潜写道:“逛花会不仅是凑热闹,买玩意儿,祈财求子,还可以趁风和日暖的时候吐一吐城市的秽浊空气”,充满了浓浓的市井生活气息。在《慈慧殿三号》中,“古庙、煤栈、车房、破落户的旗人,北平的本地风光算是应有尽有”,没有浓墨重彩的渲染,只是朴素简洁的白描手法,就真实地再现了当时北平的荒凉画面。

书中收录六十幅东西方艺术名作,有达·芬奇、米开朗基罗、梵·高、莫奈等西方画家的,也有郑板桥、齐白石、徐悲鸿等中国画家的名作。赏心的文字配以精美的画作,翻阅之中堪称美的享受。

以美的态度面对生活,看最卑微的野花都有意义。《厚积落叶听雨声》像一座云梯,让寻美的人拾阶而上,发现一事一物的美好,进而发现人生的繁花似锦。



《反本能》
卫蓝著
天地出版社出版

延迟享乐,获得更多的快乐

——评《反本能》

■张立明

什么是本能,什么是反本能?习以为常、安于现状是本能;跳出舒服区,打破习以为常,一点点改变自己就是反本能。

延迟享乐是反本能的重要表现。马云创业之初放弃安稳的教师职业,却为每月员工工资的发放而发愁,就是延迟享乐。

许多来京的打工者,满足于一份收入。因为安于现状,他们来京十多年,收入却无多大改观。我的一位朋友不这么想,他说,这不是我来北京的初衷。

他认准注册会计师是改变命运的一条路,花费五年时间拿下了这个会计行业的全国最高等级职称证书。圈内人知道,拿到这张证书的概率极低,但他成功了。他说,五年内,无论多忙,当天定好的学习计划必须完成。别人在玩乐时,他在看书;别人侃大山时,他在看书;别人周末睡懒觉时,他已起床看书。因为他知道,现在不吃苦,将来更痛苦。

他虽然延迟了享乐的时间,但他获得了更多的快乐。

延迟享乐,更能成功。有一个心理学经典实验叫“棉花糖实验”,这个实验在十年之后得到的结论是:当初等到研究人员回来才吃糖的小孩,长大后更能自我激励,拥有更强的抗挫能力;那些马上吃掉糖的孩子则更易分心,缺乏动力,做事的规划性较差。后来根据这个实验,乔·辛迪·波少达与爱伦·辛格合著了《先别急着吃棉花糖》,提出成功就需要做到反本能。

我国针对反本能的研究可追溯到1920年。郭任远,1898年生于广东潮阳,1970年卒于香港。他是享誉世界的现代心理学家、动物心理学家和行为主义心理学家,美国现代心理学奠基人,我国现代心理学拓荒者。1920年,他在美国伯克利加利福尼亚大学心理学系读书时,最早提出了“反本能说”,曾震动整个欧美心理学界,推动了心理学向一门以实验为基础的独立学科的转变。

相比深奥的反本能理论,心理学研究与实践者卫蓝则给予了操作层面的建议。他阅读了三百本以上的心理学和自我管理类书籍,查阅大量文献,致力于心理学知识的生活化应用,从而让枯燥的理论变得有趣。

卫蓝对反本能有一套自己的解说:为什么我们总是想着玩手机?因为我们有一个享乐的大脑(人的生物属性本能);对症下药,改变很简单,到适合的地方,做适合的事(反本能的具体做法);“历史”总是惊人地相似,因为它总是沿着相同的人性和本能前行。不再重蹈覆辙,就需要与本能做有效的对抗。

畅销书《精进》作者采铜在很多年前就关注着卫蓝。他说,卫蓝的《反本能》建筑在丰富的

心理学研究成果之上,针对每个人在自我提升和人际交往等方面迫切求援的问题,提出了许多富有价值的建议。它是面向普通人的心理学书籍,很有参考和借鉴价值。

成功学的书很多,卡耐基的《人性的弱点》,从人性角度出发,教你如何成为成功的人。《反本能》也从人本身的根源展开,对具体问题提供解决方案。比如,为什么我们总是想放弃?为什么改变那么难?《反本能》说,看得见的进步,让改变更有效;到合适的地方,做想做的事;最好的办法不会一开始就出现,所以别让思考止步。

《反本能》包括三部分。第一部分是反本能之自我提升。绝大多数人缺乏的不是战胜慵懒和胆怯本能的勇气,而是改变的技巧。这是走向卓越的关键。这部分通过五章内容,阐述了反本能并非多难的事,前提是你要有反本能,你就能做到。作者从人本身具有的本能属性入手,解答了反本能的具体做法,告诉你要如何成为有所成就的人并非难事。

第二部分是反本能之群体接触。每个人都希望被理解,但不一定能实现,有时甚至被误解。那么,为什么别人会不理解我们?怎样做才能让别人理解?我们该如何与别人更好地相处?

第三部分是反本能之社会洞见。简言之就是让你看到过去看不见的,说清想说的。我们每天面临很多决策,但我们的精力有限,不可能管控自己的每一个决策。面对如此多的问题,如何取舍、减少失误?

弗洛伊德说,人类文明的进程,就是人们对本能进行压制的过程。卫蓝说,对抗你的习以为常,就要“反本能”。

开启阅读之门的“教”与“学”

——读肖复兴《读书知味》

■石焘

语文教育家钱梦龙说:“语文课要实实在在地教会学生读书。”何谓“教会”?我以为就是帮助学生获得切实可行的阅读方法。

作家肖复兴的《读书知味》,专为中小学语文教师和中小学生学习量身定制。该书结合四十余篇经典文章系统讲述了读书方法,为语文教师真正“教会”阅读,为学生真正“学会”阅读,开启了一扇新鲜而敞亮的门。

肖复兴在书中介绍了对比法:“将两篇或几篇写法或内容相似的文章拿来,对照着读。这是一种非常有趣的读书方法。”他把契诃夫的《新娘》和沈从文的《菜园》进行比较阅读,发现两文有三点相同之处:第一,主人公都因上学而告别家乡,告别旧生活,走向新生活;第二,都为故事的发生安排了重要节点;第三,背景的写法大同小异。他指出两文不同之处:第一,小说主旨不一样;第二,极力烘托的背景不同。通过这样细致的对比阅读,就会发现文章中有规律性的内容,也会发现在相同之中各自的独特之处。用此方法教学生读课文读课外书,肯定会有进步且



《读书知味》

肖复兴著

长江文艺出版社出版

问号,下面作者会怎么写……这些读书方法并非大而化之地泛泛而谈,而是结合鲁迅的《风筝》和《五猖会》、契诃夫的《万卡》、季羡林的《夹竹桃》等文本,庖丁解牛般进行生动而细致的剖析,从而使教学有了抓手和依托,便于操作。

肖复兴所选文本多来自中小学语文课本,这是很多像我一样的教师尤感兴趣的。

孙犁的《荷花淀》,以往阅读多从水生嫂子的性格、形象和水生参军她与姐妹寻找各自丈夫时的言行出发来分析小说。肖复兴则针对小说中出现的苇眉子、菱角等,别开新意地讲解出这些微不足道的物件不仅为小说烘托情境、营造氛围,衬托心情、塑造人物所起到的重要作用,更让小说有了别致而细腻的韵味。

《读书知味》还介绍了肖复兴根据自身经验总结出来的许多阅读方法。正如肖复兴书中所言:“我们在阅读时需要不断总结,不断摸索,找到适合自己读书的新方法。就如麦收时使用的镰刀,最顺手的才是适合自己的,适合自己的用着才顺手。”

可收获阅读的乐趣。

书中还介绍了许多阅读方法:读书需要联想,就是让我们看到文字背后或之外的东西;读书需要想象,仅靠联想还不够,要让自己的想象把白纸黑字激活;读书需要思想,既指读书时要有自己的思想,也指所选择的书也应具备思想性;读书需要带着问号,才能在阅读过程中读出文章蕴含的深层主题,不要忙着看结局,要不断给自己提问题,设置