 **励志**

**1.掌控人生的90%**

**美国社会心理学家费斯汀格，有一个著名法则，即“费斯汀格法则”：生活中的10%是由发生在你身上的事情组成，而另外的90%则是由你对所发生的事情如何反应所决定。换言之，生活中有10%的事情是我们无法掌控的，而另外的90%却是我们能掌控的。**

**费斯汀格在书中举了一个例子。卡斯丁早上起床后洗漱时，随手将自己的高档手表放在洗漱台边，妻子怕它被水淋湿了，就随手拿过去放在餐桌上。儿子起床后到餐桌上拿面包时，不小心将手表碰到地上摔坏了。卡斯丁疼爱手表，就照儿子的屁股揍了一顿。然后黑着脸骂了妻子一通。妻子不服气，说是怕水把手表打湿。卡斯丁说他的手表是防水的。于是二人猛烈地斗起嘴来。一气之下卡斯丁早餐也没有吃，直接开车去了公司，快到公司时突然记起忘了拿公文包，又立刻转回家。可是家中没人，妻子上班去了，儿子上学去了，卡斯丁的钥匙留在公文包里，他进不了门，只好打电话向妻子要钥匙。妻子慌慌张张地往家赶时，撞翻了路边水果摊，摊主拉住她不让她走，要她赔偿，她不得不赔了一笔钱才摆脱。待门打开拿到公文包后，卡斯丁已迟到了15分钟，挨了上司一顿严厉批评，卡斯丁的心情坏到了极点。下班前又因一件小事，跟同事吵了一架。妻子也因早退被扣除当月全勤奖，儿子这天参加棒球赛，原本夺冠有望，却因心情不好发挥不佳，第一局就被淘汰了。**

**在这个事例中，手表被摔坏是其中的10%。后面一系列事情就是另外的90%。都是由于当事人没有很好地掌控那90%，才导致了这一天成为“闹心的一天”。试想，卡斯丁在那10%产生后，假如换一种反应。比如，他抚慰儿子：“不要紧，儿子，手表摔坏了没事，我拿去修修就好了。”这样儿子高兴，妻子也高兴，他本身心情也好，那么随后的一切就不会发生了。可见，你控制不了前面的10%，但完全可以通过你的心态与行为决定剩余的90%。**

**在现实生活中，常听人抱怨：我怎样就这么不走运呢，每天总有一些倒霉的事缠着我，怎么就不让我消停一下有个好心情呢，谁能帮帮我？这都是一个心态问题。其实能帮助自己的不是他人，而是自己。倘若了解并能熟练运用“费斯汀格法则”处事，一切问题就迎刃而解了。**

**2.现在工作的“更上一层”是什么**

**问一个小学生：“第二名的更上一层是什么？”**

**小学生答：“第一名。”**

**问一个中学生：“全班第一名的更上一层是什么？”**

**中学生答：“全校第一名。”**

**问一个大学生：“学士的更上一层是什么？”**

**大学生答：“硕士。”**

**以上的回答，都很顺畅，相信没有人会有问题，就好像人吸入空气、吐出二氧化碳，第二名的更上一层，当然就是第一名。**

**不是吗？**

**但，有趣的来了──**

**如果你问一个上班族，同样的问题！**

**“你的‘工作’的更上一层是什么？”**

**工作的更上一层？**

**大部分的人，听到这问题，都会犹豫一下。**

**工作的更上一层？**

**“这是什么意思？”大部分的人都会想。**

**是……更高的头衔吗？**

**还是更高的薪水？**

**或是更轻松、更闲的职位？**

**或工作根本不重要，重要的是生活？**

**听起来，好像我们的选择更多了，但事实上，我们失去了“更上一层”。**

**求学时代，“更上一层”是驱使我们前进的原动力。但到了大学毕业以后，渐渐地，没有什么好“比”，这时候，每个人，追求的东西就不一样了。**

**好消息是，你可以选择你想追求的东西。**

**坏消息是，大部分的人，也“失去”了想要追求的东西。**

**“你的‘工作’的更上一层是什么？”**

**当这个问题，你没办法立刻回答，不像“第二名的更上一层是什么”这样可以立刻回答，那么，就表示你已经失去了明确的目标。**

**上班族之所以不快乐，压力、加班、斗争、钱不够、和女友吵架……都是其中之一的原因而已，最主要的原因是，我们都已经回答不出：“你的‘工作’的更上一层是什么？”**

**这才是不快乐的主因。**

**所以，你现在工作的更上一层是什么？**

**回答不出，那就应该换一换那个“工作”，直到你可以迅速且清楚地回答这个问题。**

**而，当它变得和“第二名的更上一层是什么”一样这么简单回答，我们的人生也就顿时提升到更上一“层”。**

**3.强大人生的最高境界**

**“物竞天择、适者生存”，曾是我人生的座右铭，我曾经认为强大的人生就是超越所有对手，为此，作为学生的我夜以继日地学习，时刻准备接受成绩的挑战。**

**然而，现实是残酷的，上高中之后，我由原来的名列前茅渐渐落后，最后感觉要“泯然众人矣”。名次的变化也让我的心情起伏不定，情绪的变化甚至影响到我的身体，有一次考试，同学翻阅试卷的声音让我害怕到出了一身冷汗，接下来内心发慌，心跳得不能自已，后来失眠成为常事、心情一点一点低落……我不得不承认，在物竞天择面前，我被遗弃了。**

**妈妈带我咨询了许多医生，最后把我从西北带到了西南重庆，找到了冯大荣老师，但我内心依然抗拒：“我落后已经是事实了，难道老师能帮我打败对手？”**

**“你不需要打败对手，你只需要做好自己的事情！”第一次咨询时冯老师平静地对我说。“你难道想让我掩耳盗铃、闭目塞聪，最后成为井底之蛙吗？”我大声反驳他。**

**老师停顿片刻，继续平静地说：“试想一下，如果一棵树本身并不粗壮，它仅仅凭着决心并踮起树根同其他树木说：‘我一定要比你们长得高从而享受更多的阳光和雨露！’结果会是怎样呢？它或因拔苗助长而很快枯萎，或因为本身缺乏厚重很快被风霜雨雪折断。**

**“人也是一样，通过竞争可能得到自己想要的位置，但如果没有承载这个位置的心理，失去这个位置只是时间而已。在象牙塔里，如果某位同学没有科学研究的兴趣，虽然他考试名列前茅，他终究是一部应试的机器；在仕途上，一个人如果没有宽广的胸怀，往往就会采取手段，结果很容易遭到报复……‘仁不能守之；虽得之，必失之。’所以争不能获得真正的成功。”老师恳切地说。**

**老师的话醍醐灌顶，与其他老师咨询方法不同的是，冯老师每次咨询后都会给我布置不同的修心练习，在老师的指导下，我开始了禅坐与净化，在觉醒意识的映照下，内心争的冲动像火山口的岩浆一样喷发出来，争的冲动开始一点一点地被化解。**

**我的内心逐渐变得平静，但内心始终有一个疑问，弱肉强食的规律面前，难道我们就应该束手就擒吗？针对我的疑惑，老师再次教我“致知格物”，他说：“如果一棵植物能恬淡地吸收阳光和水，自然地进行光合作用，它一定枝繁叶茂，它就是‘栽者培之’，自然能得到上天的垂爱！同样，如果一个人把全部的精力集中在学习或者工作上，他内心虽然没有想到竞争，他是不争而争，也是最好的竞争，自然他最容易成功。”**

**在老师的引领下，我逐渐参悟了成长的道理，此时，我理解的强大的人生就是恬淡无为。看到我的进步，老师在为我高兴的同时，又引导我进行新的探索。**

**“水才是最高的境界，‘水善利万物而不争，处众人之所恶，故几于道。’如果能像水一样，不仅不争还能善利万物，在大家都厌恶的地方还能出污泥而不染，这才是近乎道。”“一个人无论身处何地，都能洁身自好、无怨无悔并且能不断地播撒爱，这才是最强大的人生。”我再次猛醒，原来真诚与善良才是最高的境界！在老师的指导下，我开始宣誓“我爱我自己”，因为一个爱自己的人才能爱别人。同时，老师教我观心，留意内心一思一念的善恶，并把善用在生活中。**

**三个月后，怀揣着敬畏与感激之情，离开这个不足百平方米的心理中心，就在这个小小的中心，冯老师循循善诱让无数人做回了最好的自己。那年的九月我被华东一所重点大学录取。**

**如今的我不求声名远扬，只求上善若水，用我的所学来服务这个社会。**

**4.不管怎样，别低头**

**你望着我的时候眼泪汪汪，活脱脱一只晶莹剔透的小荔枝。你说你喜欢上一个男孩子，可是他喜欢的类型偏偏和你有差距。你不是可爱蘑菇头，说话也没有嗲声嗲气的台湾腔，你平素最讨厌那样的女生，可是偏偏他喜欢。你纠结又烦恼，犹豫要不要把自己改造成那副模样。最要命的是，他打算选理科，而你心里热爱文史哲，放不下文科梦。**

**小姨说你是感情受挫，心里憋屈，哭哭就好。“小孩儿嘛。”我的小姨总是这么一针见血，转身又去厨房看她炖的莲藕小排汤，“顾影一定留下来吃饭啊。”**

**可我还是看得出小姨眼里极力掩藏的担忧和心疼，自然也明白我今天的任务所在，莲藕小排不是白吃的啊。**

**我看着你，夏天的窗外总是满树蝉鸣，这种聒噪生物的叫声，总能把回忆拉得好长。“小荔枝你停一停。”我伸手给你擦了擦眼泪，“听我讲个故事吧。”**

**我从小到大就是叱咤风云的校园人物，全校过半的老师都认识我。我的作文拿到各个班级去当范文念。大小竞赛，我的名字总在喜报上。我极其骄矜，自然也相当自傲。**

**这么骄傲的我，十六岁的时候，却好巧不巧地喜欢上了前桌的男生。我不记得他有什么好。可我就是喜欢上他了。**

**于是之后的日子里开始了漫长的暗恋心路历程，我平静十六年的心不得安宁。我没有想到，他居然会有那么一天站在我面前，问我：“要不然在一起试试看吧。”这样的好运气，真是比猜对物理不定项选择题还要令我激动。**

**你不哭了，眼里写满好奇。小女生的那点八卦本质暴露无遗，“后来呢后来呢？你们在一起了？”我笑起来，点点头又摇摇头。**

**“并不是你以为的那个样子的。”故事的开头大抵都是相似的，我们遇到一个人，忽然就愿意放下自己珍视十几年的骄矜，我变得不像我了。**

**一起回家的时候他说要去打篮球，我抱着他的外套在操场上巴巴等上几个小时；一起去图书馆里他偶遇初中班花，两个人谈笑风生从《小王子》聊到博尔赫斯，我盯着我的帆布鞋保持沉默；渐渐很多事情都变得很奇怪，我变成了《伊索寓言》里那只因为神赐的一轮月亮而开始患得患失的兔子。**

**我把他喜欢的不喜欢的都列下来，我忍痛剪去了长发，及耳短发的我穿着格子衬衣，安安静静地坐在窗边写最讨厌的物理试卷，只为了等他一个赞许的眼神。**

**成绩直线下降，排名掉出年级五十的时候，闺蜜把我拉去操场，我低着头不敢看理科学霸闺蜜的脸。**

**“顾影你知道你在我心里是什么吗？”闺蜜顿一顿，说，“是女王。”**

**“你从来就不是能妥协低头的人，我不知道这段感情对于你来说算什么，得失只有你自己心里清楚。但是我觉得，一段让自己不断退让低头的感情，越是走到后面越是无路可走。我们喜欢你，因为你就是你。低头低得太厉害，王冠掉了可就捡不回来了。”**

**我忍了好久的眼泪，终于扑簌簌地落下来。**

**你不说话了。我起身帮你整理扔了一地东西的房间：他爱听的歌手的CD，你写了几个月的日记，给他准备的生日礼物还没有来得及送出去。夏天就要过去了。**

**我说，你要明白，你长了十七年，一直都是我们护着爱着的小荔枝。表姐也曾十七岁，知道什么是怦然什么是心动，但是有些事情里坚持是必要的，譬如你需要成为一个最好最真实的你，就不能一味迁就他人，放弃自己内心的想法。那个要你一再退让妥协的人，不可能是对的草原。**

**你托着下巴，眨着眼睛认认真真地看我：“那我以后还会找到对的草原吗？”**

**我笑了，我说会啊，只是你必须得先弄清楚自己是一匹什么规格的野马。**

**你也笑，杏仁眼弯弯，眼神清澈透亮。我摸摸你缎子一样的披肩黑发，缓缓地说：“我知道我们都着急，着急着想变成一个大人，像他们一样去爱去生活。可是很多时候着急是没有用的。我们只有做好最真实的那个自己，才能找到最合适的人。不要因为一个现在喜欢的人，就选择永远做一个不喜欢的自己。头上的皇冠不是你一个人的骄傲，那是所有爱你的人给你的祝愿和期待。小荔枝啊，就算没有蘑菇头没有台湾腔，那也一定值得被爱。”**

**小姨不知道什么时候就站在门口了，笑意盈盈。我知道，排骨汤炖好了。**

**开学一个月，我从食堂打饭回来，一手拎着肉丝土豆粉，一手攥着你寄过来的信。粉色信封圆体字，还是小荔枝的风格。**

**你说你没有去剪蘑菇头。**

**你说你还是觉得历史是一门迷人的学科。**

**你说文科班的教室在五楼，虽然爬楼辛苦，但是日落瑰丽，你常常站在天台上，觉得刚写完一套文综题的自己，就像一个戴着皇冠的女王。**

**我轻轻笑起来。十月的武汉，秋高气爽，云淡风轻。**

**5.匆匆虫生的赛跑**

**如果你剩下的生命只有一分钟，从现在开始计时，你会怎么做？**

**在一个不起眼的叶片下，一只苍蝇破茧而出，它兴高采烈地四处张望，直到它注意到了自己头顶上的时间1∶00，它不敢相信自己只有一分钟的生命，直到它看见顶着0∶01的一个同类在自己面前坠落死亡，此时那只苍蝇的时间是0∶00。**

**就在它为它同类的突然死亡而吃惊时，它的时间也开始消逝。第一秒，它拿到一份清单，清单顶部写着“死前要做的事”。望着那份没有尽头的清单，小苍蝇开始了与时间的赛跑。**

**“咬一只浣熊”“醉一次酒”“参加聚会”“鸟口脱险”“在高空中做特技”“恋爱”“繁育后代”“交朋友”“蹦极”……**

**一切一切显得如此匆匆，小苍蝇根本没有选择的机会，因为这一秒不做，下一秒就会错过，这便是一分钟虫生中的生存法则。**

**最后，在小苍蝇最后一秒中，它焦急地望着手中的清单，还剩下“观看一次星星”与“成名”，它望着此时天空上的烈日，白天怎么会有星星呢？至于成名就更不可能了，自己只是一只小虫啊，它不禁变得绝望。**

**此时，上帝跟它开了一个玩笑。一滴树脂吞噬了小苍蝇，它成了琥珀，在琥珀中，它看见了满天星，而在几万年后的一次展览会上，它因成了一个稀世珍宝——琥珀化石而成名。**

**这到底是讽刺还是励志？仔细想一下，小苍蝇拼命地为每一件事忙活，没能好好享受，但是好歹它做完了所有“死前要做的事”，最后，变成一件价值连城的艺术品，这难道不是对它短短一分钟虫生价值的最好诠释吗？**

**再回到我们自身，生活中又有多少人心里念叨着要完成一件大事，却因一点小阻碍就一直无法开始呢？一如小苍蝇若没有时间限制，它也不会如此忙活。**

**如果我们眼里有火焰，那就把它燃烧到现实，就算全世界的雨落下，也浇不灭那火焰，总有一天，我们要让全世界的人为我们鼓掌。**

**“每个平凡的自我，都曾幻想过，然而大多的自我，都紧抓着某个理由。每个渺小的理由，都困住自由，有些事情还不做，你的理由会是什么？”**

**听着五月天这首《有些事情现在不做，以后都不会做了》，突然觉得：人生短暂，要做什么就去做吧，骑上骏马，去征服世界。**

**6.不能没有事情做**

**一头小牛高兴地对老牛说：“如今，人类已经用机器耕田了，以前我们给人类干了那么多的活，今后是该闲闲了！”**

**老牛说：“这恐怕不是什么好消息！作为牛，不能没有事情做。”**

**小牛不解地问：“为什么呢？”**

**“不是有这样一句话吗，老牛不干活，只能下汤锅！”老牛回答说，“过去给人类耕地是过去，今后，不用我们耕田了，人类还要我们干什么呢？”**

**对老牛的话，小牛总是理解不了。**

**不久，主人觉得白白地养着两头牛确实没什么意思，就把它们感到了屠宰场。直到这时，小牛这才明白了：创造价值才是有用的，没有价值就会惨遭淘汰，没有事情做会意味着什么。**

**7.王旦的远见**

**宋真宗时期，王旦做宰相，女婿韩亿按照朝廷的规矩必须外放出京城当任州县地方官。韩亿临行前询问妻子是否跟随自己出京城，妻子拿不定主意，就回娘家请教自己的父亲，王旦说：“你还是留在京城好了。这次韩郎出任偏远州县的地方官，朝中御史都盯着呢。若你跟随韩郎出京，以后韩郎调回朝廷，御史必定会借题发挥，认为是你徇私枉法，走了我的后门。那样的话，对韩郎的仕途就影响不好了。”**

**韩亿听后很感激说：“岳父真是很有远见。”不久，韩亿没有向岳父辞行，就独自上任去了。数年之后，韩亿凭借自己的政绩得到升迁，回到朝廷，大家都认可韩亿的能力，没有人为此说什么闲话。**

**“打铁还需自身硬”，这话说的没错，不过，这还不够，还须注意一些细节，着眼长远，免得有人说三道四，落下口实。王旦的远见，不得不让人佩服。**

**8.少年特烦恼**

**记忆中她是一个长得微黑、有点腼腆的女孩。留一头短发，平时不太爱出声，不多的几个好友都是从小学一起上来的。女伴们开玩笑地叫她“黑包公”，开始她还气恼，作势满教室追打她们。后来叫多了，也就默默认下了这个雅号。**

**我和她坐过一段时间的同桌。初一到初二，不长不短。那个年代、那个年龄的男孩女孩，互相之间还很敏感，印象中没说过几句话，平时递个书本、卷子之类的，多是靠肢体语言和眼神交流。我俩私下里交往最深的也是唯一的一次主动交往，是我那时爱看各种闲书，而她刚好带了一本外国翻译小说，我实在手痒心痒到不行，便大起胆子向她借。她红着脸看了我一眼，没点头，也没摇头。等到第二天，上完课间操回来，我发现那本书已安静地躺在我的桌肚里，还细心地包好了书皮。用的是那种少见的挂历纸，四角都折压得十分熨帖、平整。**

**那之后依旧风平浪静地坐着同桌。可是有一天班里忽然风云突变，大传特传起了我和她的流言蜚语。像所有类似桥段一样，女生们在背后窃窃私语，男生们则时不时地起哄，时不时高声怪气地叫着我俩的大名小号。**

**无辜躺枪，让那时还是一枚地道、纯良好少年的我，第一次体尝到青春期小江湖的险恶。我每天像惊弓之鸟般不敢与她有半点瓜葛，却又躲无可躲，无可奈何！只好把这一切祸因归罪于她。借口找老师调了座，平时上学放学故意错开时间，偶尔不小心遇到，恨不得赶紧找个地洞逃掉。有一次她生病请假，我暗暗高兴了好几天，甚至在心里盼着她就此请长假，不再来上学。**

**就这样一直到中考结束，彼此陌路，和她再未有过交集。**

**上了高中，曾经那个羞涩单纯的傻小孩终于长大，开始懂得留意女生。于是某一天，一个长得白皙、梳着高高马尾，走路像骄傲的小鹿一样的女孩，忽然就一头撞进了眼睛里。那一瞬间说不清是什么感觉，就是喜欢看她那种既骄傲又活泼、大方，一副不谙世事的样子。从此无论她走到哪里，目光总是不自觉地尾随到哪里。**

**小鹿一度是男生寝室的话题女主之一。最得先机之利的是班长L。因为工作关系，他与小鹿经常有许多话要谈。从班务会谈到课间休，从课间休到自习课，再从自习课到操场。学校实行封闭式管理，曾经某天晚自习时，两个人在操场上顶着漫天飞雪，一圈又一圈地绕着跑道谈工作谈理想谈人生，可是很奇怪却不谈爱情。顶风冒雪回来的L为了自证清白，信誓旦旦地向一众室友宣布，他们的友谊就像外面的雪花一样纯洁无瑕。**

**我在心里酸溜溜地差一点笑喷，雪化成了水，全是杂质的好吧！**

**L和小鹿雪花般的纯洁友谊终究生死未卜，不知所终。后来听了用雪花来描摹爱情的歌，反而觉得真真切切、如梦似醉——“像雪花一样的柔柔，落到手心变水流，不相爱的人不会懂，柔柔的感受。像雪花一样的柔柔，虽没有永久却醉心头，拥有回忆我就足够……”**

**像极了每个人的青春年少。**

**时间在走。许多东西都会过去。唯有那些独属于自己的青春记忆，会越来越深地刻印在生命里。**

**9.辞退顺从自己的人**

**春秋时期，齐国的相国晏子辞退了一个叫高缭的人。**

**说起这个高缭，三年前的时候来投奔晏子，做起事来认真仔细，凡是晏子吩咐的事，没有一件做得不让人满意的，如今见晏子要辞退他，一些人就觉得莫名其妙，有点想不通。**

**晏子解释说：你们想过没有，现在我要做一件精美的器具，可是我手里只有一些弯弯曲曲又有无数疙瘩的木头，怎么做呢？高明的木匠往往会把这些木头用斧头劈，刀子削。刨子刨，锯子锯，一番精心打造，一件让人满意的器具就做成了。我这个人呢，就像弯弯曲曲又有无数疙瘩的木头，需要各位给我挑毛病、提建议，就像木匠一样，该锯的锯，该劈的劈，该刨的刨，该削的削，而高缭呢，来了三年，从来没有向我提过建议，也没有当面指出过我的缺点，一直唯命是从，对我改进不足之处没有什么帮助。**

**玉不琢，不成器。人无完人，这就需要有人提出不同的意见、建议，才能够把一件事情做得更加完善，而顺从自己的人，是提不出建议的。**

**10.死神在酒吧**

**这是病人告诉我的故事。当妇产科医师宣布我得了卵巢癌时，我心里想，天啊，这已经是我这一生得的第三个癌症了。我曾经在电视上看过一个广告，内容是有个人从山谷跌了下去，没死。他站起来又被货车轧了过去，还是没死，最后是闪电击中他，一样没死，原来死神在酒吧喝着某牌的啤酒，暂时忘了自己的工作。**

**一开始我想到的就是这个广告。我心里其实很明白，卵巢癌的存活率非常低。像我这样的病人，很少有人活过一年的。尽管如此，我还是强迫自己往乐观的方向思考，既然我都撑过了前两个癌症，我心想，那么就没有道理我不能撑过第三个。**

**我本身是病房的护理长，到现在为止，我仍然坚守在我的岗位上。像我这样吃尽各种苦头的护理长有个很大的好处，那就是：病人一旦知道你感同身受他们的痛苦之后，他们真的会从内心喜欢你、尊敬你，并且倾听你的意见。有一阵子我的口头禅就是：**

**“你看我，得了三个癌症，还不是一样在这里继续奋斗……”**

**后来我越来越少用到这句话了，因为每次旧病人向新病人介绍我时，很自然就会说：**

**“你看护理长，她得过三个癌症……”**

**这些说法给病人比医疗还要大的保证，如果护理长得了三个癌症都能活下去，那么他们自然也能活着。我的存活变成了一种乐观或是奋斗的证明。大家都强烈地希望我活下去，而我也有一种强烈的责任感必须如此。**

**老实说，从某个角度而言，我需要我的病人远胜过他们需要我。我的工作让我发现病人内在的恐惧与不安，于是我告诉自己不要那样。**

**像我们病房最近就有一位女性末期癌症患者，知道老公在外面有女人之后，自杀未遂。后来我就告诉她：“既然你自己都要走了，有人愿意替你照顾他，有什么不好呢？”**

**我跟老公谈起这件事时，他只是笑笑。“我是说真的，”我又说了一次，“如果我走了，我希望你再去找一个亲密的伴侣。”**

**他还是一样，只是笑笑。四年多以来，我安排保险、房地产以及存款……所有关于未来的事时，他就是那样笑笑。他不喜欢谈那些事情，仿佛我所有的那些安排都不会发生似的。**

**我试图让生活没有什么不同，自己开车去医院上班，接受化学治疗，接送女儿上下课……假装这一切都如同往常。我没有别的方法，我们都需要这些日常生活。**

**我有一个十六岁的女儿，她从十二岁就开始陪我抗癌了。或许我在潜意识里觉得这次我可能没有那么幸运了，我不知不觉会利用接送的时间告诉女儿诸如如何用电饭锅煮饭、做菜、收拾碗筷、用洗衣机……这些妈妈应该教会女儿的事情。她总是邋邋遢遢的，我很不放心。可是，似乎我越是教她这些，她的抵触就越大。我们常常在车上为了这些琐事吵架。今天下午在车上她竟然问我说：**

**“妈，你是不是明天就要死了？”**

**我想了一下：“还不至于吧。”**

**“如果不是的话，你可不可以不要这么急着逼我呢？”**

**我听完之后没说什么，脸沉了下来。我从来没有想过这些事给她这么大的压力。**

**晚上临睡前，我发现她把厨房的碗筷洗好了。她留给我一张字条，上面写着：**

**妈，对不起，我今天下午说了那些话。请你不要担心我。我不会永远邋遢的，我只是不希望你死掉……**

**我第一个反应就是：妈妈也不想死掉啊。后来我又想起那个死神在酒吧的广告。我算是个很坚强的人吧。可是我一想起那个死神那么悠闲地喝着啤酒，我却在这里忙个半死，就再也忍不住了，有生以来第一次放声痛哭。**

**11.欲望的酒坛**

**《唐文粹》中有这样一则寓言：说猩猩很喜欢喝酒。人们就在山下事先摆好了各种大小不一的酒坛子。同时把已经织好的草鞋相互连接起来，放在酒坛的周围。猩猩见到人们这么做，知道是要活捉它们，等人们走后，猩猩却耐不住了。其中一个说：“咱们还是喝点吧，只要小心别喝多了就行。”于是那些猩猩就拿起较小的坛子喝，喝完之后就散去了，可没多大工夫就又都返回来了，这次就拿更大的酒坛喝酒，之后又离去，如此反复了几次，人们所摆设的大大小小的酒坛里的酒被猩猩们全部喝完了。它们一个个酩酊大醉。并且还相互嬉戏打闹，还拿旁边的草鞋来穿。这时，那些藏在一边的人便跑出来追这些猩猩。猩猩们急了，赶快逃跑，可因草鞋相互牵引着，它们无法跑快，纷纷绊倒在地上，人们就把这些贪酒的猩猩全部抓住了。**

**欲望其实就像那些大大小小的酒坛，只要你喝了小的，就忍不住会向较大的伸手，喝了较大的，你又瞄向了更大的，一坛一坛喝下去，你的结果就会像那些猩猩一样——被隐藏的罪恶束手就擒。**

**12.可以慢，但不能停**

**大二时，我被分配到新生班级给辅导员帮忙。**

**我第一次注意到学妹，是因为新生中秋晚会。她走到讲台上，很用力地介绍：“我叫×××，来自甘肃会宁。能来上大学我很开心，不过我挺想家的……”**

**那时她有些微胖，脸色偏黄，短发，戴眼镜，深情得有些不自然，说完就主动隐匿到角落里。**

**我隐隐觉得她与别的学生不同。看她神情难过，忍不住叫住她，让她跟我去宿舍聊聊。**

**那一天学妹告诉我，她家有四个孩子，父母老实本分，一辈子勤勤恳恳地过日子，种地、做工、放羊、喂猪，供养他们念书。姐姐已经出嫁，妹妹在读大专，弟弟快升高中了，她是家里不太赞成上大学的那个，父母渐渐老了，想将她留在身边，毕业了，找份安稳的工作，也能随时看顾家里。但学妹不想那样过一辈子，她想去看看外面的世界。**

**父亲无力支持的学费，成了牵绊她走远的障碍，但她并未妥协。入学前的暑假，学妹一直在饭店里打工挣钱。一天十小时，上菜、撤桌、招呼客人，忙得昏天黑地。**

**她指着手掌上刚刚要结痂的几个地方跟我说：“端盘子也磨手心，刚出泡的时候，我拿针挑破了，里面的水儿一出来，肉接触到空气挺疼的。”**

**两个月，赚了4500块钱。她一天也没有休息，又一个人拿着录取通知书去教育局申请助学贷款。她心里憋着一口气，就想出去看看，哪怕就一眼。**

**但刚入学第一个月，学妹就有点迷茫了。她觉得自己和周围的世界有些脱节。她不知道宿舍姑娘说的服装、化妆品品牌，也不知道最新最火的游戏、动漫，她觉得自己不知道怎么融入其中。**

**我听着学妹的叙述，有些动容，找出纸和笔，对她说：“你写出想做的事情，一件一件实现它们。记住，不要去跟随别人，最重要的是找到自己的节奏。”**

**她趴在我书桌上开始写字，并跟我说：“学姐，大学期间我要拿奖学金、赚生活费、买电脑，还要坚持写东西。”我看着她笑了笑，知道她已经好了许多。**

**为了实现想做的事情，学妹的生活开始忙碌起来。周六日去兼职，做过家教，发过传单，还做过推销员。有次在去食堂的路上碰见她，看她比入学那会儿黑了、瘦了，但脸上多了一份从容。**

**大学的时间过得很快，期中考试很快到来。她成绩排名年级前三，很顺利地申请到了当年的国家级奖学金。**

**寒假之前见她，她已经联系好了一家韩国烤肉店去当服务员。她笑着对我说：“寒假时间挺长的，我想着赚点钱，给爸妈和弟弟妹妹买点东西再回家。”**

**我知道，我永远没有办法体会学妹的生活。她来自全国最贫困的县区，需要自己负担学费和生活费，回家之后还要帮家人劳动，洗衣做饭，放羊喂鸡，洒扫院子。但对于生活的辛劳，她从不抱怨，只是说自己终于可以自食其力，她要让家里的日子好起来。**

**后来，我去北京实习，渐渐少了学妹的消息，偶尔回学校才能再见她一面。她已经越变越好，虽然又瘦了，但气色不错，打扮入时。我为她感到高兴。**

**她说：“学姐，大学最后一年我要去房地产公司实习。”**

**我有些疑惑，问：“你不是想做记者吗？”**

**她眼圈微红，停了一会儿，说：“家里情况不太好，有一些借款需要还。弟弟妹妹也需要花钱。我想先去房地产公司赚些钱，帮帮家里。尽了责任，再想自己。”**

**我心里微酸，有些心疼她。学妹明明和我差不多的年纪，却不能在最好的年华去放纵追逐自己想要的东西。梦想，对她来讲是一件昂贵的奢侈品。**

**我没有立场否定她的选择，只能在她需要时伸出援手。**

**2014年年末，学妹突然打电话给我。她激动地说：“学姐，我终于攒够钱了，还清了家里三万多的外债和助学贷款，也供得起弟弟妹妹的生活费。我决定辞职，明年就找跟新闻有关的工作。学姐，你能给我推荐一下工作方向吗？”**

**听到这个消息我比她还高兴。这些钱对刚毕业的学妹来说，并不是小数目。她是加了多少班，拼了多少力才做到的啊？！**

**学妹回家前我们见了一面。从车站见到她，我有些惊喜。那天学妹穿着一件乳白色的羽毛棉服，头发已经扎起来，很精神，面带笑意，出了站就上前抱我。那天我们聊到很晚，凌晨才睡去。她躺在我身边，睡得那么好。也许，是因为她知道，她有不用惧怕未来的能力。**

**没几天，我接到了学妹的电话，她说去报社实习的事儿得朝后推一推。“母亲的膝盖受伤了，劳损，大概需要动手术，需要人照顾。弟弟明年高考，也需要我辅导一段时间。”**

**我听她说完心里有些难受。学妹也有自己的人生要过啊！她很自然地对我说：“学姐，再过半年我就能做自己想做的事儿了。你知道我有多么羡慕你吗？你想去西藏，努力赚够路费就行，但我还要考虑下学期的生活；你想去北京做杂志，连老师推荐的报社实习都可以推掉，立刻赶去北京，我实习还得想想家里。但我一点儿都不嫉妒你，因为我知道，只要自己努力，接下来的日子我也可以像你们一样。”**

**她说得我热泪盈眶，隔着时空痛哭起来。**

**西北的风沙，吹过她干瘪的家境，但给了她丰盈而坚韧的精神，那些经受过的苦，使她变得坚强而独立。**

**家庭的背景不会阻碍你努力的程度，自身的相貌不能决定你变好的决心，只要你愿意努力，总有一条路可以到达你想去的远方，成为你想成为的自己。**

**我知道学妹会越来越好。**

**13.拿破仑不让学生上前线**

**成立于法国大革命时期的巴黎理工学校，是法国最负盛名的高等学府之一，该校的宗旨是：“传播数学、物理、化学等科学和制图技术，特别是为炮兵、工兵、路桥、造船、军用和民用工程、开矿和地理等技术性的公立专科学校输送学生。”**

**1804年12月3日，是拿破仑加冕为法兰西皇帝的第二天。这天，巴黎理工学校的学生奉命参加了三军检阅队，拿破仑亲手将一面“为了祖国的科学和荣誉”的锦旗，授予1804年第一名毕业生阿拉戈（后来成为著名的天文学家），并命令该校队列紧跟在禁卫军之后通过检阅台。如此莫大的荣耀，使这批热血青年激动不已，发誓要用所学为祖国的荣誉而战。**

**1814年，俄奥普联军兵临巴黎城下，理工学校的学生纷纷请缨参战，并选派代表觐见拿破仑，慷慨激昂道：“我们没有忘记那面大旗上‘为了祖国的科学和荣誉’的赠语，巴黎此刻危在旦夕，是我们该抛洒热血的时候了！”望着眼前这些因激动而面色涨红的学生，拿破仑的眼睛湿润了，沉声道：“你们是法兰西的未来，我没有权力将你们送到前线！”无奈，学生代表只好悻悻离开。**

**几个参谋对拿破仑说：“我们守城的兵力不足，现在正是让青年们拿起枪的时候，您为什么要拒绝他们呢？”**

**拿破仑一字一顿地说：“我不愿为取金蛋杀掉我的老母鸡！”后来，这句名言，被镌刻在巴黎理工学校荣誉大厅的天花板上，成为该校最引以为自豪的地方。**

**拿破仑以一个政治家深邃的眼光和坚定的信念，宁肯自己陷入灭顶之灾，也绝不让学生上前线。正是他的果敢决断，保住了这些有志青年，使巴黎理工学校在后来为法国培养出了上百名科学院院士、无数的工程师、实业家、将军和政治家，他们中的许多人，成为法国强大的中流砥柱。**

**14.当对方说“NO”时机会就来了**

**站在对方的立场想象，往往可以了解如何解决问题。**

**当我因为工作忙得分身乏术时，通常都会拒绝新客户。因为我真的没有时间，我相信不光是我，很多忙碌的人几乎都一样。这种时候，大部分委托者都会说：“太遗憾了，希望下次有机会合作。”双方的交谈便画下了句点。但每当我看到一度遭到拒绝就放弃的人，都会感到不解，纳闷他们“为什么这样就放弃了”。**

**我自己拒绝别人，却有这样的想法，似乎有点矛盾，可能有人觉得我很矫情。但遇到这种情况时，我往往会很沮丧，觉得“原来对方并不是那种想和我合作的人”。因为，如果我拜托别人，即使被拒绝一两次，也不会认为自己“被拒绝了”。无论是以前还是现在，我都认为“拒绝才是一切的开始”。**

**我很乐意听到别人说“no”。当对方严词拒绝时，我会觉得“现在、这里才是真正的起点”。真正的沟通最好从“no”开始。假设一分钟前我对认识的女生说：“我喜欢你，请你和我交往。”当她皱起眉头，用不悦的声音说“no”，我就有机会说接下来的这句话：“请你先了解我，再决定要不要和我交往。我们来聊一聊吧。”这才是我真正想要说的话。因为我觉得对方了解我之后，再和我交往比较理想。**

**如果有奇迹发生，那个女孩子一口答应：“好啊，我也想和你交往。”双方之后的交往很可能变得表面而肤浅。我只是内心被她的想象所吸引，她也只是内心被我产生的幻想所吸引，这种关系固然浪漫，但就像细腻的甜点般容易变质。男女关系往往有例外，但如果是工作的场合，我可以断言，“‘no’是一切沟通的起点”。**

**我相信你工作的职场，蔓延着没有“no”的顺畅沟通。假设主管和上司建议了一个和之前不同的方法，“希望这次按这种方式执行”，不喜欢变化是人之常情，遇到这种情况时，通常会觉得“真麻烦”。但是，大部分人都在自己的皮包里藏着顺畅沟通的“成年人工具”，所以十之八九都会回答“yes”。即使不太理解也会回答“yes”；即使意兴阑珊也会回答“yes”；即使内心觉得上司的建议简直莫名其妙，也会回答“yes”；如果对方是上司或前辈，更会毫不犹豫地说“yes”。**

**但是，这种表面肤浅的沟通能够让双方成长吗？真的能够一起攻克难关吗？如果立刻说“yes”，等于剥夺了不同意见者说明、表达自己心意的机会，很可能在一知半解的状况下执行企划，最后很容易搞砸。这种结局未免太悲哀，太令人难过了。既然这样，干脆抛开所谓的“成年人的工具”。**

**向对方提出建议是，如果对方说“no”，不妨认为是机会，彻底说明白自己的心意。和对方深入交谈，直到对方认同你的意见。遭到拒绝时，不要轻言放弃，只要在提案前做好“no才是起点”的心理准备，内心就会涌现勇气。相反的，如果对方提出不符合你期待的提议，或是莫名其妙的指示时，千万不要表面上很干脆地回答“yes”却在背地里抱怨，必须改正这种坏习惯。当然，也不能像小孩子一样一个劲儿地说“no”，必须同时具备倾听的雅量，“no”才能打开深入沟通的大门。**

**15.沉默会使自己变得更强大**

**沉默是金。在纷乱的时刻，沉默静守才能让自己保持清醒。当生活的巨浪袭来的时候，语言是苍白的，就算你使尽全力也喊不出和浪涛声相抗衡的音量，所以你只有沉默。沉默不是退让，而是一个积蓄、酝酿、等待出击的过程。**

**春秋时，楚庄王继位三年，没有颁布一条法令。左司马问他：“一只大鸟落在山丘上，三年来不飞不叫，为什么？”楚庄王答道：“三年不展翅，是要使翅膀长大；三年不鸣叫，是要观察与准备。虽不飞，飞必冲天；虽不鸣，鸣必惊人！”果然，半年后，楚庄王废除了十项政令，发布了九项政令，处死了五个奸臣，提拔了六个隐士。于是国家昌盛，天下归服。楚庄王不做没有把握的事，不过早暴露自己的意图，所以能成就大业。苏轼说：“博观而约取，厚积而薄发。”没有一段或长或短的沉寂期，没有在沉寂中的反思与积淀，哪有成功者的喜悦，哪有胜利者的欢呼？人们往往只看到人前侃侃而谈的博学者，却忽视了他寒窗苦读的沉默和艰辛。**

**16.第三把刀**

**风岚帝国是整片大陆上最强盛的国家，如果单论武力，没有一个国家能与之相提并论。风岚族人人以习武为荣。风岚人十分讲究江湖道义，国内大小教派林立，一派欣欣向荣之象。**

**这天，一名武士来到风岚帝国东海域的惜栀岛，并向风岚武林发出挑衅，扬言自己才是世上武功第一人，如有不服，可以去挑战他。**

**消息传到风岚武林，风岚高手无不气炸了肺。一时间，大小船只满载风岚高手，直奔惜栀岛。**

**这名叫破风的武士用的武器是刀。他的武艺不算精湛，但他的撒手锏——自创招式“残肢三刀”却阴险异常，专门残人肢体。风岚高手们都没能逃脱“残肢三刀”的暗算，将手臂或腿留在了惜栀岛。**

**习武之人最看重的是什么？自然是这一身武功了。而肢体被斩断，一身武功也就去其大半，这简直比杀了他们还难受。不少被斩断肢体的高手当场就自杀了。不到半年的时间，风岚武林元气大伤，高手数量竟锐减到原来的三分之一，再也没有人敢登上惜栀岛挑战破风。**

**但这一天，一只小船停靠在了惜栀岛渡口，一对师徒登上了惜栀岛。师父叫落尘，徒弟叫琉翌。师徒二人是风岚武林绝学落花刀的传人。二人向破风发起了挑战。**

**落尘的武艺确实了得，十招之后便压制得破风无处可躲。眼看陷入死局，破风用出了“残肢三刀”的第一刀。这一刀确实阴险，但刀光闪过后，落尘持刀的右手便连同手臂一起从肩部被斩断。**

**破风哈哈大笑，说：“什么风岚绝学落花刀，也不见得！”落尘便带着琉翌离开了惜栀岛。**

**落尘花了两个月的时间，想出了破解“残肢三刀”第一刀的方法，又让琉翌练习了一个月的刀法。落尘受伤后一直没有好好休养，再加上年事已高，没能等到第二次踏上惜栀岛，便走上了生命的尽头。**

**安葬好师父后，琉翌再一次登上了惜栀岛。破风本以为作为徒弟的琉翌比落尘逊色一些，可谁知琉翌的刀法比落尘更加凌厉。只过了五招，破风就不得不用出了“残肢三刀”的第一刀，却被早有准备的琉翌轻易破解。破风大惊之下，赶忙用出了第二刀。这一次，琉翌的右臂也被他轻松斩断。**

**破风再一次大笑，说：“没想到你竟然破解了我的‘残肢三刀’第一刀。不过，我倒要看看是你的手多还是我的招式多。”**

**琉翌止住血后，学着师父的样子，用左手捡起被斩断的右臂，说：“三个月后，这里见！”便离开了惜栀岛。**

**三个月后，琉翌的左手持刀，第三次登上了惜栀岛。令破风没有想到的是，琉翌左手的刀法竟然丝毫不逊色于右手。这一次，破风只支撑了三招，便用出了“残肢三刀”。第一刀，被琉翌破解掉；第二刀又被琉翌破解掉。破风只好第一次用出了“残肢三刀”中最残忍的第三刀。大片刀影闪过。琉翌的左臂被切成数十块。**

**破风又一次狂妄地笑了，他长刀平举，抵着琉翌胸口，说：“怎么？你还有第三只手吗？”**

**琉翌看了他一眼，淡淡地说：“我没有第三只手，但我有第三把刀。”说完，他两腿骤然发力，整个人快速前冲，任由破风的刀穿过自己的胸口。他抬起仅剩的一小截右臂，顶在了破风的胸口。**

**破风的笑容凝固在了脸上，冰凉的感觉从胸口处传来。他低头看去，琉翌仅剩的一截右臂上，绑着一把牛耳朵尖刀，而那把刀，贯穿了他的胸口。**

**琉翌一脚将破风踢开，两人的胸口同时鲜血狂喷。破风躺在地上双目圆瞪，到死也不愿相信今天发生的一切。**

**琉翌笑了，他说：“或许，你的‘残肢三刀’的确厉害，足以傲视武林。但你做错了一件事，你不应该向风岚民族挑衅。风岚人对武的精神，岂是你能撼动得了的？所以，自从你来到惜栀岛的那一天，一年后的今天发生的一切，便已经注定。”**

**说罢，琉翌缓缓倒下，而天边的朝阳，正在徐徐升起。**

**17.不可能被所有人喜欢**

**一直觉得能够跟随自己心走的人，都是勇士。这样的人必定是看尽世态炎凉，方才能够领悟的老者。然而，一个15岁的小姑娘却刷新了我的判断。**

**欧阳娜娜，13岁就成功考取世界顶尖音乐学院——美国柯蒂斯音乐学院，成为郎朗的学妹。15岁，她和大美女林青霞站在一起参加一档电视综艺节目。张爱玲喊，“出名要趁早”，然而，少年成名必定遭受非议。**

**很快人们就发现她来头不小：她的父母都曾是台湾演艺界名人，现在在台北身居要职；她的姑姑欧阳菲菲，是将《感恩的心》和《热情的沙漠》唱红大江南北的天后级歌手，而林青霞就是她姑姑的好友。好事者理直气壮：“如果我有这么显赫的家世说不定比她还红。”“欧阳娜娜一点儿也不漂亮，不过就是靠林青霞的关系罢了。”面对镜头，她始终微笑，从不解释。**

**然而更大的质疑扑面而来：“15岁，正是读书的最好年华，为什么还有时间参加综艺节目？”家人替她发微博解释“休学” 。惹来诸多不怀好意的猜测：“休学当艺人，太不明智了”“欧阳娜娜贪慕虚荣”。更有人诽谤她“因为通告太多被学校开除”。事实却是因她未成年，赴美求学不能住校，她的妈妈只得放下工作，带着妹妹一起去照顾她，爸爸和姐姐留在台湾，幸福的家因她而分散两边，她为此愧疚，才大胆决定暂时“休学”。等满了18岁，就一个人出去念书。**

**面对镜头，她的妈妈难过得落泪，而她一副无所谓的样子：“不可能被所有人喜欢啊，讨厌我的人对我没影响，我又不用和他们讲话。”一副“我不在意，只随我心”的姿态。从此后，依然做自己，拍戏、写书、弹琴，不亦乐乎，越来越美。**

**当我们为“不喜欢自己”的声音烦恼时，告诉自己“没有人能够被所有人喜欢”就能够像欧阳娜娜一样快乐起来。**

**18.霍金的笑容**

**霍金，这个21岁时被确诊为肌萎缩性侧索硬化症（渐冻症）、医生断言“只能活两年”的男人，已经73岁了。**

**史蒂芬·威廉·霍金，他的成就毋庸置疑：创建弯曲时空中的量子场论，发展了黑洞理论，写下《时间简史》等一系列著作，被誉为爱因斯坦之后最杰出的理论物理学家。**

**宇宙是一口幽深的矿井，那些黑暗中闪耀的宝石，从来只留给最勇敢最执着的人。同时，宇宙也索取它的报酬。对于那些泄露了天机的人，命运的报复来得酷烈无情。自患病以来，霍金的肌肉功能持续萎缩，如今，他只剩下右眼珠勉强能转动，每分钟只能表达一个字母。**

**尽管如此，霍金并没有走我们熟悉的“身残志坚”“可歌可泣”路线。相反，他总能以另一种方式吸引公众的眼球。他逛夜总会，和脱衣舞娘愉快地合影。他在卡通片《辛普森一家》中拯救剧中的女孩；在《星际迷航》中扮演自己，和牛顿、爱因斯坦一起打桥牌。美剧《生活大爆炸》第五季，高傲的天才男主角谢耳朵为了见他一面，不惜在大庭广众下穿上小短裙。在英国老牌乐队的专辑中，他还通过声音合成器献唱一曲……**

**有人说他是轮椅上的图腾，是被缚的普罗米修斯；也有人质疑他频繁“作秀”，利用媒体炒作自己。在我看来，霍金不过是在证明，他是一个正常的人，有着普通男人的欲望和坏品位。霍金不需要怜悯。病魔打不垮他，也改变不了他。哪怕只剩下一只眼珠能转动，他也一样热烈地活着。**

**为了描述黑洞理论，霍金讲过一个故事：鲍勃和爱丽丝是一对情侣宇航员，在一次太空行走中，两人接近了一个黑洞。突然间，爱丽丝的助推器失控了，她被黑洞的引力吸引，飞向黑洞的边缘（视界）。由于越接近视界，时间流逝得越慢，鲍勃看到，爱丽丝缓缓地转过头来，朝着他微笑。那笑容又慢慢凝固，定格成一张照片。而爱丽丝面临的却是另一番景象——在引力的作用下，她飞向黑洞的速度越来越快，最终被巨大的潮汐力（引力差）撕裂成基本粒子，消失在最深的黑暗中。这就是生死悖论。爱丽丝死了，可在鲍勃眼中，她永远活着。**

**有一次，我在课堂上讲起这段生死悖论，突然哽咽。我仿佛一下子明白了，爱丽丝不是别人，正是霍金自己。他见过最深的黑暗，经历过最彻底的绝望，依然怀有巨大的勇气。在万劫不复到来之前，他转过头来，用尽力气微笑。**

**19.控场**

**几个月前，我和热播美剧《绝命毒师》的几位编剧参加了一次文化活动。**

**我们在活动的间隙聊得热火朝天。**

**我很好奇地问：“你们这些家伙是怎样编出这样一部好看的剧的？”**

**文斯·吉利甘微笑着告诉我：“这是大家分工合作的结果，我们要保证一点，每5～10分钟就有一个‘爆发点’，每一集都要制造悬念。只有这样才能让观众牢牢地坐在沙发上，从头看到尾，否则他们就会换台了。”**

**“所有的电视剧都是这样编的吗？”**

**“是的，我们必须绞尽脑汁‘粘住’观众。”另一位编剧如实地回答，“全美90%以上的电视剧都是这样编出来的，否则我们无法保证稳定的收视率。”**

**“你的故事必须好看，否则观众就没有兴趣看下去了。”文斯补充道。**

**其实控场也是这样，你引导对方进入控制范围之后，接下来你所表达的内容能否真正吸引住对方呢？**

**如果你不能吸引对方，那你又如何能向对方传输思想呢？**

**为了找到答案，你应该做这样一个思考：你的筹码中有哪些是对方关心的，那就是他们最感兴趣的。**

**如果你想让下属更卖力地工作，假设你的筹码是下属未来的发展愿景，那么你应该把那幅画面描绘得栩栩如生。**

**你可以这样说：“我非常看重你，过完今年老麦克退休的话，我会接手他的位置，我的位置要让自己信得过的人来接替，我希望是你。”而不是简单地对对方说：“只要你好好工作，就能有加薪升职的机会。”**

**当然，你并没有欺骗他，只是吸引了他。**

**如果你想让你的客户购买投资产品，假设你的筹码是收益的话，那么你应该尽量将受益描绘得更具象、更动人：“我们的产品预期每年会给客户带来10%的收益，如果您投入10万美元的话，那一年后您就有11万美元，1万美元足够您和家人在欧洲玩上几个月的；如果您投入20万美元的话，那一年后您将有2万美元的纯利润，相当于挣得了一辆中级轿车！”**

**这么说比你单说收益很高要好很多。**

**在你吸引对方的时候，语气要坚定且充满自信，从情绪上向对方传递积极的信号。**

**20.活到省心**

**早年间，村里出了个大人物，是县上的一个头头。都说他当了很大很大的官，到底多大，谁也说不清楚。**

**有一年春节过后，大人物回乡省亲，穿着黑呢子大衣，梳着背头，跟乡亲们高声大气地说话。大家都觉得该敬着他，于是轮流请他到家中吃饭。一正月，他抹着油嘴从村西头一直吃到村东头。**

**但临走的时候，他很不高兴，因为村里有一个叫刘法三的没请他吃饭。刘法三不穷也不傻，不请吃饭，这是明摆着看不起他呀。刘法三说，那么多人看得起你，还缺我这一个吗？大人物噎在那里，呆了半天，冒出一句话：等你有事了，上了县里，别想找我！**

**你不把大人物当回事，他就会不高兴。**

**相传一个故事，说有一个富翁去赌博，赌了半宿，没人把他当回事。他觉得很伤自尊，于是大把大把地将赌资押上去，从不管输赢。那一晚上，谁赢了多少没人说得清楚，但大家知道富翁输得最多。人们都说，那家伙真有钱！富翁听到大家的评论之后，觉得很受用，在他看来，这比赢钱重要多了。**

**大人物们活得不容易啊。在其位时，生怕别人注意不到自己；不在其位了，又生怕别人注意到自己。“存在感”给他们带来过尊崇，也带来了痛苦。这么比下来，还是老百姓好，一辈子也不需要所谓的存在感，既不恃之而盛气凌人，也不因之而失魂落魄。**

**这才是真的省心。**

**21.“不够美小姐”的独白**

**火车上，我跟好朋友肩并肩坐着，忽然讨论起相貌来。**

**我问她：“如果可以的话，你希望自己是什么样？”**

**她说：“我……希望自己皮肤好一点，鼻子再高一点。”**

**“你的鼻子不矮啊。”**

**“鼻梁这里有点塌。”**

**“但我一直觉得塌塌的鼻梁好可爱。”**

**“那好吧……”**

**“我希望自己腿长一点，皮肤好一点，不要近视……”我停顿了一会儿，想象了一下崭新的自己是怎样，又回过神来，“不过，其实腿短一点也没什么，皮肤反正就是这样了，我平时戴眼镜也挺好。有时候想起来，自己就该是这个样子。”**

**不知道从什么时候开始，已经这样全盘接受自己了。**

**妈妈和爸爸年轻时都算是好看的人，偏偏我什么都没有继承到。妈妈说我继承了他们俩所有的缺点时，竟然还无所谓地笑了笑。他们那时候觉得小孩子只要成绩好就行了。然而，好看从小就是权利的一部分。再迟钝的小孩，也从小就知道好看和不好看的区别。对美的辨识，是人类学会的第一课吧。**

**至少在青春期，美是一样多么重要的东西啊。**

**初中最好的朋友美丽又活泼，我们每天一起上学，一起放学，身后总跟着几个男孩子，冲她吹口哨。我百无聊赖地跟着，好想也能变美呀！那时我差不多十四岁吧，天天希望自己一觉醒来，就变成了美女。**

**大概是初二的时候，有一次生病，不知道什么原因，我的眼睛忽然变成了双眼皮。当我照镜子的时候，仿佛有什么梦想忽然被实现了，而这种实现如此惊人。我大声喊妈妈来看，她当然漫不经心地嘲笑我。两天之后，发烧结束，我的眼睛又变成了单眼皮。**

**到了高中，文科班上的女生各种各样的美，而我的同桌是最美的一个，每天下课的时候，都有男生特地下楼来参观她。我坐在窗边，有男生敲窗的时候，负责打开窗户。“能帮我把这个递给她吗？”我就把字条递给她。**

**每天中午吃完饭，往教室走的时候，阳台上总是趴着一群往下看的男生，看到好看的女生，他们就会哄笑，吹口哨。漂亮女生不会抬头，不经意地走过去。我知道没有人会冲我吹口哨，所以有时会抬头看看。蓝天和白色教学楼形成青春期明朗而失落的记忆。因为不够美，得到爱当然会难一些，但也并非不可能。我是在高中知道这一点的。**

**高三的时候，仿佛还不够令人沮丧似的，我右脸长出一片扁平疣。在脸上涂了一层又一层的黑色药膏，盼望奇迹出现。但同样什么都没发生。我跟别人说话时，开始习惯略微转过左脸。**

**大学的时候，不出所料，好朋友依然是最美的，很像《还珠格格》时期的范冰冰。刚开始军训，教官便给她写情书。而我也在此时，终于了解到自己应该处的位置，在新年晚会上女扮男装演小品。**

**美掌管的青春期，很快就结束了。等有一天发现自己真的变成双眼皮的时候，我根本不知道是怎么回事。但因为长期戴眼镜，也并没有太大区别。大概是2004年或者2005年，有一天我忽然觉得脸上痒，就跑到中医院去看了一下医生，医生随便开了一点药，然后那扁平疣就随便消失了。**

**22.后出手者为何总是会赢**

**我的少年时代是在录像厅里看武侠电影度过的。那些无比狗血的剧情，在当时我却看得津津有味。假如今天再看，我一定会大笑，比如大侠接最后一支镖一定是用嘴；如果出现了女侠，那么一定有一个男侠暗中保护；倘若两个重要角色决斗，后拔剑的那位一定会赢。**

**关于最后一点，我后来发现西部牛仔电影也是这个套路。在酒馆门口，好人和坏人开始决斗，这个时候，一定是坏蛋先拔出了枪，只听一声枪响，两个人都屹立不动，酒馆里的人伸长了脖子，忽然，“扑通”一声，坏人倒在了地上。**

**当男主角轻松地吹着枪口上的轻烟时，我开始考虑这么晚回家，如何躲过老爸一顿打。而有些人则不一样，他们要问一个为什么。诺贝尔物理学奖得主尼尔斯·玻尔就曾经安排过一个模拟决斗，来测试这种电影情节的合理性。玻尔的同事扮演了先出招的反派角色，在一系列的模拟决斗中，后出招的玻尔每一次都赢了。这位物理学家的结论是：大脑对危险做出回应的速度比执行一个有意的动机更快。**

**英国心理学家安德鲁·威尔士曼也研究了这个决斗问题，他想揭示大脑对危险做出回应的方式。他的团队在实验室组织了模拟的“枪战”，两人一组的志愿者在计算机前展开“决斗”。他们发现，后出手的志愿者平均花费的时间比前者少9%。“大脑拥有一个比基于决策系统快一点的反应系统是合情合理的。”威尔士曼说。**

**“后出手制胜这种现象也普遍存在于商业领域中。”普林斯顿大学经济学教授阿维纳什·迪克西特说，“跟在别人后面采取行动有两种好处，一种是看出别人的策略，你立即模仿。”**

**另一种是再等等，直到这个策略被证明成功或者失败再说。在商界，等得越久越有利，这是因为商界和体育比赛不同，这里的竞争者通常不会出现赢家通吃的局面。结果是只有市场上的领头羊们对新生企业选择的航向同样充满信心时，他们才会跟随这些企业的步伐。**

**话说回来，当年那些编剧可没想这么多，不过他们这么编排其实也是一种后发制人的跟随策略。**

**20世纪80年代的“侠士们”在大街上被人追杀，尽管有很多事要做，但他们知道，弄翻两旁的小摊是最重要的，因为前人也是这么干的。**

**23.刀尖上盛开智慧**

**朱元璋这人，可不像别的皇帝那样少有大志。他很可怜，小时候，父母双亡，到处乞讨；乞讨不下去了，又去皇觉寺当一介小沙弥，木鱼经卷，阿弥陀佛。**

**最后，沙弥也当不成了，就木鱼一扔，佛经一烧，拿起屠刀，开始革命。**

**几十年的刀光剑影，几十年的血雨腥风，几十年的浴血奋战，朱元璋的企业做大了，自己也弄把老板椅，往宫殿上一摆，朝上一坐，建立明朝，当了皇帝。**

**当了皇帝，那感觉特爽，特舒服，也特得意。尤其看到满朝大臣，顶礼膜拜，连称万岁万岁万万岁，朱元璋高兴得险些血压升高。当然，得意归得意，仍得压在心中，仍得一脸庄重：皇帝，得有皇帝的样儿，不能张狂。**

**这样憋，是能把人憋疯的。**

**朱皇帝终于选择了个时机，将内心的得意，狠狠地释放了一把。**

**那次，是去看一座未完成的宫殿。到了宫门，朱元璋手一挥，告诉警卫，都别跟着，我自己进去随便转转。于是，扔下警卫员们，背着手，走进了宫殿。**

**显然，宫殿还没修好，但也快竣工了。宫殿很高大，很富丽，很堂皇，朱皇帝看了，很爽气。**

**朱元璋一高兴，就想起自己打江山的事，两种得意摞在一块，更加得意。左右看看，警卫没来，自己一人，就捋着胡须，得意地自言自语：“我本来拿着刀子沿江剽掠，只想安安稳稳当个强盗，没想到，一不小心，竟弄出这么大的家业。”说完，忍不住嘎嘎嘎大笑一阵。**

**笑完，终究不放心，抬头一看，脸色煞白。**

**原来，果然有人。**

**那个人，是个老头，就骑在宫殿梁间，正在涂漆，显然是个漆匠。此时，他目不斜视，正在聚精会神于手中的工作。朱元璋的话，他好像没听见。**

**朱元璋眼睛里，笑意没有了，射出白亮亮的光，刀子一样。他想，自己今天说的话，要是传出去，不等于自己承认自己的土匪出身，百姓知道今天这事，该如何看自己；大臣知道后，该如何看待自己。**

**朱元璋这家伙，杀个人，于他而言，犹如碾死一只蚂蚁，他的那些大功臣，哪一个不是他举起刀咔嚓咔嚓排头砍过去的，又哪里在乎一个老头子？于是，他抬起头，对着梁上喊：“哎，那位，你下来。”**

**上面的人仍没朝下望，一心一意，继续着手里的活儿。**

**朱元璋脸上的肉颤了两下，放大声音，对着上面大喊：“你下来。”**

**那人仍忙着刷漆，理也不理。**

**宫外的警卫们听到喊声，都跑进来，对着梁上大喊：“老头子，圣上让你下来。”众人的嗓门，犹如炸雷，老头听清了，慢慢溜下来，问：“喊什么？”**

**大家说：“圣上叫你。”**

**老头点点头，忙走到朱元璋面前跪下道：“臣人老耳聋，没听清圣上呼唤，望恕死罪。”**

**朱元璋听了，寡白的脸色和缓下来，心里一阵轻松，人一轻松，态度就好了，呵呵大笑，望望左右道：“如此高龄，如此辛劳，理应奖赏。”让人拿来二十两银子，赏给老人，摆出一副亲民的样子。内心里，却长长吁了口气：这样个聋子，能听清什么？**

**老人接过银子，忙叩头称谢，起身后慢慢出了宫门，擦了把汗，也暗暗嘘了口气。只有他知道，朱元璋的话，他听了个十足十，一句不落。也只有他知道，自己一点儿也不聋，耳聪目明。他更明白，今天，自己等于是在刀尖下钻过来的，捡了一条命。**

**老人是装聋，用自己的智慧拯救了自己。**

**24.海獭的石头**

**在美国加利福尼亚海域生活着一种可爱的动物——海獭。海獭是世界上最小的海洋哺乳动物，它们常年生活在海洋里，大部分时间是潜入海底觅食。**

**海獭喜欢吃海底生长的贝类、海胆以及螃蟹等，它们的食量很大，每天要消耗自身体重1/3重量的食物才能保持热量需求，所以海獭总是忙忙碌碌地潜到海底去寻找食物。**

**海獭潜入海底捕获贻贝、海胆等，但同时它们会从海底顺便捞上一块拳头大小的石头。开始时，人们对此有些不解，在海底觅食已经够辛苦了，为什么还要弄一块石头上来呢？**

**等海獭从海底浮上来后，人们才明白了石头的妙用，也不得不佩服海獭的聪明了。原来，海胆、贻贝等都有着坚硬的壳，海獭靠牙齿是无法咬开它们的。于是海獭就想到了一个绝妙的办法，就是把从海底捞上来的石头当砧板，把海胆、贻贝等往石头上砸，直至砸破为止，然后就可以尽情地享用里面的肉了。**

**看着海獭笨拙的身体仰躺在海水里，把石头放在腹部，然后用前肢拿着海胆，使劲地往石头上砸去，一下，一下，它的身子在海水里也随之一起一伏，海水一圈一圈地荡漾开来……那个情景真的很震撼人心！**

**海獭之所以能够享受美食，是因为它们在捕获食物的同时就想到了该怎样去享用那些食物，它们把一切事情想到了前头，不打无准备之仗。**

**反观我们在生活中，总有人说他努力过、奋斗过、拼搏过，可是有时离成功总是还差那么一点点。看来，我们得好好向海獭学习，也许我们差的就是海獭的那块石头。**

**25.松紧带和皮带**

**在一次访谈节目中，一个中年男子在现场问经济学家李稻葵：“怎样才能在短时间内把一张百元大钞变成两张，甚至更多？”**

**李稻葵回答：“这暗含怎么迅速投资、获得收益的问题，我的最佳答案是，炒股。”**

**提问者又说：“可我听人说，股票一路下跌时，股民的心情是这样起伏的，奥迪——奥拓——奥妙——奥利奥，最后是Oh，my God！把一张百元大钞变成两张，靠炒股真的可行吗？如果可行，您觉得我该买哪只股票好？”**

**李稻葵回答：“这得看你的裤腰是松紧带的还是绑皮带的。”**

**提问者以及现场的观众听完一片哗然：正说着股票，经济学家为什么扯起了松紧带和皮带？**

**李稻葵笑着，给大家讲了一个松紧带和皮带的故事。**

**“我在城里念完幼儿园，就被送到农村上小学。记得第一天上学，我印象非常深刻。课间，几个男同学把我叫到了操场。我心想，同学们真不错，还要对我表示一下欢迎。我傻呵呵地跑到他们中间，还没站稳，就有一个同学悄悄地跑到我身后，把我的裤子往下一拉！周围的同学一见，全部哈哈大笑起来。这对我而言，简直就是奇耻大辱。我找到班主任告状，班主任哇啦哇啦讲了半天方言，我听懂了他的大概意思——你小子真笨，连自个儿的裤子都保不住，怎么还有脸来找我？**

**“我不甘心，打算回家向父母求救。但我心里明白，假如我告诉父母，他们一定不会同情我，并且还会教育我：一定是你犯错误了，农民的孩子都很纯朴，怎么会欺负你？没人帮我，怎么办？我只能自救。我向母亲要了一根绳子，因为我要把我的裤腰扎起来，并且扎得紧紧的，让别人拉不下我的裤子。**

**“有了这根绑裤腰的绳子，我虽然还受同学欺负，但总算保住了底线——他们摘我的帽子、解我的扣子、扒我的衣服，但始终没法脱下我的裤子。”**

**说到这里，李稻葵解释：“为什么我要讲这个故事？我个人觉得，想要炒股，你得先分析自己是哪种人。炒股可能让你的一张百元大钞变成两张，也有可能把它变成零，甚至可能在你输掉它之后还要欠别人一张。如果你穿的是‘松紧裤’，那么我建议你还是乖乖揣着那张百元大钞过踏实日子，因为一旦裤子被扒光，你会承受不住丢脸兼受冻的打击；如果你穿的是‘皮带裤’，保得住自己的底线，那就拿这张百元大钞去炒股吧。反正保住底线之后，其他部分随便股票去波动，就算股票跌得再惨，我相信你也承受得住。”**

**李稻葵最后总结说：“其实何止是炒股，人生在面对各种选择时也是如此。你要扛不住风险，就踏踏实实过日子；要扛得住风险，那就大胆去尝试。”**

**26.女儿的厨艺**

**此刻，在我眼里，女儿就像一尾悠游于大海里的鱼，自在、熟练、胸有成竹。**

**她轻车熟路地领着我，来到了伦敦的鲜鱼店，身材胖胖圆圆的中年老板亲切地与她寒暄：“好一阵子没来了，在忙些什么呀？”女儿答道：“到菲律宾公干呀！”胖子调侃：“今天一定是闻到鱼的鲜香才赶来的，是吗？”女儿笑道：“是呀，别人有千里眼，我有千里鼻呢！”胖子又问：“你是不是要做刺身和寿司呢？”女儿说：“对！麻烦你给我一公斤三文鱼、一公斤金枪鱼、二十颗特大的鲜带子。”**

**手拎那带着海洋气息的海鲜，她先赶往农贸市场，买瓜果蔬菜，又到超市去买了上好的牛柳和葡萄酒，然后回家。**

**她一边动作麻利地处理食材，一边高声宣布当晚六人共餐的菜单：“开胃品是带子沙拉；主食有三道——三文鱼刺身、彩虹寿司、日式牛柳；甜品是奶酪蛋糕、草莓雪糕。”**

**我们“哇哇”连声惊叫，每一次叫声都裹着浓浓的笑意与满满的期待。**

**她不让我们帮忙，独自撑起一片天。我站在一旁，饶有兴味地看着。在她童年与少年时代，我在厨艺上对她刻意的熏陶与训练，今日在异国他乡的伦敦，终于结出了美丽的果实。**

**我常常告诉她，烹饪是家里的一件大事。我们要吃得好，但是，我们也不要把过多的时间挥霍在柴米油盐上。和做其他任何事情一样，如能将烹饪运筹帷幄，也能事半功倍。现在看来，她“一心多用”的行事方式，已经完全得到了我的真传。**

**她将三文鱼、金枪鱼、牛油果、黄瓜、芦笋、胡萝卜等分别切块、切片、切丝。准备好了，便将煮好的米饭均匀地压在紫菜上，加入鲜鱼和其他配料，用竹片卷成寿司。每卷寿司均匀地切成八段，在盘子里摆成放射状，宛若一圈璀璨亮丽的彩虹。**

**接着，她把牛柳用酱料腌了，搁置一旁；快刀把蒜头切成薄片，用慢火在油里煎成金黄色。然后，细心地根据各人的要求，把牛柳分别煎成五分熟、八分熟和全熟。煎好了，便把金光发亮的蒜片撒在上面。**

**她那种比专业厨师更用心、更严谨的态度，着实令我赞叹不已！**

**新鲜带子要煎得恰到好处，是一大挑战，可这居然也难不倒她。只见她用纸把丰腴肥美的带子弄干，在热锅里放了牛油，信心满满地说：“每一面只要煎一分钟左右，便恰到好处。”柔嫩诱人的带子和淋上特殊酱料的新鲜菜蔬搭配得天衣无缝。**

**餐毕，看着大家脸上的惬意和满足，她突然转头对我说道：“妈妈，谢谢您。”我微笑地搂了搂她。知女莫若母，我清楚地知道，她向我道谢，是因为我在她懵懂无知的成长期，便教会了她领略烹饪的美妙，也教会了她掌握烹饪的技巧。**

**烹饪，绝对不是枯燥无味的杂务琐事，它既是实用的技能，也是快乐的源泉。当年，在女儿满月后，我便把婴儿摇篮带进厨房，刻意培养她敏锐的嗅觉。女儿刚满三岁，我便让她站在高高的凳子上，煎鸡蛋、烙马铃薯饼。训练的难度，随着年龄的增长而渐次提升。由于我常常寓教于乐，把笑声镶嵌进烹饪里，所以，女儿一直非常享受烹饪。到她十八岁负笈英国时，已能做得一手好菜了。**