

# 改革方向与民心向背

□ 王海龙

理解社会主义是不够的,《天下为公》第一章即从中国和西方数千年文明传统的角度提出并论证了“平等”和“觉悟”是社会主义的道体,这是极其深刻并极具创意的,有助于我们深化、拓展对社会主义的认识。

“平等”讲的是人与人之间的关系,反映的是生产关系、社会关系、利益关系、分配关系等。要实现平等的生产关系、社会关系,不仅靠社会主义制度,还要靠社会主义的经济社会政策。社会主义不是抽象的,而是具体的,它体现在一项项以人民为中心、促进社会平等的具体的经济社会政策中。这样我们就可以从社会关系和生产关系、政府政策的层面认识社会主义。

“平等”主要是指经济社会地位和生存发展能力的平等,平等不等于没有差距,不是平

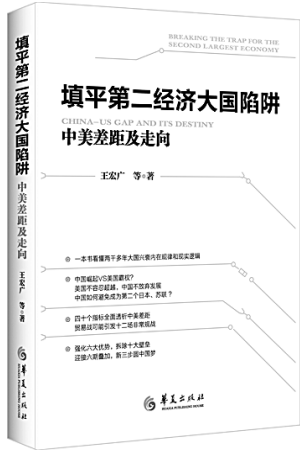
均主义。合理的差距有助于提高经济效率,但如果差距过大则会损害经济效率。不平等已成为当前中国经济社会发展的最大阻力。实体经济、中小民营企业为什么困难重重?网上的大量舆论认为是企业税负和社保负担重,但更深层的根源在于:一、因贫富分化导致的中下层老百姓有购买能力的需求不足;二、中小企业的生存和利润空间受金融资本、国际垄断资本、房地产资本的挤压。普通老百姓为什么感觉生活越来越难,乃至青年人生育意愿降低?根源在于,教育、住房、医疗、养老这四大民生领域的过度市场化、资本化和干部特权化,造成各阶层间的不平等,导致普通劳动者的收入、积蓄向少数投机者和利益集团手里急剧集中。

在当今中国,中低端产品生产过剩与中高端产品供给不足同时并存。地方政府对土地财

政和房地产经济的依赖也反映了生产过剩、实体经济不振。中美贸易战有可能引发外需萎缩,进一步加剧生产过剩。如何解决生产过剩、振兴实体经济?如何实现产业升级,提供更多中高端产品?如何在抑制高房价的同时,培育经济增长的新动能?只有深化改革,扩大开放。改革的实质是不同阶层间利益关系的调整,深化改革应着眼于改变不平等的生产关系和社会关系。改革的方向只能是社会主义的,如果任由以资本为中心的新自由主义主导经济社会政策,只会造成更大的不平等,让矛盾越积越深。只有采用社会主义的方式,才能根本解决中国经济会所面临的深层次问题。

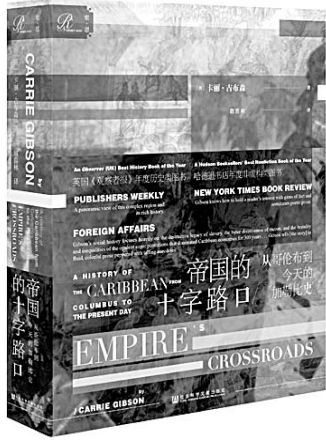
《天下为公》  
鄢一龙 等著  
中国人民大学出版社

## 新书导读



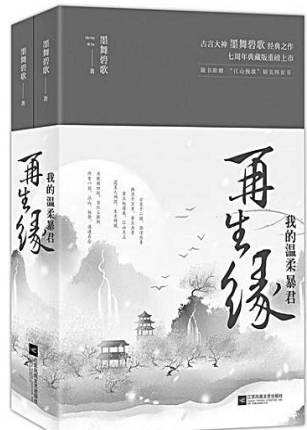
《填平第二经济大国陷阱》  
王宏广 等著  
华夏出版社

本书系统研究了两千多年大国兴衰、经济起伏、技术更替的内在规律与现实逻辑,在国际上第一次提出了“第二经济大国陷阱”的概念。预测了贸易战可能引发的十二场非常规战。



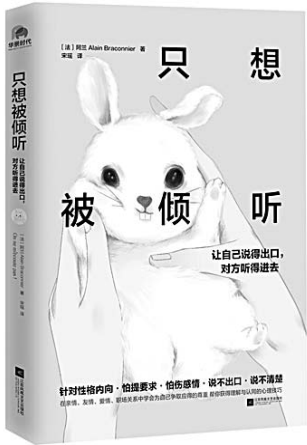
《帝国的十字路口》  
[英] 卡丽·吉布森 著  
社会科学文献出版社

500年间加勒比地区如何影响世界?历史学家卡丽·吉布森重现了在南美洲的北部边缘到古巴的土地上自成为殖民地以来所发生的故事。



《再生缘》  
墨舞歌歌 著  
江苏凤凰文艺出版社

天神浩战、王朝宫斗、人间恩怨,宿命轮回,该书集经典元素于一身。情节超乎想象,文笔典雅唯美,给读者带来极致震撼的阅读体验。



我们经常用“沉重”来描述生命的艰辛,而“轻视”和“忽略”往往更能够在精神上把一个人压垮。本书为读者介绍了有效表达的几大原则,帮助读者被人聆听内心的声音,获得更好的理解、支持和关注。

为什么要向TA倾诉呢?下面来数数倾诉的好处吧:

真正地表达情绪,和对方向倾诉,能帮助我们加深自我了解。再作深度表达之前,我们会自我审视与梳理的过程。这也就是为什么很多问题说完了,即使对方没什么意见,你也突然明白自己该怎么做了。

倾诉可以拉近两个人的距离,不跟人说出心里话才是最大的冷漠。不善表达的人会感到没有人理解自己,觉得总是没人发现自己的好,但是他们没有意识到其实正是他们自己隔绝了让他人与你靠近的机会。向TA暴露情感确实会有风险,但是想要摆脱孤独处境,就必须勇敢迈出这一步。

倾诉可以缓解心理压力,让你感到放松。起码你不必再费劲地关上“完整自我的大房子”中的一个房间,不让对方走进去看见那个你。

若能完成一次好的沟通,双方的感情会加深,你也会更加相信自己值得被爱——对方爱的不止是那个会笑的你,也爱有缺点的你。

《只想被倾听》  
[法] 阿兰 著  
江苏凤凰文艺出版社

## “文化北京”与“文明上海”

□ 林颐

民的一种对传统元素不断循环往复的“回收”再利用的生活方式;“文明上海”意味着肇始于晚清时期声光电物质文明造就的一种以各种感官刺激体验为主的幕派娱乐生活风格。在“文化”与“文明”的幕布上,作者展开了论述,切入资料所展示的各类场景。

书中处处细节,谈到近代上海人的人生三大要素,衣居第一位,住居第二位,而食则居第三位。这种生活观反映了“奢侈之风炽而势利之念深”(陶百川)。即,看衣服断人。作为上海知识群体微妙心理的概括,也很恰切。从社会文化史角度,它事实上还反映了私人空间与公共空间的转换。这种转换并不独表现在服饰上,比如,作者谈到上海的亭子间居住格次,一方面是住宅空间物理意义上的靠近,而另一方面则是邻里之间有意识的疏远。上海人的社交活动很少放在私人空间的家里,而是在作为公共空间的茶社、酒楼与咖啡馆中展开。北京知识群体则喜欢在家庭里举办牌局、宴请与清谈,比如林徽因主导的“太太的客厅”,话题多涉时局,体现了一种公

## 从侠道到王道

□ 史杰鹏

官名,说明他已经全盘接受秦国的政治制度,他披着楚国的外衣,操着楚国的口音,实际上却是代表秦人出关,第二次重新并吞天下。刘邦的胜利,昭示着中国人似乎更适合秦朝这种大国小民的统治方式,昭示着项羽恢复贵族分封制的理想完全破产。中国从此不再摇摆,彻底抛弃了贵族传统,进入长达两千年之久的专制时代。

在创作这本书的过程中,我觉得刘邦的胜利,还有一个特别的意义,就是陈胜所说的“王侯将相,宁有种乎”,谁拳头大谁就称王,这也是秦国的传统,什么贵族、礼仪、廉耻,一切都不重要,能打才是硬道理。秦国的君主虽然本身就是古老的贵族,但从秦孝公开始,却用暴力扫荡了一切亲贵,以计算首级的方式,按数量提拔白衣,让百姓知道,原来贵族是可以被灭绝的,普通人也是可以封侯拜相的。不只刘邦,其实作为贵族后裔的秦始皇,本身就只是一个草莽英雄,就像中国布衣皇帝模式的一个测试版。也就是说,中国的布衣皇帝,并不自刘邦始。但刘邦确

实是第一个彻头彻尾的布衣皇帝,他的成功,开启了后世无数草莽英雄争夺皇位的梦想大门。

本书也从他的出身写起,他的祖国楚国强加在他身上的文化烙印,也不可忽视。他临死前没多久,还创作了一首富有楚国风韵的诗歌,也就是名闻天下的大风歌。刘邦建立的汉朝,制度上是秦国的,审美积淀却是楚国的。这大概可以证明,刘邦的汉朝,除了中间被王莽打断的十几年,之所以能一直延续四百年之久,远远超过短命的秦王朝,原因就是,他没有完全袭用秦国文化的刚暴,而是吸取了楚国文化的阴柔,做到了刚柔兼济。

书中还涉及很多与刘邦同时代的精英人物,包括秦始皇、赵高、李斯、蒙恬、章邯、项羽、张良、韩信、萧何等,我对他们也作了一些评传,希望借此扩大读者的历史视野,更好地理解那个剧烈多彩的时代。(本文为序,有删节)

《从侠道到王道:刘邦传》  
史杰鹏 著  
吉林文史出版社

## 说出你的请求

□ 何小美

一直以来,我们推崇的是谦让、含蓄、内敛的品格。从小我们就一直被教育,要与世无争、要谦让有礼、要舍己为人。于是我们明明白白心里很想要某件东西或者达成某种愿望,但就是不愿说出口。美国演说家琳达·拜厄斯·斯温德林在她的新书《别输在不敢提要求上》分析了这种现象,并结合自己多年的调研验证,提出了行之有效的准则、策略和行动清单。

琳达·拜厄斯·斯温德林在《别输在不敢提要求上》中解决了两个问题:一个是我们为什么要提要求;另一个是我们如何提要求。看似两个简单的问题,却在日常生活中困扰着我们。在琳达·拜厄斯·斯温德林看来,提要求不只是为了满足自身的诉求,而是在证明自己的热情、表现自己的强势、建立信任、获得尊重等方面有所收获。因为我们不能保证每次要求都能够获得满足,但至少能够展示自身的实力、想法,让对方意识到自己的存在,为后续继续提要求打下扎实的基础。其实,当我们战胜提问的恐惧,勇敢面对有可能被拒绝的尴尬,这本身就是一种突破。

关于如何提要求,在克服了原先不敢说、不愿说的心理障碍之后,它还是有章可循的。琳达·拜厄斯·斯温德林认为,在开始提要求之前,必须要作充分的准备,比如作一些练习来克服自己的焦虑、在提要求之前了解一下对方喜欢什么样的表达方式等等。这样一方面是自己变得自信、勇敢,另一方面是取得对方的信任和尊重,以便于沟通能够顺利地进行。

琳达·拜厄斯·斯温德林在书中特别提到,在提出请求之前,一定要告知对方你能够给他带来什么。虽然不一定讲究所谓的“等价交换”,但当对方了解到你在索取的同时,也在考虑给对方带来相应的“好处”时,任何人都不会拒绝这种善意的关怀和尊重!

大胆请求,既是在默默付出后,对自己应得的回报的一种主动争取,又是为自己创造更多资源和机会的重要途径。它不是贪心,更不是滥求利益,因此要求必须提得心安理得,提得理直气壮!假如职场中你不比别人能力差,成绩也不逊色于他人,要想取得更好的平台和机会,就应该大胆地说出你的请求!

《别输在不敢提要求上》  
[美] 琳达·拜厄斯·斯温德林 著  
江苏凤凰文艺出版社

## 速读

# 让自己说得出口,对方听得进去

□ 华景 整理

如果有保持沉默的艺术,那还有一种艺术是能够让人倾听你的真实想法。习得后一种艺术比前一种难得多,以至于我们经常为糟糕的关系感到头痛。在失败的沟通和关系中,我们会愤怒,我们会失望,我们会无奈。其实,所有负面情绪的核心,都是我们未被满足的需求。

## 很多话说不出口,其实是怕被拒绝

时间的压力让我们焦虑,让人没时间倾诉或倾听。然而,心理学家证明,倾诉与被倾听已经成为幸福观的要素之一。

有谁从来没有过无处倾诉的感觉?有人因此痛苦,又常默默承受。很多日常情景又让这种痛苦时时浮现。有哪个父母(或者老师)没对孩子说过:“你还要让我对你说多少遍!”哪个人没有非常恼火地质问过自己的伴侣:“你到底听不听话?”除了表达愤怒,我们是否还有其他方式让别人倾听自己?如果上级、合作方或同事能够更好地倾听,职场生活也会变得更容易。

我们先来看一个小故事吧:一个基督徒向牧师:我祈祷的时候,可以抽烟吗?

牧师当然是拒绝:不行,这是对主的不敬,你怎么能有这种想法!

另一个信徒问:我在抽烟的时候,也可以祈祷吗?

牧师非常欣慰地回答:当然可以,你是主的好儿女!

这个小故事告诉我们,只要换一种表达方式,你可以让对方回复你预想的结果。这就是所谓的能被倾听与接受的艺术。心理学研究表明,被倾听可以显著促进人与人之间的关系,感到自己对于他人存在感和自身存在的意义。

## 委屈的时候,倾诉最治愈了

Sara是一个独生女,她是个老师,并且喜欢

倾诉不是简单地说话。倾诉,强调人们把内心中所所有事情全都诉说,比一般说话要更彻底。特别是失恋和遇到其他挫折失败的人,往往非常需要倾诉。倾诉作为一种发泄的方法,可以缓解压力,与身心健康有重要的关系。

我们在脑中都有对于“理想”倾听者的定义:他总有时间和耐心,不论我是气急败坏还是焦虑万分,他会试着感同身受。他不指责、不攻击、不贬低人。他不会用性格解释人的具体问题。他永远洗耳恭听,有同情心。他不会否定问题、评判说者或断章取义。然而,这样的理想倾听者就不存在或少之又少!最好先从努力理解对方开始,逐渐引导对方自然地倾听我们。如果想要对他人说话,先要自己做好倾听对方的准备。

倾诉有什么具体的好处呢,让我们来数一下:

学会对负面情绪解释:你悲伤、愤怒的到底是什么(是在意别人的评判,还是自责自己不够好)我们只有对能解释的东西,才会有能把握的安全感,才会有足够动力去作出改变。

学会对负面情绪的接纳:停止沉浸在负面情绪里(认识到而不是压抑自己的负面情绪,也是改变的契机)说出来,本身就是—种疗愈,若能被理解被支持,你将会变得更有力量。

学会对负面情绪的根源追溯:你难以接受的究竟是什么(因为有强势的父母,所以长大后格外讨厌别人的安排;其实他也没什么错,只是我不喜欢别人不顺着我,会让我觉得自己没有价值和威信)

了解自己是什么样,为什么是这样,才能从根本上重新思考和解决,才能回归理性的自己。

## 好的关系绝不是靠约束来维系

Sara是一个独生女,她是个老师,并且喜欢

自己的职业。今年28岁的她抱怨说总遇不到“合适”的男人;有些人结婚了,有些人过于投入工作,有些人的爱好和她不合。她懂得自我约束,但不喜欢别人替她作决定。她有好几个可以倾诉的女性朋友,可以大聊特聊,放肆大笑。

她认为自己有理由且独立,但也希望谈恋爱。终于她认识了一个男生,但她随后发现这个男人话很多而且看起来有些独断专行。2个月

后,她结束了这段关系。说到分手的原因,Sara说她感到自己总是被迫听对方的安排,比如去他选定的地方吃饭。他还“强迫”她去一个小镇共度周末,因为他喜欢那里,也没有问Sara喜不喜欢——Sara并不喜欢。

经过这事以后,Sara害怕交了女友会在生活各方面约束自己,让自己失去独立。

她开始进行心理治疗。治疗过程中她发现自己在童年时期忍受父亲的独断专行,并在青春时期和父亲有过严重的冲突。童年已经忍受过独断专行的父亲,再有一个把自己选择和欲望强加于人的男友,显然不适合她。她也发现,那些自恋且掌控欲极强的男人,希望自己不仅是关系中占据主动权的那一方,还要是唯一能对地造成影响的人。

好的亲密关系,绝对不需要靠约束对方的自由去维系。如果你怀疑自己开始在亲密关系中变得失去自我,不妨对照一下以下几点感受:

你觉得自己变成了和过去不同的人你做每个决定都会怀疑自己,无法自己拿主意你感到自己在慢慢失去周围的朋友,觉得自己的世界里只剩下TA一个人

你想离开TA又对分开感到恐惧,因为缺乏安全感而感到不快乐

当然,孤单的感觉并不怎么好受。为了避免孤独,我们会选择不够好的爱人。但你一定要清楚自己为此付出了什么,能够承受什么样的后果。