

孩子，我宁愿你不懂事

丰子恺

给我的孩子们：

我的孩子们！我憧憬于你们的生活，每天不止一次！

我想委曲地说出来，使你们自己晓得。可惜到你们懂得我的话的意思的时候，你们将不复是可以使我憧憬的人了。这是何等可悲哀的事啊！

瞻瞻！你尤其可佩服。你是身心全部公开的真人。你什么事体都像拼命地用全副精力去对付。

小小的失意，像花生米翻落地了，自己嚼了舌头了，小猫不肯吃糕了，你都要哭得嘴唇翻白，昏去一两分钟。

外婆普陀去烧香买回来给你的泥人，你何等鞠躬尽瘁地抱他，喂他；有一天你自己失手把他打破了，你的号哭的悲哀，比大人人们的破产，失恋，broken heart，丧考妣，全军覆没的悲哀都要真切。

两把芭蕉扇做的脚踏车，麻雀牌堆成的火车，汽车，你何等认真地看待，挺直了嗓子叫“汪——”“咕咕咕……”来代替汽笛。

宝姐姐讲故事给你听，说到“月亮姐姐挂下一只篮来，宝姐姐坐在篮里吊了上去，瞻瞻在下面看”的时候，你何等激昂地同她争，说“瞻瞻要上去，宝姐姐在下面看！”甚至哭到漫姑面前去求审判。

我每次剃了头，你真心地疑我变了和尚，好几时不要我抱。

最是今年夏天，你坐在我膝上发现了你腋下的长毛，当作黄鼠狼的时候，你何等伤心，你立刻从我身上爬下去，起初眼瞪瞪地对我端详，继而大失所望地号哭，看看，哭哭，如同对被判定了死罪的亲友一样。

你要我抱你到车站里去，多多益善地要买香蕉，满满地擒了两手回来，回到门口时你已经熟睡在我的肩上，手里的香蕉不知落在哪里去了。

这是何等可佩服的真率，自然，与热情！

大人间的所谓“沉默”“含蓄”“深刻”的美德，比起你来，全是不自然的，病的，伪的！

你们每天做火车，做汽车，办酒，请菩萨，堆六面画，唱歌，全

是自动的，创造创作的生活。大人人们的呼号“归自然！”“生活的艺术化！”“劳动的艺术化！”在你们面前真是出丑得很了！

依样画几笔画，写几篇文章的人称为艺术家，创作家，对你们更要愧死！

你们的创作力，比大人真是强盛得多哩：瞻瞻！你的身体不及椅子的一半，却常常要搬动它，与它一同翻倒在地上；你又要把一杯茶横转来藏在抽斗里，要皮球停在壁上，要拉住火车的尾巴，要月亮出来，要天停止下雨。

在这等小小的事件中，明明表示着你们的小弱的体力与智力不足以应付强盛的创作欲，表现欲的驱使，因而遭逢失败。

然而你们是不受大自然的支配，不受人类社会的束缚的创造者，所以你的遭逢失败，例如火车尾巴拉不住，月亮呼不下来的时候，你们决不承认是事实的不可能，总以为是爹爹妈妈不肯帮你们办到，同不许你们弄自鸣钟同例，所以愤愤地哭了，你们的世界何等广大！

我认识很多拥有强大情绪能力的人，也同他们进行过交谈。在他们身上发现了以下惯例，如果你能够采纳，那将有助于提升你自身的情绪能力。

1.内心强大的人会积极主动地处理自己的情绪。研究员兼教授阿希在她的著作《应用心理学面面观》中提到：“记住，行动是情绪的前导。”这句话的意思是，你可以做一些事情来影响你的情绪。也许你不能完全控制那些情绪，但可以通过你的行动改变它们。

我不确定我会不会成为“情绪的主人”，但是我会一直行动，试图阻止那些具有破坏性的情绪。

我所知道的是，每个人都会遭受意想不到的暴击，被消极的人际关系搞得措手不及，被未知的暴击挫败。有时候我们想问为什么世界

你们一定想：整天无聊地伏在案上弄笔的爸爸，整天闷闷地坐在窗下弄引线的妈妈，是何等无气性的奇怪的动物！

你们所视为奇怪动物的我与你们的母亲，有时确实难为了你们，摧残了你们，回想起来，真是不安心得很！

阿宝！有一晚你拿软软的新鞋子，和自己脚上脱下来的鞋子，给凳子的脚穿了，划棘立在地上，得意地叫“阿宝两只脚，凳子四只脚”的时候，你母亲喊着“龌龊了袜子！”立刻擒你到藤榻上，动手毁坏你的创作。

当你蹲在榻上注视你母亲动手毁坏的时候，你的小心里一定感到“母亲这种人，何等煞风景而野蛮”吧！

瞻瞻！有一天开明书店送了几册新出版的毛边的《音乐入门》来。我用小刀把书页一张一张地裁开来，你侧着头，站在桌边默默地看。

后来我从学校回来，你已经在我的书架上拿了一本连史纸印的中国装的《楚辞》，把它裁破了十几页，得意地对我说：“爸爸！瞻瞻

也会裁了！”

瞻瞻！这在你原是何等成功的欢喜，何等得意的作品！却被我一个惊骇的“哼！”字喊得你哭了。那时候你也一定抱怨“爸爸何等不明”吧！

软软！你常常要弄我的长锋羊毫，我看见了总是无情地夺脱你。现在你一定轻视我，想道：“你终于要我画你的画集的封面！”

最不安心的，是有时我还要拉一个你们所最怕的陆露沙医生来。教他用他的大手来摸你们的肚子，甚至用刀来在你们臂上割几下，还要教妈妈和漫姑擒住了你们的手脚，捏住了你们的鼻子，把很苦的水灌到你们的嘴里去。这在你们看一定认为是太无人道的野蛮举动吧！

孩子们！你们真抱怨我，我倒欢喜；到你们的抱怨变为感谢的时候，我的悲哀来了！

我在世间，永没有逢到像你们样出肺肝相示的人。

世间的人群结合，永没有像你们样的彻底地真实而纯洁。

最是我到上海去干了无聊的所

谓“事”回来，或者去同不相干的人们做了叫作“上课”的一种把戏回来，你们在门口或车站旁等我的时候，我心中何等惭愧又欢喜！惭愧我为什么去做这等无聊的事，欢喜我又得暂时放怀一切地加入你们的真生活的团体。

但是，你们的黄金时代有限，现实终于要暴露的。这是我经验过来的情形，也是大人们谁也经验过的情形。我眼看见儿时的伴侣中的英雄，好汉，一个个退缩，顺从，妥协，屈服起来，到像绵羊的地步。我自己也是如此。

“后之视今，亦犹今之视昔”，你们不久也要走这条路呢！

我的孩子们！憧憬于你们的生活的我，痴心要为你们永远挽留这黄金时代在这册子里。

然这真不过像“蜘蛛网落花”略微保留一点春的痕迹而已。且到你们懂得我这片心情的时候，你们早已不是这样的人，我的画在世间已无可印证了！这是何等可悲哀的事啊！

（本文为人民美术出版社《子恺画集》代序）

如何提升你的情绪能力

如此不公平。但只有行动才能将我们从目前的逆境中解救出来。所有的祈求、希冀、否定、哭泣、咒骂、抱怨、责备和等待只会让我们继续陷在逆境的泥潭之中。

2.内心强大的人不会浪费时间自怜自悯。在最近的一次会议上，我和几位领导人分享了一个观点——你不可能一边抱怨一边领导好团队。这个观点同样适用于成功学。你不可能在心有抱怨的时候还能继续前进。对麻烦无尽的抱怨和向着正确的方向前进是不可能同时发生的。美国前海豹突击队(Navy SEAL)队员埃里克·格雷坦斯(Eric Greitens)在他的著作《适应能力》(Resilience)中写道：我们要无视生活中的很多烦恼。但这并不意味着我们要压制、忽略或否认痛苦。强烈的痛苦需要我们迎难而上。具备适应

能力的一个标志是学会分辨哪些痛苦值得我们关注，哪些不需要。

这让我想起来我在初中第一次上戴尔·卡耐基(Dale Carnegie)课程所学到的东西。老师教导我们问自己一个问题——“最坏的情况是什么？”如果你敢于问自己这个问题，并做好充分准备接受最坏的情况，你便可以打一个很好的“挽救性击球”。如果事情真如我们所料那般糟糕，你自然可以应对。如果事情没有我们所料那般糟糕，一切都会向更好的方向发展。

3.内心强大的人不会允许别人控制自己的人际关系。当我作为一名领导者开始自己的职业生涯，我认为，“有效”意味着让每个与我共事的人感到开心。因为我有良好的维持关系的技巧，我很擅长与人相处，在他们情绪低落的时候，给

他们加油打气。但是，我是一个讨好型的人，换言之，他人的行为控制着我的生活。

直到有一天，我的导师埃尔德·斯格给我讲的一番话引起了我的注意，他说道：“约翰，往往内心较弱的人才会控制人际关系。”他对此解释说，内心强大的人通常有能力去适应困难的关系，而内心较弱的人则不会或没能力这样做。

这番话含义深刻。如果在一段关系中，你是情绪能力强大的一方，但如果你意识不到推动关系的动力，你会一味按照另一方的方式进行相处。然而，如果你注意到了这段关系的动力，你可以选择被动地适应他人，也可以选择用行动来影响他人，或是让自己远离其他人。

（摘自湖南文艺出版社《差异优势》）

一个只看到自己私利的人，不会设身处地地去想别人

赵宗符



4·12子曰：“放于利而行，多怨。”

解：孔子认为，一个依据个人利益而行动的人，会招致很多的怨恨。这是一条经验主义的伦理原则，也是与孔子提倡的恕道、义利观相通的。一个只看到个人私利的人，就不会设身处地地去想别人，也不会去考虑公利，这样的自私自利，最终会让别人怨恨自己。生活中是不乏这样的人的。他们会成为别人指点的对象。要改变这种状况也很简单，那就是把自己从躯壳上解放出来，开阔一点自己的精神境

界，从而能够超脱于个人的利益之上，看到一些更有价值的东西，更广阔的天地，更高远的事情。

4·13子曰：“能以礼让为国乎？何有？不能以礼让为国，如礼何？”

解：礼绝不是一些繁琐的形式，在这些形式下面体现着人的精神，包括仁爱、礼让等。孔子谈礼以人与人之间的礼为多，对这些礼，孔子重视礼后面的仁。这一条，孔子谈的是国家的礼仪，他认为国家的礼仪以礼让为根本。“能够用礼让来治理国家吗？这有什么

困难呢？如果不能用礼让来治理国家，又怎样来对待礼仪呢？”这也反映了孔子时代的礼坏乐崩。当时许多国家的统治者，对于权力已是赤裸裸、血淋淋地争夺，尽管他们表面上还讲一些礼仪，但实质上已没有一点礼让之心了。孔子是内容与形式的统一论者，而现实却让他非常失望。

4·14子曰：“不患无位，患所以立；不患莫己知，求为可知也。”

解：这体现了孔子强调“为己之学”的思想。学习不是为了外在的各种功利目的，而是为了不断充实自己，提高自己的精神境界。因此孔子说：“不要发愁没有职位，只发愁没有在这个职位上任职的本领；不怕没有人了解自己，先去追求足以使别人了解自己的本领好了。”

这是一种不浮躁、不急功近利的人生态度。先静下心来提高自己

各方面的素质，并不急着去成名、去成功，“只问耕耘，莫问收获”，将结果看作是自然而然的。即使没有一个好的结果，也没有什么遗憾，充实自己、提高自己的境界就已是收获了。这样的心态对于似乎慢不下来的现代人，是一副很好的清凉剂。

4·15子曰：“参乎！吾道一以贯之。”曾子曰：“唯。”子出。门人问曰：“何谓也？”曾子曰：“夫子之道，忠恕而已矣。”

解：这是一段反映孔子核心思想的著名对话。孔子对他的学生曾参说：“参呀！我的学说贯穿着一个基本思想。”曾子回答说：“是的。”这如同佛门的公案，曾子没有说出这一个基本思想是什么，孔子也没有进一步地论述和评价，师生两人表现了高度的默契。然后孔子就走出了教室，剩下别的学生一头雾水，于是就着急地请教曾子：“这是什么意思？”曾子回答说：

“老师的学说，只是忠和恕罢了。”

按照孔子自己的定义，忠的意思乃是“己欲立而立人，己欲达而达人”，是从积极的方面对待别人；而恕的意思是“己所不欲，勿施于人”，是从消极的方面对待别人。想让别人怎样对待自己，就先以这样的方式对待别人；想不让自己怎样对待自己，就先不要如此对待别人。

这段似乎有个矛盾。孔子明明是讲“吾道一以贯之”，曾子却解释“夫子之道，忠恕而已矣。”忠和恕是二不是一，因此可以判断，曾子在这里并没有讲彻底，忠恕只是孔子一以贯之之道的两种不同的表现方式而已。隐藏在忠恕下面的共同的本质东西，就是处理人已关系的辩证法，这才是孔子的一以贯之之道，对于不同的人已处境，具体问题具体分析，发而皆中节，这才是那个“一”，也就是孔子讲的“中庸之道”，用其中于民。有了这个中庸之道，自能做到该忠则忠、该恕则恕、该仁则仁、该直则直等等。曾子以忠恕作结，显然没把孔子许多重要的思想概括进去。