



西方的一切與東方的一切

東方的一切對西方人來說,東方的概念模糊,過去西方人認為亞洲的印度、中國、日本甚至埃及同屬東方;但中國人認為東方就是中國。歷史上五個中國人改變着中國。第一位是孔子,他說一切都是仁愛;第二位是老子,他說一切都是道德;第三位是莊子,他說一切都是逍遙;第四位是孫中山,他說一切都要大同;第五位是鄧小平,他說一切都要改革。

孔子是個好人,思想核心是仁,仁者愛人,講究禮治,克己復禮。儒家思想特別適應國情,對國人的影響至深,尤其宋代以後,程朱理學將儒家學說推向政治,遂成爲國人後一千年的行爲準則;老子是個哲人,持道德成經,區區五千字,深奧莫測,幾乎成爲囊括宇宙萬物的理論。道行與德行乃衡量人格高低貴賤之標準,他主張無爲而治,告知事物的兩面,知其白,守其黑;莊子是個仙人,生活貧窮困頓,卻鄙視富貴榮華,蘇世獨立,橫而不流。小知不及大知,小年不及大年,莊子將無爲推至極限,逍遙而游,不知所終;孫中山是個凡人,封建大廈將傾之時,順勢一推,借力給力,終帝制而啓共和,他強調自由平等博愛,以爲天下大勢,順之者昌,逆之者亡。其理想高遠,其方略縝密,其教訓慘痛;鄧小平是個神人,大起大落,參禪悟道,對中國文化領悟至深,尺蠖之屈,以求伸也。逆境不悲,得勢不喜,誓死不登峰巔,依舊可以一覽衆山小。

五個中國人熟知的名人,各領風騷。諸子百家,各有主張,儒家獨大;山不在高,水不在深,道家謹言慎行;順其自然,清靜無爲,莊子帶來逍遙;天下爲公,三民主義,創建有中國特色的社會主義。一切的一切,至今中國人還在一切的摸索之中。 馬未都



西方的一切 有這樣一種說法,五個猶太人改變了西方世界。第一位是摩西,他說一切都是律法;第二位是耶穌,他說一切都是苦難;第三位是馬克思,他說一切都是資本;第四位是弗洛伊德,他說一切都是性;第五位是愛因斯坦,他說一切都是相對的。

摩西是公元前1300年的猶太人先知,舊約聖經前五本書的執筆人,摩西替上帝頒佈“十誡”,至今是西方法律的根本,全世界每星期都休息一天就是十誡之一;耶穌是基督教的創始人,基督教信仰人類有原罪。爲了贖世人之罪,耶穌甘願受辱以致被釘十字架上。他的出生年爲公元紀元之始,聖誕節和復活節都與耶穌有直接關係;馬克思認爲人類發展歷史最大問題在於利益的掠奪,他的《資本論》發現了人類社會的進化規律,他站在哲學的高度創造了馬克思主義學說,二十世紀末,英國劍橋大學,英國廣播公司評選“千年第一思想家”,馬克思均獲第一;弗洛伊德本身是個精神病醫生,也是精神分析學家。他認爲人的一切活動的根本動力源於動物性本能,核心即性。只不過在文明、道德、法律的框架下,人本能地將性壓抑於潛意識之中,以其它形式發泄,例如創作文學,人類衝突等等;愛因斯坦是個物理學家,與前四人截然不同,他用科學的大腦想問題,科學地表述一切,但他同時又是一位思想家、哲學家,他的《相對論》據說當時全世界只有兩個半人能懂,但不妨礙他人格的偉大。

五個猶太人構成了西方世界的精神框架。社會的秩序穩定,宗教思想的追隨,資本的力量,性的原動力,辯證地看待事物,一切的一切,一切如斯。

美國專家給中學生的成長建議

(男孩/女孩版) (連載二) 作者:田科武

朋友篇:不離不棄是朋友

1.主動去接觸那些孤獨的、新來的同學,以及那些可能需要朋友的人。他們將感激你的關注。你或許將因此而贏得一段新的友情。

2.尋找接近那些和你有一樣興趣愛好的同學,在各種活動比如體育、音樂、戲劇中分享樂趣。這樣你們在一起會有共同的話題去聊、會有共同的事情去做。

3.忠於真實的自己。有時候抗拒時尚的誘惑和其他的流行趨勢是有困難的。但是只要你表現的是真實的自己,你就更容易結交到好朋友。

4.不管你是受欺凌的、還是旁觀別人被欺凌的,不要任由欺凌弱小的不良行爲發展。欺辱他人往往是一把“雙刃劍”,首先傷害他人,遲早有一天會傷到自己。記住,即使你只是個旁觀者,那麼旁觀也會在情感上觸傷你。勇敢地說出你的看法。

5.做一個忠誠的、能體諒他人的朋友。支持那些你信任的人,他們也會同樣待你。原諒傷害你的朋友,因爲當你犯錯的時候,你也需要對方的原諒。友誼離不開矛盾。從矛盾中學習成長。



6.和別離的朋友保持聯絡。當今社會有網絡和其他先進的聯繫方式,這樣做很容易。如果一份友情對你來說很珍貴,不能經常見面並不意味着只能結束友情。

7.遠離幫派。尋找真正關愛你的朋友。

8.學習各種不同的文化。用包容的胸懷、接納來自不同文化背景的同伴,你將會驚訝於自己的收穫。

9.最後,並且最重要的是:自信而驕傲地做你自己,和那些讓你感覺愉快的人來往。

運動篇:我的運動我做主

1.如果你希望自己將來能在更高級別的比賽中出現,就去觀看那一級的比賽。研究一下那些高水平的比賽和你目前參加的比賽有什麼差別。試着發現自己哪些方面需要努力去提高,提前做好準備。

2.回憶自己經歷的那些慘敗的比賽中,獲勝的對手怎樣表現出對你或對你們的尊重。當自己贏了的時候,嘗試着學習他們的做法。

3.體育是一項以數字論實力、以輸贏爲核心的活動。但是,別忘了把注意力集中在運動過程之中,思考爲什麼要做、如何去做。

4.如果你正在猶豫是否放棄某項運動,不要匆忙做出決定,要充分地考慮後再做出恰當的選擇。給自己一段時間來逐漸適應新變化,不可強求一蹴而就,比如試圖用一周的時間來完成轉變。

5.當你努力提高自己的能力和在隊伍中的地位時,別忘了思考怎樣利用賽場上下的衆多機會,樹立更好的團隊形象。

6.在新賽季的開始,花時間考慮你爲什麼要參加比賽,你希望達到什麼目的,收穫什麼。當賽季結束後,作個總結,看看自己的計劃實現了多少。

7.如果你的父母參與到了你的運動項目中,比如是你的教練或者觀衆,和他們談論你們可能會遇到什麼問題和挑戰,應該怎樣應對。

8.樂於嘗試隊里其他的位置而不僅僅是別的運動項目。說不定你會因此發現自己從未注意到的才能。即使沒有這樣的驚喜,那你也更有機會更好地瞭解其他隊友的職責是什麼。

責任篇:追逐夢想我從容

1.開誠佈公的交流非常重要。保密、謊言和欺騙只會使問題越來越糟。解決任何問題的第一步,都是坦率地公開問題。

2.永遠不要羞於承認自己對有些事情不明白。沒有人生下來什麼都懂。所以,當你

發現自己對某些東西不明白時,向你信任的人請教。你可能不是唯一不明白的人——只不過有的人覺得不好意思沒有開口問罷了。

3.當你需要說“不”時,請堅定地說出來。有時候,你可能面臨着去犯罪或從事危險行爲的壓力,這時候你說話千萬別拐彎抹角。看着對方的眼睛,對對方說“不”。如果壓力仍然存在,乾脆離開好了。

4.知識就是力量。你知道的越多,做出的決定越正確。我們很幸運地生活在信息時代,可以很輕易地獲取許多許多知識。但是,從互聯網獲取信息時,一定要非常謹慎。只使用那些信得過的可靠的網站。

5.不要害怕開口尋求幫助。諸如毒品、酗酒成癮、抑鬱、厭食症等問題,單獨一個人很難解決。當需要專業幫助時,學會如何向他人發出請求。

6.接受真實的自己。希望讓自己有所改進提高——無論是讓自己跑得更快,學到更多的東西,肌肉練得更發達,還是減掉一些體重,當然是好的,但是,永遠不要因爲真實的自己、自己的外表或感受而感到羞愧。

7.和自己犯下的錯誤交朋友。當意識到自己把事情搞砸了的時候,我們常常會苛責自己。不要苛求自己,錯誤是我們最好的老師。

8.不要忘記:你也可以成爲好榜樣。當你指望別人告訴你該如何行動時,別人也在指望着你。努力做好榜樣,並樂於將你所知道的東西與他人分享。(待續)

每一個人生下來都是“原創”,長着長着就成了“贗品”

昨天,讀初中的兒子放學後向同學借了一輛自行車,從位於市中心的學校騎車回到市郊的家。他騎行25公里,穿越半個南京城,又經過一段郊區路,最終回到家里。因爲是一輛舊自行車,途中鏈條時而脫落,他幾度下來重裝。回到家時,他的媽媽看到他一手的油。

他騎車回家的表面理由是:放學時發現口袋里沒錢搭車了。但這個行爲的真實動機卻是出于一種少年激情,一種冒險的沖動。

讚揚帶這個班的老師。而在另一個班上,老師用自然的方式帶孩子,領導來視察的時候,看到孩子們在教室里玩耍,自由自在地走來走去,領導會提出批評,說:太散漫了。

但是,這位幼兒園老師說,前面一個班的孩子中總有人會憋着大小便,不敢對老師說。後面一個班的孩子不會壓抑自己自然的需求。

這看起來是件小事,卻是重要的區別。規則訓練是必要的,但是,過於強調整齊

人對我們這樣說。這句在很多場合都聽過的話讓我印象深刻,並知道其潛在的“威脅性”。其中的邏輯是,如果我們做出什麼與衆不同的行爲,那是危險的、可怕的。如果我們跟別人一樣,才會安全。

當我瞭解了我們文化里無處不在的威脅性因素,我也更好地理解了神經症的根源。人們發展出不同類型的神經症來,最初往往是覺得自己的某一個行

人行爲蔓延成一場災難。而他這樣做,並非出于偶然。當我們去瞭解症狀的根源,會發現,當事人在成長過程中遭受過多的威脅和壓抑,以至於他內心里形成了一個大而深的恐懼源。一個人在生活中缺乏創造的勇氣(雖然他一點都不缺乏創造力),就把創造的活動轉化爲另一種方式去進行,結果製造出來的是“症狀”。

不做贗品

一個人要成長,需要勇氣,堅守自己的獨特性,與壓抑自我的因素戰鬥。這種反抗行爲被人稱爲“叛逆”,合理的叛逆對於一個人的成長是必要的。我曾遇到一位心理學家,他把孩子成長中的叛逆稱爲小鳥試翅。

不敢試翅的小鳥,一直躲在窩里,無法成爲能夠飛翔的鳥。沒有經歷過反抗的孩子,很難有勇氣和有能力去成爲自己。當我們有了勇氣,我們就敢於活得真實,活出真實的自己。這就應了陶行知的話:千教萬教,教人求真;千學萬學,學做真人。

生命沒有標準答案

作者:王學富

兒子的這個行爲得到了媽媽極大的贊賞。他的媽媽,永遠都覺得兒子非同一般,對兒子說:“兒子真有勇氣,憑你這樣的勇氣,有什麼事不能做好!”

我贊賞兒子,更贊賞他的媽媽。

由此,我想起兒子讀幼兒園時發生的一件事。這天上課,老師講了一個故事,啓發孩子們學習禮貌。

故事說:冬天到來之前,小松鼠在樹洞里貯存了許多的食物。冬天來了,小松鼠邀請小白兔到家里來做客,拿出小白菜和胡蘿蔔招待小白兔。

故事講到這里,老師問:小朋友們,小白兔要對小松鼠說什麼?

孩子們一致回答:謝謝。

只有一個孩子不是說“謝謝”,而是問小松鼠:你還有什麼?

這個小朋友,就是我的兒子。

顯然,他的回答出乎老師意料。老師就指着我兒子對其他小朋友們說:“這個小朋友很貪心,不講禮貌!”

小朋友們一致說:“是!”

但是,這不是“貪心”,而是孩子的“好奇心”。

我們常說,要培養孩子的創造力,卻不知道,這創造力是從好奇心里長出來的。可惜,我們的教育,常常在不自覺之間壓抑孩子的好奇心,壓抑孩子看似與衆不同的表現。

獨特性被壓制

每個人生來就是獨特的,但是,當一個人生下來,迎接他的文化有太多的“一致性”的要求,這會壓縮孩子成長的“獨特性”空間,他的創造力也一併被壓抑了。

一位幼兒園的老師曾經這樣告訴我:在幼兒園里,如果一個班上的孩子循規蹈矩、整齊劃一,上級領導來檢查的時候,就會讚揚這個班上的孩子,

劃一、安全,過於要求孩子聽話、順從,可能影響孩子的自然成長,甚至造成壓抑和損傷,使孩子不敢表現自己的獨特。

什麼是獨特性?它至少包括兩個方面:一個人生來就與衆不同,一個人敢於活得與衆不同。

據研究,在孩子兩歲的時候就開始有了明顯的自我意識,他開始意識到,自己是跟母親分開的,跟環境是分開的,是一個單獨的個體,並且要表現自己跟別人是不一樣的。這就是一種獨特性的需求。

而我們的文化心理滲透着這樣的觀念:“槍打出頭鳥”、“出頭的椽子先爛”,我們的文化和教育缺乏對“不同”的容忍、認可、欣賞和培育。

神經症的根源

“如果所有的人都像你這樣,這世界會成什麼樣子!”如果我們的某個言行被認爲是錯誤的,我們常常會聽到老師、家長、周圍的

爲(想法、情緒、行動)是異常的,對之感到害怕,試圖暗自消除它。當發現自己一下子消除不了,就變得更加害怕它,甚至這種害怕後來成了焦慮——有人說,焦慮是“對恐懼的恐懼”,陷入這種心理狀態,一個人不知道自己正在害怕什麼,卻有一種災難將臨的恐慌。

舉一個例子。有一個師範大學的學生,在畢業之前到一個學校去實習。有一天,他上課的時候在黑板上寫錯了一個字。他感到很恐慌,擔心自己的表現受到不好的評價,影響他畢業之後找工作。接下來,他內心把自己這個小小的錯誤變成了一場災難——在他的想象里,那天來聽課的學生會把這個錯字念錯,他們長大了又會影響周圍的人,這樣下去,一傳十,十傳百,導致所有的人都把這個字念錯,而他,就是罪魁禍首。

許多類型的神經症者會把一個私

