

# 我和我喜歡的味道

很享受在飛機上的時光，我可以關掉一切電子設備，暫時與這個世界斷了聯繫，我很珍惜這種慢下來的感覺。在這段時間，我會做些不經常做的事，比如給許久沒有聯繫的好友寫一封信，用讀完的報紙疊一堆小玩意兒送給旁邊的小旅客，輕輕唱一首自己喜歡的曲子，異想天開地琢磨類似於藍精靈為什麼是藍色這樣的問題。今天突然想到“味道”，於是回憶起這些已深藏在我心里的“味道”。

鋼琴里散發出木頭的氣息  
有一些朋友問我：“音樂會對於你來說是司空見慣的，你每次登台還有激情嗎？你喜歡嗎？”我想說：“當然。”

鋼琴是會散發出味道的。打開琴蓋，輕輕吸一口氣，淡淡的木頭香氣就會撲面而來。我不清楚這個味道是來自鋼琴的共振部件還是結構部件，我也不確定這是哪幾種木頭一起散發出的味道，或許有雲杉、泡桐、紅松、椴木？小時候沒太在意鋼琴的味道，歲數越大，越能感受到鋼琴特有的味道，它在時刻和你交流，你用手指與它互動，它用音符和氣味回應着你。

我在後台靜靜地候場，然後登台口的大門打開，聽到大家的歡呼聲和掌聲，我慢慢走向舞臺中央那台我熟悉的鋼琴。當我打開琴蓋，聞到鋼琴散發出的木頭的味道的時候，我知道我沒辦法離開鋼琴，沒法離開這個舞臺。

土豆炖豆角的味道  
曾經在網上搜索土豆炖豆角的做法，還特意搜索“正宗東北土豆炖豆角”。

我的腦子里好像永遠不會把做土豆炖豆角的流程弄得清清楚楚，總是一個大概，因為我知道想吃這個菜的時候，只要和媽媽說一聲就可以了。我媽媽做的飯菜簡單卻令人難忘，什麼西紅柿炒雞蛋、白菜炖豆腐、韭菜盒子、打滷麵、鍋包肉、大拌菜、小鍋炖蘑菇、酸白菜肉……記得我在北京上學的那段日子里，媽媽遠在瀋陽，我每天品嚐爸爸的手藝，讓我更加懷念媽媽做的飯菜。

扭頭看看過道另一邊的媽媽，她在座位上睡着了。我感覺自己很幸福，雖然在世界各地飛來飛去，卻總能和最親近的人在一起。或許



我應該把土豆炖豆角的做法記住，為媽媽做一盤。

酒店的味道  
酒店的味道，我談不上喜歡，也沒有太多的回憶，只是它們一直在伴隨着我，從地球的一端到另一端。聞到它們的味道，我就知道我在路上，在歐洲、在北美，在某一個不常聽說的地方。

走進酒店大堂，就會聞到一種這個酒店特有的味道，這是香氣精油霧化後，通過中央空調系統送到酒店大堂的，也可以送到會議室、客房、電梯里。這種香氣一般是複合型的，以某種味道為主，比如用白茶、紫羅蘭、檸檬等調制而成的白茶香，用東方花卉、麝香調制的東方味道，等等。有的酒店會將這個味道濃度調制得非常合適，很自然，若有若無的感覺。

一年中，總有那么一兩次，我早上睡醒後睜開眼睛，聞到酒店房間里特有的味道，知道自己沒有在家中，但又不確定自己在哪裏，那種感覺很特別，有探索未知、未來的興奮，也有小小的迷茫。當緩過神來，一切照常，繼續前行。

其他一些美好的味道

在北京求學期間，我的住所附近的一戶人家有幾棵玉蘭。經常路過那戶人家的小院子，一直沒有在意，直到有一天聞到玉蘭的幽香，才意識到這幾棵玉蘭的存在。玉蘭很漂亮，花瓣展向四方，純淨的白色很搶眼。在北京那段時間的學習和生活中，我經歷了很多起落，現在偶爾想起玉蘭花的味道，也會想起當年的點滴。我很喜歡望春玉蘭花，“望春”飽含着希望。

東北的冬天，空氣很清新，偶爾夾着些遠處燃放煙花的味道和廚房里的家宴香氣。每次冬天回老家，我都很享受這種味道，與親朋團聚的日子總是感覺溫暖。近幾年的春節在北京過，少了小時候放鞭炮的環節，但依舊享受一年一次的年夜飯。大家都期待着團聚。

味道真是奇特的東西，每一種味道，會不會代表一種生活、一個人？不知道。我們可以和一種味道擦肩而過，也可以和一種味道一輩子相隨，或懷念它，真是很神奇。（作者：郎朗）



## 和一臺冰箱約會

22歲的英國青年約翰·石城陷入愛情煩惱，因為與他相戀多年、身為高薪企業銷售總監的女友忽然以性格不合為由，與他分手了。

這天，約翰去朋友家喝酒解悶時，朋友的女友來了。看着滿地啤酒罐，朋友的女友打開冰箱就責備：“為何不多準備些健康食品？每天隨便打發自己的胃，我敢把終身託付給你嗎？”朋友連連道歉，約翰卻陷入了沉思：冰箱難道有這麼大威力，從中可見一個人的心嗎？

約翰很快發現冰箱真是人與人之間情感的寄託和維係。父母經常做好吃的放進冰箱，還不時打電話督促孩子抓緊時間將食物吃完，冰箱承載了父母的牽掛；出差的女友買好了各種食材放進冰箱，每天遠程遙控男友下廚，怕他虧待了自己，冰箱擔負了戀人的情意；朋友邀請大家來家里聚餐，每餐都用心地準備食材，冰箱見證了友情的溫暖。

冰箱是否可傳達一個人的性格、生活習慣呢？

約翰開始學習心理學和刑偵學，以冰箱里的物品去分析人物的心理和情感，還從影視劇中分析實踐。如在《BJ的單身日記》里，冰箱里的冰激凌、白葡萄酒、麵包及各種微波爐食品，說明主人不太勤快，很少自己做饭，生活很平淡，性格較單純，但冰鎮的白葡萄酒又說明她時刻準備着戀愛；在《切爾西》里，冰箱里常有香檳和高級貨，這說明主人不缺錢，還懂浪漫；《慾望都市》里，冰箱里只有很少的水果和飲料，說明主人喜歡熱鬧，不喜歡柴米油鹽的日常家庭生活……像給冰箱物品畫像一樣，約翰在思考中提高了分析能力。

約翰從冰箱入手改變自己，除了清潔、整齊，開始注重物品種類、品質等，他很快結識新的女友並結了婚。出于好心，約翰在臉書上注冊 [checktheirfridge.com](http://checktheirfridge.com)（檢查他們的冰箱）網頁，想幫到更多人。

很快，一位姑娘發了她約會對象的冰箱圖，想知道自己是不是在浪費時間。約翰分析說：“通過冰箱所放物品的品類和家里的木質地板，可看出擁有者有錢有品；很多盒牛奶，其中有椰子味的，說明此人年齡較大，可能離過婚且有孩子；瓶罐分類擺放整齊，說明此人對生活細節較在意，有不輕的強迫症；常備香檳、奶酪，說明此人喜歡和女人約會。因此此人不是準備好結婚的類型。”

人們把戀人的冰箱圖發給約翰，他給出有理有據的分析，告訴他們此人是否適合約會，結果往往八九不離十！一個女孩發來冰箱里東西少而普通的圖片，約翰分析說：“冰箱里沒酒和飲料，他可能是素食者，且飲食較節制；用過濾水，不喝瓶裝水，他可能是環保主義者；明明可花更少錢買一整個木瓜，卻買切開兩半清理好的，且是全食超市的，說明他物質上沒壓力，工作穩定；食物較少，卻有一整個榴槤，說明他可能因工作而經常旅行——他看起來像是準備好發展認真感情的了，但是也不排除其他的可能性……”

對一個個案例的準確分析讓人們逐漸心服口服，約翰“冰箱約會專家”的稱號不脛而走。

## 一言難忘

一個人為錢犯罪，這個人有罪；一個人為麵包犯罪，這個社會有罪；一個人為尊嚴犯罪，世人都有罪。永遠不要對他人的苦難無動于衷，因為誰也無法保證下一個不是你。

——發人深省

心術以光明篤實為第一，容貌以正大老成為第一，言語以簡重真切為第一。平生無一事可瞞人，此是大快。

——弘一法師

十歲受誘于餅乾，二十歲受誘于情人，三十歲受誘于快樂，四十歲受誘于野心，五十歲受誘于貪婪。人，到底何年何月才會只追求睿智？

——盧梭

成功不是讓周圍的人都羨慕你、稱讚你，而是讓周圍的人都需要你、離不開你。只是好多人跑偏了，所以，生活中多了許多的炫耀和顯擺。

——主持人馬丁

我走在燈火輝煌的台北街頭，路過101大廈的購物中心，門口的一對情侶正在吵架，準確來說，是男生在罵那個女孩子。

男生罵道：就是你，使勁買吧，最後一班捷運（地鐵）沒了吧。

女孩子委屈地說：對不起啊，還不是錢包不見了。

男生繼續罵着：你每次都沒有時間概念，天天浪費時間，買起來就忘我了，上次你也是，上個月也是你慢了，你到底要怎樣？還有，你的錢包不能放好嗎？總是亂放，什麼都亂放，丟了吧，你再看看上次……

女孩子繼續道着歉。

男孩子不依不饒，翻着過去的事情，抱怨着，發怒着。

終於，女生也生氣了，喊了一句：你是不是男人，訓我有什么用！

他們繼續吵着，任憑路邊許多空的士飛馳而過，女孩子持續地辯解着，男生忘我地批判着，我手插口袋，看着這個滑稽的情景繼續着，忽然在想：明明已經晚了，當務之急應該是打一輛車走，或者報警找錢包，謾罵責備身邊的人，有用嗎？

可惜的是，我們許多人，都不懂得這些無用的批判，其實是最有害的。

其實也好理解，這個時候，責備身邊的人，是最容易的。

同樣的故事不僅發生在情侶之間，也發生在許多家庭和公司里。

一個孩子拿着考了59分的卷子從學校回來，把卷子給父親看，父親放下筷子，拳打腳踢，母親跟着一起高壓加棍棒，孩子被打得鼻青臉腫。你以為孩子下一次就能及格嗎？不會。孩子會把卷子藏起來不給家長看。

一個優秀的下屬因為失誤得罪了一個客戶，一樁生意被毀掉，他回到公司被領導劈頭蓋臉地罵，當着所有人的面被羞辱、責備着。可是，那個客戶就會回來嗎？

不會，客戶不僅不會回來，公司還會損失一名優秀的員工，多一個競爭對手。

因為這位員工跳槽了。

你看，無用的批判導致的就是惡意情緒的蔓延，接下來，惡性循環，戾氣不停地氾濫、疊加。

所以，那什麼才是有效的批判呢？

其實很多時候我們都在帶着情緒去批判別人，只要帶着情緒批判別人，就很難對事不對人。

因為人是能感受到情緒的，而事情不會。情緒是人類專屬技能。

有效的批判不應該帶着情緒，而應該在責罵前首

# 你批評的都對，但問題解決了嗎？

先思考：這些批評，會不會對結果有幫助？

比如那對情侶，

如果男生在發作前

先思考一下：我的發作會不會幫我找到錢包，能不能讓時光倒流從而趕上捷運。

如果不能，就趕緊想其他解決方案。

過分的發作，一定會讓他們更難過，女孩子受到責罵後，心情更不好，自然也就發瘋了。

她晚上睡不好，第二天上班精神狀態不好，工作失誤，繼續被領導罵，惡性循環，讓一件事情影響到另一件事情。

有人說誰說罵那個女生沒用的，罵她可以讓她的長記性！

別可笑了，丟了錢包和晚了捷運已經足夠讓那個女生長記性了，公開場合責罵女人只會讓路人覺得這男人不夠擔當而已。

可是，如果那個男生沒有批評，而是選擇去安慰這個姑娘：錢丟了沒事兒，我們找找，找不到我來賺，都會解決掉的；捷運晚了，下次我們一定看着點時間，這次我們打車回家吧，剛好咱們好久沒打車了對嗎？剛好我們好久沒看到台北的夜景了對嗎？

如果這樣，結果會不會更好？



還有那個考低分的孩子，每個孩子都不想考低分，誰不願意皆大歡喜呢？

他願意把分數給爸媽看，是因為他想讓父母幫助他一起解決問題，下次怎麼考高分，而不是聽父母的責罵，受父母的鞭撻。

打罵能改變過去的分數嗎？能改變將來的分數嗎？

聰明的父母，一定會明白，棍棒下不會出孝子，責罵下不會出天才，只有鼓勵、表揚和愛，能讓一個孩子茁壯成長。

有人說，考這麼低，還好意思讓我表揚？

可是，孩子考試出問題，家長沒責任？

此時此刻，不是更應該思考，怎麼解決問題：怎麼讓孩子加強課後練習，怎麼讓孩子增強聽講的集中力嗎？

這種無效的打罵，除了宣洩了情緒，一無所用，還會讓孩子覺得父母不愛我，只愛分數了。

再說說那丟了客戶的員工，任何優秀的員工都會有出問題的時候，何況，得罪客戶，還不一定是員工的問題。

當員工丟了客戶，一個正常領導不應該立刻責罵，而應該思考兩件事情：

1. 怎麼丟的？

2. 是否可以挽回。

分析怎麼丟的，為了下次別丟瞭；如果能挽回，就盡全力去挽回。

一味地責罵，不去解決問題，才是大忌。

有人說，可是我控制不住自己的情緒，就想罵怎麼辦？

其實很多時候，在批判別人之前，自己找個沒

人的角落里，深深地吸一口氣，閉上眼冷靜一會兒，效果真的能好很多。

我曾經寫過一句話，負能量是鞭撻這個世界的不公，而正能量是鞭撻不公後提供解決方案。

兩者就差一步，卻顯露了正能量和負能量兩種本質。

我再講一個故事：

台灣人說話自由，在一個飯桌上，我和一位台灣立法委員聊天，他是一位名嘴，把台灣從政界到街邊攤都罵了一通，他罵得興起，周圍的人不敢得罪他，就看着他罵，只有我問了一句：那你有解決方案嗎？

他愣了一下，沒說話。

然後沒理我，繼續罵着。

飯後，另一個朋友小聲跟我說：聽他噴人這麼久，你今天這句話終於讓我找到他病根了。

我說：什麼病根？

他說：批評別人必然是簡單的，挑別人的錯也必定是容易的，只是，批評本身應該是為了提供解決方案讓這個世界變得更好，如果為了批評，或者為了凸顯自己的思想去批評別人，真的好討厭哦。

我點點頭。

這些年，我們在網上看到了許多人對一些事情的點評和批評，他們批評得激動，甚至人身攻擊，胡亂抨擊，坐在鍵盤前表達着自己的意見，可是，這些批評並沒有提供任何解決方案，只是在抒發情緒，弄得網絡世界烏煙瘴氣。

那些批評，不僅沒讓世界變好，反而變壞了。

得不償失啊。

所以——

不以改變結果為目的的批判，就是無效的批判。

不提供解決方案的責備，就是無用的責備。

放棄無效的責備和批判，也是一種傳遞正能量的方式。

（文 李尚龍）