



定是神來之筆。延遲的對話,使得觀眾能夠仔細品味女主角說的每一句話,大大增加了戲劇的張力。例如,女主角在雪夜的山上問道:“那天晚上在市場上遇到我,你有沒有覺得自己又突然活過來

等到霍金完成整個句子時,蒙洛迪諾就已經有好幾分鐘的時間來思考霍金想表達的觀點了。

這件事使蒙洛迪諾豁然開朗,平時人們在交談時,總是在幾秒鐘之內給出答復,但這些連珠炮式的、不假思索的講話來自我們思維的表層。而當他和霍金交談時,那些多出來的幾十秒或幾分鐘帶來了十分有益的效果。他可以更深入地理解霍金的觀點,而且自己

慢一點,再慢一點

在韓國電影《分手的決心》中,我注意到一個細節:因為女主角來自中國,韓語並不流利,所以她和男主角對話的時候使用了手機里的智能翻譯軟件。於是我們不斷地看到這樣一幕:兩個人在交談時,女主角先對着手機說一句,然後再用手機將翻譯過來的韓語播放一遍。

這樣的交流方式就使得電影的節奏變慢,流暢的對話也被打斷,觀眾每次都要耐心地等待着女主角用手機一句一句地翻譯給對方。

我們每個人都能深刻感受到,這個世界正變得越來越快。拿電影來說,一個鏡頭的平均時長,已經從20世紀三四十年代的10秒加速到現在的不到4秒。流行音樂也同樣如此,節奏正變得越來越快,歌曲前半部分較為輕柔舒緩的傳統習慣也被捨棄了,同樣被捨棄的還有緩慢的前奏。因為現代人使用手機等電子設備聽歌時會變得越來越不耐煩,幾秒鐘後就會輕易地切換到下一首歌。

像《分手的決心》這樣一部犯罪懸疑片,似乎更應該講究節奏的緊湊,儘量避免情節的拖沓。如此煩瑣的對話形式會不會讓觀眾失去耐心呢?隨着情節的進展,我越來越感覺到這個設

了?”這種通過兩種語言延時的對話,能夠讓觀眾有充分的時間回味之前兩個人相遇時的情節。

列納德·蒙洛迪諾是美國著名的物理學家,他和斯蒂芬·霍金共事過,並且兩個人還合著有《時間簡史》的普及版。

霍金一直被病魔困擾,只能通過鼠標點擊電腦屏幕上的單詞與人進行交流,這是個枯燥乏味的過程,他必須一個字一個字地選擇。蒙洛迪諾回憶說,在他們剛開始合作的時候,霍金還能用拇指來點擊鼠標。後來,隨着病情日漸加重,他得將一個運動傳感器固定在眼鏡上,這樣他就可以通過拉動右臉頰的肌肉來點擊鼠標。

蒙洛迪諾和霍金一起工作時,霍金能以每分鐘大概6個單詞的速度說出句子。於是,蒙洛迪諾通常都得等上好幾分鐘,才能等到霍金對他說的話做出的簡單回應。在等待的這段時間里,蒙洛迪諾只能無聊地坐在那里發呆。

有一天,蒙洛迪諾的視線越過霍金的肩膀看到電腦屏幕,那上面有霍金組織好的句子,蒙洛迪諾開始思考他做出回答的這個過程。其實

的想法和意見也能在此過程中打磨得更更有穿透力。在此期間,他有了更深邃的思考,這是在日常談話中不曾獲得的體驗。

今天,全球信息的數量每年以66%的速率增長。人類目前儲存的信息,相當於地球上的每個人擁有320座亞歷山大圖書館。面對如此海量的信息,我們變得越來越浮躁。今天我們的閱讀正在變成“屏讀”,我們像瀏覽圖像一般閱讀文字。我們每天接收了海量的信息,如果屏幕不關閉,我們的視線就永不離開。人們每天都有看似忙不完的事情,卻唯獨少了思考的時間。

也許,在這個快得讓人眼花繚亂的時代里,我們需要的是慢一點,再慢一點。電影對話的延時讓我們有時間思考劇中人物內心的細膩變化。和霍金這樣的大師緩慢的對話方式,讓其合作者能夠更深入地思考霍金錢達的含義。耐心聆聽家人的講話而不是迫不及待地打斷,才能營造出溫馨的家庭氣氛。緩慢而細緻地閱讀,而非一目十行地掃視,才能夠給我們留出思考的空間。

作者:岑嶸



人際關係是我們日常生活中的一個重要組成部分,如果您仔細品味一下就會發現,那些讓我們感到煩惱且有壓力的情形,常常與人際關係處理有關。因此,如果我們可以與他人營造良好的人際關係,通常能減少或避免與別人的摩擦。這就需要我們瞭解人際關係的相處類型。

一般來說,與人相處的方式可分為三種:“討好型”“自我中心型”及“開放平等型”。

1.“討好型”

通常以這種處世方式為主的人,認為別人的需要比自己的更重要,別人對成功有巨大貢獻。由於低自尊,為避免與人發生衝突,常常犧牲自己的權益來“討好”他人,讓別人來操縱自己。在行為上,常常向別人道歉,並否認自己其實不認同別人的意見,或自己有不同的看法;在可以表達自己的需要或感受時,也常常沉默不語。

2.“自我中心型”

與“討好型”相反,在心理上,自己的需要比他人的更為重要,更理所當然;自己有優越感,有“特權”,別人不能有;自己的貢獻是寶貴的,別人的貢獻則是愚拙、錯誤或毫無價值的;不關心別人的損耗,甚至通過操縱他人來達到自己的目標。在行為上,不能接受批評,即使承認自己有失誤也是別人的過錯為主,自己僅僅有瑕疵,給人以“無理攪三分”之感,遇到指責,行為也常常失范;常常貶低他人意見,不理會別人的感受及需要,將其視為不重要,言語、行為多有“攻擊性”,給人以“盛氣凌人”的壓迫感。

3.“開放平等型”

顧名思義,以這種處世方式為主的人,更多持平態度。在心理層面,認為自己及別人的需要,都同樣是重要的,自己與別人都具有同等的權利;對於成功,參與的每個人都各有貢獻;表達自己的觀點及需要時,善於維護各方自尊和自主,不去操縱別人,也不會被別人操縱。在行為上,能夠坦率地直接表達自己的感受及需要,對別人的尊重和關懷,流露真我,真摯地與人相處;允許別人有不同的觀點,為自己開放溝通的渠道,不會假設自己的意見總是對的,或別人的想法總是與自己的一致。

與人相處的方式有三型 你是哪一型?

四十三頂女帽

小淵小時候,幾乎沒過過一家團聚的日子。她的父親在酒泉衛星發射基地工作了四十年,母親在上海石庫門房子里照料一家老小,同時在一家街道小廠任會計。家累重,父親的工資又不高,為了養家餬口,母親還利用業餘時間做粗活來貼補家用。她刷洗過牛奶廠的玻璃奶瓶,為小旅館搓洗粗重的窗簾與床單,還為煤磚廠打過煤磚。

小淵記得,打完煤磚回來,母親洗頭髮能洗出一盆黑水,她的指甲縫里都是黑乎乎的煤末,剔都剔不乾淨。而此時,這位昔日紗廠老闆家的二小姐,已經幹活干到十個指甲都劈裂了。

母親毫無怨言。小淵小時候見識過同學父母的各種猜忌、計較、吵嘴,便總感到困惑——自家父母,是怎樣在兩地相隔、無法相依的情況下,一直保持和諧的?

是父親為母親做的四十三頂帽子。母親患有日光性皮炎,一曬太陽,臉上就會起紅斑。偏偏她為養家承擔的很多活計,都要頂着日頭完成。父親知曉後,一聲不吭,很快托回滬探親的同事為母親帶回一頂米黃色的草帽。那是父親找打草帽的老鄉學習後,自己用青稞秆編的。為了讓母親戴在頭上更舒服,父親把青稞秆浸水三次,捶軟三次,又曝曬三次。

之後,父親興緻日濃,以一名航天工程師的智慧,為母親做帽子。布帽子、粗麻帽子、竹絲帽子、軟藤帽子……禮物源源不斷地從酒泉寄回,或者託人捎回,而帽子,永遠

是母親一個人的。這讓母親在逐漸成年的女兒面前都有點兒不好意思。

然而,無病無災的美好日子總是那么短暫。在父親即將退休的那一年,母親患上了阿爾茨海默病。

她還認得父親嗎?也許是認得的。至少,她



對這個每天拉着她的手,帶她去菜市場、去超市、去圖書館的男人,有着一股莫名的信賴感。

父親對母親,已經遷就到女兒們都看不下去的地步。母親抱怨過飯軟飯硬、茶燙茶涼,抱怨過帽子太重、帽檐太大、帽箍太緊。“你看我一戴上帽子,就像孫悟空被念緊箍咒。”偶爾清醒時,母親還會這樣開玩笑。為了母親的舒適與平靜,父親想盡辦法。已經七十歲的他,騎着自行車,跑遍了所有賣女帽的地方,不顧營業員的白眼,一頂一頂地試戴。他對所有現成的帽子都不滿意,最後,他在布料城買到一種類似《紅樓夢》里提到的“軟煙羅”的面料,然後自己畫圖,為母親設計遮陽帽。

父親成功了。這種帽子,拿在手上幾乎沒有重量,表面卻有無數反光點,可以最大程度反射陽光。它像一只小小的飛碟,或者鳥巢,駐留在母親白髮稀疏的頭頂。帽檐上盛開着手工卷制的玫瑰花,或者停留着一只美麗的手工蝴蝶,這讓母親有些佻薄的身軀散發出一點點美的光輝。鄰居們見到“梁家阿婆”出門,會停下來,由衷誇讚她的帽子,誇讚她的氣色與風度。母親帶着一臉茫然的單純表情,很受用地聽着。鄰居們有些困惑地對小淵父親說:“阿婆依舊漂亮、有風度,不像一個病人呀。”

他做到了。他以四十三頂帽子,構築了一個只有他們夫妻懂得的小世界,一個唯有他們攜手扶持的小世界。

作者:明前茶

導盲犬

“我以前沒養過狗,但我的丈夫說,他是我的‘導盲犬’。”老婦人笑得神秘,“我的眼睛不好。每次晚上出門,他都緊緊拉着我,碰到不平的地方就停下來,叮囑我小心。去年他去世了,臨終前還拉着我的手說,以後天黑別出門。我先走,但不會走遠,下面的路黑,你別怕,我就等在那邊,繼續做你的‘導盲犬’。”說完,老婦人掩着臉,哭了。

遂願與否

在孩子小的時候,我常指着街上正在裝修的店面對他說:“瞧!他們一定有個生意興隆的夢想!”再指着關門大吉的店面對孩子說:“瞧!他們當初一定沒有想到會關店!”接着,我一定會說:“夢想與現實有很大的差距。最重要的是別氣餒,緩口氣,再開一家店!夢想繼續,行動繼續。”

人生就像開店,不怕關門,怕不再開門。

手機子女

子女有兩種,一種在手機里,父母可以興奮地聽他們的聲音,可以得意地“秀”給朋友看。還有一種不在手機里,也可能不值得你“秀”,但他們本身就是你的手機,跟在你身邊,為你聯絡,為你拍照,為你掛號,甚至在你病危的時候為你通知親人,叫那些躲在手機里的孩子回來,見最後一面。

你的子女是哪種?你是怎樣的子女?

劉墉《人生便利店》短文選

舊友

世事浮沉,人的變化也快。小時候關係極好的朋友,多年不見,他鄉遇故知,雖然還能熱情擁抱,但是,誰能確定抱的那個人,還是原來的樣子呢?

如果這時候他攬着你的肩膀,說出一堆他的計劃,要你跟他合作,你就算腦海里浮現出小時候穿一條褲子,一起挨罵挨打、護着哥們兒的往事,也得三思啊!

連家人都一樣,錢鍾書在《圍城》里說得好:“遠別雖非等於暫死,至少變得陌生。回家只像半生的東西回鍋,要煮一會兒才會熟。”

騎馬找馬

破釜沉舟雖然能顯示出魄力,逼出潛能,但是,一般人最好摸着石頭過河,騎着馬找馬。因為腳下踩的無論是石頭還是小石頭,畢竟穩些;胯下騎的無論是驚馬還是老馬,畢竟高些。

穩與高能夠增加氣勢,有了氣勢才好謀劃,有了退路才好進取。先守住橋頭堡,才好出兵過橋。

許多死在人生坑洞里的人,都是因為忘了自救

生活充斥着不確定性。落入低谷時,將自己的生死寄託他人,無疑是一場災難。人類悲歡並不相通,每個人的時間也很有限,肩上都各有各的灰塵需要清掃。

你的困境,他人愛莫能助;你的求助,只會給人帶來負擔。高估感情,低估人性,只會讓自己陷入一次又一次的失望。

“人最重要的是有能力自我修復,自我復活,自我救贖,永遠不要指望任何人。”任何時候,靠自己,才是成年人最大的清醒。

果子里面的滋味只有果子自己知道

看過一個故事:有個農夫很羨慕國王的榮華富貴,有天他們互換了身份。可當農夫成為國王后,才發覺國王每天日理萬機,根本沒有自由,更沒有時間享樂,還不如他每天日出而作,日落而息。

很多時候,你所能看到他人的歲月靜好,可能只是一小部分。那些你羨慕的光鮮亮麗背後,可能藏着你看不到的千瘡百孔。

每個人都有不一樣的境遇,不必去羨慕別人艷麗的玫瑰花,你手里的向日葵也很耀眼。珍惜當下,提醒自己,遠比仰慕別人更有意義。

生命無常,憑什麼非要如何不可?能夠盡己之力,不負於心,就該滿意了

少不更事時,總是力求圓滿,而追逐那些求

而不得的。可有了一定的人生閱歷後,才驚覺凡事盡心盡力便好。世間一切皆有定數,命里沒有的東西,再怎么執着也無用,不如淡然處之。人生不止一條路,有時候轉個方向,興許能瞥見別樣的風景線。

生活最難得的是圓滿,缺憾也是另一種圓滿。無法重來的一生,懂得知足才能更接近美好。幸福的真諦,不在於你得到了什麼東西,而在於你放下了什麼。

