



離念

暫且忘記，把能忘的東西忘到不能再忘。這是在干什么？這是為什麼？如果真的可以把能忘的都忘掉，人心還剩下什麼？

借用一下禪宗的概念。禪宗里有兩個很重要的人物，慧能和神秀，分別是南宗和北宗的創始人。有一個流傳很廣的故事，神秀作偈：“身是菩提樹，心如明鏡臺。時時勤拂拭，勿使惹塵埃。”慧能也寫了一首：“菩提本無樹，明鏡亦非台。本來無一物，何處惹塵埃。”五祖弘忍認為慧能更勝一籌。當然，神秀後來也取得了非常大的成就。

後來，人們談論南宗和北宗的分歧時，常常會提到兩個概念：無念和離念。

慧能主張“無念”，就是人的本性是念念相續，不可能念盡除卻。況且此念斷而他念生，依舊擺脫不了輪回。所以慧能主張的是發現作為根本的佛性，有了佛性，便可以“于念而不念”“于一切境上不染”。但神秀主張“離念”，就是使心念不起、煩惱不生，杜絕心中一切妄念，以求解脫。因為神秀認為，眾生有真心、妄心，所以需要息妄修心，擺脫妄心才能找到真心。

在無念與離念上，我們多少也能看到當年慧能與神秀在菩提樹和明鏡臺中顯露的差異。無念和離念都是關於“忘”的境界，忘掉什麼、實現什麼。無論哪種“忘”，其本質都更多的是一種個人的修行，一種自我內心的追逐。但如果將這種“忘”推及人與人之間的關係呢？

人與人之間，人們更多追求的是“苟富貴，無相忘”，“念念不忘，必有迴響”。人們希望不忘，希望永遠把彼此裝在心里。不過莊子也寫過一句很有名的話：“泉涸，魚相與處於陸，相濡以濕，相濡以沫，不如相忘于江湖。”因為魚兒在江湖中可以自由快樂地生活，當然比在乾涸的地上相濡以沫、苟延殘喘來得幸福。這可能就是“你若安好，便是晴天”的歡喜。

這背後是道家的思想，道存于世，則世人富足舒適，彼此相忘；道崩，則鉤心斗角、爭名奪利。只有這時，才需要聖人去拯救世人。所以，莊子認為：“與其譽堯而非桀也，不如兩忘而化其道。”這也是道家和儒家之間的分歧。時忘。

忘我，內心有光。
忘你，萬物生長。

作者：馮唐

我沒有吃過河豚，但據吃過的人講，味道不錯，卻也沒好到可以為吃它而不惜性命的地步；我不抽煙，但據抽過幾千元一條香煙的朋友說，抽起來感覺與抽100多元一條的也差不多；我也沒有去過許多熱鬧無比的地方，但據在黃金周遊玩過的人說，連上趟廁所都要排半小時隊……看景不如聽景，對我們來說，得不到的永遠是好的。但得到了呢？多半也就那麼回事兒。

《列子·楊朱》記載了春秋時宋國的一個農夫，他穿亂麻破絮才勉強挨過寒冬，不曉得天下還有高屋暖房、絲綿綢緞、狐皮貂裘。春天耕種時，農夫在太陽下曝曬，他對妻子說：“背對太陽，暖極了。別人都不知道，若我去告訴君主，一定會得到獎賞。”這位農夫不知道，君主有的，他永遠無法想象；但農夫得到的，君主似乎也難享受到。而且，皇帝也未必活得不憋屈，想當年，道光皇帝想在紫禁城里喝一回片兒湯都是一種奢望。

許多人對初戀念念不忘，這其實是一種“蔡氏效應”。發現這個效應的人是蘇聯心理學家蔡格尼克。意思是說，相對於已經完成的事，無論結局如何，人們都會對未完成的事印

得到與得不到

象更加深刻。人的記憶天生就對未完成的事更敏感。所以人們對初戀也是一樣的，兩個人第一次談戀愛就能白頭偕老的概率太低了。

大多數人的初戀是未完成的、不成功的，所以才會被深深地刻在人們的腦海里，揮之不去。

其實，“得到”說到底很可能只是一種“暫時擁有”。徐悲鴻是畫家，也是收藏家，他收藏的名家書畫有1200餘幅，其中不乏《八十七神仙卷》《朱雲折檻圖》等國寶級珍品。徐悲鴻有一枚印章，刻有“暫屬悲鴻”四字。他叮囑家人，這些藏品自己只是暫時保管，一旦時機成熟，就捐獻給國家。徐悲鴻去世當天，他的妻子廖靜文就將全部藏品無償捐給國家。

亞里士多德說，羨慕是別人的好運給自己造成的痛苦。在當下，有些人衡量人生價值的標準，不是

自己本身的內在價值，而是環境與他人等參照物——別人得到的你沒得到，卻不去想一想，你得到的別人也未必擁有。

《呂氏春秋》中說：“登山者，處已高矣，左右視，尚巍巍焉山在其上。”這就是“這山望着那山高”的出處。其實，在別的山頭上的人同樣會望着你所在的這座山頭，也會心心念念地想爬上這座山頭。



2007年我第一次去埃及，因為擔心治安，報了旅行團，而旺季房間有限，我必須和團里一位陌生的女遊客拼房，由於太想去，我答應了。

機場集合時，第一次見到我的室友。

她比我年長，穿著隨意而閑適，妝容淡雅，話很少，和氣地向我打招呼。我們把登機牌放在一起，落座後，不約而同各自拿出一本書：她帶的是德國傳記作家埃米爾·路德維希的《埃及艷後》，我帶的是阿加莎·克里斯蒂的《尼羅河上的慘案》，我們兩都很驚喜，準備看完後和對方交換。

經歷轉機到達開羅的酒店，已是十幾個小時後。旅友們疲憊不堪地拿到房卡，迫不及待回房間休息，可是打開門，我們兩愣住了：客房里堆滿各種傢具，顯然久未使用。

長途奔波後遇到意外，我心里無名火起，立刻找導游交涉，導游在前台協調很久沒有結果，於是先把他的房間讓給我們。他房裡是單人床，意味著我們兩個陌生的女人要在陌生的國家同床共枕，蓋一床被子。我有點受障礙，看看室友，她雖然滿臉疲憊，卻微笑着說：“小姑娘，我睡覺很老實，沒有亂翻身打呼嚕的習慣，能委屈你和我擠一張床睡一晚嗎？”

我也笑了：“榮幸啊。”回到房間，她讓我先洗漱，自己整理行李，當我走出浴室，吃了一驚。

房間里瀰漫著薰衣草的氣息。她的行李只佔用了一個角落，物品擺放得井井有條，處處為我留足空間，床上放著她的絲質睡袍、枕墊和眼罩。

然後，她輕手輕腳去洗漱，生怕驚動準備入睡的我。

那一晚，我睡得並不踏實，我們兩都努力

對意外保持彈性

給對方留空間和被子，也讓自己保持心理安全距離。

坦率地說，這次旅行並不順利。當時的埃及經濟落後，治安也混亂，我們穿越沙漠到西奈半島度假，由政府軍隊一路護送遊客大巴車隊。酒店條件時好時壞，客車也常出狀況，餐飲完全不習慣，旅行團里的人經常抱怨。



每當這時，我的室友就幫導游打圓場：“他已經盡力啦，大家出來是看風景和尋高興的，旅行本來就是一件有彈性的事情，身體吃點苦，眼睛沒吃虧就好。”

奇怪的是，她並不兇悍，卻自帶氣場，每次打圓場都很有效。

室友的睡衣和日用品都很精緻，外衣講究卻找不到一個明顯的商標。她一點也不嬌氣，同吃同住12天，她總照顧我，在女王神殿給我拍照，在金字塔下幫我背包，出門還會多帶一瓶水給我們做儲備。

我也知趣地反饋，分享有意思的埃及歷史，著名法老的緋聞、正史和宮斗逸聞，一路上

我們都樂呵呵的，即便吃壞了肚子也沒有影響心情。

等到和她逐漸熟起來，我才知道，她和丈夫一起創立公司，規模不小，但是後來，丈夫和秘書結了婚。她帶著孩子自己過，每年除了親子旅行，也單獨給自己留個假期。

她說得很輕鬆，但我不敢猜想她經歷這些事情時的心境。她拍拍我的肩膀，笑著說：“女人得有彈性，掉在地上才摔不爛。就像這次旅行，好的壞的都接受，突發的意外的都時刻準備應付，才能看到你想要的景色啊，世界本來就和我們想象的不一樣。”

我見過很多別人口中的“女強人”，可我絲毫不覺得她們“強”，我甚至感到她們的心細得太緊了，完全沒有彈性，對自己和別人都很苛刻，所以，反映在臉上也是硬邦邦的表情。

而真正“強”的女人，她不抗拒必須承受的事情，比如：暫時或者長期的誤解、無法改變的衰老、逃不掉的忙碌、階段性甚至永久性的貧窮；或者永遠不能出人頭地的老公，一輩子都考不上名牌大學且注定平凡的女子。

她們心平氣和地接納生活和想象的不同，理想和現實的差距，努力在力所能及的條件下把自己拾掇得好一點。

內心沒有崩壞，臉上才能輕鬆。

就像我在埃及遇到的室友。

我至今記得她在女王神殿下仰望著藍天與巨石，說：“人與命運死磕是以卵擊石，現實像塊冰冷的石頭，我們則像不自量力的蛋，死命撞上去，石頭好好的，蛋碎了一地。可是，假如是枚煮熟的雞蛋，最多撞出幾道裂痕，從此明白此路不通，但不會有玉石俱焚的慘烈。”

那次分開時，我送了她《尼羅河上的慘案》，她把《埃及艷後》留給了我。

作者：李筱墨

父親把輪椅轉向那個房間

這幾天大哥來電話，說父親經常念叨我，問我最近回不回去。

父親已經93歲了，身體還不錯。不過，自從母親7年前過世，本來就不擅言談的他變得更加寡言少語，就算我回到家想和他多聊幾句，他也是聊不了多久就對我說：“你去休息一會兒吧，我也眯一會兒。”他不像母親，母親和我總有說不完的話，我們可以聊一整天。

父親晚年得了糖尿病，一直要吃藥。母親把他的生活照顧得很好，飲食上也讓他注意，所以靠口服藥就控制住了病情。但是，不知道從什麼時候開始，父親突然開始喜歡吃一種用塑料袋簡易包裝的餅乾。這種老牌子的餅乾很甜，酥脆可口，但顯然，對糖尿病患者來說是不合適的。

早些年回家，我都會看見父親“偷吃”這種餅乾。每一次父親從自己房間的枕頭底下偷摸出一袋餅乾，吃不了幾口，就會被母親發現。母親從她的房間里急匆匆地出來，快步來到父親的房間，聲色俱厲地數落：“老頭子，你還真是改不了這個壞習慣呢。你也不是個小孩子，還偷吃餅乾？”於是，父親只好訕訕地把餅乾放好，說：“我就是嘴里有些泛苦，嘗一口，也沒吃多少。”

但是，正像母親說的那樣，父親偷吃餅乾成了壞習慣。他並沒有因為母親的數落就不再去吃，而是幾乎每天都要摸出來吃一兩塊。母親也總能很神奇地迅速發現，並嚴厲制止。於是，這種“貓捉老鼠”的遊戲總在上演。老兩口

兒都是高級知識分子，卻整天為這一點小事情發生不愉快，我覺得母親有些小題大做了。

但很快，我便覺察出諸多不合理之處：比如，那一小袋餅乾為何總是吃不完，為何一直存在於父親的枕頭底下？還有，父親為何不是悄無聲息地摸出餅乾，再悄無聲息地獨自享用？那撕開袋子和吃餅乾發出的脆響，每回我在家都能聽到。因此，我得出這樣一個結論，讓照顧他們的阿姨去門口的小賣部買餅乾，應該是母親默許的；那偷吃時的“聲勢”，應該也是父親故意為之的。那麼，這到底是為什麼呢？

直到有一天，我看見一個場景，頓時全明白了。那是一個寒冷冬天的星期四，母親突然病

重，大哥看情況不好，立即給我打來電話。我們送母親去醫院的時候，一向沉默寡言的父親突然開口對我說：“你媽如果住院，就託人帶話回家，好讓阿姨送飯過去。”這一走，母親就再也沒有回過家……忙亂中，我似乎忘記了父親的存在。

處理母親的喪事期間，我有一次回家拿東西，父親看見我，急忙問：“你媽怎麼樣了？住上院了吧？你怎么不託人回來，讓阿姨給你媽做飯送去。”我無法回答，因為母親已經過世，而我也不知道怎麼對父親說這件事情，所以只能含糊地說：“不需要送飯，醫院里什麼都有。”然後就匆匆地走了。

幾天以後，母親的喪事全部處理完畢，我才

拖着疲憊的身軀回到家。當我用鑰匙打開大門後，發現父親一個人靜靜地坐在輪椅上，斜側身背對着我。

夕陽照在他的身上，有一層金色的光暈籠罩着他，曾經在我的眼里非常高的身軀如今卻顯得那麼瘦小。他回頭看了我一眼，並沒有說一句話。我也說不出一句話來，只能癱坐在他身後的沙發上發呆。

不知道坐了多久，突然，我聽到一陣窸窣窸窣的聲音，原來是父親在撕他手中拿著的那袋餅乾。他撕開塑料包裝袋時發出了很大的聲響，比我以前聽到的任何一次都響亮、刺耳。父親一邊撕那袋餅乾，一邊不斷地望向母親房間的方向，直到他顫抖地抽出一塊餅乾，只咬了一口，那塊餅乾就碎了，散落在父親身上。父親卻並沒有理會，他又慢慢地掏出一塊餅乾，這次他沒有去咬，而是緊緊地攥在手里，慢慢地揉搓著。我看著餅乾屑從父親的指縫里慢慢地掉落下來，彷彿看著那慢慢逝去的時光和生命。

餅乾屑掉落一地。父親把輪椅緩緩轉了一個方向，這樣，他就可以對著母親的房間。他就一直深深地望向那里，一句話也不說。那小小的“遊戲”，是他們之間的默契。這一次，我知道，父親注定要失望了，因為母親再也不會從那個房間里衝出來，走到他的面前大聲地數落他了。

我再也忍不住，淚流滿面，但我不能發出一丁點兒聲音……

作者：梅雨墨

