

摆脱郁闷，需要精神的药方

曾几何时，“郁闷”成了许多人的口头禅，无助、委屈、迷茫、痛苦……统统可以用它来代言。那么，中国人怎么会有这么多郁闷的事情？都是什么大不了的事儿没处发泄，只能憋在心里呢？知名作家梁晓声最近完成新作《郁闷的中国人》，就从人们的精神状态与生活现状中为我们挖掘出郁闷的根源所在。

在梁晓声的文字里，中国人郁闷的事情可真不少，现如今人们虽然不愁吃喝了，但苏丹红、瘦肉精、地沟油一个接一个现身，尤其是年轻人，面对就业、生活的压力时，更是郁闷得不得了。

总之，中国社会加大马力向

前发展的同时，却给人们带来许多的不适应和困惑。无法排解怎么办？中国人开始变了，每个人心里都饥渴而焦虑，却茫然不知所措。很多时候，你会感觉周遭的世界变得浮躁、急功近利、唯利是图。说得好听，这是多元化，说得不好听，就像梁晓声书中所提到的那样，是精神缺失。

如果一个民族仅仅满足于“暴发”场面，而没有更强烈的内心诉求，那就是一个在精神层面上没有自我、没有激情、注定要被别人的精神诉求“牵着鼻子走”而缺乏新意和创造力的民族。

面对精神的缺失，我们又该怎么办？在梁晓声的意识里，拯

救精神缺失的良药不在别处，他把这一希望寄托在如今的年轻人身上，虽然在网，对于现实的诸多议题，他们中的一部分人时而“吐槽”，时而“愤青”。但在现实生活中，不少人将成为中国未来高品质文化的守望者，更愿意奉行“抓住当下，享受当下；更在乎的是于当下是否活出了好滋味、好感觉”的全新理念。

这些年轻人，虽未必如孔子那般“知其不可而为之”，但或许能践行《晏子春秋·内篇》中“为者常成，行者常至”的意义，锲而不舍地坚持找回真正的自我。或许，“郁闷”对中国是一种困扰，但又蕴含了可贵的契机，因

为从其身上，我们能看到求变之路。

(明舒)



【梁晓声访谈】

郁闷是社会的情绪脉搏

问：您如何看待大众的郁闷情绪？

梁晓声：以我的眼看来，网络中国和现实中国是不完全一样的两个中国。从网上，时常看到的是郁闷或愤懑的中国，但也正因为有这么多情绪都集中消解在网络中，发泄情绪后，人们回归现实又自觉纳入秩序、规则甚至包括潜规则中。因此，网络在某种程度上几乎成了高压锅的气阀。我们也可以将这种大众的郁闷看成“积雨云”。若天上乌云密布，积雨云和积雨云互相碰撞在一起，就会产生闪电和雷鸣，其实，积雨云本身并不可怕，因为积雨云并不必然一定产生闪电和雷鸣，有时候清风就可以把它吹开，而这个风除了人文精神，不可能是其他。若一旦形成闪电雷鸣后，一切人文就起不了作用了。不过，人文精神起作用的前提是政府处理好社会分配与供给的公平，法

制的公正、透明。中国面临的社会问题更复杂，因此，中国的政治家应该一代比一代有更多的经验与破解问题的智慧。

问：新书里也重点涉及了年青一代的“郁闷”，你觉得现在年轻人是痛苦的吗？

梁晓声：委内瑞拉总统查韦斯，不允许在国家电视台里播价值超过 10 美元玩具的广告。因为这对贫穷的母亲和孩子们是很大的刺激。而我们现在的电视里，经常是关于梦想的节目刚过去，房地产广告就跟着来了。除非你装聋作哑，否则是绝对不可能没有什么想法的。这也是当代青年人的困惑。我是从极度物质匮乏的时代成长起来的，谈到恋爱结婚，标准相当低。不是说我崇高、懂得爱情，这是整个社会大环境决定的。你们这一代在生存，在对于幸福概念的理解上，比我们

所受的诱惑、刺激更大，比照维度也更大。你自己不想比照都会被比照。年轻人结婚，两个人的工资合起来贷一点款，能住得上一套简单装修的房子，这个要求太基本了，但在现实生活中，这个要求真不低。但是你要向前看。十年前，一套两居的房要住两家，但这仅是十年前。我们寄希望于时代向前发展，可能到 30 岁或 35 岁的时候，你就得到你想要的了。我们不只是要跟周边比，而且要跟从前比。得到的结论就是，不要认为今天的从头做起，是一件最大的失败。每个人要根据自己的实际状况，在了解自己的情况下，对生活提出一定要求，并去达到。很多人仅在十年前，是不能感觉到时代变化速度的。只和目前比、和周边比，是很痛苦的。人要有高远的眼光和目标，就是将从前、现在、将来结合起来看。

问：社会问题日益复杂，而您的写作为何越来越温和？

梁晓声：身为知识分子，如果一点愤懑都没有，我觉得是挺奇怪的事。愤懑有时候会呈现一种焦虑，读我的文章要说愤懑，还不如说是沉重。包括写散文写到最后，我都会变得沉重起来。上世纪 90 年代，我的写作充满鲜明而强烈的愤怒，现在，那些社会问题加剧了，我的文章反而温和了。因为我发现，有些是属于社会问题，社会问题不是写一两篇文章能解决的。当我成了政协委员时，我要把那些社会问题带到政协去，去谈那些问题，比如要把大学的学校更多地建到二线城市去，要把大公司有计划地迁到二线城市去，让二线城市成为青年人宜居的状态。我可能在政协上表达之后，再面对这个事情的强烈情绪会温和很多。



母爱煌煌

——品读胡适作品《我的母亲》

■殷渤然

小时候，这双温厚的大手拉着我们蹒跚学步。成长中，不管我们怎样倔强叛逆，这双手始终和我们紧握一起，不离不弃。如今，这双手已褶皱蜿蜒，关节僵硬，十指枯裂。可正是这双手撑起了我们的一片蓝天。

胡适的母亲 16 岁出嫁，23 岁成了寡妇，既要承担幼子的教育之责，又要撑起日渐没落的家庭运转。

这是严师一样的母亲，对孩子一点也不溺爱，也许小胡适当时并不明白母亲的一片苦心，但后来从成人的视角来看他却对母亲有着无比的敬意和感激。

当胡适随口说出轻薄的脏话，人静时，她罚小胡适跪下。小胡适一边哭，一边擦眼泪，也不知擦进了什么眼疾，害了一年多的眼翳病，后来总医不好。母亲听说用舌头可以舔去眼翳，便真的

用舌头舔。试想，昏暗灯光下，一位心焦如焚的母亲，俯下身来，伸长脖子，一点点地舔着眼翳，这是多么感人的场景阿！是的，母亲，这人间第一亲，人间第一情！

这是位平凡的母亲，更是位宽容相济的伟大母亲。23 岁守寡，又要维系一个大家庭的运转。胡适说这种生活的痛苦，他的笨笔写不出万分之二。

他家中并不宽裕，全靠二哥在上海经营调度。大哥从小就吃鸦片，赌博，钱到手就光，连家里的茶壶都拿去押。每年除夕家里坐满了讨债的，母亲总是先料理好年夜饭，谢灶神，等到半夜封门之时，便央邻居来我家给每家开一点钱，做好做歹的，把债主们送走。大哥回来，母亲也不骂他一句，因为过年，她脸上也不露一丝怒色。这样的过年，胡

适过了六七次。除了哥哥，两个嫂子也经常不和，生气就打孩子，一面打，一面用尖刻的话骂给别人听。母亲总是忍耐，实在不行，就哭自己命苦，但从没有一句伤人感情的话。

这是一位宽容隐忍的慈母，她用自己羸弱的身躯撑起这个日益没落的家。难怪胡适在茫茫人海中感叹：他如果学得一丝一毫的好脾气，一点点待人接物的和气，他能宽恕人，体谅人，都得感谢他的慈母。现实生活中，我们的父母日渐衰老，行动反应远不如以前，很多新事物的接触都需要反复询问我们。有的孩子出门在外，父母电话不断，喋喋不休地嘘寒问暖。有的孩子长期与父母隔阂叛逆，甚至一两个月不发信息报平安！试想：母亲的一生多么不容易啊。是谁曾轻拍着我们进入梦乡？是谁节衣缩食，却大把

大把为我们购置漂亮衣裳？是母亲！是她把一切爱和荣誉浇灌在我们身上。

但人的生命短暂，胡适 12 岁离开母亲出外求学，后又为前程奔波。在母亲最后的 15 年中，生未能养，病未能侍，生死惨痛，莫过于此！一代文化大师，用最朴实无华的句子，在真切平实中完成了天底下最博大深沉之爱的表达。

母亲赐给我们生命，教会我们做人，操心着我们的健康、事业、婚姻，事无巨细。一个人的生命是有限的，可母亲却把这有限的生命里的每一份温暖都无私地给予了我们，母爱煌煌，恩深似海。我愿通过自己的不断努力，让母亲的笑容永绽放！愿天下母亲幸福安康！



■《大故宫》
作者：阎崇年
出版：长江文艺出版社
定价：32.80 元

一句话精彩：“坐落在这条中轴线上的明清皇宫，既是北京的中心，也是天下的中心。”

速读：登上皇位的永乐皇帝朱棣为何会在南京白日噩梦，决意迁都北京？明永乐十九年，北京故宫正式启用，三个多月后，三大殿就惨遭火灾，而在这之前，又是谁向永乐皇帝预言了这次惊天劫难？对于很多人来说，故宫是神秘的古老建筑群，但也保留了中华民族最伟大的智慧结晶，了解故宫，你能读懂中国悠久历史最精髓的部分。现在，阎崇年借《大故宫》为你打开中国文化的大门。



■《江城》
作者：【美】彼得·海斯勒
译者：李雪顺
出版：上海译文出版社
定价：36.00 元

一句话精彩：“在这里，我有时是一个旁观者，有时又置身于当地的生活之中，这种亲疏结合的观察构成了我在四川停留两年的部分生活。”

速读：这是《寻路中国》作者彼得·海斯勒中国三部曲的序曲，其实《江城》比《寻路中国》成书更早。在涪陵生活的两年，这位美国记者有了许多有趣的经历，在长江上行船领略美景时的陶醉，曾面对大胆的中年单身妇女求爱，以及对日益发展却不再宁静的城市难以适应。或许，我们对身边这些变化早已熟视无睹，但它们却在彼得·海斯勒笔下又重新展现出来。