

## 越是难熬的时候 人越要体面



看一个人活得够不够体面,不要看他风顺水时的作派,要看他遭遇苦厄时的样子。难熬的日子里,坚守底线,从容不迫,才是最大的高贵与体面。

成年人的世界里没有“容易”二字,每个人都有自己的难处。与其被生活狠狠碾过,不如活得体面一些。

### 1 衣着体面

《菜根谭》中有云:“贫家净扫地,贫女净梳头,景色虽不艳丽,气度自是风雅。”所谓的“风雅”,未必是华服裹身、珠光宝气,而是一定要干干净净、清清爽爽。

曾在网上看过一段视频,讲述了瘫痪儿子照顾瘫痪父亲的故事。

儿子身患强直性脊柱炎,瘫痪了14年,只能在轮椅上用还能活动的双手解决大部分生活问题。与此同时,他还要照顾不能自理的父亲。

一环扣一环的生活挫折并没有打倒他,相反让他越挫越勇。他每天都会给自己和父亲穿上干净的衣服,早上5点多起床,6点多就做好饭,然后开始收拾,洗漱完了再给父亲收拾。他还买了一个电脑,做一些兼职,让自己维持收入。有网友在视频下面评论:“他说话不卑不亢,不卖惨,穿着体面,虽然生活艰难,但依然活得有尊严。”

很多人身处逆境,觉得不用太在意外表。事实恰恰相反,一个人如果灰头土脸,整个人的精气神也就没了。精气神没了,人也就垮了。

外表,是一个人的第一张名片。保持衣着的干净,意味着一个人依然在认认真真对待生活。

### 2 谈吐体面

《礼记》中讲:“君子不失色于人,不失口于人。”真正的君子,举止慎重端庄,哪怕身处困境,也不会说失礼的话。

有一位作家,年轻时脾气很差,有段时间她的工作很忙碌,压力比较大,就常常不经意间对身边的人发火。在公司里,对同事说话刻薄;回到家,就批评孩子。

老公对她说:“我真想把你对孩子说的话录下来,让你听听。”

作家没有把话放在心上,长此以往,身边的人刻意疏远她,她的情绪也越来越差,被诊断出轻度抑郁症,不得不让自己休息一段时间。

当她开始冷静下来观察自己的言行,才发现自己一直在用言语伤害身边的人。

她说:“每一句话都有能量,你散发正能量出去,同样的正能量也会回到你身上。”当你眼中带刺的时候,看见什么都想骂几句,浑身带着戾气;

而当你言语温和,谈吐干净,走到哪里都如沐春风。

《礼记》里说:“恶言不出于口,忿言不反于身。”言为心声,说出去的话,终究会通过各种方式返回到自己身上。

真正体面的人,无论何种处境,都能管住自己的嘴,说话干净有礼。这是一个人的修养,也是一个人的福气。

### 3 人品体面

杨绛先生是大家闺秀,平时待人温和,很好说话。但是一旦触及到底线,却是半分不让。见识了生活的复杂与幽暗之后,她也没有一点戾气,反而更加笃信人与人之间的温暖与善良。

在干校的时候分宿舍,她特意挑了一个最阴冷的角落,把朝阳的地方留给年轻人。她随身带着奶糖,有下放新人来了,就每人塞几块,希望可以给他们一点鼓励。研究所里同事要送孩子回老家,因为没钱而犯愁,她知道后,立马送了三百块钱过去。

她的善良感染着身边每一个人,很多人被她打动,一点点变得温柔起来。

《唐吉珂德》的译稿是她的心血,被收走之后,杨绛心急如焚,是同组的组长冒着风险给她找回来的。地里干活的时候,她身体差,干不了重活,同队的人就帮她把田里的草都锄没了,只留几个“毛毛”给她。后来杨绛写了《干校六记》,里面没有控诉,没有怨恨,更多的是日常生活中点点滴滴的善良与温暖。

聪明是一种天赋,善良是一种选择。

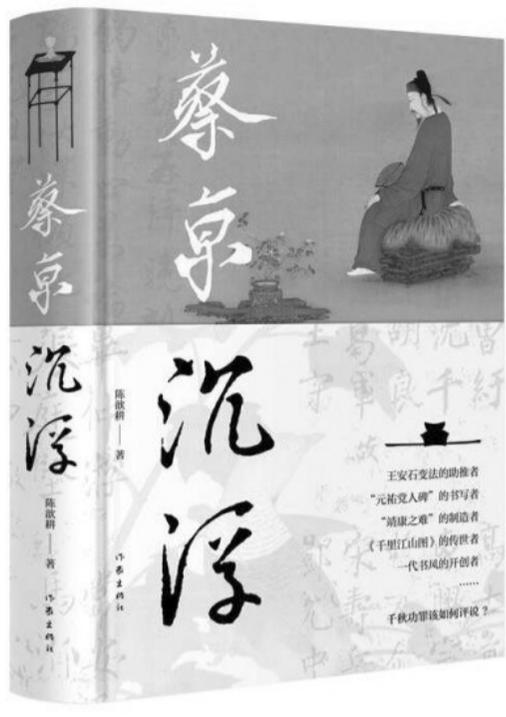
一个人见识过人心鬼蜮,却依然相信善良,愿意用心去爱这个世界。这样的人,即使身处卑微,也依然心中有光。

体面,来自一个人的谈吐、衣着、学识、教养,但更重要的是一个人的心灵。一个人一辈子淡定从容,无论在何种处境中,都保持着一份体面,必然是因为内心的强大。

杨绛先生曾在书中写道:“人生实苦,终其一生,都要不断地修炼灵魂,完善自我。”

一个人内心足够强大,才能真正明白,世界是自己的,和别人没有关系。人生最曼妙的风景不是命运的波澜,而是内心的淡定与从容。一个人无论面临人生何种境遇,都能处之泰然,保持一份得体 and 干净,守住尊严和人品,才是真正的体面。

来源:人民网



## 在历史显微镜下看《蔡京沉浮》

“这本书是忧患之作,是一部对历史有着深刻思考的作品。”社科院文学所研究员李建军这么评价《蔡京沉浮》。日前,“解析蔡京人格形象的文学意义:《蔡京沉浮》分享会”在北京举行。

这几年,宋代历史和文化受到特别关注,涌现了大量文学和影视作品,《清平乐》《梦华录》《满江红》等影视作品热播,让宋代服饰、饮食、器物成为年轻人追逐的时尚;宋代人物、宋代文学,宋代书画、宋人美学等,都成为时下研究的热点;还有一批巨公伟人,如范仲淹、王安石、司马光、苏轼等,成为书写对象。

《蔡京沉浮》作者陈歆耕另辟蹊径,选择了一个相对冷门、又有争议的人物。蔡京是中国历史上罕见而奇特的人物,曾在北宋晚期四任宰相,长达18年有余,是一位对北宋晚期政治经济艺术发展有重大影响的重臣。但他又因“靖康之难”饱受责难与唾骂,被后世斥为“六贼”之首。

长期以来,蔡京以“奸臣”这一标签化、脸谱化的形象,存在于各种历史读物中,导致了今天的人们对他有很深的刻板印象。该如何书写这样一个复杂而充满争议的人物,如何客观评价蔡京的功与过,作者在书中做了很好的回答。

“评价一个社会也好、一个历史人物也好,都应该既看到光明面,又看到阴暗面。”北京语言大学特聘教授董志翘说,“陈歆耕对蔡京这个历史人物,没有先入为主的束缚,而是穷尽性地搜集史料,根据史实,将人物放到一定的历史环境中,进行立体的、多侧面描写分析。只有这样身上充满矛盾的蔡京,才是一个真实的蔡京,只有这样的人物评传才是具有历史价值的人物评传。”

来源:中青网