



共享汽车, 来了

首批 200 台共享汽车上线

详见 02 版

借阅图书, 近了

“24 小时图书馆”亮相



详见 02 版

新观察

心怀善意前行, 才有幸福舒坦!

林新华

在中国书法史上,王羲之的《兰亭序》被誉为“天下第一行书”。

作为东晋时期著名书法家、有“书圣”之称的王羲之的确是一个泡在蜜罐里的人,他不仅天资聪颖,而且出身望族。身世好,人聪慧,天赋高技,少年传英名,青年即名满天下。与此同时,仕途也不凡,历任秘书郎、宁远将军、江州刺史,后为会稽内史,领右将军。

出身名门,从小衣食无忧;天资聪颖,年少既有盛名;仕途畅通,身居高位;书艺超群,作品惊艳世人……

这样的境遇,这样的天赋,这样的成就,这样的名望……哪怕拥有一项,都是幸福和不易的。而王羲之,拥有这一切。

在我们艳羡的想象中,他理应是无忧无虑的,在享受着大家无限敬仰带来的愉悦中,应该是一个快乐的人,是一个幸福满满的人。

拥有这一切的王羲之绝对过着神仙般的生活,不然怎么有神助般的作品问世呢?

遗憾的是,《世说新语》让我们看到了意外。这部书对王羲之生活的描述,却有另一种说法。

在这部书里,有这样的描述:“右军遂称疾去郡,以愤慨致终。”

这哪是神仙的生活?郁郁而终,含恨而去,一定是很不如意。

再一想想,王羲之 59 岁就去世了,未老花甲。书法家往往高寿,作为书圣的王羲之过世太早。如果没有恶疾,应该就是不如意的情绪影响了寿命。

理应开开心心、快快乐乐生活的王羲之,为何会有《世说新语》“以愤慨致终”的描述呢?是什么让王羲之愤慨呢?

如果事实真是这样,从各种书籍的叙述中分析,有一个人是与之有关的,这个人叫王述。

今天有许多人知道王羲之,却鲜有了解王述的。

一千多年前的王述,却不是一个简单的人。

作为东晋与王羲之同时代的官员,如果把王羲之算在公元 303 年出生,那么他们是同年出生的人。

就是这个大家今天普遍不记得的王述,在书中成为王羲之闷闷不乐的原因。

史载:王述年少丧父,承袭父爵蓝田侯。以孝侍奉母亲,安贫守约,不求闻名显达,故 30 岁仍未知名,更有人说他痴愚。

按理说,他们同门同姓同龄还同宗,以王述这样的天资,他不应该成为王羲之添堵的对象。

那时的王羲之作为艺术家,可谓名满天下。

但是作为官吏,王述却胜于他。不知道是王述大智若愚,还是命运垂青、时来运转。

334 年,琅琊司马岳获授骠骑将军后,召王述为功曹,这是一个相当于县令助理的职务。从 31 岁开始,王述开始由这个助理到宛陵县令,一步一步做到了尚书令、散骑常侍。20 多年时间,从一介平民,晋升为一品大员,成为皇帝倚重的股肱之臣。

以王述那样的天资,出道那么晚,却能在官场如鱼得水,王羲之哪能服气。

特别是到了 354 年,王述出任扬州刺史,加征虏将军,这个职务相当于今天的省长。而此时的王羲之在会稽当内史,

相当于今天的市长,会稽恰好归扬州管辖。他不想成为王述的下属,向有关部门打了报告,要把会稽从扬州划出地盘来,升格为越州,但没有得到批准。于是王羲之勉强在王述手下干了一段时间,355 年闷闷不乐“称疾去郡”。

从官场辞职后,有史料说他过着优哉游哉的生活,寄情山水、访友谈艺……但令人疑惑的是,如果日子过得那么好,为何离开官场 7 年后就“愤慨致终”?

对于《世说新语》有关王羲之的描述,是历史的真实写照,还是街头巷语?我无法去考证。这部书中所载虽均属历史上实有的人物,但他们的言论或故事则有一部分出于传闻,不尽符合史实。此书中相当多的篇幅系杂采众书而成。

我们虽无法去鉴别这个描述的真实,但有一点是值得深思的,也是医学经验的警示:精神决定着身体的健康。

鲁迅先生有一篇随笔叫《恨恨而死》。

一个人心怀恨意,当然我说到的恨,不是我们要保有的家国情怀之恨,而是自寻烦恼之不该之恨。

比如晋升不成,恨组织;荣誉未得,恨领导;生意不成,恨对方;恋爱不成,恨恋人;同事有成,恨同事……人只要不顺眼,就白眼;话只要不顺耳,就恼怒;事只要不顺心,就反感……事不顺心,人不对意,一不如意,就恨上心头,而且“此恨绵绵无绝期”。

一个满怀恨意的人,怎么可能快乐幸福地生活呢?

因为满怀恨意的人,一定是一个不健康的人。因为恨就是恶念,而美国的一项研究表明:恶念会在血液中形成毒素。

血液中有毒素肯定不利于健康,据世界卫生组织统计分析表明,百分之九十的疾病都与人的情绪有关。恨是最伤害健康的负面情绪。

“恨人伤心”!心为什么?

中医认为:心主神,心为五脏六腑之大主。一个人如果不能把心神调整好,一定是有损于健康的。要想有利于健康,就要调整好心神。而调整好心神,就要有一颗宽容、豁达、善良、知足、感恩的心。

中国最早的医学典籍《黄帝内经》中提到:“养生要重德”!

有德者,会换位思考。

没有晋升,他会从自己找原因;荣誉未得,他会继续努力;生意不成,他会和和气气;牵手无缘,他会祝福恋人;同事成功,他会分享喜悦……他不会因为意见不同、性格相异、事未促成……而心生恨意。他会用包容对待不如意,他会用善良化解误会,他会用感恩促使自己前行……他们知道,不该有的怨恨,于事无补,伤害的是自己。

因为你的怨恨只存在于你的内心,怨恨释放的毒素污染的是你自己的血液,怨恨带来的负面情绪影响的是你自己的心情,你的怨恨伤害的是你自己的健康、人际和命运。

为了你的健康,也为了和谐的人际关系,更为了你能快乐幸福地生活,你不能有滔滔不绝的怨恨,你要有绵绵不断的祝福。因为,你送出的是什麼,你就会得到什麼。

心怀敌意前行,你是痛苦的,别人感受不到你内心的痛苦。

心怀善意前行,你是快乐的,别人能感受到你传递的快乐。

为了你自己,也为了社会的和谐,你应该抛弃敌意,去除怨恨,带着善意快乐前行。