

容膝之心

□仇赤斌

陶渊明的《归去来兮辞》有言：“倚南窗以寄傲，审容膝之易安。”意为：倚着南窗寄托傲然自得之心，在只能容下双膝的小屋里也非常安逸。

陶潜是因为家贫，“耕植不足以自给”，于是“亲故多劝余为长吏，脱然有怀”，及“彭泽去家百里，公田之利，足以为酒，故便求之”，他说出了出仕时真实的想法，可见其坦诚的天性。但“质性自然，非矫厉所得。饥冻虽切，违己交病。尝从人事，皆口腹自役。于是怅然慷慨，深愧平生之志。犹望一稔，当敛裳宵逝。寻程氏妹丧于武昌，情在骏奔，自免去职。仲秋至冬，在官八十余日。”做官非他所愿，于是请辞回家。

辞掉彭泽县令后，他一直都没有出仕，在家务农。他所处的年代政局动荡，所以他才会写下《桃花源记》，追求理想中的桃花源。在家期间又写下了很多诗篇，流芳后世，如《归园田居》五首、《杂诗》十二首等。但实际上诗人日子过得并不舒心，他是个文人，并不会种田，庄稼收成很差。他又好酒，每

饮必醉，生活过得很是困顿。活的年岁也不长，才六十三岁，但归隐田园、清高自赏之风骨，为后人所敬仰。

苏轼的《东坡志林》中有篇短文《名容安亭》，提到了这句话，并说“故常欲作小轩，以容安名之。”想以“容安”两字来命名小轩。东坡先生一生多次被贬，留徙奔迁。这段文字应该是写在他被贬黄州的时候，他发出“容安”的呼声，希望能有安稳之所。虽然事与愿违，东坡先生一直在沉沉浮浮、奔奔徙徙之中，但一直保持着容安之心，活得豁达，有情致。

李清照号易安居士，这是她25岁那年和丈夫赵明诚屏居青州后取的号，她还命其室为“归来堂”，都是取名自陶潜。但安难易，金人大举南侵，被迫难逃，期间和丈夫失和。后来赵明诚得急病而亡，她更是颠沛流离，被逃亡所折磨，又遭受心爱的图书文物散失殆尽之痛，陷入绝境。孤独无依时再嫁张汝舟，但张汝舟只是觊觎她的珍贵收藏。婚后不断口角、谩骂，甚至拳脚相加。后被获准离婚，但自己也被关押了几日。此后的

生活还是很窘困，但她从个人的痛苦中解脱出来，关注于民生和国事，诗词创作不已，成就斐然，真正做到了心之“易安”。

如今身处太平盛世，动荡不再，但生活中谁能事事如意？很多人在为“位子、孩子、票子、房子、车子”这新五子登科而拼搏，但欲无止境，何时是头？珍馐美宴，终究不如粗茶淡饭，否则容易“三高”。华屋豪宅，安寝也就三尺之床。再好的名车，也不如安步当车来得健康。物质丰富的同时，还需要精神的追求。烦心的时候，不妨听听许巍的新歌：“生活不止眼前的苟且，还有诗和远方的田野。”如果生活还能过得去，不妨静下心来翻翻书，发发呆。时值春光烂漫，还可以出去走走，学学苏轼：“江山风月，本无常主，闲者便是主人。”

我家中没有书房，但书还有几本，没事也常翻翻，有书之处也算是书斋了。陶潜、苏轼、李清照都是我喜欢的先贤，我不才，愿拾人牙慧，想给我的书斋取名为“容膝斋”，如何？

身在俗世，有容膝之心，才能身心愉悦。

甚至后退，于是，两个人的距离就越来越远了，尽管曾经恩恩爱爱，最终却是说话做事都不在一个频道了，真所谓对牛弹琴了。除了心与心不相配了，有很多人的身体也不相配了，曾经的美女帅哥，结婚后可能不再锻炼身体，山吃海喝，于是长成了肥头大耳、西瓜肚、水桶腰，这时候还要对方很喜欢很爱，那不是有些强人所难了吗？

所以，真正相爱的人，应该是这样的：如果你爱我，请你一生都跟着我走，别停留，因为我不想总是停下来，回过头来看着你等着你，而你根本就不愿往前走，还要怪我走得太快不陪着你，那样我就会不快乐，也会错过了人生美好的景色；既然我爱你，我也要努力跟着你走，无论多累多苦，决不让自己掉队，绝不拖你的后腿，只有这样，我们才可能并肩走到最后，我们的心才一直相配。

和他从前那些分手的女友相配吗？其实想一想，无论品貌还是经济条件，他现有的女友与从前的女友相比，都不相上下，甚至还可以说，现任略微逊色一点，只是早些年，朋友好高骛远，每一个走近她的女子，他都瞧不上，所以也从不认为他们相配。等到他经历得多了，渐渐感觉到了疲惫，也开始正确地认识自己，于是收了心，才发现，身边这些平凡的女子，跟自己其实也差不多啊，原来也是般配的，于是，终于有了一个家。

相爱的两个人，首先，两颗心往往是最相配的，而没有走到一起的时候，两颗心都在成长，一个想着东，一个想着西，那时候，往往就是不相配的。同样，相配的一对恋人、一对夫妻，若干年后他们还相配吗？也未必。夫妻是需要共同成长共同进步的，可是，有很多夫妻，其中一方在不断成长、进步，数年后与当年的那个自己相比，已是天地之别，而另一方可能在原地不动，

□黄洪书

我问老公，假如时光倒退三十年，你可能瞧不上我吧？老公笑了，说有这个可能。其实这是肯定的，如果时光倒退三十年，我们还真的不相配呢！因为三十年前，我们的差别是很大的，他那时是一名很吃香的名牌大学生，生活在大城市，喜欢漂亮、时尚的女孩子，而那时的我还住在山里面，是一个只有初中学历完全不晓世事的很土很土的农民。如果他这些年不经历大起大落，坎坎坷坷，如果那个我也不走出山沟沟，不学习，不进步，那我们的，就永远不相配了。

和一个很久没联系的朋友聊了几句，知道他不久前已经结婚了，便好奇地说：发张你家属的照片瞧一瞧？很快，我的手机屏幕上弹出一张照片来，我瞧了瞧照片，感慨道：真相配！

记得前不久，看到另一位朋友夫妻的照片，我也有这种感慨：相配。那么，朋友

人生的悲与喜

□一心

人生是由悲与喜组成的，这就像一张纸，由正反面组成一样，它们总是如此相依，紧密相连，可以翻过来，也可以翻过去，轻易转化。

说到喜，影响最大的莫过于南宋进士洪迈在《容斋随笔》中记下的《四喜》诗：“久旱逢甘雨，他乡遇故知。洞房花烛夜，金榜题名时。”这是人生四大喜事。

可有人还觉得不过瘾，明代朱国祯《涌幢小品》记，秀才王树南就在此诗每句前面各添两字曰：“十年久旱逢甘雨，万里他乡遇故知，和尚洞房花烛夜，老儒金榜题名时。”改后的《四喜》诗用夸张的数量、奇特的人物来突出喜上加喜、喜出望外，将喜的意味推到了极致，且产生了幽默风趣的效果，令人忍俊不禁，拍手称妙。

不过，喜与悲常常是结伴而行，非此即彼，变幻莫测。清初一个读书人科举落榜，回家途中天又下起了一点小雨，住店时听到邻院娶亲的阵阵唢呐和鞭炮声。于是，他不禁浮想联翩，感慨万千，便给《四喜》诗加了八个字，变成了：“久旱逢甘露——几滴，他乡遇故知——仇敌。洞房花烛夜——隔壁，金榜题名时——梦中。”这样一改，诗中原来所说的人生四喜就变成了人生四悲，对比十分鲜明，也符合他当时的处境。

还有人干脆针对《四喜》诗写了一首《四悲》诗：“寡妇携儿泣，将军被敌擒。失恩宫女面，下第举人心。”也颇生动传神，流传甚广。可我总觉得，

对大多数人而言，无论是喜还是悲，其实它们在人生中的占比都极小，很多人每天经历的都是不喜不悲的平常事。而人们往往容易过分夸大那些悲与喜，特别是心中的那些悲，在古诗词里被渲染得淋漓尽致。

倘若沿着《四悲》诗的思路想象发挥，今天可悲的事也确实不少，譬如美女迟暮，明星过气，炒股崩盘，经商赔罄，嫖娼被抓，外遇露馅，高考落榜，恋爱受挫，提拔无望，招聘被拒，竞标失败，投资被骗……还不说生老病死，飞来横祸。但这些林林总总，如果分析起来，有些是自然规律，谁都无法抗拒，想也没用，由他去吧；有些是没事找事，无事生非，属于“天作孽，犹可违；自作孽，不可活”之类；有些则是生活必要的代价，是正常成本，不必大惊小怪。

可见，在生活中，至少一小半你认为是不幸的事，是可以避免的，欲望越大，失望就越多。如果我们能多一点平常心，多一点知足常乐情怀，不去刻意争那些不该争或意思不大的东西，不给自己定下太高的人生标准，不和这个比和那个比，不设置太多不切实际的奋斗目标，适当放弃一些身外之物，减一减太盛的名利之心，岂不是“本来无一物，何处惹尘埃”？

对待生活中的不幸，少想不顺事，多想美满事，此乃于右任的人生态度，也很管用。他曾写过这样一副对联：“少思八九，常想一二”，横批是“如意”。既然“不如意事十常居八九”的大趋势无法改变，那何妨索性把悲与喜看淡一点，忘掉那不顺心的“八九”，这正是达观者的生活态度。想想看，虽兵荒马乱，颠沛流离，于老仍得享长寿，盖因于此。

总第 6128 期 配图 竺仕宝 投稿邮箱：essay@cnnb.com.cn

