

小心你的念头

● 郭怡欣

看到一段话：“注意你的思想，因为它会变成你的语言；注意你的语言，因为它能变成你的行动；注意你的行动，因为它能变成你的习惯；注意你的习惯，因为它会塑造你的性格。”这话听着像老生常谈，却揭示了一个朴素而深刻的道理：我们的命运并非天降，而是己造。

思想是一切的源头。脑子里转的每一个念头，都像一粒种子，藏着未来的模样。积极的想法如阳光，能照出前路的明朗；消极的念头则像阴霾，可能遮蔽方向。古人云“言为心声”，一个人常说的话，往往就是他思想的直接流露。这就像心理学中的“自证预言”，人总会不自觉地去验证自己深信不疑的事。

语言不只是思想的出口，更是行动的催化剂。马丁·路德·金一句“我有一个梦想”，点燃了千万人争取平等的行动；乔布斯用“改变世界”的宣言，凝聚起团队将概念变为现实。反之，若语言里充斥抱怨与挑剔，首先消磨的便是自己的斗志。你说出的话，会在耳边不断回响，因为大脑对自己说出的话最为相信。故而，慎言不是为讨好他人，实是对自己负责。

行动在重复中沉淀为习惯。爱迪生发明电灯，上千次的尝试将“不放弃”固化为习惯；敦煌的画工经年累月地描摹，让艺术信仰成为笔尖的惯性。习惯的力量在于，它让我们在不知不觉中按既定模式行事。好的习惯，如每日读书、早起锻炼，是益友良师；坏的习惯，如拖延、沉迷，则如无形枷锁。习惯的养成，是行动在时间中的积累，悄然重塑着我们的生活轨迹。

习惯日久，便雕琢出性格。曾国藩天资平平，却凭每日读书、写日记的习惯，练就了“坚忍拙诚”的品格，成为晚清名臣。性格是这些稳定心理特征的综合，决定了我们待人接物的态度和应对挑战的方式。一个乐观坚韧的人，更容易找到突破困境的途径。

最终，是性格在为命运铺路。项羽刚愎自用，终致兵败乌江；刘邦知人善任，成就大汉基业。命运的差异，早藏在性格的底色里。但命运并非不可改变。当我们意识到自身性格的局限，可以通过学习与修炼来调整，从而改变命运的走向。“命运掌握在自己手中”不是空谈，它意味着我们要为自己的念头、言语、行动和习惯负起全责。

所以，要改变自己，不妨从留意和选择每一个细微的念头、每一句说出口的话开始。多鼓励自己“你一定可以”，多看事情好的方面。通过不断反思和调整，让思想更积极，行为更得当，习惯更良好，性格更完善。如此，我们才能真正成为自己命运的塑造者，书写属于自己的生命篇章。

毛德昭这般“敢言”，看似不畏强权，实则色厉内荏。面对不能决定他生死的人，他大言炎炎、泰然自若；可面对真正权势滔天的秦桧，他却只能捂耳逃窜，连一句评价都不敢说，更别提直言批评了。原来毛德昭所谓的“敢言”，是划了“安全区”的——安全区内，他便敢放言；安全区外，他则噤若寒蝉。

古往今来，文人风骨从不在嘴上，全在事上见真章。像毛德昭这样靠“敢言”博取声名的人，终究纸里包不住火。只因一经权力检验，他们那所谓的“文人风骨”便立刻露了原形，除了落荒而逃，再无半分往日的风光。

敢言

● 敲棋客



因为“怕”，所以“不怕”

● 林永芳

彼时，蒙古大军不仅在数量上碾压守军，更挟横扫欧亚之威。蒙将史天泽扼守钓鱼城南岸东山，封锁嘉陵江面；汪德臣攻西侧镇西门；纽璘、刘元振分别在北侧、东侧集结。蒙军先后攻破西一字城、南水军码头，北水军码头、北一字城、南部东西一字城、始关门、小东门亦随之陷落。

但王坚似不知“怕”字为何。早在追随孟珙时，他便率小分队潜入敌后，焚毁蒙古军储于顺阳的船材；接手钓鱼城后，又全力囤积粮食、加固防务，做好死守准备。蒙哥派宋人晋国宝劝降，王坚直接将其斩杀，不留后路。面对重围，他与副将张珪组织一轮又一轮抵抗，还伺机主动出击，曾亲率敢死队从地道突袭石子山大营，试图刺杀蒙哥，终因敌众我寡未能如愿。

王坚人如其名，志比钢坚。这让人想起冉璉、冉璞兄弟向余玠建议筑山城时所言：“蜀口形胜之地莫若钓鱼山，请徙诸此，若任得其人，积粟以守之，贤于十万师远矣。”王坚，正是那个“任得其人”的最佳人选。在他带领下，军民同心，钓鱼山的优势被发挥到极致，其作用远胜10万雄师。

王坚真的无所畏惧吗？并非如此。他的“不怕”，恰恰源于他的“怕”——怕身后合川百姓蒙难，怕大宋江山蒙尘。这份“怕”，正是钓鱼城军民拼死御敌的力量之源。

蒙哥究竟是被守军击伤而死，还是染瘟疫而亡，已不重要。重要的是，他因钓鱼城久攻不下而死。“上帝之鞭”折于钓鱼城，各路蒙军攻势骤停，远征埃及的旭烈兀、攻打鄂州的忽必烈皆撤军争夺大汗之位。蒙古陷入内乱，非洲、欧洲免于灭顶之灾，南宋国祚亦延长20年。

16年后，元丞相伯颜攻常州，守将王安节与战友坚决不降。城破后，王安节率死士巷战，受伤被俘，直言：“我是王坚的儿子，怎会投降？”最终慨然就义。

此刻若独立钓鱼城，耳边似能响起《孤勇者》的旋律：“爱你孤身走暗巷，爱你不跪的模样，爱你对峙过绝望，不肯哭一场……”

清风簌簌，江涛汨汨，仿佛听见750年前的独白穿云而来：我不怕刀枪斧钺，只怕护民不力；我不怕千难万险，只怕守土失责！

金庸《神雕侠侣》中有一段虚构情节：南宋末年，蒙古重兵围攻襄阳，危急时刻，“神雕侠”杨过掷出石块，正中蒙哥后心，致其毙命。蒙军大乱，南宋得以死里逃生。

这自然是小说家言。史上蒙哥之死，实际发生在重庆合川钓鱼城，而非襄阳；令蒙哥殒命的，是南宋名将王坚率领的守军。

公元1259年，王坚的处境已近绝境。蒙古兵分三路侵宋，西路由蒙哥亲率主力直入巴蜀，余玠苦心构建的“四川八柱”山城防御体系（云顶、运山、大获、得汉、白帝、钓鱼、青居、苦竹）已失其七，仅剩钓鱼城孤悬支撑；南宋境内，多员将领不战而降；吕文德率水师逆流来援，又遭蒙军水陆夹击溃败，此后钓鱼城彻底断绝外援。

钓鱼城虽扼嘉陵江、涪江、渠江三江咽喉，周边悬崖陡直、地势险要、易守难攻，但在蒙哥眼中，不过是其庞大战争机器下待碾的要塞。要知道，从高丽、波斯、花刺子模到伏尔加河流域，再到四川境内其他城寨，从未有堡垒或军队能真正阻挡蒙古帝国的铁蹄。

生活就像冒死吃河豚
肉质紧致触齿如凝脂沁膏
鲜香四溢绕舌若云雾缭绕
河豚味极美毒性却也极高
冒死吃河豚似刀尖上舞蹈
听店家详解河豚中毒征兆
忽觉头眩晕冷汗微微微冒
又觉舌尖麻指尖似群蚁咬
难不成已经中毒性命难保
生活就是这样：
吃河豚未中毒却现中毒状
现中毒状身体却安然无恙
此为心理暗示所催生虚妄
生活处处有心理暗示现象
常闻有人拿错体检生死状
健者误信霎时瘫软心发慌
易受暗示者之所以陷迷惘
概因缺少丰富的知识涵养
学养深厚者有定见不彷徨
大抵不迷信种种神秘力量

文/阿福 图/勾霖

生活就像冒死吃河豚



灶台物语