

前些时,在书店看见一本《欣慰的纪念》,许广平先生的再版著作。很想买,看了看价格,要80多元,犹豫一下又放下了。回到家,还惦记着那本书。第二天,不吃早饭就跑到新华书店,谁知书都已经卖完了。之后,一连几天吃饭不香,就像走失了一位好朋友。

读万卷书,行万里路,对于普通的百姓来说,是个很奢侈的梦想。如今有钱人多了,行万里路的多了,但读万卷书的却越来越少。俗话说,好花只开三两枝,好书要读三五本。人的精力是有限的,必须要有选择地读,要读好书,读经典,尽量别碰垃圾书。

啥是好书呢?能够脱口相传,经过历史淘汰,流传至今的书就叫好书。就文学书籍而言,《红楼梦》《三国演义》《水浒传》《西游记》就是好书,是至今仍被口口相传的经典名著。清代有学者说过,开口不讲《红楼梦》,读尽诗书也枉然。

“书中自有黄金屋,书中自有颜如玉,书中自有千钟粟”,那是旧时代诱惑读书人的口号,带着功利读书,结果会越读越糟。如今行走在大街小巷,到处可见低头看手机的年轻人,捧书阅读的却寥寥无几。

高尔基说,书籍是青年人不可分离的生命伴侣和导师。这话很有道理,与书为伴就能修身养性,提高自己。每个人在生活中都不会一帆风顺,总会有些坎坎坷坷。激烈的社会竞争和快节奏的生活,常常压得我们喘不过气来。据世界卫生组织调查,心理疾病已经成为威胁人类健康的重要杀手之一。放松心情有很多途径,读书就是最重要、最实用、最便捷、最经济的方法之一。

皮罗果夫说,一本好书,就是一个好的社会,它能陶冶人的情感 and 气质,使人高尚。当你手捧书卷,书中主人公的大喜大悲会让你感慨万端,想想心里的那点忧愁烦恼就不算什么了。人生几十年的光阴一转眼就过去了,你又何必计较一些毫无疑义的事情呢,鸡争鸭斗,你死我活,为的是一己之私一时之快。活着三碗饭,躺卧三尺床,当你想明白了这些道理后,你会发现,困惑也好,惭愧也好,失望也好,都是自己画定的心牢,你只需舍弃一点,学会放手,就会转换心情,走出另一方天地,外面的阳光就像童年一样美丽。

读书让我们有了一双智慧的眼。我们看到了文明的传承,与我们的祖先先辈进行心灵的交流。

在读书的那一刻,我们总能发现有收获。夜晚,当我们看着满天星斗,就有了探索宇宙的愿望;当我们看到路边的玉兰花,你会想象,是什么样的力量,让一朵花的色彩如此艳丽动人?当我们读到泰戈尔的诗歌,你会感受诗人的胸怀有多宽广,诗句有多美妙。同样,当我们应付生活中形形色色的考试时,有的人敷衍塞责,投机取巧,只求过关。而喜欢读书的人,都会认真应对,从中发现容易被忽略的知识,牢记在心,充实自己,把考试当成一场劳动的收获。读书让我们增长智慧,陶冶情操,充实自己,让我们在人生的道路上不断成长。

人生可以没有宏大的理想,也可以没有太多的奢望。但你总是要读上几本好书,也不枉到这个世界上走一遭。闲暇之际,一把椅子,一杯信阳毛尖,一本《红楼梦》,怡然自得,真痛快呀。

好书要读三五本

侯国平



六一儿童节前夕的一天早晨,我和同住一层的七岁小朋友亮亮一起乘电梯下楼。我问还睡眼惺忪的亮亮:“六一儿童节你准备干什么呀?”亮亮顿时两眼放光:“撒欢玩一天,什么补习班都不上!”说着,还战战兢兢地斜睨了妈妈一眼。亮亮妈妈立刻表示不同意见:“那可不行,你前几天生病落下的钢琴课,就靠六一这天补上呢,早就给老师约好了!”亮亮的眼神马上变得暗淡了,他知道反抗也没有用。于是,长叹一口气,用与他这个年龄极不相符的口气说:“活得真有意思!”又引来亮亮妈妈一声呵斥:“胡说!”

说到“撒欢玩”,我不由想到我的少年时代。那时固然没有电视,没有电脑,没有游戏机,没有“嘉年华”,但我们一样玩得欢天喜地,玩得丰富多彩。只要一放学,做完作业,那就是我们的天下了,不是下河戏水、摸鱼,就是上山摘花、采果。春天摘桑叶、放风筝,夏天拾麦穗、弹玻璃球,秋天捉蛴螬、看斗鸡,冬天堆雪人、打雪仗。每次都是玩得灰头土脸却又兴高采烈,不是大人喊几遍,就不会回家。至今想起,还是非常美好而温馨的回忆。而且,虽然当年没有那么多的作业,更没有名目繁多的课外辅导班,父母也没有对我们有什么望子成龙的期盼,但这都没有影响我们健康成长,照样有许多人成为各行业的栋梁之材。今天的孩子生活条件太优越,物质的

最好的礼物

齐夫



东西太丰富,父母的期望值太高,孩子的学习负担也太重。我见过左邻右舍不像亮亮这样的孩子,平时忙着上学,早起晚归,十分辛苦。到了节假日就更忙了,上完钢琴班上绘画班,补习完英语又去补习语文,如牛负重,连放假想“撒欢玩”一天都成了奢侈想法。可这样培养出来的孩子就一定成才吗?我来看未。

爱玩是孩子的天性。一个正常的孩子,应该爱玩、会玩,在玩中学习,在玩中认识世界,在玩中增长知识,在玩中健康成长。如果强行剥夺孩子玩的权利,逼着他们去学他们没兴趣的东西,去干大人干的事,奉行秋令,拔苗助长,这样的孩子也许学习成绩确实不错,会几样技能,但心理性格可能是不健全的,生活自理的能力也不会多强,将来走上社会也很难获得成功。

上世纪40年代,著名教育家陶行知先生提出培养儿童“六大解放”: (1)解放小孩子的头脑。把儿童的头脑从迷信、成见、曲解中解放出来。(2)解放小孩子的双手。因为人类的活动靠双手进行,不许小孩子动手会摧残创造力。(3)解放小孩子的眼睛。使眼睛能看到事实。(4)解放小孩子的嘴巴。有问题准许问,有话敢说。(5)解放小孩子的空间。让孩子去接触大自然、大社会,扩大眼界,以发挥其内在的创造力。(6)解放小孩子的时间。给儿童个体学习、活动的自由时间。陶先生说得比较全面而且理想化,可能不容易完全做到。我以为,最重要的是,要解放小孩子的空间和时间,适当给他们玩的机会。玩,也是孩子不可或缺的学习。

六一儿童节到了,作为家长,如果是真爱孩子,就让孩子无拘无束、无忧无虑地“撒欢玩”,这就是送给孩子最好的礼物。

遇见未知的自己

曲令敏



那天,和朋友们说了一句话,雨声贯耳,再不是满世界的离愁别恨。温爱不在别处,生活也不在别处,它就在每个人自己的手边。有句话叫“练习死亡”,从苏格拉底扯到现在,想来也都是不着边际的闲篇。要让我说,人来到这世上,不是为了练习死亡,而是为了享有每时每刻的活色生香。

晚上回到家,雨还在下,《二泉映月》响起的时候,我打开了那瓶智利红魔鬼。举杯在手,不为消愁,只为卸甲归真。微信上说:“这个世界,没有一种痛苦是单为你准备的。”一句话道尽了林林总总,所有的苦和愁,还有怨和恨,都是自找的。

窃以为,人在世间就几十年,最重要的还不是练习死亡,而是练习独处,练习自洽。因为谁也替不了谁的爱恨情仇,连一日三餐也不能。无可挽留的生命在指尖滴落,泪水也好,汗水也好,口水也好,它们止不住地流啊流,伴随着秒针的节拍,不快也不慢,日复一日,年复一年。既然如此,何不调整好心态,一任它点点滴滴,点点滴滴,廓清浑浊,只求一个和光同尘,平静安然……

朋友推荐一本书——《遇见未知的自己》,买来一看,封面上印着“华语世界第一销量过百万的身心灵必读的经典”。“身心灵必读”,好大的口气,比成功学还牛不知多少次方呢!转念又想,一脸灿然的朋友文子,和众人一样被酱在物欲横流的俗世红尘,却因了年年岁岁南海北地“驴”,与大自然这个宇宙能量场息息相通,得以享有了逍遥天地间的大自在,所以视域宽广、心域也开阔。这么一个人说好,肯定值得一读。

一读之下,果然有收获,陀螺一样疯狂旋转的现代人,迷失在外物碎片的龙卷风中,咬着欲望的尾巴不停地转圈,不知不觉,将宝贵的生命变成了赚取名与利的工具,迷失了本性。世界就在那里,我们却视而不见。从情场到职场,从虚名到实利,无不成为花花绿绿的名片,就像晃动的猴子眼前的各色花帽,吸引众人你争我抢,实在是累且蠢。忙心自问,年过花甲,依然不消不停,我这是忙什么呢?不可深究,一究就露出了真相,无非是虚名浮利稻粱谋而已!浮光掠影把书看过,有点明白了什么叫身心灵必读。人总是收不住开水锅一样的胡思乱想,对出现在脑海里的东西西毒鬼迷心窍照单全收,想让简单明白本真如初的自己逃出尘网,还真得借助身体这条必由之路,借助当下的感觉——每寸肌肤上的冷热酸麻痒,锁住心思这匹野马,穿过重重沸水乱激的幻河魔谷,沉入潜意识,调整好人生这驾马车,慢慢地接近真实的自我,那个泰山崩于前而心若止水的大我。这是一条幽深的探洞之路,未知的险难等在未知的前方,打通重重关隘,才能遇到人从来都不曾谋面的自己——让你大吃一惊的陌生的自己。

有路可通吗?书上说有,瑜伽,冥想,参禅打坐等等等等,可对于我来说,这些功夫太过高深。书上又说了,走路总会吧?呼吸总会吧?洗衣做饭总会吧?秘籍只有两个字——专注,专注于当下此刻的具而微。比如,这会儿,好狗泰格暖烘烘地偎在脚边,它的小呼噜让敲敲打打窗玻璃的夜雨有了温情,有了散朗舒心的美意……遇见未知的自己?说真的,有点难。张德芬若是真的遇见了深不可测的那个自我,将大好人世的荒唐看了个底朝天,她还会费心巴力,耗时五年,弄出这么一本“都市身心灵修行课”,并且大卖特卖,赚个盆满钵满吗?世界就在那里,可我还是不知道,你是谁,我是谁……不过没关系,只管向前走啊,也许有一天,我真的遇见了素面朝天的自己,呵呵一笑,一切都释然了。

母亲的新工作

葛鑫



母亲今年七十岁,原来是中学老师,退休前在学校育人,退休后转战大江南北,帮着我们兄妹继续育人。如今,我们的孩子已经长大了,育了一辈子人的母亲也从“岗位”上退了下来。退下来的母亲就像一部老车,各处的零件都稀里哗啦地响,整个人的状态也很消沉,终日唉声叹气,感慨自己的无用。我们兄妹三天各一方,不能近前陪伴。一时间,母亲就像霜打了般,直接抑郁了。“妈,我最近因工作需要,建了几个朋友圈,需要有人帮着管理,给我搜集一些写作素材,你看亲友的这个圈你帮我管一下如何?”假期回家,我对母亲说。

“你们小年轻的东西,我不懂,再说我老眼昏花的怎么帮你啊?”母亲有点怯怯的,两眼却放出了些不易察觉的光彩。我拿起母亲的手机,指着我已悄悄下载好的微信说:“你看这些人全是我那些七大姑、八大姨,你每天有空的时候就帮我留意着点儿,看他们说什么、做什么,你愿意回复,就按住这里说话,他们就能听到了……”母亲拿着小本子认真地记下了我的话。

“你哥烧的‘一笋俱笋(损)’看着卖相很好,名也取得有意思,没想到他还有这一手。”“你表妹种的花开得真漂亮!”“前几天,你小姨去爬山了,六十多了身子骨还真不错。”“你大表哥前段时间去了德国,那里的天可真蓝!”母亲隔三岔五地给我“汇报”着亲友们的信息,言语里透着工作时特有的自信、声音也洪亮起来。当然,她朋友圈里的亲友,我朋友圈里也都有。看着母亲在新的岗位上忙碌着,心中略感欣慰。不久,母亲不仅学会了点赞,而且还会做一些简单的评论。一直对我们兄妹十分严厉的母亲,竟然会公开在朋友圈里表扬起我们来。“丫头文章写得不错,加油!”“小弟能每天坚持走十公里健身,值得表扬!”“会烧饭的男人才是最智慧的男人,赞一个!”每次看到母亲在朋友圈里点赞、评论,我心中都暖暖的。不管走到哪里,母亲的关注都跟着我们,母亲也不再觉得我们远离了她,不再需要她了。“妈,你工作做得不错!”一天,我给母亲留言,“放假我要回去,你看着组织一下群里的亲友聚会……”母亲看到我的留言,就像接到“圣旨”般,用语音给群里的亲友们下“通知”,接到“通知”,大家纷纷响应。母亲又用微信把聚会的人数和地点“汇报”给我,那认真、干劲,绝不亚于她当年做班主任。有了帮我管理朋友圈的新工作,母亲精神倍增,身体也硬朗起来,抑郁症早不知飞哪去了。



“凌波仙子”

沈俊峰 摄

到古诗中避暑

张前

古人没有风扇空调,炎炎夏日,或栖于树荫下,或倚靠在水畔亭旁,避暑的方式完全是自然的。古人把自己的感情倾注于笔端,于是,便有许多脍炙人口的避暑佳作流传下来。

正所谓“大树底下好乘凉”。坐在树下或走进竹林,是古人普遍采取的乘凉方式。南宋杨万里《桑茶坑道中》浮动着一个牧牛的小童为避酷暑睡卧树荫之下的悠闲情趣:“清明风日雨千时,草满花堤水满溪。童子柳阴眠正着,一牛吃过柳阴西。”唐代王维为消暑,抱着古琴走进幽深碧翠的竹林,席地而弹,乐而忘返,给后人留下了千吟不厌的《竹里馆》:“独坐幽篁里,弹琴复长啸。深林人不知,明月来相照。”

临水之地也是古人避暑的佳处。炎炎夏日,若得一处亭台楼阁桥畔相伴着算是纳凉人的福气。杨万里《暑热游荷池上》云:“细草摇头忽报秋,披襟拦得一西风。荷花入暮犹愁热,低面深藏碧伞中。”诗中,作者采用了拟人化的手法,用“愁热”与“深藏”两词反衬出静谧而安宁的荷塘,的确不失为一个美妙清凉的世界。对此,陆游也深有同感:“携杖来追柳外凉,画桥南畔倚胡床。月明船笛参差起,风定池莲自在香。”此诗表现的是在莲花池边和柳树荫里月下乘凉的乐趣——杨柳随风飘拂,荷花送来清香,在画桥畔倚床休憩,欣赏船家悠扬的笛声,真是盛夏酷暑时的一种美妙绝伦的享受。

当然,“心静自然凉”。这一点,在古人的诗中,也多有描述。宋代梅尧臣的诗说得妙:“高树秋声早,长檐暑气微;不须何朔饮,煮茗忘自归。”唐代诗人白居易喜欢独坐院中,迎着徐徐清风而自得其乐。他在《消暑诗》中写道:“何以消烦暑,端坐一院中。眼前无长物,窗下有清风。散乱由心静,凉生为室空。此时身自保,难更与人同。”

在炎炎夏日,品读古人的纳凉诗句,其实就是在乘古诗的凉意,消自身的暑气。这等上好的乘凉方式,既有情、有感,又有趣、有味,别具一格,就像品一杯菊花茶。届的国际素食文化博览会,有幸来到大觉寺,一睹星云大师的佛颜风采。宜兴大觉寺始建于南宋年间,迄今已有七百多年的历史,星云大师曾在此出家。“文革”期间,大觉寺被毁。1989年星云大师返回宜兴礼祖,立志复兴祖庭,乃重修大觉寺,并命名佛光祖庭。走进大觉寺,可以明显感觉到这座寺院与通常的寺院有很大不同,这里没有烟雾缭绕的香火之气,处处散发的是佛学禅宗的文化味道,不论山门北侧高六米、长两百米的“佛陀行化图”巨型浮雕,大殿外回廊上十二幅星云大师一笔字书写的“佛陀经偈”和十二幅浮雕彩绘“佛陀行化本事图”,还是滴水坊里的书香茶韵,美术馆里的水墨情怀,都充分体现了星云大师“以文化弘扬佛法,以教育培养人才,以慈善福利社会,以共修净化人心”“给人信心、给人欢喜、给人希望、给人方便”的“人间佛教”宗旨。在这里,游客不知不觉中与佛接近,受到感化。在素博会开幕式上,当八十九岁高龄的星云大师乘着轮椅被推入会场时,台下的宾客不约而同站起来向大师挥手致敬,问候声和掌声响彻会场。可以听得出,这问候声和掌声是带着深深情感的,是大家对这位佛学大师发自内心的敬仰、爱戴和祝福。

在服务过程中,我们得到了会场义工的热情服务,他们都是宜兴的普通市民,共有六百多人。早上六点,这些市民就从宜兴各地赶到了大觉寺,打扫庭院,布置会场,为来自世界各地的游客提供服务。他们享受着宜兴的美,保护着宜兴的美,同时,也在创造着宜兴的美,他们是宜兴当之无愧的主人。宜兴,一座打动人心的城市!

宜兴,一座打动人心的城市!



茶禅四月到宜兴

平山

和中国优秀旅游城市、国家生态城市、中国最具幸福感的城市,以一名普通游客的感受去评判,宜兴当之无愧起这些荣誉。

人文荟萃 名家辈出一座城市,有历史才有底蕴,有文化才有内涵。宜兴这片中原文化和吴楚文化的交汇、交融之地,既有古代经济文化演变发展的风雨历程,也逐渐形成了自己独具魅力的阳羡山水地理和民俗风情文化。源远流长的宜兴地方文化神韵,使得李白、苏东坡、唐寅、文徵明、仇英、石涛等历代文学艺术家,都钟情这块神奇多情的土地,纷纷来此游历讲学。当获知自秦代建县以来,这里先后出过4位状元、10位宰相、400多名进士、900多名举人,现当代又涌现出26位两院院士、近百位大学校长、8000多名教授,徐悲鸿、钱松壘、吴大羽、尹瘦石、吴冠中等艺术大师的籍贯也都在宜兴时,我们这些游客被震到了!为什么这里能诞生这么多学术巨擘、艺术大家?是中原文化与吴楚文化的碰撞交融,是宜兴自古以来崇文重教、耕读传家,抑或是这里绝佳的风水?在周潜源故居、徐悲鸿故居、吴冠中艺术馆、游客或许能找到自己的答案。

陶茶辉映 誉满天下要说宜兴最有名的特产,非紫砂壶莫

四月下旬,受邀到宜兴进行采风,三天的旅程,不由得从心底里喜欢上了这座江南小城。

山水秀美 生态宜居宜兴古称阳羨,荆邑,地处江苏省南端,东面是烟波浩渺的太湖,南部是连绵起伏的宜南山区,一望无际的竹海,千姿百态的溶洞、郁郁葱葱的茶园、风景秀美的太湖,成就了宜兴“阳羡山水甲江南”的美誉。身在繁华的长三角都市圈,处于强大的苏南经济阵营,当下的宜兴并没有被工业时代的漫天烟尘所遮蔽,依然保持着清水芙蓉般的天生丽质。这里的天空碧蓝如洗,这里的水绵软甘甜,这里的空气清新湿润且略带花香。漫步宜兴街头,远有绵亘的苍山,近有纵横的秀水,大片大片的香樟林郁郁葱葱、油绿欲滴,一丛丛盛开的杜鹃花、茶花点缀其间,路边的建筑无论厂房还是民居,都建造考究,高低、式样、色调虽各有不同,但都保持着江南建筑的风韵;从高铁站有发往各个景区的免费旅游直通车,公共自行车存取点遍布市区街头,在市区近十公里的漫步中,没有见到一块缺损的地砖和凹凸不平的路面。这里的各种特产,不论天然的还是人造的,入眼都给人和谐的质感,入心都让人感到舒适祥和。