

感悟时光



一岁将尽,便进入一种此间特有的气氛中。平日里奔波忙碌,只觉得时间的紧迫,很难感受到“时光”的存在。时间属于现实,时光属于人生。然而到了年终时分,时光的感觉乍然出现。它短促、有限、性急,你在后边追它,却始终抓不到它飘举的衣袂。它飞也似的向着年的终点扎去。等到你真的将它超

越,年已经过去,那一大片时光便留在过往不复的岁月里。
今晚突然停电,摸黑点起蜡烛。烛光如同光明的花苞,静静地浮在漆黑的空间里;室内无风,这光之花苞便分外优雅与美丽;些许的光散布开来,朦胧依稀地勾勒出周边的事物。没有电就没有音乐相伴,但我有比音乐更好的伴侣——思考。
可是对于生活最具悟性的,不是思想者,而是普通大众。比如大众俗语中,把临近年终这几天称作“年根儿”,多么真切和形象!它叫我们顿时有感,一棵本来是绿意盈盈的岁月之树,已被我们消耗殆尽,只剩下一点点根底。时光竟然这样的紧迫,拮据与深浓……
一下子一年里经历过的种种事物的影像全都重叠地堆在眼前。不管这些事情怎样庞杂与艰辛,无奈与突兀。我更想从中找到自己的足痕。从春天

落英缤纷的京都退藏到冬日小雨空蒙的雅典德尔菲遗址;从一个活动到另一个活动中,究竟哪一些足迹至今清晰犹在,哪一些足迹杂沓模糊甚至早被时光干干净净一抹而去?
我瞪着眼前的重重黑影,使劲看去。就在烛光散布的尽头,忽然看到一双眼睛正直对着我。目光冷峻锐利,逼视而来。这原是我放在那里的一尊木雕的北宋天王像。然而此刻它的目光却变得分外有力。它何以穿过夜的浓雾,穿过漫长的八百年,锐不可当,拷问似的直视着任何敢于朝它瞧上一眼的人?显然,是由于八百年前那位不知名的民间雕工传神的本领、非凡的才气;他还把一种阳刚正气和直逼邪恶的精神注入其中。如今那位无名雕工早已了无踪影,然而他那令人震撼的生命精神却保存下来。
在这里,时光不是分毫不曾消逝吗?

植物死了,把它的生命留在种子;诗人离去,把他的生命留在诗句里。
时光对于人,其实就是生命的过程。当生命走到终点,不一定消失得没有痕迹,有时它还会转化为另一种形态存在或再生。母与子的生命的转换,不就在延续着整个人类吗?再造生命,才是最伟大的生命奇迹。而此中,艺术家们应是最幸福的一种。唯有他们能用自己的生命去再造一个新的生命。小说家再造的是代代相传的人物,作曲家再造的是他们那个可以听到的迷人而永在的灵魂。
此刻,我的眸子闪闪发亮,视野开阔,房间里的一切艺术珍品都一点点地呈现。它们不是被烛光照亮,而是被我陡然觉醒的心智召唤出来的。
其实我最清晰和最深刻的足迹,应是书桌下边,水渍的地面上那两个被自己的双足磨成的浅坑。我的时光自己

被安顿在这里,才不会消失,而被我转化成一个个奇异又鲜活的生命,以及一行行永不褪色的文字。然而我一年里把多少时光抛入尘嚣,或是支付给种种一闪即逝的虚幻的社会场景。甚至有时属于自己的时光反成了别人的恩赐。检阅一下自己创造的人物吧,掂量他们的寿命有多长。艺术家的生命是用他艺术的生命计量的。每个艺术家都有可能达到永恒,放弃掉的只能是自己。是不是?
迎面那宋代天王瞪着我,等我回答。我无言以对,尴尬到了自感狼狈。
忽然,电来了,灯光大亮,事物通明,恍如更换天地。刚才那片幽阔深远的思想世界顿时不在,唯有烛火空自燃烧。再看那宋代的天王像,在灯光里仿佛换了一个神气,不再那样咄咄逼人了。
我也不用回答它,因为我已回答我自己了。

寒夜常忆小瓦炉

◆丁纯

岭南之冬,虽然没有北方地冻天寒,冷的时候也考验人,气温稍低时,我怀念诗意的雪夜:大雪纷飞的夜晚,一家人围炉夜话,打火锅,谈天说地。“晚来天欲雪,能饮一杯无?”那种温情,是钻入人的记忆深处的。
诗意终究是诗意,那个年头,很少有取暖的工具。冷得撑不住了,燃一抱柴草烤烤火。而我家还好,那时有一只自做的小瓦炉。
那时,数九寒天,在小学任教的父亲找来几片瓦,用铁丝箍起了小瓦炉,瓦炉被铁丝裹得结实,父亲在炉的内胆糊上黄泥巴,再找些钢条作为炉条……简陋而实用的小瓦炉造成了。瓦炉虽小用处大,有了炉子,生活真是方便多了,洗菜、摘番薯、做饭、洗衣服……手不用再碰冷水了。
寒夜,小瓦炉吐着火苗唱着歌,我们围炉聊天。有时,会扯些粉丝烤熟——味道好极了。更多的时候,我们烤花生吃,从麻袋里掏出一把花生,逐一烤熟,香喷喷的花生让无聊的冬夜多了分乐趣。
有时,奶奶用其煨酒,我们也偷着呷一口,辛辣的酒有时呛出眼泪来。有一次,喝多了几杯,晕头晃脑的,怕被训不敢吱声,悄悄地钻进了被窝,外面大雪纷飞,在酒精的作用下,雪温暖而又迷离。
倘若家里来了客人,父亲便在瓦炉上架起小铝锅。炒菜、烧菜……丰盛的晚餐端到了炉边的餐桌上。喝酒自然是要喝醉的,酒酣时也是炉火最旺时,那通红的炉火映红了客人的笑脸。我依稀记得,一位客人告诉父亲:“一定要让孩子考上大学。”还有一位客人随手给我几本杂志,至于是什么杂志,早忘记了,可我记得那场景。
那些年,在温暖的冬夜,既听过《薛仁贵征西》,也听过《夜幕下的哈尔滨》等节目。听着,听着,便进入了梦乡。天亮时,炉火熄灭了。父亲又要捡些干柴“引”炉子。
童年那只小瓦炉,早不知所终,只是那串小火苗,常常让我倍感生活之温暖。

父亲的茶道



◆丁维香

上世纪七十年代,我还是一个孩子,和家人住在一个乡下小镇。那个时候,父亲在镇上的商店做营业员,工资要养活一家六口人。但是,父亲有一个爱好,无论春夏秋冬,清早起来第一件事就是喝茶。
在一个孩子的认识里,只有口渴了才需要喝茶,不明白为什么父亲一早起来就口渴。母亲说,父亲是“茶客”,只是乡下没有茶馆,只好在家里穷讲究。母亲说这话,有点揶揄父亲的意思,但她还是每天早上雷打不动地生炉子烧开水给父亲泡茶。镇上有老虎灶,可父亲嫌从老虎灶打回来的开水已经“停汤”,必须是滚开的水还在沸腾时就赶紧冲泡,才能把茶叶泡开,茶才香。
泡茶的水也是有讲究的。那时农村没有自来水,平时吃用的水都是从镇东头的大河里挑上来倒入家中的大水缸,再用明矾搅动以沉淀杂质。父亲嫌这样的水不够纯净。父亲喝的是“天水茶”。天水就是雨水。

- 梦想不一定能成就你的人生,但一定能丰富你的人生。
- 生活不是诗,是平凡的欢笑和眼泪,是认真做好每一件分内的事。
- 其实活着还算是件美好的事,不在于风景多美多壮观,而在于遇见了谁,被温暖了一下,然后希望有一天自己也成为一个小太阳,去温暖别人。
- 树有经历风吹雨打的时候,纵使在秋风里叶落成泥,来年终会有绿荫挂满枝头;而人也会经历挫折磨难,纵使是悲喜得失无常,总会有苦尽甘来的时候。
- 过自己不想要的生活需要勇气,过自己想要的生活,不但需要勇气,你还得有实力。
- 不好看的人手机很耗电,因为一张图要修一小时;好看的人手机更耗电,因为自拍停不下来。

关于勤奋



作家内村鉴三先生在其所著《代表性的日本人》一书中,谈到了二宫尊德的故事。
二宫尊德只是一个农民,既没有学问又没有财产,16岁时父母双亡,被寄养在伯父家。作为一个佃户,他从早到晚辛勤劳作,只有夜里可以支配自己的时间。他渴望学习,挑灯夜读。但伯父却责骂他浪费灯油。

他无法在夜间读书。尽管如此,尊德却不愿放弃学习。凌晨披星夜间戴月,拼命在田间工作,他在上山砍柴的路上坚持学习。
成年后的尊德,凭借不懈的努力和节俭的生活积攒下来的钱,重新买回了失去的家宅和土地,在农业耕作上做出了杰出的成绩。听说他的事迹后,庄园主们纷纷前来请他帮助,他把一个个贫困的村庄变成了富乡,从此名声大震。
这个故事说明了什么呢?作为一个普通的农夫,二宫尊德并没有接受过正规的礼仪方面的教育训练,只是一把锄头一把锹,每天从早到晚在田间劳作,却也因此把自己的心灵磨炼得纯粹清澈。这就是说,人通过拼命工作,不仅可以得到生活的食粮,而且可以磨炼自己的心灵。

劳动本来的意义,并不仅仅是为了取得报酬。特别是在贫穷的时代,干活、勤奋工作就意味着抑制自己的欲望——想休闲、想偷懒、想玩乐这样的欲望。克制这类欲望,作为结果,就是锻炼自己的心志。
但是,现代社会物质富裕了,为了获得生活食粮而劳动的必要性消失了,不勤劳也能过得去,打零工也能吃上饭,所以不愿意受到约束,不愿意进企业上班的所谓“自由职业者”似乎生活得更为洒脱。更极端的现象是,因为啃啃父母的老骨头也照样能生存,所以高中毕业后不肯就业的年轻人大幅增加。许多过了20岁的年轻人还待在家里“当食客”,无所事事。我认为,这些人从来没有通过劳动磨炼过自己的人格。
我也把认真工作理解为“锻炼心

志、塑造心灵、达至开悟的过程”。就是说,辛勤工作的人不仅可以获得生活的食粮,而且能够抑制自己的欲望,锻炼心志、净化心灵。劳动具有如此重要的功能。
但是,既然时代变了,社会变了,再“回归从前”显然行不通。所以,应该如何弥补富裕社会中丧失的宝贵品德?这是我们必须认真思考的。
确实,在贫困的时代,为了维持生计,人们不得不认真劳作。但劳动的意义如果仅仅是为了吃饭,那么到了富裕时代勤奋的意识就会逐渐淡薄,因此我们就需要找出与过去不同的新的“劳动的意义”。
劳动的目的不只是为了吃饭,劳动更重要的功能就是为了塑造人们的心灵。大家一齐努力工作,就能够塑造心灵,就能够造就品格高尚的人。

挥霍与慷慨

◆周国平

人们常常误认为,那些热心于社交的人是一些慷慨之士。泰戈尔说得好,他们只是在挥霍,不是在奉献,而挥霍者往往缺乏真正的慷慨。
那么,挥霍与慷慨的区别在哪里呢?我想是这样的:挥霍是把自己不珍惜的东西拿出来,慷慨是把自己珍惜的东西拿出来。社交场上的热心人正是这样,他们不觉得自己的时间、精力和心情有什么价值,所以毫不在乎地把它挥霍掉。相反,一个珍惜生命的人必定宁愿在孤独中从事创造,然后把最好的果实奉献给世界。
交往为人性所必需,它的分寸却不好把握。帕斯卡尔说:“我们由于交往而形成了精神和感情,但我们由于交往而败坏着精神和感情。”
其实这就是社交媒体的本质,大

家总是避重就轻地报喜不报忧。但其实每个人都有自己的痛苦和压力,不分享不代表不存在。
与其过于在意别人添加滤镜之后的光鲜亮丽,不如放平心态,把注意力从朋友圈转移到自己真实的生活和自己在乎的人和事上。如果做不到,就先从关掉朋友圈这件小事开始吧。
戒掉多物欲
欲望这个东西,在我过了25岁以后,真的变得很淡。我越来越感受到自己现在想要的东西不断变少,但同时也越来越难得到。尤其是忙起来时,完全不会有购物欲。
想起刚开始赚钱那会儿,我也狂爱买包包鞋子衣服化妆品。我曾买过几只贵包,都是背了两三回之后就藏在柜子里积灰,绝大部分时候只要背个帆布袋子就觉得很舒服很开心。现在回想起来有点后悔,那些买包的包本可以用来买很多自己真正

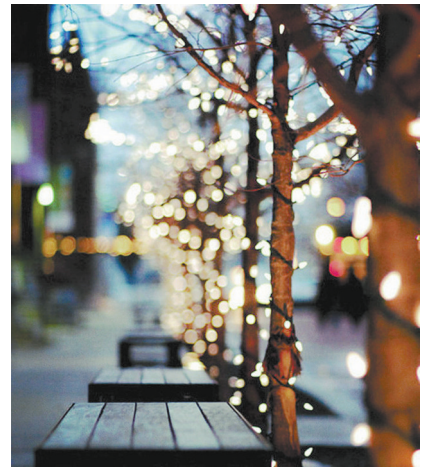
做减法,我拯救了焦虑的自己

◆栗子

需要用的东西,然后经常用,用很多年,再不然用来理财也是好的。
物欲带来的快感,终究是短暂的。过多的外在物品,反而会成为负担。现在遇到自己很喜欢的东西,也还是会拿下,只是买之前会更加认真地思考清楚,这是我真正需要的东西,还是只是想要消费的物欲。除了刷卡下单和收包裹的快感外,我是否还会经常使用这件东西。多年胡乱消费的经验告诉我,打拆买一堆衣服的快乐,远远不如买一件贵但是质地上乘的衣服且经常穿着时的幸福感。
戒掉不健康生活方式
我是一个懒人,不爱运动,能躺着就不坐着。年轻时还很爱熬夜,精力旺盛得不得了。一直到2015年查出乳腺问题,做了手术,算是给我的身体敲响警钟。这两年我基本很少熬夜,早睡带来的直接好处就是皮肤和气色的提升。

现在,上午对于我总是头脑最清醒的时候,做事效率高,多出来的时间能够处理不少事情;出门迎接早晨的阳光也是再惬意不过的事。也开始尝试适合自己的运动方式,太极拳、游泳、瑜伽,动静结合,能很好释放平时生活中的压力和焦虑。
戒掉无效社交
这两年我的社交也减少了很多。社会很现实,大家在乎的都是资源整合、资源置换,如果你不能给别人带来资源,即使你去再多饭局、酒局,加再多微信,也没有人会记住你。提升了自己,做好了手上的事情,人脉自会到来。
在这个浮躁的年代,我们可以一起努力找到适合自己的节奏。减少对他人的过度关注,不做无效的社交,把时间花在为数不多的真正在乎的人和事上。这些,就是25岁以后我学会做的减法。

我在顺风顺水的时候,你往往看不出他人与人的差别;只有遇到挫败时,才能看出人的伟大。教会孩子从追求赢到学会输,可决定孩子一生的命运。
——北京十一学校校长李希贵
我对匠人是这样理解的:匠人首先需要执着,这种执着是一种痴迷的执着;然后要敬业,最后要有职业道德。
——高级工艺美术师朱伟在《一刻talks》中讲述如何成为一个合格的工匠
电子书的阅读体验再好,也无法让你体会在下一页翻出百元大钞的喜悦。
——科技总有所不能
开心时就互夸,不开心时就比惨。
——保持友谊的秘诀
真正能够影响我们一生的,并不是你在哪里上的大学,而是在那里你学到了什么,以及与他人不同的之处。
——斯坦福大学招生官理查德·H·肖写给被拒考生的邮件
零食吃多了,主食就不好吃了。
——培训路上的奔波正侵占着孩子们本该玩耍的童年时光,那些杂乱琐碎的知识正消磨着孩子们对感兴趣事物的好奇心和想象力



都在努力 李景山 作



书柜里必须有一千本以上适合孩子读的书,家里如果只有麻将桌,怎么去指望孩子爱读书?很多家长说,现在网络读书也很方便了。我说捧读纸质书和拿着iPad看书,对孩子气质的养成意义完全不同。
——俞敏洪
一个艺术家心胸的包容量有多大,你今后的世界才会有多大。
——音乐家赵季平