

不可或缺的“少”

□ 李俭

生 活

生活中,许多的人对“多”字颇感兴趣,以至于为了“多”,劳心费神。更有甚者,为求“多”铤而走险,付出惨痛的代价。

其实,与“多”字相反的“少”字,在生活中也是不可或缺的。把握好这个“少”,对人的身心是很有益处的。

嘴上话少,自然祸少。嘴上话少,一谓口头讲话,二谓以书面形式提出意见或发表观点。我们固然并不赞成“三缄其口”,但以心直口快、心口如一为自豪,不分场合、地点,不看说话的对象,不管三七二十一,乱说一通,也会招惹是非。口无遮拦,说错了话,说漏了嘴,如同泼出去的水,是很难补救的。特别是人多的场合,一旦失言,你的话就可能伤害到某个人,给自己招来祸端。正如《淮南子·主术训》所言“口妄言则

乱”,让人无谓陷入困局。古往今来,多有因言语不慎而遭遇坎坷者。宋代苏东坡,其大才千古公认。然其一生屡遭贬谪、流放,与其快言快语密切相关。故此,每每开口或落笔之前,定要三思而后言,益害相权,思之是否益人?是否益事?是否益世?

腹上食少,自然病少。我国早已告别缺衣少食岁月。不过,国人实现小康奔向富裕后,在饮食上却是不那么注意了,“病从口入”变得严峻起来。高血压、高血糖、高血脂的患病率逐年增高,更为可怕的是,在儿童和青少年中,糖尿病的患病人数也在增长。一部分人不讲时间乱吃、不限数量海吃、不分品种通吃,吃坏了自己的健康。科学膳食,腹中食少,病从口入的几率就会减少。

心上欲少,自然忧少。虽然人有七

情六欲,但凡事皆有度,凡事皆有限。一部分人什么都想要,什么都想占,房子大了还想再大,钱财多了还想再多;官位有了,还想发财;有着俸禄想外快,家有老婆想情人。如果不加节制,放开欲望的闸门,势必欲壑难填,后果不可想象。有道是:没有奢望免得失望。减少欲望、节制欲望,自然忧少。

双手不伸,自然患少。大凡手中掌握一定权力的干部,身边总会有一些巴结献媚者、围猎腐蚀者。他们常常以小恩小惠作为“敲门砖”“鱼饵”,为官者稍有不慎,思想上的“溃口”一开,“堤坝”垮塌,势必成为有缝的“蛋”,从而被蚕食而成为腐败分子。教训尤深,万不可放松警惕。不该要的绝对不要,不该伸的手绝对不伸。

——摘自《今晚报》

窄道与宽路

□ 周汉兵

人 生

早上下雨,担心堵车,我比往日提前了10分钟出发。最终,我还是被堵在路上,而且堵在了一段宽路上,进不能进,退不能退。

上班途中,我要经过两段路,一段窄道,双向两车道;一段宽路,双向六车道。

到达窄道路口,前面车辆已经排起了长龙。因为太窄,想超车根本不可能,车辆只能依次缓缓而行。俗话说得好:不怕慢,只怕站。车虽然前行很慢,但秩序井然,并没有想象的那么拥堵,与往日相比,用的时间差不多。

驶入宽路,心情敞亮了很多。正在暗自高兴,今天可以上个早班,没承想前面一下拥堵了,三条道瞬间变成一条道,左右都奋力往中间道挤,立即成了一锅粥。想退,是不可能的,只能蜗牛般挪,结果一段不到300米的道路,40多分钟

也没挤出去。之所以堵车,原来是因为前面有车超速抢道,发生了车祸。

这正应了那句俗语:宽路处不宽,窄路处不窄。路宽时,随心所欲,你争我抢,路就变“窄”了;路窄时,心中有规矩,人人守秩序,道就变“宽”了。

窄与宽,既是一对好伙伴,也是一对好冤家。

宽窄之路,存乎一心。位于安徽省桐城市的六尺巷就是窄变宽的经典。“千里修书只为墙,让他三尺又何妨。”常言道:“退一步海阔天空。”就是主动退出的这小小的、窄窄的“一步”,成就了永恒的宽阔。

世间道路,没有绝对的窄,也没有固定的宽。成都市的宽窄巷子很好诠释了这个道理。乍听起来,似乎窄巷子比较窄,而宽巷子比较宽。但真正到过那里

的人,估计没有谁会去计较哪个是宽巷子、哪个是窄巷子。宽与窄之间,全在感觉。人多的时候,宽巷子就成了窄巷子;人少的时候,窄巷子似乎也成了宽巷子。

柳宗元在《柳州八记》写道:“舟行若穷,忽而无际。”“若穷”转瞬“无际”,窄与宽岂有泾渭分明?

人生之路,更是没有绝对的宽窄。

曾国藩有一个独特的人生哲学,那就是尚“拙”。他曾说,自己天分不高,一生走的都是窄路——笨拙:读笨书、打笨仗、想笨法。然而他又说:“天下之至拙,能胜天下之至巧。”拙,是窄,也是宽。

很多时候,窄的是道路,宽的却是我们的心。此所谓“心宽一寸,路宽一丈”。心宽则心静,进而脚稳、力足,不论道路宽窄,都能心无旁骛,走得很矫健。

——摘自《肥东晚报》

古语的智慧张力

□ 程应峰

文 苑

在人类历史的长河中,积累了数不胜数的智慧,拿为数众多流传下来的古语来说,就是一笔永不枯竭的巨大财富。

有励志劝勉的,如“长风破浪会有时,直挂云帆济沧海”。有人生向往的人,坚信在生命过程中,乘风破浪的时机总会如期而来,到那时,又何愁不能扬起征帆,远渡青天碧海。再如“学如弓弩,才如箭镞”,意思是说,学问的根基好比弓弩,才能好比可以射出去的箭簇,只要依靠厚实的见识加以引导,就可以让才能得到很好的发挥。

有以物见人的,如“众人拾柴火焰高”。众多的人往燃烧的火堆里添柴,火就会燃得旺旺的,火焰势必越燃越高。这里凸显的,是人多力量大的道理。再如“十年树木,百年树人”,喻指要使小树成为可用的木料,需要很长的时间。而培养一个人成才,则需要更多

的时间更多的精力,十分不容易。这句古语寓意着国家、民族、家庭,只有做好人的培育,才能得以接续、繁衍、传承。

有喻情说理的,如“赠人玫瑰,手留余香”,这正是“福来者福往”的映现,一个人付出了,往往会展发由内而外的快乐。一味索取得到的快乐,并不是真正的快乐。这个道理延伸到常态生活中,就是方便别人的同时,也会给自己带来方便;成就别人的同时,也会恰到好处地提升自己。

有为人处世的,如“人之相识,贵在相知;人之相知,贵在知心”,说的是人与人之间互相认识,贵在能够相互了解;而人与人之间的相互了解,贵在能够了解到对方的心灵深处。红尘之中,人一走,茶就凉,是自然规律;人没走,茶就凉,是世情冷暖。于人生,浮生若茶,初品无味,再尝则苦,苦极回甜。其

实,一切皆出于心,心态好一切皆好。当一个人看淡成败得失、恩怨情仇的时候,反倒会顺风顺水、遇难成祥。

有指点迷津的,如“得其大者可以兼其小”,意思是说,人有远大志向,有长远眼光,才能获得稳定的收益。同样,明白了国家大事,就很容易处理好小家的事情了。

有能量满满的,如“心有所信,方能行远”,一个胸怀信念的人,才有可能走出很远很远;一个讲诚信的人,绝无可能断绝自己的去路。

可以说,在时光的淘洗中,流传下来的古语,一定是极具智慧张力的,且能量满满的。这些充满正能量、鼓舞人心的古语,当你随口说出一二的时候,你沉闷抑郁的心胸,会因之顿然开悟,豁然开朗。

——摘自《广州日报》

点 滴

培养自己

□ 徐徐

一些人总指导着别人培养自己,觉得自己一旦被父母、老师、领导、贵人培养,就一定会前途辉煌。当然有这种可能,但倘若自己不是那块料,即便有再多的外在培养,也无济于事。

内因才是事物发展的关键所在,与其期待他人培养自己,不如自己坚持不懈地培养自己:养成好习惯、优性格、棒身体、强意志。

人与人的差别,绝大多数是后天造就的——有些人自始至终不断培养自己,让自己变得越来越好,越来越强;有些人则早早放弃培养自己,放任自流,变得越来越差。

——摘自《今晚报》

守得寂寞

□ 李大钊

近来常听人说:“我们青年要耐得过这寂寞日子。”我想这“寂寞日子”,并不是苦境,实是一种乐境。

我觉得世间一切光明,都从寂寞中发现出来。譬如天时,一年有一个冬季,是一年的寂寞日子。在此时间,万木枯黄,气象凋落,死寂冷静,都是它的特色。可是那一年中最华美的春天,不就是从这个寂寞的冬天发现出来的吗?

一天有一个暗夜,也是一天的寂寞时段。在此时间,万种的尘嚣嘈杂,都有一时片刻的安息。可是一日中最光耀的曙色,不就是从这寂寞的暗夜发现出来的吗?热闹中所含的,都是消沉,都是散灭;黑暗寂寞中所含的,都是发生,都是创造,都是光明。

——摘自《读者》

不完而美

□ 刘墉

劝说朋友,话不必说尽,只要心领神会,便当止住,否则就是啰唆。

亲朋小聚,饮不必求醉,只要快意,便当止住,否则就是酗酒。

做文章,句子不要太显,诡文而谲谏,寓言以讽喻,点景以生情,意味更见深长。

绘画,笔墨不必过周,以拙为巧,以空为灵,含不尽之意于画外,境界更见幽远。

话到七分,酒至微醺,笔墨疏宕,言辞婉约,古朴残破,含蓄蕴藉,就是不完而美的最高境界。

——摘自《思维与智慧》

■ 赠稿邮箱:dtwbzl@163.com

■ 自办发行
单月订价:21.5元



中共大同市委主管主办 大同日报社出版 电话:0352-2050272

编辑部地址:大同市御东行政中心21层22层 邮政编码:037010

承印:大同日报传媒集团印务公司 电话:0352-2429838

广告经营许可证:1402004000009 广告热线:0352-5105678

发行热线:0352-2503915