

为学日益

□ 马翔

人生

为学日益是在做加法，是起点，读万卷书行万里路，孜孜以求锲而不舍；为道日损是在做减法，是终点，绚烂至极归于平淡，既雕既琢复归于朴。

无论做人做事，我们既要拿得起，又要放得下；既能积极进取、勇往直前、自强不息，又能审时度势、随遇而安、厚德载物。

老子在《道德经》中反复强调“无为”“处下”“不争”，这些“消极”的词汇往往给我们一种误解，以为守拙是很容易做到的，其实老子的“损之又损，以至

于无为，无为而无不为”是“得道”的最高境界，是从“看山是山，看水是水”到“看山不是山，看水不是水”再到“看山仍是山，看水仍是水”的渐悟乃至彻悟的终点。

老子真正推崇的是“和光同尘”“光而不耀”“被褐怀玉”“为而不争”的内在卓越与外在质朴，“君子盛德，容貌若愚”。在这个过程中，必然要经过为学日益，在知识、见识、阅历上不断地积累，不断地成长，方能厚积薄发，这里没有捷径。

另一方面，则是不断归纳，不断总结，不断反思，透过现象看本质，化繁为简，最终掌握事物发展变化的规律，达到为道日损的终点。在这一过程中，更需保持内心的纯净，少私寡欲，去除各种杂念和妄想，拒绝各种诱惑，集中自己的注意力，专注于人生最重要的目标，使自己成为一个内在强大外在柔和的人，一个能“善利万物”有益于他人的人，不事张扬，低调平和，不动声色地照亮和温暖他人。

——摘自《辽沈晚报》

错过

□ 李可心

社会

一位著名的俄罗斯演员成名前，有一次到国外参加巡回演出。他到酒店时已是晚上，夜班服务生把房间钥匙递给他后，他就径直上了楼，打开了房间门。房间小小的，只有一个洗浴间，一个衣柜和一只窄窄的长条沙发。

但是，这位演员很满意，因为他刚刚毕业不久，还没觉得自己是一个明星，而且他随身带的行李也不多，房间小点没什么，但是只有一点不好，就是

房间没有窗户，不过也无所谓了。

这次巡回演出整整持续了一个星期。这位演员每天早出晚归，酒店的工作人员见到他时，总是用异样的目光好奇地打量他。

退房的那天，这位演员叫服务生来检查房间。服务生敲门进来后，打开了那扇衣柜门，走了进去，其实这扇门并不是衣柜门，而是房门，里面是一间带全景窗户的大客房……

原来这位演员住了一个星期的地方是这间豪华客房的门厅，睡的是换鞋时坐的鞋凳，衣服他也没想要挂在衣柜里，因为他只带了两件T恤。最主要的是，他根本没想过提供给他的住处应该比这个门厅更好。

这位演员坐下后先笑后哭。他惋惜自己错过了一次享受豪宅的机会，更懊恼自己对自己人生的预期。

——摘自《羊城晚报》

好父母只做“60分”

□ 周云龙

家风

如果给父母评分，满分为100，好的父母是多少分？英国心理学家温妮科特探讨过这个问题。有人将其转译成中文，用了一个出人意料却又十分贴切的词：60分妈妈。

近些年，孩子离家出走、抑郁成疾的事件时有发生，而且当事人年龄越来越小。搜索发现，孩子们的“压力山大”源于课业、学业和就业。压力背后的最大推手，往往来自缺乏理性、缺少常识的父母，来自一群不肯让孩子输（慢）在起跑线上的成人。

今天的父母，很多时候只遵从自己内心的诉求——我家的孩子应该怎样怎样，人家的孩子已经怎样怎样，却忽视自家孩子作为独立个体的兴趣方向、承受能力和进步空间。

心理学家给予高度肯定的“60分妈妈”，她不像100分妈妈，时刻关注你的需求，保护其实是控制你，也不像0分妈妈，以自我为中心，无视你的冷暖。凡事有度，过犹不及。“60分妈妈”，是一个有意义的界定。心理学家提醒，父母对子女的爱，应该是一个从100分渐渐变

成60分的过程。在孩子刚刚出生的时候，父母应当全心全意照料孩子，过了那个时段，父母就不妨一点一点淡出孩子的生活，回到自己的世界。

父母不焦虑最好的办法，就是退出所有微信群。你就会在淡定中愉快地过好多年，然后有一天你会发现，你的孩子是很幸福的人。只做60分，不一定是“退群”。父母们其实可以“卸载”更多更多，有形的，无形的，既是解放自己，更是拯救孩子。

——摘自《今晚报》

智猴的联想

□ 陆布衣

文苑

印度文学中，常常谈到三只智猴：一只闭着嘴巴，一只闭着眼睛，一只捂着耳朵。它们非礼勿言、非礼勿视、非礼勿听，代表着三种美德。

都说文学是生活的提炼，博大精深，含义无限。这三只聪明的猴子犹如三个典型的文学形象，让人浮想联翩。

先说没有道理就不讲的闭嘴猴。谣言的制造及传播者和它恰恰相反，这些“长舌妇”往往是有道理的不讲，没有影子的事凭着猜度乱讲。还有那些官场上的“油子”也是些光说不练的把式，你辛勤工作累弯了腰，他挑剔挑得不亦乐乎，还被认是“有远见”“有才识”。

生活中的闭嘴猴其实更让人警诫。古希腊智者戴真尼斯早就揭示了这种“原理”：我们有两只耳朵，可只有一个舌头，为的是多听少说。咱中国的古训也如黄钟大吕：言多必失，祸从口出，还有“静坐常思己过，闲谈莫论人非”，不时鞭策着喜欢不负责任到处乱说的人。

再说没有道理就不看的闭眼猴。这实在是当今人们修身养性的佳法之一，“不如意事常八九”，那就对看不惯的东西少看，常想一二，常想那让人快乐的一二，不同流合污，起码洁身自好。眼不见为净，咱就图个自在安耽，不看烦心事，一夜睡到大天亮。

那只没有道理不听的掩耳猴更具现实意义。喜听谗词谰言是人性一个弱点，历史上有多少正直之士倒在喜进谰言的小人手里。因为忠言往往逆耳，而献谗词往往能得到好处。但请尽听好话的人不要忘记这样一段历史：喜听易牙、竖刁、开方好话的齐桓公最终落得死后67天无人过问的悲惨下场。

辩证全面甚至钻牛角尖地分析三只智猴的形象意义，它们仍然有明哲保身、不思进取等消极意义。但是，不管怎么说，三只智猴身上值得我们学习的东西太多了。

——摘自《意林》

点滴

靠谱

□ 张希

在市场修鞋的老李，修鞋那叫个仔细，有人嫌他慢，他坐在小马扎上摆手：“慢点儿才钉得牢，不然你走两步又开胶，这不白跑一趟？”没说啥大道理，却把“靠谱”藏在了手艺里。

靠谱光有实在劲儿还不够，得有兑现承诺的本事。前楼老周就露过怯——邻居家水管爆了，他拍着胸脯说“我会修”，结果拆了水龙头装不回去，最后还得请专业师傅，耽误工夫又落埋怨。所以说，靠谱的门道：不随便承诺——承诺了就得有能力兑现，否则那就叫不靠谱。

靠谱不是摆花架子，是骨子里的实在加真本事——答应前掂量事能不能办，能办就办妥帖，别敷衍。如今，不确定成了常态，人总想抓点稳当的。其实，靠谱就是那根稳绳，不随风向变，只跟着良心和本事走。说到底，靠谱是人立身处世的根。你有本事不糊弄不欺骗，人家才敢交心；守着承诺不打折，日子过得才会安稳。普通人经历的多数是柴米油盐之类小事，把小事搞明白、把承诺守到底，就是真靠谱。千千万万人的这份靠谱凑在一起，就是社会最稳的底气。靠谱，是当下对一个人的最好评价。

——摘自《今晚报》

雄鹰和鹈鹕

□ 钱欣葆

一天，雄鹰和鹈鹕在池塘边相遇了。鹈鹕看了一眼雄鹰，说：“你雄鹰外表很平常，没有什么特别的地方。”

雄鹰说：“是的，我的外表是很平常。”

鹈鹕得意洋洋地说：“你看，我的嘴特别长，下面是宽大的皮膜，这是我天生的捕鱼网兜，捕鱼可管用呢，你有吗？”

雄鹰轻轻舞动翅膀，说：“我有有力的翅膀，我用它搏击长空，飞翔蓝天。”

鹈鹕摇摇头，说：“你搏击长空又苦又累，有什么好处？还不如我在池塘里捕些小鱼小虾，既安逸又实惠。”

雄鹰不再说话，“嗖”地一下冲天而起，高高地飞翔在蓝天白云间。鹈鹕一边在池塘中捕捉鱼虾，一边喃喃地说：“雄鹰太傻了。”

只要丢失崇高的信念，就会苟安于平庸的生活。

——摘自《中华日报》