

登山之道

□ 迂夫子

人生

“登山有道，徐行则不困，措足于实地则不危。”司马光此语，不仅道出了登山技巧，更展示了人生智慧，其精要在于“徐”“实”二字。

徐行，既是大地上的一种行走方式，也是人们在时间之河的一段孤独修行。没有谁能经得住顶峰的诱惑，所不同的是，多数人都渴望找到“速成”这条捷径。而真正的攀登者却往往选择那条叫“徐行”的路，他们更喜欢在时间的洪流里扎根，每一步都走得从容有度。

实地，既是接纳人类双脚的坚石，也是安放人的灵魂的根基。世间的诱惑如流沙，一切都是虚浮的，你以为的高地，可能一次沙尘暴之后就变成了沟壑。唯有踏在坚硬的土地上，才能获得有力的支撑，才不致坠落深渊。

事实上，登山之道的深层启示，不仅在于“徐行”和“实地”，还在于从山脚到山腰再到山顶的攀登过程。一路上，我们慢慢攀登，不断调整呼吸，偶尔驻足佳处，既有峰回路转，也有不期而遇。一路

上的风景，才是攀登赠予我们的厚礼。这恰如我们的人生，活着不是为了达到某个终点，而是为了全程的体验与成长。

因此，攀登更像是一场内在的朝圣。它教会我们，以“徐行”的从容，对抗时代的匆忙；以“实地”的坚定，回应世界的喧嚣。当一个人学会了在攀登中与自我和解、与世界深刻对话，那么，无论最终是否抵达峰顶，都已经收获了生命的崇高意义。

——摘自《今晚报》

极简那个“极”

□ 孙香我

生活

一日听朋友说，她近来崇尚极简生活。朋友爱读书爱书法，我就对她说，那你每日的看书写字亦成多事矣。既是朋友，就该坦诚，我直言对所谓极简生活的不以为然。

不是对“简”，是对那个“极”。我也是喜欢简单生活的，吃得简单一点，住得简单一点，消遣简单一点，心思简单一点，这样的人生，其实很洒脱很舒服的。但若是简单到极端，则生活中就一点余裕和悠游都没有了，只成枯寂，就不像人过的生活了。人欲横流，贪得无厌，对物质生活无节制地追求，这是今日之世

的大错，而极简生活则又矫枉过正，一样的不好，一样的不是正常合理的人生。如若所谓极简生活又不过是一种标榜，只是嘴上喊喊，并没有打算真的去实行，这就又近于无聊了，自欺欺人，好没意思。如今世上口号多矣，崇尚极简怕是其一，不过是时髦而已。

再好的东西，一到极端，皆成不好。比如节俭，自是美德。家庭过日子，当然是要节俭的，不可奢华浪费，要知惜物惜福。但若是俭到极端，到了吝啬的地步，也就真可惜可叹了。

极端的不好，其道理是孔子在几千

年前就说过了的：过犹不及。就是教人凡事皆不要做过头，一做过头便适得其反。所以我不是仅仅对什么极简不以为然，我是反感世上一切极端的的东西，不管其名义多么堂皇和好听，极端的的东西，于人于世大都是有害而无益的。

做人做事，要有余地，人生方得自如无碍。而极简生活的“极”，便是不留余地，把自己的人生紧紧挤在墙角处，身心就都被挤得枯枯扁扁的了，没有了自由与生气。我倒是要劝一劝好朋友的：人生是活泼泼的好呢，还是干巴巴的好呢？

——摘自《思维与智慧》

真正的善

□ 木木

文苑

郑板桥画的墨竹誉满天下，但鲜为人知的是，他画的梅花也精妙绝伦。

仕途不顺时，郑板桥曾在苏州以开画铺为生。而离他的画铺不远处，一位叫吕子敬的画家也开着一间画铺。

但是吕子敬只擅长画梅，而且总是标榜自己画的梅花是“远看花影动，近闻暗香来”。

得知吕子敬是落魄的秀才，且身体孱弱，家境困苦，郑板桥心生怜悯。他决意在苏州专画竹石，避开梅花，不与吕子敬争锋。

当有人请郑板桥画梅花时，他便推荐吕子敬，并赞誉其画技超群。

有一次，尚书大人造访，请郑板桥绘梅花图。若能与尚书交好，便仕途有望。然而，他依旧婉拒了，还请尚书去向吕子敬求梅。慢慢地，吕子敬画铺的生意越来越好，其生活也得到改善。

几年后，郑板桥离开苏州时，很多文人前来送别，并互赠礼物。吕子敬赠了郑板桥一幅梅花图。郑板桥也画了一幅梅花图，作为给吕子敬的回礼。

吕子敬看到郑板桥画的梅花气韵更

加灵动，只见图上数朵梅花清晰可见，余则随意涂抹，给人一种“触目横斜千万数，赏心只有三五朵”的意境。

吕子敬惊叹之余，恍然大悟道：“原来郑兄之所以不画梅花，是为了给我留口饭吃。”

古语有言：“善欲人知，不是真善。”

生活中，有些人可能出于特定的目的，刻意去做善行并广而告之，这种行为有时可能被视为伪善。

其实，真正的行善，无须让人看见。

——摘自《意林》

粗野与矜持

□ 张建云

家风

散步经过小区门口，看到一名开车的业主与保安发生争执。业主气急败坏，出言恶毒，肮脏的话如同回响在空中的炸雷，令人捂耳不及。我抬眼望去，看到业主车上副驾驶处还坐着一个八九岁的女孩，我的心不由得紧绷了一下：这名业主此时粗野的情绪，如同炸弹的碎片，掉落在女儿的情感和价值观里，长此以往，他的孩子或许就会养成桀骜不驯、自以为是的人格。

一个人在家人面前或自认为处于强势时，往往会卸下伪装，原形毕露，将个人真实的观点、素养、人格、性格、道德毫无戒备地全盘托出。

我想，此刻的业主所表现出来的便是真实的自我——性格粗野，素质低下。作为外人，遇到这种人我们大可避而远之，但作为与之生活的妻子和孩子，则避无可避了。

此种粗野固然是家庭的不幸，但还有一种与之相反的分过分矜持，实则也是误入歧途。比如，处处小心翼翼，随时斤斤计较，总是煞有介事，对孩子严格管教，一百个不放心，永远不允许孩子随意开口，事事都要按照父母的要求行事。

我见过这样的孩子，当孩子想讲话的时候先看妈妈的眼神，经过示意后方能说话。到某小学讲课，请孩子做自我

介绍，当说起父母名字的时候，孩子说：“我妈说，不能跟外人讲爸爸妈妈的名字。”让其上台分享的时候，特意绕过一个看起来有些邋遢的男生，站在另一个女生的旁边。我问她为什么，她说：“我妈说了，不可以和不讲卫生的孩子玩。”

这都是父母所谓的矜持与高贵，如同将孩子放在真空的瓶子里，从而使孩子缺少独立和爱心。教育是个整体，让孩子了解或处理好与之有关的各种关系才是完备的教育，这是人格问题，也是家风问题。不然，孩子便会跑偏，如同被一匹烈马带出很远，却没有骑马的能力。

——摘自《今晚报》

点滴

分享的本质

□ 王小伟

去一家高档餐厅用餐，然后在网上晒出来，大家纷纷点赞，这就被称为分享。打卡、点赞、宣传、炫耀，这些都成了分享。

然而，这些活动并不是真正的分享。这种“分享”并没有使人更加友爱，使社会更加和谐。当我在网上晒吃了什么，晒孩子获得了什么奖时，很多时候就是为了邀请别人点赞，为了宣传自己，为了炫耀，通常容易引发嫉妒。

炫耀可能并不是真正的分享。真正的分享是我把自己的一部分给你，但我这份并不会变少，相反还会变得更多的情况。据说萧伯纳曾经讲过，“你有一个苹果，我有一个苹果，我们彼此交换，每人还是一个苹果；你有一种思想，我有一种思想，我们彼此交换，每人可拥有两种思想。”可见，思想因分享而繁盛，分享是增加，不是减少。

分享的本义是切割、舍弃。它不是让你去羡慕我，而是将我的一部分东西分享给你，从而在分享中获得，形成稳固的人际关系和社群感，继而获得更多。

换句话说，分享的本质是“在一起”。

——摘自《青年文摘》

想多了

□ 迂夫子

南朝宋代人袁粲做过丹阳尹，为人闲散放达，尤其爱饮酒。有次袁粲步行在郊外田野间，看到两边高树立，风景优美，顿时来了饮酒的兴致，恰遇一读书人，便邀他一起共饮。读书人以为府尹赏识自己，第二天就来袁府敲门，请求门房通报。袁粲说：“昨天喝酒无人做伴，姑且相邀罢了。”

读书人偶然与府尹喝一次酒，就以为抓住了一架向上攀爬的梯子，哪想到人家只是随意抓了一个“酒搭子”而已。不过话又说回来，也难怪书生会多想，平白无故获得府尹邀请饮酒，搁在哪个读书人身上，都难免不想入非非，继而萌生攀附之心。

人一旦有了攀附的执念，便成了自己的囚徒。书生的热望与袁粲的随意，共同构成一个隐喻：人们总在他人眼中寻找自己的坐标，却常常遗忘了心性的原乡。或许真正的机遇，根本不在所谓的达官贵人手上，而在自己放下执念的那一瞬间——与其仰望虚妄向上的梯子，不如脚踏实地走好每一步。

——摘自《今晚报》