

不乱看

□ 梔子心香

人 生

读《庄子·知北游》，80岁的“大马之捶钩者”，他一辈子只做一件事——捶钩。他手上是钩，眼里是钩，心里是钩，不是钩的东西连看也不看一眼，所以他捶的钩很有名。

师旷研习音乐，造诣未精，发觉“艺之不成，由心之不专，心之不专，由目之多视”。就用艾叶熏瞎自己的眼睛，使心无旁骛，终于成为中国古代的大音乐家。

这是一个不忍多看的故事，师旷如此决绝，为了成就自己心心念念的音乐事业，竟然残忍地将自己的眼睛熏瞎，这

种做法虽然不可取，但是他用血与痛提醒你，专心的重要性。

记者采访村上春树，问他的生活是怎样安排的，村上春树说，他的生活准则是：“不说泄气话，不发牢骚，不找借口；早睡早起，每天跑10公里，坚持每天写10页，要像个傻瓜似的。”像个傻瓜似的生活，集中精力写作、跑步，保持充沛的精力，时时鼓励自己，不让负面情绪消耗自己的能量，这样怎会不成功呢？

蒋勋画了一幅取名《云淡风轻》的画，在云门剧场展出，就只展这一张画。

他说他喜欢这个展示空间，以前带朋友去罗浮宫，最怕被问哪张画还没看到。

蒋勋说，美术馆像人生，人生要看的東西很多，却也不可能都看到，领悟不要贪多，专心看一件作品，在一件事情上感觉满足，就够了。

我们很多时候都在贪多，似乎是越多越好，越丰富越好，结果我们在多中迷失，什么都得到了，却好像什么也没有得到。只专心做一件事，不乱看，不东张西望，经过时间的积累，你一定会有所成就。

——摘自《牡丹晚报》

点 滴

此生

□ 余秋雨

独立地面对天地生命，永不落伍；盲目地追随热闹潮流，很快凋谢。

用安静的微笑让人安静。安静地走向灭寂，是一种最有尊严的福分。

如果身处寂静之境而心底喧闹，还不如身处闹市而身心俱定。

人生的道路就是从出生地出发，越走越远，由此展开的人生就是要让自己与种种异己的一切打交道。打交道的结果可能丧失自己，也可能在一个更高的层面上把自己找回。在熙熙攘攘的闹市中，要实现后一种可能是极不容易的。为此，我常常离开城市，长途跋涉，借山水风物与历史精魂默默对话，寻找自己在辽阔的时间和空间中的生命坐标，把自己抓住。

投身再大的事业也不如把自己的人生当作一个事业，聆听再好的故事也不如把自己的人生当作一个故事。

人生的滋味，在于品尝季节的诗意——从自然的季节到生命的季节。季节，不品尝也在。但只有品尝，诗意才会显现。

有了诗意，人生才让人陶醉。
——摘自《思维与智慧》

天鹅与马

□ 夏殷棕

一只天鹅见到一匹正在吃草的马，对马说：“我是比你高贵比你完美的动物，你的本事就一样，而我，既能在地上奔跑，像你一样，也能在空中振翅高飞，还能在水池湖泊上畅游，痛快淋漓地洗个舒服澡，你不可能知道如鸟般飞翔、似鱼样遨游、像兽般奔走都能体验是啥滋味！”

马抬起头，轻轻地“哼”了一声，说：“你是三栖动物，这的确是个事实，可惜不管在哪个领域里你都只是个‘三脚猫’而已，你会飞，可是你臃肿的身躯使你的飞行沉重不堪，哪有云雀或燕子轻盈；你会游水，可是只能在水面划行，哪有鱼儿得水的畅快；你会走路，伸长个脖子，摇摆着蹩脚，‘嘶嘶’地叫唤，哪有猎豹或缓或疾的舒展？”

马继续说：“不错，我只是个在地上行走的动物，可是我被创造得多么神奇！你瞧，我的四肢多么灵巧，我的身躯多么匀称，我的速度多么惊人，我喜欢自己只有一个本事，精通一样比貌似多才多艺似乎更令人敬重。”

——摘自《羊城晚报》

久练不如惯打

□ 张希

生 活

市井俗语“久练不如惯打”，藏着朴素却深刻的真理。其源自中国传统武术文化，与明代抗倭名将戚继光的军事思想相契合。戚继光在《纪效新书·拳经捷要篇》中提及，拳法能为实战筑牢根基，这便是“惯打”思想的雏形。而后经民间武者口耳相传，这句俗语逐渐成形，核心是：脱离实战的单纯练习，再长久也难成真本领，唯有在反复实战中锤炼，将技巧内化为习惯，才能练就过硬功夫。

“久练”与“惯打”的区别，本质是“纸上谈兵”与“知行合一”的分野。“久练”是机械操练，如果武者只背拳谱、不与人对

练，即便招式练得行云流水，走上擂台，面对瞬息万变的敌我攻防，也大概率会手足无措。很多武者一味苦练而缺实战，陷入虚假自信，交手即败，正是“久练不惯打”的尴尬表现。

“惯打”的核心在于实战，在真实博弈中积累经验、修正偏差。实战不是技巧堆砌，而是瞬息间的判断与应变，是将平日所练习的招式灵活运用能力。就像职场中，即便在培训中熟记业务流程，知晓沟通技巧，面对客户的初期仍会手忙脚乱。而在一次次沟通洽谈、解决问题的实战中，修正自身不足，逐渐将所学

技巧内化为职业本能，最终从容应对各类工作场景，这才是“惯打”的力量——实战既能检验练习成效，更能倒逼自己弥补短板，让技巧成为本能反应。

“久练不如惯打”，并非否定“练”的价值，而是强调实战的意义。练习是量变积累，实战是质变关键。真正的强者，不止是“练得好”，还要“打得赢”。跳出“久练”的舒适区，拥抱“惯打”的磨砺，让每一次练习都有实战指向，每一次实战都有成长收获，在人生的“擂台”上从容应对挑战，拥有属于自己的胜利。

——摘自《今晚报》

把每一处棱角修圆

□ 任万杰

文 苑

唐朝有一县衙，专管民间讼状与户籍，主事者姓周，人称周典吏。彼时百姓告状，多是邻里纷争、田界琐事，不少人目不识丁，进门便慌慌张张，语无伦次。别的吏员见了，多是呵斥催促，草草记下，便令其回去等候。唯独周典吏不同，见人局促，先搬来木凳，奉上温水，慢慢询问，一字一句替人理清原委，从不大声呵斥。

有一回，一老妇为鸡犬小事前来告状，双手颤抖，话不成句，还不慎将怀中的木牌掉在地上，那是她亡子的户籍牌，

木质坚硬，边角被岁月磨得些许尖锐，掉落时险些划破她的手掌。周典吏见状，亲自拾起木牌，取来细砂纸，又借了一把小刻刀，将木牌四周的尖角细细打磨、修削，磨成圆润弧度，再递还老妇：“老人家，这木牌尖角锋利，我替你修圆了，揣在身上也安稳，免得不小心划伤手。”

老妇热泪盈眶，连声道谢。旁人不解，不过一块旧木牌，何必多此一举？周典吏笑道：“为官做事，律法是规矩，人心是温度，规矩定方圆，温度暖人心，没有规矩，便没了章法；没有温度，规矩便失

了本真。”

他处理案件，从不只按条文一判了之。田产相争，他亲到田间丈量，劝双方各让一步；兄弟分家，他耐心劝解，让骨肉重归于好。他笔下的文书，字斟句酌，不用生冷词句，百姓一看便懂。

多年后，周典吏离任，百姓夹道相送。他没有赫赫功绩，未办惊天大案，却把每一件小事做暖，把每一处棱角修圆。世间最动人的从不是豪言壮语，而是藏在细节里的善意。

——摘自《思维与智慧》

默与许

□ 晓奕

家 风

晚上回到家，孩子凑过来，小声问能不能玩会儿手机。我正忙着，没应声。等我忙完抬头，他已经抱着手机玩了半个多小时。我有点生气，问他怎么擅自做主。他委屈地说：“我问过你了，你说说不行……”

生活里有太多类似的想当然：你不说话，就是默许；你没反对，就是许可。其实，很多时候，那根本不是一回事。古人早就把这层分寸看得很透，也留下不少典故。

《史记·吴太伯世家》里记着季札挂剑的故事：“季札之初使，北过徐君。徐君好季札剑，口弗敢言。季札心知之，为使上国，未献。还至徐，徐君已死，于是

乃解其宝剑，系之徐君冢树而去。从者曰：‘徐君已死，尚谁予乎？’季子曰：‘不然。始吾心已许之，岂以死倍吾心哉！’”

季札的“心许”，是明明白白放在心里的郑重承诺。他没说出口，但心里已经笃定应允，所以事后要兑现。这是真正的“许”——不是含糊，而是内心笃定的应允。

反过来，是沉默被误读，甚至酿成遗憾。《晋书·周顗传》里，王导和周顗本是好友，王导有难，求周顗帮忙，周顗当面没应声，只是沉默走过。后来王导掌权，别人问他怎么处置周顗，他始终沉默，最后周顗遇害。王导的沉默，不是同意杀周顗，可在当时的情境下，沉默

就是不救，就是放任。后来，王导看到周顗当年为救自己写的奏折，不禁痛哭流涕。

孔子在《论语·卫灵公》里说：“可与言而不与之言，失人；不可与言而与之言，失言。”其实就是提醒我们：沉默有分量，但别把沉默当许可；应允有边界，别用沉默去含糊。

放在亲子之间，也是如此。孩子心思简单，看不懂大人的沉默留白，只认“没拒绝就是允许”。做家长的，得把规矩说透：不吭声，不是纵容；没表态，不是默许。同意就痛快答应，不同意就直白讲明，别让孩子猜。

——摘自《今晚报》