

■感悟

忙碌使人生刻度延伸

章中林

不甘于时间只留下苍白的记忆,我们低头赶路或者仰面奔跑,期望在现实的深处留下或深或浅的痕迹。这时,我们专注于前方,往往会错过许多沿途的风景。于是乎,有人停下脚步,听流水潺潺,看鱼儿跃动,品味佳肴。他们认为,这样的人才是闲适而多姿的。真的是这样吗?没有付出,只有获得,懒散中裹着庸碌,这样的人会有多少存在的价值呢?世间有谁会不付出就能享受到幸福的生活呢?其实,我们的生活本来就是忙

碌的。我们在忙碌中感悟人生真谛,在忙碌中享受生活,这才是真正有质量的生活。我们每天都在重复着看似枯燥的生活,可是我们并不感到厌倦,反而还能从中延伸出趣味来,这是为什么呢?因为忙碌本身就是一种享受。美国儿科医生雷莉丝退休后,在91岁高龄时还开了诊所,每天仍然忙碌着。她给治愈的儿童不计其数,更为惊奇的是,她逾100岁了,仍然在岗位上忙碌着。日本奥田幸老89岁开始写作,她的《请不要灰心

呀》创造了150万册的畅销纪录。按说他们都是颐养天年的年龄了,还有必要这样忙碌吗?雷莉丝给出了响亮的回答:“只要有工作,我就感到其乐无穷。”忙碌不仅能够延伸出兴趣,还能丰富我们的生活。生活本身是一张白纸,如果我们盲目地等待着它发黄变脆,那么它终究是一张没有作用的废纸;如果我们勤于笔,手快些,那么就能够给这张白纸上留下层层叠叠的风景。你忙写作,你就能情感丰富;你

忙教学,你就能心思缜密;你忙读书,你就能视野开阔;你忙助人,你就能收获真挚……“人生在世是短暂的,对这短暂的人生,我们最好的报答就是工作。”爱迪生用自己的人生经验概括了忙碌的价值:忙碌让人生价值倍增,忙碌让生命长度延长。人生是个忙碌的舞台,忙碌的世界丰富多彩。既然如此,我们何不带着一种感恩的心去享受忙碌,享受生活呢? (据《人民日报》)

■随笔

做个品质如水的人

丁玲

德国学经典,发现古人喜欢把一些老理的道理以水作比喻。比如《老子》,“上善若水”,最高境界的善行就像水的品性一样。水乐意万物滋养而不与它们竞争,它甘心居于众人不愿处的下位,所以最接近于道。处世要像水那样安心低调,办事要像水那样灵活变通,行动要像水那样相机而行。正因为水像水那样与物无争,所以才彰显伟大。

水与人类更是有着极深的渊源。有水是星球有生命的基础。水是万物之源,是万物的供养者。而做人,更应该像水那样——清白如水。水被赋予了太多的意义,那么,它又给我们带来哪些启示?其一,水有一种以柔克刚的精神。以柔克刚是中国传统文化精神。最为柔弱的水可以穿透坚硬的岩石,可见水表面虽柔软,却有一种不可阻挡的力量。水就胜在有这种柔弱的力量,这种力量,便是我们需要的优秀品质,也是一种人生智慧。

再往更深一层的意义去说,天下再没有什么东西比水更柔弱了,而攻坚克强却没有什么东西可以胜过水。这是一种独特的思维。遇到事情找简单的方法去解决,做到以小胜大、避实击虚、曲线灵活,放弃硬碰硬的做法,不要针锋相对,不要以怨相报,懂得这些,我们的生活便会灵活而简单。

人们赞颂水,其二便是因为水有一种博大的气度。相信大家去过海边,面对大海,一切烦恼便无影无踪,一切尖若的疑团也找到了答案。而一个人若做到这一点,就是优秀的人,就是领袖气质的人。同时,他也会获得内心的宁静和灵魂的升华。这是一种境界。

其三,水有一种千变万化而又含蓄内敛的姿态。这是一种为人处世的态度。做人,就要做到这一点。内外兼修才会赢得别人真正的尊重。

水,可以容纳万物。那么,就让我们做一个品质如水的人。

水,可以容纳万物。那么,就让我们做一个品质如水的人。

水,可以容纳万物。那么,就让我们做一个品质如水的人。



花香十理

■悦读

读诗怡情

张宏宇

工作不顺,心情低落,或者遇到挫折失败时,我常常捧一本诗集在手,品味诗味诗中的文字。和诗里的文字融在一起,你会发现,诗其实是疗伤的,它激励我们勇敢向前,让你走出困境。那些意味深长,值得回味的文字,更可以让你带来精神上的愉悦,让你忘记世俗的烦恼,抛弃一切烦恼,让你的灵魂站在高处,遗忘那些让你痛苦的事物。

诗歌中蕴含的美,让文字有一种穿透力,包含深层意蕴。有时读得痴迷,读的文字会让你兴奋甚至,并且精神上会达到某种快感。读诗可以怡情,给你一种美的享受,改变你的心境,让你豁达开阔,保持一种良好的心情。良好的心情对健康最重要,清代著名诗论家袁枚说:“夫人之心可以养日,诗人之诗可以养心。”精神上的愉悦感对健康的益处在于养心,诗可以调养你的心情,净化心灵,经常读诗,可以使自己的心境处于平和中正,开朗豁达的状态。

上学时,读书读得较多的是唐诗宋词,中国诗词讲究平仄韵律,有音乐美,我可以背诵很多首古诗,诗的语言精练,没有多余的华丽,而且词语搭配到有情致,每每诵读,我都沉醉在那种古色古香的意境中。古诗讲究意象思维和意境,有着国画的韵味,很多时候,文字中流淌出的是一幅幅精美的画卷,让你回味无穷,诗的文字真挚深沉,最容易引起人的共鸣和心灵感应。

读其他书的同时,多读读一些诗歌作品吧。读诗怡情,诗是人生,读透了高深的文史,缠绵的爱情,读一读雅致的诗歌,给你的心田注入一份甘甜和清新,它可以调剂你的精神,提升你的素质,让你在读书中,收获一份美的感悟和生活的意境。

生活中,多多读诗,会让你变得快乐,对生活也更多了美好的向往。“读书足以怡情,足以博彩,足以长才”,将培根的这句名言用在读诗上,更能达到这种效果。读诗怡情,让阅读在诗的文字中变得生动可爱,并散发出迷人魅力。

从此我不再祈求幸福,我自己便是幸福。凡是遇见的都都喜欢,一切都接受,一切对我都是可爱的。从这时候起我使自己自由而不受限制,我走到我所愿去的地方,我完全而绝对地支撑着自己,温和地,怀着不可抗拒的意志,从束縛着我的性格下解放我自己。

没有不治愈的伤痛,没有不能结束的沉沦,所有失去的,会以另一种方式归来。

——约翰·肖尔斯(许愿树)

——薄伽丘(无岁月)

——惠特曼(惠特曼诗精选)(据《文汇报》)

■书摘

有时候回想起来,仿佛一次漫长的旅程,这只是这不断的、偶然的聚集。有时候不经意地浮现二个个人的笑貌,也只是因为他曾是我逐渐淡忘岁月中的一个同行过的伙伴。

——薄伽丘(无岁月)

没有不治愈的伤痛,没有不能结束的沉沦,所有失去的,会以另一种方式归来。

——约翰·肖尔斯(许愿树)

从此我不再祈求幸福,我自己便是幸福。凡是遇见的都都喜欢,一切都接受,一切对我都是可爱的。

从这时候起我使自己自由而不受限制,我走到我所愿去的地方,我完全而绝对地支撑着自己,温和地,怀着不可抗拒的意志,从束縛着我的性格下解放我自己。

——薄伽丘(无岁月)

——惠特曼(惠特曼诗精选)(据《文汇报》)

12月 年终盛典

买真酒 到华酒城

◎真品质 ◎实价格 ◎立即送 ◎任必陪

免费送货电话 4000-179-179

法高双12 名酒抄底价

1.8L 42° 108元	45° 200元	52° 99元	42° 188元	42° 198元	42° 218元	42° 228元	42° 268元	42° 398元	42° 68元
---------------	----------	---------	----------	----------	----------	----------	----------	----------	---------

红酒狂欢 豪礼任性送

410元	236元	258元	148元	139元	318元
------	------	------	------	------	------

双12狂欢盛典 行青高午啤

138元	178元	298元
------	------	------

双12狂欢盛典 行青高午啤

158元	88元	178元	118元	108元	35元
------	-----	------	------	------	-----

双12狂欢盛典 行青高午啤

8.5元	9.8元	138元
------	------	------

本期活动起止时间为2018年12月12日

加盟店地址: 北京中路中华大厦一楼(天悦酒房)	竹溪店地址: 竹溪县人民路11号(烟草局旁)	本路店地址: 十堰经济技术开发区白浪街办白浪中街43号6楼1-8(汽配城天隆花园一幢)
中心店地址: 江苏路东正国际一楼(江苏隆转盛处)	鄞州店地址: 鄞州大道2号(凯悦大酒店旁)	丹江口一店地址: 丹江口市沙沱沱路50-11号(市委正对面)
标壮店地址: 襄阳中街35号(邮电街与襄阳路交会处)	竹山店地址: 纵横大道19号(尚尚娱乐城对面)	丹江口二店地址: 丹江口大洲13幢(米厂旁丹江大洲出口旁)
邵阳店地址: 解放路红塔灯处(海晏邵阳生活广场对面)	房县店地址: 房县高街(工行旁)	