

若有所思



读书能增加你的思想深度,音乐能
舒缓你的心灵,旅行能增加你的阅历。

□ 张宏涛

养身先养心

“相由心生”源自一个劝人向善的典故,就其字面理解,是说一个人的相貌是由心灵决定的。一个人的所思所想,日久天长一定会“长”在脸上,因为脸是心灵的真实写照,即使伪装也只是表层的,那一抹底色是无论如何也掩盖不了的。

孟子曾说:“养心莫善于寡欲。”减少不健康的欲望,能达到涵养心灵的目的。

读书养心。茶余饭后,夜深人静,一册在手,书中找乐,隔着时空,

看清照皱眉,看李白饮酒,与老庄梦蝶。选择一本好书,就是选择了一个好的朋友,在文字中穿行,丢弃浮躁,沉淀心性。西汉刘向说:“书犹药也,善读之可以医愚。”

音乐养心。清风明月夜,闲暇午后时,一杯清茶或咖啡,在《平湖秋月》里赏月,在《高山流水》里觅知音,在《渔舟唱晚》里看夕阳。选择一首好的音乐,就是找到了一把打开心门的钥匙,在一首好的音乐里徜徉,可以舒缓心灵。中国音乐四大作用:清

热、滋补、理气、润燥。

旅行养心。换上旅游鞋,背上旅行袋,去沙漠感受太阳的热情,去海边感受大海的浩瀚,去丛林感受自然的壮观,山川河流都在脚下,让阳光照进心灵,让新鲜空气充满胸腔,消除身体上的疲惫,放松心情。

读书能增加你的思想深度,音乐能舒缓你的心灵,旅行能增加你的阅历。慢慢地,你整个人就会泛出香味,那香味是书籍、音乐、旅行中的养料被你吸收后散发出来的味道。

生活手记



他听从内心的召唤,做最想做的事情,他是幸福的人。

□ 张宏涛

独舞者

在我家附近的广场上,每天晚上就会有许多人跳集体舞。不过,引起我注意、最让我敬佩的是每天早上在广场上独自跳舞的那个资深美女。

每天早上,她都会在广场的一个角落独自舞蹈。她五十来岁,穿着舞蹈服,拿着折扇,随着音乐翩翩起舞。我不懂舞蹈,无法评判她跳得有多好,但我对她充满了敬意。因为在这世上,能够不随波逐流,敢于在公开场合独自做一件自己热爱的事情,真的很不容易。在我看来,所谓成功,并不是跳舞跳到拿到世界冠军,

而是想跳就跳,能天天做自己喜欢的事情。

由此,我想到了一个朋友。他上大学时学的是历史专业,很多同学自学其他专业,为将来就业多准备一条路,他却醉心于历史。毕业后,同学们纷纷改行了,他仍然对历史痴心不改。半年后,一家博物馆招聘一名精通历史和传统文化的工作人员,他应聘成功,并得到馆长的青睐。

有一名老记者,每天都要写新闻稿,却利用业余时间写了几十万字的美文。但他不往外投稿,他说自己工资不少,不需要再靠此赚钱,也不求

虚名,写美文只是自己的爱好而已。他要让这些稿子经历20年的沉淀后再示人。

很多亲友不理解他,觉得他工作20年,几乎没升过职,也没想着调到更好的单位,真是一个不思进取的人。他也不辩解。他朋友不多,业余生活看起来很单调,但他过得很快乐,因为他活在自己的梦里。他又何尝不是一个独舞者?

在一般人看来,独舞者是另类的人,是没有归属感的人。但独舞者不这样想,他听从内心的召唤,做最想做的事情,他是幸福的人。

笔走偏锋



莫道世人都知你,天下有人不识君。这才是社会的面目,真实的生活。

□ 程远河

天下有人不识君

有一次我参加一个聚会,当主持人介绍一位身材高挑的女士,说她是全国著名作家某某时,众人皆鼓掌,我却一脸茫然。

主持人看出了我的异样,又罗列了这位作家的代表作。我愈加不明就里,于是迎接我的是鄙夷甚至不屑的目光。难道我真的落伍,被潮流抛弃了吗?

我也读书。我读散文,人家写小说;我喜欢平淡而有意蕴的文笔,人家写的是青春唯美的篇章;当我在历史隧道里感慨浮沉时,人家已在家长里短中细说温馨。两条平行线,不管怎样延伸,绝无相交的可能,我真没听说过她的大名。

在唐朝,不会每个人都知道李白

吧?总会有人不写诗不爱诗不关心诗的。在宋朝,柳永曾以凡井水饮处都有人唱他的词为自豪,但那边远之地劳动的号子不会是在依红偎翠间写的轻声软语吧?

上学时,我读到高适送董大的那句“天下谁人不识君”时,认为那是典型的盛唐之音,就没多加思索。后来我和友人去湖南农村,到田间地头与农民交谈。我们问一个老伯是否知道自己的稻种是袁隆平的科研成果,老伯说他根本不知道袁隆平是谁。

友人很替袁隆平鸣不平,我则不以为然。袁隆平倾心研究水稻,难道是想让所有人都知道他吗?当然不是。作为一个普通农民,这个老伯不会也没心思去追问他的种子来自何

方,是谁研究出来的。最淡泊的奉献者和最平凡的农民,他们都不是为了赫赫的名、滚滚的利。

周杰伦来洛阳演出时,有学生问我:“老师,如果周杰伦在楼下,你不去?”我答:“看心情。”他大惊。我说:“我为什么一定要下去见他?我唱歌唱不过他,可他做数学题一定不如我,各有所长罢了。”大家笑我轻狂,但那是我当时的真实想法。

辣椒再红,该不吃的仍然不吃。四处发帖,还有不识字的人呢!网络有神力,可有人压根儿不上网!这世上不管是人还是神,恐怕没有一个能真正做到尽人皆知。

莫道世人都知你,天下有人不识君。这才是社会的面目,真实的生活。

老子的智慧

□ 石门居士

我有一个老友,脾气急躁,近来却变得不急不躁,让人疑惑不解。

一日小聚,老友做抒情状,道:“上善若水,水善利万物而不争,处众人之所恶,故几于道。”众人皆惊:他哪根筋搭错了,忽然格调高得“雷人”?

此友解释:“水乃世间至善,它滋润万物而不争名利,身处世人最厌恶的洼地而平和淡泊,它最接近于大道。这是我读《道德经》的最大收获。”

回家后,我怀着好奇心找来《道德经》读了数遍,觉得它字字珠玑,博大精深,我越读越爱,越读感悟越深。

当凡人醉生梦死、骄奢淫逸时,老子通过《道德经》警示世人:“出生入死。生之徒十有三,死之徒十有三。人之生动之死地,亦十有三。夫何故?以其生生之厚。”

长寿之人十之有三,短命之人十之有三,虽能长寿但自寻死路者十之有三,为什么?因为生活过于安逸,享乐过度。老子劝告我们要时常保持心态平和,做到劳逸结合,方可免于自寻死路。

当凡人追名逐利、贪得无厌、欲海苦航时,老子警告世人:“名与身孰亲?身与货孰多?得与亡孰病?是故甚爱必大费,多藏必厚亡。知足不辱,知止不殆,可以长久。”老子劝告我们要淡泊名利,先舍后得,知足常乐,凡事适可而止,切不可违背大道而自取其辱。

当凡人欲壑难填,幻想永占先机、永居人上、永世富贵时,老子通过《道德经》警告世人:“持而盈之,不如其已。揣而锐之,不可长保。金玉满堂,莫之能守。富贵而骄,自遗其咎。功遂身退,天之道。”

满杯的水端来端去早晚要洒,尖刀揣在布袋里早晚得露出来,满屋的金银美玉早晚还是守不住,富贵而骄横是自绝后路,功成而不争功、不居功、全身而退才符合天道。老子劝告我们要遵循大道,顺势而为,不争功,不居功,全身而退。

夜静人闲时,我静心诵读《道德经》,任其中的哲理与智慧滋润精神,充盈魂魄,真乃人生一大幸事。

道学与河洛文化

洛阳老君砚砚台厂

地址:洛阳市安乐镇军民路12号院
电话:18937998369

原创首发作品稿费从优。

zhou9461@163.com