



常乐我净

一戒:大德高僧、中国佛教协会名誉会长。本报创刊之初受邀题写“常乐我净”。

一事一禅

别喝“咸水”

从前有个财主,在拥有九十九只羊的那一天起,就眼巴巴地盼望着能再添上一只羊,好凑够一百只。一天深夜,他忽然想后山寺院里有一位禅师养了一只羊。于是,第二天一早,财主便前去恳求禅师将那羊让给自己。禅师正闭目静思,眼皮也没有动一下,只淡淡地说:“牵走吧!”

一个月之后,财主又来求见禅师。禅师见他愁眉苦脸、面容憔悴,便问他为何如此心焦。财主苦笑着说:“现在我已经有一百零五只羊了。”禅师困惑不解:“既然如此,应当高兴才是啊!”财主摇头叹息:“可我什么时候才能拥有两百只羊呢?”禅师默然无言,转身端来一杯水,递到他的手中。财主刚喝了一口,便大叫起来:“这茶水为什么这么咸啊?”禅师不动声色,只冷冷地说:“其实,你给自己喝的也一直是咸水呀!”

生命离不开水,欲望可谓人皆有之。欲而有节,犹如清茶一杯,其味虽淡,却能滋润心田、滋养生命,而过度的贪欲则是一杯咸水,其味虽浓,却只会越喝越渴、越渴越喝,即使给你一个太平洋,也无法消解那心头之渴。在人生的杯子里,如果注满的都是咸水,那就永远品尝不出幸福的甘甜。(摘编自《做人与处世》)

酒水藏海

每个人都有属于自己的一片森林,也许我们从来不曾去过,但它一直在那里,总会在那里。迷失的人迷失了,相逢的人会再相逢。

——村上春树《挪威的森林》

生命太短暂了,不应该用来记恨。人生在世,谁都会有错误,这就是我从来不想报复,从来都认为生活不公平的原因。

——夏洛蒂·勃朗特《简·爱》

我回想这一路走来的所见、所闻,突然有所感悟,这不就是人生的历程吗?当你到达了目的地、到达了最高峰,总有下山的时候,上山的路再难走,但是这一路上的过程也是值得回味的。

——林青霞《云去云来》

名人堂

生命中的珍物

记得有一次我三更半夜回家,我娘哆哆嗦嗦,那个时候大概是八十几岁,给了我一捧栗子。我把它装在一个信封袋里面,我觉得这是值得纪念的东西。一晃眼十年过去了。这些小的物件让我很有感触,这些记忆让我感激自己一路以来的遭遇与经历。

每个人都是由自己的每一天累积而成的,我人生里面发生的每一件事情都成就了我,这也是为什么我很少丢东西的原因。奶茶(刘若英)管我叫大哥,她曾经说:大哥有一个盒子,所有的东西都要拿一个盒子装起来。我所有的东西都会有一个盒子,当然我不是堆积癖,我也扔东西。可是久了以后,我家里随时都是惊喜:我会找到我很多年以前写的一个字迹,我会找到我女

儿的乳牙,这会让人很惊喜。即使再平凡的人都会有这样的东西触动到自己。这是你对人生的态度。这些东西会让你更认识与了解你自己。

我今年最新的收获是过年我娘给我的红包,还有我书桌上贴了一张20年前的贴纸,上面写着“阿宗,我去学校拿健保卡,很快就回来”,那是我娘用铅笔写的,字很端正;以及今年我娘给我写的一个生日卡,上面的字哆哆嗦嗦的。生命中的珍物需要时间来累积。其实到头来,成为生命中珍物的东西都不是一些奢侈品、名牌的东西,而是最简单最平凡的东西。随着我娘老了,我最常做的就是五点半骑着我的摩托车回家跟娘吃饭,吃完饭后,我会跟我娘手拉手看电视。大概七点半,我

就会给她捏脚,因为老年人走路不好了,所以给她捏脚就会促进末梢的血液循环,就会比较好。做完这些事情,我会回到楼上我的房间,静下来想:“哦,原来我是这样的人,原来我有这一面,如果没有娘在的话,我就不知道我自己是这样的人。”

人生有很多阶段,很多年以后,回过头再看当年那个特别心痛,不愿面对的经历,你会发现可以坦然面对了,你会跟那个时候的自己和解。曾经的坚持、愤怒,或者是不愿承认的事情,现在它在那儿等着你回看。等到你有勇气面对它的时候,你对它的感受和当时完全不一样。人会惊讶于自己的改变,这就是岁月教给我们的东西。(李宗盛,59岁,著名词曲作家)

心灵点击

把爱情放在钱夹里

前段时间,单位组织离退休员工开了个联欢会,坐在我身边的老科长说他搬新居了,顺手从衣兜里掏出钱夹,取出张小纸片给我写新的地址,让我有空去坐坐。钱夹很精致,我顺手拿过来欣赏。一打开,就看到在透明插封内,有一张二寸黑白照片。上面是一对青年男女,下角还有一行小字,写的是“青春永在,1958年夏”。

写完字的老科长见我正窥探秘情,并没拿回钱夹,而是笑问:“照片上的小伙子帅

吧?”我说这小子有点愣,这姑娘可挺漂亮。老科长从我手中取过钱夹,得意又深情地说:“50多年了,这是我和你嫂子的第一张照片啊。”

我吃了一惊,再细瞅瞅,那小伙子还真是老科长。这么多年保留着一张小照片,而且还细心地夹在钱夹子里,每日揣在怀里,这该是一种多么深的情感啊。

我忽然想起30多年前,我们一块去外地出差,一呆就是三个多月。那时晚上也没电视可消磨时光,老科长常常

躺在床上看他随身带着的全家福:夫妻俩加上一儿一女。我们常取笑他想老婆,他也不生气。而如今,怎么不继续带全家福了呢?老科长说过去是想家想妻儿,现在儿女都长大“飞”走了,一琢磨还是只有老伴才能相携走完人生路。现在,他一看到这张照片,心情就特好。

爱情不会因时间而褪色,反而会愈加美好。朋友,你会把年轻时的二人照带在身边,一个人时悄悄看一眼吗?(辽宁沈阳 张蓬云 77岁)

生活反思

少对亲人发脾气

“别跟我分析什么对错,老子在家就是天。如果不是你那么蠢,我在外面能这么累吗?”这是昨晚打车回家时,听到一位中年司机师傅说的话。对话中,他不断痛斥着电话那头的人,言辞激烈。我虽无法确认与他通话的是谁,却能确定对方一定是他最亲近的人。

有时候,你总是可以通过一些人,看到自己的影子。想起之前自己的种种行为,和眼前这位司机师傅如出一辙,每当自己不顺心的时候,总是有理由怪罪到身边人的头上。工

作压力大,抱怨同事在旁边给我添堵;肚子疼,抱怨爸爸给我做的饭放凉了。当然也看过很多人与我和这位司机大叔有类似情况。有人事业受挫就回家借酒撒泼,甚至打骂女人;有人在外受欺负一声不吭,回家却吆五喝六。不知从什么时候开始,有太多人都会把最差的脾气留给最亲的人。

一位旧友,是某品牌公司的艺术总监,和她交谈时,总感觉如沐春风。我几乎从未见过她发火的样子,即使下属犯下再大的错误,她都会悉心教导。而

就是这样一位女神,曾在酒后跟我忏悔:很多人都说她温柔善良,可唯独面对自己的亲人,她就像一只张牙舞爪的老虎。

似乎我们就是这样,也许能对陌生人客客气气的,可一面对亲人,就控制不了自己的情绪,所有的负能量瞬间爆发。人们说:你永远只能伤害你爱的人和爱你的人。我想,这真是个悲凉的真理。最好的教养,就是不对亲近的人发火,给予他们足够的尊重。愿我们都能拥有这深到骨子里的教养。(文/甘澜)

退休日记

给自己做份计划

今年对我来说是花甲之年,也是退休之年。说到退休,总有人爱在前面加上光荣二字。在我看来,这不过是安慰人的话罢了。其实,退休既不光彩也不丢人,就像有上车就有下车一样,到站了就下车,天经地义。

近几年,走在上班路上,时常会有人向我打招呼,然后突然发问,怎么还在上班?单位是不是要返聘你?

退休后干什么?我屡屡被这一连串的问题搞得张口结舌一头雾水。只有强笑着含糊道,快了快了。其它的问题都无所谓,唯有退休后该干什么引起了我的思考。想了很久,我终于找到了答案。退休后首先得调整心态。退休了就是退休乐,要坦然面对现实,保持退休人的尊严和风度。既然离开了岗位,就不要再惦记着当年

的辉煌,更不要对着还在工作的人说三道四,指手画脚。要积极乐观地面对一切,做一个通情达理的退休人。

此外,退休后我还要多陪陪家人,抓紧时间干些从前想干而没有时间干的事。比如文学创作,骑自行车旅行,学拉小提琴……于是,我制定了第一个退休五年计划,并在心里宣誓,要为之奋斗。(湖北赤壁 刘智安 60岁)

事同理不同

歌者与听众

小女孩因为太矮被老师排除在合唱团外,虽然她的歌唱得不错。小女孩一个人躲在公园里伤心地流泪,她还在想:老师为什么不让我参加呢?难道我唱得真的很难听吗?小女孩不由自主地唱了起来,唱起歌来她就忘记了一切。唱得真好!一个白发苍苍的老人说道,谢谢你,小姑娘,你让我度过了一个愉快的下午。老人说完就走了。

小女孩第二天再来的时候,老人依旧在那里,满脸慈祥地微笑着看着她。于是小女孩唱了起来,老人聚精会神地听着,一副很陶醉的样子。最后,老人大声喝彩:太棒了!谢谢你,小姑娘。说完仍独自走了。这样过了许多年,小女孩变成了一个漂亮的大姑娘,同时也成为一个有名的歌手。当她特意再去找老人的时候,老人已不在人世了。她也知道了,老人根本就听不到她的歌声,因为他的耳朵很久之前就聋了。(摘编自《意林》)

请将您的感悟在12月11日前发至17775808544。

上期反馈

故事回顾:阿基勃特是美国标准石油公司的一名小职员,他不论做什么,都不会忘记宣传“每桶四美元的标准石油”。公司董事长洛克菲勒知道后,盛情邀请阿基勃特共进晚餐,多年以后,阿基勃特成为接班人。

百家争鸣:不论工作岗位多么平凡,只要你能认真对待,用心去干,且在关键细节上做足文章,就能得到意想不到的收获。(河北邯郸 申宏兴 70岁)

企业要做强做大且持续发展,就得善于发现并培养一批脚踏实地、认真工作的人才。(广西柳州 谭茂龙 72岁)

这个世界上从来没有什么好运气,转机永远来自于我们对于内心的坚守。(广东广州 肖学林 59岁)

画里人生

角度

有时候,做事情的角度比力度更重要。



绘画/慕伟睿