

你说我说·

心灵也需要断舍离

马亚伟

周末去朋友家,看到她正在收拾旧物。她一边收拾,一边说:“家里隔段时间就要彻底整理一番。旧衣服、旧鞋子、旧书旧报,该扔掉的就扔掉。这就叫断——舍——离!”

其实,我的这位朋友是个“购物狂”,无论是在网上还是生活中,凡是得知哪里打折,她必定会买买买。有的东西看着便宜,其实并不需要,也要买下来,好像不买下这些打折货就吃了大亏一样。结果呢,过一段时间家里的废物就堆积如山,不得不“断舍离”。

我觉得她其实根本不懂得“断舍离”的真正含义。“断”是说不要不需要的东西,“舍”是说舍弃没用的东西,“离”是说脱离对物质的迷恋,过简单清爽的生活,享受舒适简约的人生。而这位朋友总是陷入“买买买”“扔扔扔”的恶性循环中,让自己更累。我认为“断舍离”的核心应该是“断”,就是远离不需要的东西。人首先要清楚自己需要的是什么,我们对很多东西的追逐,并不是源于需要,而是因为随波逐流或者世俗虚荣,所以陷入了对物质的迷恋中,让自己身心负重。

除了物质上的“断舍离”,其实心灵上也需要“断舍离”。我们的心灵,原本纯净、简单,却因为在世俗中惹了太多的尘埃,所以像背上了枷锁一样沉重。

心灵也需要“断舍离”,远离不需要的东西,抵制各种各样的诱惑。心灵的必需品,从来都是最简单最质朴的。追求心灵“断舍离”的名人,作家、哲学家梭罗算一个。他28岁时来到瓦尔登湖畔,建了一个小木屋住了下来。隐居瓦尔登湖期间,梭罗在湖水、森林、月光、鸟鸣的世界里,静静地思索着人生,把感悟化作笔墨。他说,多余的财富只能换取奢靡的生活,而心灵的必需品是无需用钱购买的。他喜欢一种简朴的生活方式,隐居期间,一张床、一张木桌、三张凳子。后来,梭罗结束了离群索居的生活,回到原来的地方,仍然保持着简朴的生活风格。

的确,心灵的必需品无需用钱购买,奢华的生活并不能真正换取心灵的轻松满足和愉悦幸福。可是,为什么有那么多人陷入了对物质和名利的无止境追逐中?一些世俗的观念影响了人们的生活目的,还有

所谓的“成功标准”也影响了人们的观念。世俗生活中,一些人总以为拥有更多的名利才是成功的人生,这些东西成了心灵的重负,让我们不得轻松。对物质和名利的追逐,得不到的想得到,得到了还想得到更多,人心成了填不满的无底洞。所谓欲壑难填,只是不善于让心灵“断舍离”罢了。

人生无论多么匆忙,都应该腾出时间来独对自己,深入思考生命应该有的状态。心灵不需要的东西,不要让它成为一种枷锁。如果不幸心灵沾染了太多的尘埃,一定记得舍弃这些没用的东西,脱离对物质的追逐和迷恋,人才能活得更简约更轻松。

作家斯蒂芬·金在写作的时候,只需要一张小桌子、一盏台灯、一些稿纸或者一台电脑。这种方式,让他减少杂念,文思泉涌,很是受益。北宋文学家欧阳修说:“吾家藏书一万卷,集录三代以来金石遗文一千卷,有琴一张,有棋一局,而常置酒一壶……”返璞归真,不亦乐乎。

为物质生活做点减法,会让心灵“断舍离”,人生自有大不同!

大家之见·

镜里与镜外

席慕容

好羡慕那一位远远地住在东部海岸的作家,喜欢他文字里那种深沉的单纯,能够住在自己亲手盖好的草屋里静听海洋的呼吸,该是一种怎样令人神往的幸福!

我为什么不能做到呢?

那样爱恋着海洋的我,为什么不能舍下眼前的一切,也跑到荒远的海边去过日子呢?

好羡慕那一位在说话的时候永远坚持着自己的原则,不怕得罪人,却因此也真的没有得罪了什么人。喜欢他言语里那种锋芒、那种近乎勇敢的公正,能够在众人之前畅所欲言并且知道自己的见解最后终于会被众人接受,那种胸怀有多爽朗啊!

我为什么不能做到呢?

我为什么讲话的时候总是有着顾虑,总以为别人不一定会同意我呢?

为什么,我不能做到我生命里面想要做到的那种人物?却只能在生活里随波逐流地扮演着一个连我自己也不太喜欢的角色呢?

在我的生命里有着一声声音,一种想呐喊的声音,一种渴望,一种想要在深莽的山野里奔跑的渴望。仰首向无穷尽的穹苍,向所有的星球膜拜,那样一种一发不可遏止的热泪奔流,一种终于可以痛哭的欢畅,在心里呐喊着:“让我做我自己吧,让我这一生做一次我自己吧!”

然而,在心里这样呐喊着的我,在现实世界里,却仍然在努力地扮演着一个安静平凡的角色,努力走上一条安排好了的长路,努力不再茫然四顾。

努力变成一面冰冷的镜子,把我所有的生活都从中剖分,终于没有人能够说出谁是镜里谁是镜外,终于没有人,没有人能真正解我悲怀。

开心一刻

感动

一朋友诉苦,他向女友求婚,搞得很浪漫,把他女友感动哭了,然后紧紧抱在了一起,最后他女友拒绝了,理由是一次不过瘾,想再感动一次。

亲生的

我妈说,在我很小的时候,到了冬天的晚上就把我放进被窝,等她忙完了就把我抱出来放在另一边,自己睡在我焐热的地方。我第一反应就是,我肯定不是亲生的。

反义词

母亲到幼儿园接明明,明明看见豆豆的爸爸牵着豆豆就问:“妈妈,豆豆的爸爸怎么生了个反义词?”“什么叫生了个反义词?”“她爸爸那么胖,豆豆那么瘦,老师说‘胖’‘瘦’是反义词。”

破坏友情

A:如何破坏友情? B:借钱。A:再狠一点? B:不还。A:再狠一点? B:再借。A:再狠一点? B:把钱还给他老婆。

(综合)

有滋有味·

家宴的仪式感

苏晓漫



我出生在一个“吃货”家庭,很多深刻的童年记忆都围绕着一张张热闹的饭桌。

我姥爷和姥姥都特别爱热闹,那时每天都会摆流水席,几乎每晚都有他们的学生带着家属来家里吃饭。对我而言,“团圆”和“聚餐”从我很小的时候就已经有了密不可分的关系。

如今我工作繁忙,与家人又没有住在同一座城市,家庭聚餐的机会越来越少。

我很喜欢的一本书叫《遮蔽的天空》。其中有一段话大概意思是,虽然每一个人都知道自己的生命是有限的,可是因为他不知道自己的生命到底在哪一天结束,这反而给他带来了一种无限的感觉。

可是每一件事发生的次数毕竟是有限的。比如说,你还会再有几次回想起儿时的某件事,一件曾经对你无比重要的事?你还会再看几次日出?

在你不知道具体数字的时候,一切感觉都是无穷无尽的。直到有一天你真的意识到结束的到来,每一件事情,即使以前再平凡,都会变得格外有意义。

奶奶和姥姥都已年迈,父母也在逐渐步入老年。我希望我们一家三代的团聚将有无穷无尽的次数,也会珍惜每一次的相聚。

对我来说,每次家庭聚餐的仪式感都代表着我对家庭的珍惜和对那一刻团聚的纪念。