

妙笔人生·

年纪渐长,才懂得删繁就简

李娟

那天和老师喝茶聊天,他说,随着年纪渐长,中年的人生便是在做减法,删繁就简,剩下三两个朋友,成了一生肝胆相照的知己。

是的,时光是一把神奇的雕刻刀,镂刻世间一切的情感,将那些可有可无的东西都舍弃了,无论友情还是爱情。

钱钟书先生在《论朋友》中说:“假使爱情是人生的必需,那么,友谊只能算是一种奢侈。”可见,千金易得,知己难求。友情从来是金钱买不来的奢侈品,漫漫人生,得三两知己,足矣。

午后,树枝上落满积雪,那些树就成了吴昌硕笔下的一幅画。此时,雪中的树木劲瘦秀挺、冰清玉洁,简洁、静美、风骨铮铮。

鲁迅先生谈写作时说:“竭力将可有可无的字、句、段

删掉,毫不可惜。”这是先生写作的秘诀。

“删繁就简三秋树”,是郑板桥作画时的感悟,作画时以少胜多,用简洁的笔墨表达饱满丰富的内涵。可见,任何一门艺术要达到至高的境界,都是以洗练取胜,无论绘画还是写作。

看吴冠中先生的画作《墙上秋色》。画中大面积是雪白的墙壁,苍劲的藤条枝蔓,爬满粉墙。那是深秋霜降时节,藤上的叶子枯萎飘零,枝条却潇洒闲逸,似流云、细雨、微风、浅草,又如春水初生,碧波荡漾。

原来,一面粉墙是素洁的宣纸,一扇轩窗,是粉墙的眼睛。墙上枯藤几枝,残红几片,诗意盎然。

这幅画好像一个人的中年,把多余的一切都删除了,

心头的烦忧、生活的失落、外在的浮华,全都放下了。只余下铮铮铁骨的枯藤,坚韧、闲逸、自在、风骨犹存。吴先生以简洁的线条表达了画外诗情,意蕴无穷。

画家笔下的墙上秋色,原来是画外的人世春秋啊。

中年的人生,就是一棵落尽繁华的榉树,苍劲挺拔,沉静从容。读叶芝的诗:“她劝我们从容相爱,如叶生树梢。她劝我们从容生活,如草生堤堰。”其实,人可以像植物一样简单生活,内心安然而身体舒展。

年纪渐长,才慢慢懂得删繁就简的深意,懂得珍惜眼前的悲欢,也学会自省、节制、放下。舍弃内心的贪念、名利、欲望,执着,像雪中的一树寒梅,剪雪裁冰,芬芳暗盈,却有清气满怀。

茶余饭后·

减少应酬

罗兰

常听有人说,他的生活太忙,忙得做什么事的时间都没有。

但是,当你认真问他,你都忙些什么呢?他却一时也答不出来。问到最后,也许你会发现,他所忙的都是应酬。

你可以看看他日历上的记事。上面所记的差不多都是某月某日中午或晚上,某人邀宴。有时天天有应酬,有时一天两个应酬。当别人不请他的时候,他要回请别人,于是,本来没有应酬也变为有应酬。

而且我们发现,一个人,一旦开始放任自己去参加应酬,他就立刻会被卷入大应酬的漩涡。今天你应邀去了某一宴会,在那里你一定会认识一些以前未曾认识或虽曾认识而没有深交的人们;经过这次见面之后,大家熟起来了。于是就会有人提议请你有空到他家去聚聚。所谓聚聚,其实也就是请客。他当然不会只约你一个人而势必还有旁人在座。于是你在他那里又和一些其他的人有了进一步的交谊。到了下次,这些人为了回请主人也许会把你也带上。这样,你就又多欠了一份人情,使你觉得不能不也请请客。而当你请客时,一定会请上另一些人来作陪。结果这些人不但要回请你,而且势必把你所请的其他朋友也卷了进去。以后,你一定又会在这些朋友的宴会席上认识更多新的朋友,而增加了被请与回请的机会。

像这样大家卷来卷去,当然是把应酬的次数越卷越多。

在开始时,你或许还不觉得有什么不好;也许你还认为这样很热闹。但日久之后,你会发现,自己所有的时间都被应酬占据了去,不再有时间 and 心情去做自己的事。而且你会发现,你一旦被卷入这种应酬的漩涡,就很难抽身。你会觉得拒绝任何一个都不妥当,而你忘记回请任何一个也会失礼,只得继续不断地被请与回请。

我相信,这是使某些人如此之“忙”的一大原因。

避免使自己如此无事忙的唯一办法,当然是不要使自己卷入大应酬的漩涡。要在一开始就有定力、有主见地婉谢应酬。只要你婉谢了一两次邀宴,并尽量减少回请,即可避免以后无数的人情牵累。

有很多人相信,应酬是联络感情的最佳途径。但是,一切事都要适度。社交也是如此。过多的应酬,有时不但不能联络感情,反而容易制造是非。你婉谢一些应酬,顶多别人说你不通人情。而假如你多应酬,那应酬时的各种闲谈就都难免牵涉一些彼此认识的人。也许无意中的谈论会被人添枝加叶的当作另一次应酬中的谈话资料而变了质,传入当事人的耳中,反会对你不谅,导致伤害了友情。

你说我说·

放下手机

蓝龙



无论是身在餐厅、咖啡馆还是火车站,环顾一下,总会看到这样的场景:几乎每个人都在忙着玩手机,或自拍,或玩游戏,更多是在百无聊赖地刷动态、评论朋友圈。这样的场景不仅存在于中国,也是一个全球性现象。

一方面,高科技和社交网络提升了我们生活的效率,对外部世界的了解更加容易;另一方面,我们变得更加孤独——你或许在微信通讯录里有上千好友,在微博上有上万粉丝,在直播平台上有无数关注者,每天从早到晚忙个不停,却并不感到

温暖和快乐。其深层原因在于,我们深度融入的“虚拟世界”,恰恰会限制我们交流的质量和深度。而后者才是幸福感的真正来源。一项著名的心理学研究报告告诉我们:平均来看,幸福感50%与遗传基因有关,10%与身处的外界环境有关,剩下的40%则取决于我们作出的选择。

我们中的很多人,在睡觉之前,可能早已不是安静地读一本书,或者跟伴侣聊天。而是捧着手机刷朋友圈,充满好奇地关心别人分享了什么内容:去哪里玩了?和谁待在一起,做了些什么?然后下意识

地与自己比较。你会想:“为什么别人可以在美丽的海岛度假,我却孤单地躺在家里,与手机为伴?生活如此糟糕。太不公平。”这正是我们犯错的地方。我们让社交媒体夺走了我们对当下生活的注意力,在无谓的比较中丢失了幸福。

因此我非常想建议,大家至少在三个时间段里,试着放下手机——首先是清晨醒来之后和晚上入睡之前,让自己专注地放空和入睡。除此之外,与家人和朋友在一起时,也请放下手机。因为眼前的他们,才是你在这个世界上更应该关注的人。

微语录

● 礼貌,是聪明人想出来的与愚人保持距离的一种策略。

● 感觉到对方喜欢你,十有八九是错觉;感觉到对方讨厌你,十有八九就是真的。

● 一个人爱你的程度,不是浪漫的时候,他对你有多好;而是吵架的时候,他让你多少。

● 当你决定放下时,你不会失去什么,唯一会失去的,是你以前放不下的烦恼。

● 是性格决定命运,抑或命运决定性格?性格的主轴也许不可以改变,但是性格是可以改善的,棱角是可以磨平一些的,人是可以不那么执拗的。改善了的那个依然是你,而且是较好的你。

● 人生就两件事,一件是拿事儿把时间填满,另一件是拿感觉把心填满。

● 借钱见人性,还钱见人品。 (综合)