

N 耐人寻味

以礼为先

□陈启银

朋友带孩子去学拳,发现教练并没有马上教基础动作和强化体能,而是先教对待对手的礼仪,觉得不合理。我对朋友说,学术必先明道,这个教练应该不错。我年轻时经历过“武术热”,明白武学的最高境界是以德为先的终生修炼,而不只是对术的无尽追求,好的教练都是先讲武德,再授武术。

礼,是人际交往和工作生活中常用的无声名片之一。以礼为先是常识,凡事要有起码的谦虚态度、先后顺序、应有尊重、稳妥方法;与礼同行是通则,就是要把礼贯穿说话做事的全过程,不缺位、不错位、不越位。表面的礼,就是内在的道、德、仁、序、法。

生活中,有些人在细节上不重礼,比如有的人吃饭,只顾埋头玩手

机,不顾周边人的感受;有的人打电话不接,发信息不回,在公众场合大声说话;有的人居高临下,颐指气使,说话做事不考虑对方的感受;有的人对别人的礼节要求很高,对自己的行为很随意;有的人目无尊长,有的人任由“熊孩子”在公众场合捣乱不加约束,有的夫妻遇事还没有沟通就互相埋怨……别小看生活中的小细节,它会无意中显现一个人的修养。

对别人有礼,其实是尊重自己。一个经常对别人无礼的人,最终会为自己的无礼买单。重礼,是对自己的人格、努力、名誉、生命的尊重,重礼的人,也容易获得大家的

尊重。

现在,大家越来越注重传统文化,我觉得可以把礼作为国学的一个重要内容来学习,抓早抓小,让知礼、循礼、尚礼的氛围更加浓厚。从我的实践来看,适时适当的谦让,有礼有节的相处,都是交往的智慧。遇到能力比你强的人学他三分,遇到能力相当的人让他三分,遇到不如你的人帮他三分,遇到年长的人敬他三分,以礼为先,你的生活也会变得和谐美好。



请本版文图作者与编辑联系,以便奉寄稿酬。

R 人生感悟

茶如人生

□李显坤

那年,在大理旅游,有机会品味了白族的三道茶。一番慢斟细酌,发现这三道茶极有意味。第一道:其味甚苦,寓意人生立业清苦;第二道:苦中带甜,寓意人生苦去甘来;第三道:淡而有味,寓意人生值得回味。三道茶,代表着人生的三种境界。

饮茶过程中,我发现:喝

茶,其实只有两个动作——拿起和放下。

品茶,水是沸的,心是静的。一捏茶叶,经过滚水的浇灌,茶叶原本干瘪的身躯,在水中翻滚舒缓,沉浮起落,沉醉着、演绎着,由气芬至身香,味道也渐渐由涩及甘,由苦到甜,由浓转淡。由此我发现:茶不过两种姿态——无非浮与沉。

茶叶在浮沉间,我们品味出其清香。茶如人生。人生多浮沉起落,只有在沉浮过程中,生命才能为之舞蹈,并释放出生活的至味。

品半盏清茶,观浮沉人生。懂得浮沉与举放的时机,方能成就茶艺。人生亦如此,那便是要做到拿得起放得下,浮时淡然,沉时坦然。

J 精粹短文

欢喜

□孙香我

知道我喜欢书签,一位朋友要写几枚送给我。朋友习书,写瘦金体。书签是外面买的空白书签,洒金底子,应该就是让人家买回来自己写写画画的。朋友先写了两枚,都与书有关。一枚写的是“寂寂寥寥扬子居,年年岁岁一床书”,这是我在文章里引用过的两句诗,朋友看过我的小文章。

另一枚写的“茶亦醉人何必酒,书能香

我不须花”,有一回闲聊,朋友问起我的笔名的寓意,我就告诉朋友取自这两句诗。朋友又问我,还想写什么内容的。我也不客气,就请朋友帮我再写了一枚,写的是“青灯黄卷,粗茶淡饭”。这两句不是诗,是我自己凑的。我对朋友说,这八个字我最喜欢。

我平常一日三餐很简单的,荤少素多,且常常是就一个菜吃饭。“粗茶淡饭”于我,并不是一味节俭,也是习惯和欢

喜。“青灯黄卷”更不必说,回想平生,不识时务,百无一用,日日唯与一屋子的破书朝夕相伴,一册在手,两耳不闻,故纸堆正是安乐窝。

每个人到这世上都只来这一回,选择自己喜欢的方式过这一生,是最要紧的。“青灯黄卷”的寂寞,“粗茶淡饭”的淡薄,就是我选择的人生,因为我欢喜。细细想来,所谓人生的选

R 人生百味

加工

□徐九宁

儿时,每到年关,母亲都会熬糖稀:把红薯蒸熟、碾碎,再用清水冲淘,把红薯汁滤出来。之后,再将红薯汁倒入大铁锅里,锅下添柴加火,熬煮。

一大铁锅的红薯汁,要熬煮七八个小时,等到锅内的水分越来越少,红薯汁越来越浓,甜度越来越高时,才能改为小火。

继续小火熬煮,这期间还要加入麦芽糖、甜叶,直至锅内的红薯汁舀起来是不断的丝线,糖稀这才算是加工成了——甜得不得了!过年做米糖、蜜饯,都是需要它们的。

甜度一般的红薯,最终成为甜度很高的糖稀,靠的就是不断



熬煮和加入一些甜性物质,是持续加工而成的。

我们的生活,也是需要不断熬煮和加工的。但遗憾的是,不少人不是在加工生活的甜,而是在加工生活的苦,尤其是内心。他们在扩展、放大、延伸日子里的不如意,并不断加入各种自责、抱怨、不满、愤恨等苦味作料,让生活的甜度越来越低,直至苦不堪言。他们忘了止苦增甜,才是我们加工生活的正确方式啊!

端起我的相机 ——献给新中国的生日

□孟宪军

端起我的相机
留住瞬间最美的记忆
十四亿中国人的脚步
在中华人民共和国国旗的引领下
揉进了中国梦的点点滴滴
华夏儿女的笑容
在闪光灯照耀的刹那间
定格在桃花盛开的春风里

端起我的相机
扫描永恒轮回的四季
拍出春天的姹紫嫣红
记录夏荷的清纯如玉
锁定秋色的累累硕果
保存冬韵的梅雪映趣
自拍一张灿烂的笑脸
植入中国人的青春期

端起我的相机
影像资料里
有祖国的奋斗历史
端起我的相机
记录改革开放的业绩
民族经济腾飞的影像
使我们热血沸腾
祖国 我爱你
这铿锵有力的呼喊
发自人们的心底

端起我的相机
翻看一日千里新科技的崛起
我们倍增了民族自信
端起我的相机
真实记录了农民脱贫的前后对比
聚焦波澜壮阔的图片文字
保存千秋万代永不逝去的数据
实现国家民族的昌盛
离不开镜头里的记忆

把中华人民共和国的丰功伟绩
传播到地球每一个区域

端起我的相机
导航不知疲倦的步履
留下清晰夯实的脚印
串成讲述不完的故事
中国人民站起来的故事
端起我的相机
拍一张迎风飘扬的五星红旗
红旗下有你有我有几代人的身姿
走进新时代
我们伟大的祖国
从此国富民强
我们的党有了更强大的凝聚力
十四亿中国人民
更加团结更加努力
祖国 伟大的祖国
有着压倒一切的底气

端起我的相机
图说民族振兴大计
端起我的相机
把民族振兴的道路
浓缩在光影里
端起我的相机
我把伟大祖国母亲的身姿
奋斗的历程和足迹
锁定在相机的设置里
永远珍藏 永久记忆

端起我的相机
走遍祖国的山川大地
立定在祖国的心脏
仰望蓝天下冉冉升起的五星红旗
拍下最神圣的一张照片
镜头里血染的五星红旗
风采依旧 更加美丽