

R 人生感悟
enshengganwu

修行在尘世间

□朱凌

清晨,窗外的雨滴轻轻敲打着玻璃,如同天空在诉说着无尽的思绪。电话铃声响起,是朋友那熟悉而温暖的声音。她告诉我,想要离开这座熟悉的城市,去一个宁静的地方修行,让心灵得到片刻的安宁。她的声音里带着一丝疲惫,也带着对宁静生活的向往。

我静静地听着她的诉说,心中涌起一股莫名的共鸣。是啊,我们生活在尘世间,总是被琐事所困,心灵得不到真正的放松。每当夜深人静,我总是会思考,是外界的环境在困扰着我们,还是我们内心的波澜在作祟?

朋友说她想要逃离,去一个没有人打扰的地方,静静地修行。我笑了,告诉她,其实真正的修行,并不在于逃离,而是在于面对。尘世间的纷纷扰扰,正是我们修行的契机,也是磨炼我们心性的最好机会。

她听后,

J 精粹短文
ingcuiduanwen

放下

□汪洁

秋叶如浪来袭,一层层挂上枝头,又一片片地深情飞落。一年四季,春花秋叶,此乃草木之心;一年到头,叶叶凋落,实为“放下”。秋去冬来,生命到头来就是不断地放下。草木如此,人类亦当领悟。

放下,放下不断追求的名利和被压力困扰的烦恼。现代生活中充满着各式各样的诱惑和压力。有小故事言:一位禅师在河边等船。船上的人已经坐满,正划向对岸。禅师旁边的人问禅师:“师父看这船上有多少人啊?”禅师回答:“两人。”提问人反驳说:“师父你错了,明明一船人,怎么说只有两个人?”禅师说:“一个熙熙攘攘为名而来,一个熙熙攘攘为利而去。”人生往往放不下。但,需放下:放下欲望,保持清静;放下包袱,身心愉悦;放下念想,甚至是多年的执着,常言道:“舍得,舍得,有舍才有得。”

人生不长,风雨如桥,一头朝如青丝,一头暮发成灰。二十随意,三十而立,四十美丽,五十还有欢喜。愿你在每个年龄段,都有乘风破浪的勇气,不为了追求念想而放弃自我,不为了追赶别人而改变自己,该把握的把握,该放下的放下,敞开心怀,走近自然,听听风,听听雨,听听草木之心,听听自己的心声,安妥此身。



沉默了一会儿,似乎在思考我说的话。然后,她轻轻地叹了口气,说:“或许,是我没有真正地面对自己的内心,总是想要逃避。”

我安慰她,不必太过自责。我们每个人都曾在尘世的洪流中迷失过方向,都曾想要逃离过现实。但是真正的修行,是在于如何在尘世间找到自己的位置,如何在纷扰中保持内心的宁静。

我想起自己曾经也经历过类似的困惑。那时候我每天忙碌于工作,被琐事压得喘不过气来。每当夜深人静时,我总是会对着镜子里的自己发问:“这真的是我想要的生活吗?”然而我从未真正地去寻找答案,只是选择了逃避,用忙碌来掩盖内心的迷茫。

直到有一天,我遇到一位智者。他告诉我,真正的修行,不是逃离尘世,而是在尘世间找到自己的位置,学会与自己和解,学会与世界和解。他说:“尘世间的纷扰,正是我们修行的最好机会。只有经历了这些,我

们的内心才能变得更加坚强,



更加宁静。”

我开始慢慢地理解他的话。试着学会面对自己的内心,学会接受自己的不完美。尝试在忙碌的工作中找到乐趣,在琐碎的生活中发现美好。我发现,当我真正地去感受生活时,那些曾经让我烦恼的事情,都变得不再那么重要了。

我告诉朋友,真正的修行,是在于如何在尘世间找到自己的位置。我们不需要逃离,只需要勇敢地面对。我们可以用一颗平和的心去面对生活中的每一次挑战,用一颗感恩的心去珍惜身边的每一个人。这样,我们的内心才能逐渐变得宁静而强大。

朋友听后,似乎有所感

悟。她说:“或许,我真的应该试着去面对,而不是一味地逃避。”

我笑了,告诉她:“是的,勇敢地面对吧。在尘世间修行,是一场漫长的旅程。但是只要我们保持内心的宁静和坚定,就一定能够找到属于自己的幸福和安宁。”

在尘世间修行,不仅是一场对生命的探索,更是一次对内心的觉醒。它让我们学会面对自己的不完美,学会珍惜身边的每一个人和事。它让我们明白,真正的幸福和安宁,不在于逃离尘世,而在于如何在尘世间找到自己的位置,保持内心的宁静和坚定。

M 名家名句
ingjiamingju

思念是一种美酒

□林森/辑

对于可控的事情,要保持谨慎。对于不可控的事情,要保持乐观。

——爱比克泰德

充实的思想不在于言语的富有。

——莎士比亚

当敏锐的洞察力同善意和热爱相结合,就能探到人和世界的最深处。

——歌德

什么是美?美,就是我们所爱的东西,不是因为好才爱,而是因为可爱才好。

——托尔斯泰

沉思——就是去领悟真理,去生活、去运动,并在沉思中获得我们的存在。

——泰戈尔

思念是一种令人在梦想中沉醉的美酒。

——雨果

你要回忆过去,也只应当去回忆那些使你愉快的事情。

——简·奥斯汀

F 非常感受
eichangganshou

不见面也挺好

□杨兵

树叶飘飘,枫叶正红,银杏叶铺满脚下。秋去冬来,走在一条时光的隧道,无限感慨,无端泪涌。总会想起一些人,领导、老师、朋友、同事,曾经一面之缘的人,曾经相恋的人,曾经帮扶过的人……他们仿佛消失在时光的尽头,又在时光中起舞。想想不少人可能终身不会再相见,但心中依然涌动着感激与感动。或者我们都在一条直线上,路过你走过的路,吹过吹你的风,却迟迟未能再见面,你安好,心中便是最好的了。

想起同学,多年未见,曾经他傻傻地笑,曾经他脸上欢快的小酒窝,曾经他书画一绝,曾经他健步如飞,曾经一棵松树下,我们共同读着书。岁月如梭,转眼皱纹爬上脸庞,头发多了银丝,各自为生活为家庭奔波,有些毕业后见了两次

面,有些从未再见面,但是心中还有一股清泉汩汩流淌,还有一块青青草原,聚集着我们的欢歌笑语。

我记得有个语文老师,他叫刘水,戴副眼镜。讲起课来慢条斯理,讲起晚唐后主李煜的《虞美人》,低头仰天,给人身临其境的感觉。更令人惊喜的是,他竟然唱起了“春花秋月何时了?往事知多少。小楼昨夜又东风,故国不堪回首月明中……”他深情地唱着,声音优美动听,声情并茂,令人难忘,同学们听得入迷,连连鼓掌。后来,我出了文学作品集,他还给我写了读后感,提了建议,并帮我卖起了书。刘老师只教了我们半年时间,却给全班同学留下终生的回味。一晃我们分别近30年,30年了,老师过得如何,我想登门问候和感谢,尝试了多种寻找未果,不知他的住处和近况。我时常跑步,不由自主地会唱起那首《虞美人》,我又想老师了,想那些匆匆

来不及细细品味的学生时代!

我有不少的客户,都从网上相识,未能谋面,但伸手一算,合作好多年了,彼此相互理解,相互支持,合作共赢。有人建议我,和客户见见面,搞搞关系,送送礼,我摇了摇头。我认为,各自坚守职责,做好分内的事,比什么都重要,我用心为客户提供好品质有竞争力的产品,提供贴心的服务,这就够了。

有些人不见是“道不同不相为谋”,有些人不见,心中满是思念与感恩,牵挂。你好,岁月静好,甚好。

请本版文图作者与编辑联系,以便奉寄稿酬。

