

心灵驿站

自先沉稳 而后爱人

长沙市第一中学高二4班 唐雅芸

亦舒曾说:“自爱,沉稳,而后爱人。”告诫我们,爱他人,应自先沉稳。生命是一条奔流不息的长河,我们都是过河人,亦是自己的摆渡人。而此中波澜起伏,若想真正知人、爱人,正应自先沉稳,方静而后安,安而后定,定而后慧,慧而后悟,悟而后得。

自先沉稳,是一种独立。境由心生,沉稳是为自己而活,悦纳自我;沉稳是不为功名利禄而活,但求当下;沉稳更是不为他人而活,安之若素。每个人都是一个独立的个体,独一无二,不可复制、不可强求。也正因此,我们要有属于自己的特性、摸索并坚定一条属于自己的道路,而非看到他人功成名就便如飞蛾扑火般效仿之、附庸之。若人人眼中都只有那飘渺浮躁的身外之物,心不静、人不定,又如何能知人善用、敬人爱人?他人的经验教训是一剂良药亦是一缕云烟,万不可因此迷失自我,须独立地作出理性的评断。路,终究是靠自己走的;精神的寄托,终究是来源于自身意志的;而平静无畏的心境,亦终究是自己炼就的。

自先沉稳,是一种境界。丰子恺从少年意气到一代大师,名望地位都早已攀上巉岩,却始终自然淡泊之至。他曾慨叹:“不乱于心,不困于情,不畏将来,不念过往,如此,安好。”这是何等温柔悲悯的心境,又何等沉稳宁静的灵魂!自先沉稳,是心定则万物定的沉静,是不畏惧将来的勇气,是不为执念所困扰的开阔,于人于己,方不负韶华。

自先沉稳,亦是苏格拉底“Know yourself”的哲思;是老子“自知者明”的畅达;是林语堂“单独屹立”的坚定。自先沉稳是一种境界——不为纷纷扰扰所牵绊,不因生活琐碎而动摇。当我们内心平安且沉静,便能知得失、明是非,从而用一颗矢志不渝的本心推自己不断前行、不断变好。如此审视自我,修缮自我,“爱人”才有了最为长久的寄托。

自先沉稳,是一种圆满。涉世未深的我们难免年少轻狂,爱恨痴嗔行于色,总崇尚“雷厉风行”四字,便也容易四处碰壁,因急切疏忽在不知不觉中伤人。因而,云淡风轻的豁达并非一蹴而就,而是

时光积淀后的顿悟了然。不好高骛远、不妄自菲薄,正确地估价、精准地定位、实事求是地看待自己,学会沉稳,要用一生的时间去经历、去感悟。处事沉稳,因而不卑不亢;待己沉稳,所以宁静致远;于人沉稳,方能长久相伴。真正的“自先沉稳”,是岁月将情怀包裹,挤压成心中的琥珀——这本身,就已是不可多得的财富与圆满。如是,我们才能摆脱莫须有的烦恼,成为一个自己愉快并能让他快乐的人。以己之力,给予他人宽容与温柔,这是自先沉稳的结果,更是而后爱人的体现。

于是,我们自先沉稳,爱自己、懂自己,也能学会同样珍惜并善待生命中每一个值得的人。诚然,每个人都是独立的个体,但同样肩负责任。对于在乎之人,以沉稳之心尊重且赤诚,将深深的话浅浅地说,以陪伴给予最长情的爱。

我们于一生中的自我修习、完善与体验,是追寻本心的自由爱恨。先自沉稳,而后爱人,方能遇见这世间无与伦比的美丽。

思想长廊



人的一生会遇到很多困难,我们身边也会遇到很多生活艰难的人。在我们的人生路上,尽自己最大的努力给身处困境的人送上一份关爱和温暖,是新时代留给年轻人的责任和担当。

我们不论是在学校还是在家里,都能从老师和家长那里得知这个世界上还有很多贫困群众,他们有些人生活在交通闭塞的地方,一年的收成仅靠耕种一点田地,如果遇上病痛就马上会入不敷出,举步维艰。他们和我们一样都仰望同一片星空,身处同一片大地,他们的安危冷暖值得我们去牵挂和关注。

人性中总有一份温暖和美好值得坚守,这种坚守给予我们生活的动力、勇气与从容,失去对人性坚守的人,就会像麻醉了灵魂,生活于他最后只会留下空虚与迷茫。我们面对酒绿灯红的世界,是坚守一份自适自安还是随波逐流?面对危难之际的他人,是坚守一份勇敢关爱还是置之不理?衡量着我们年轻人的胆识、胸襟和格局。俗话说:做一件好事并不难,难的是做一辈子好事。我们作为新时代的年轻人,就要学会从一件件小事做起,遇见需要帮助的人,及时伸出援手,积少成多,通过帮助他人来淬炼自己,升华自己,让自己的境界提升到一个新的高度。

在我们身边就有一些乐于帮助他人的“活雷锋”,他们用“坚守”诠释着人性的高贵和生命的尊严。出生在浏阳市澄潭江镇的“向日葵女孩”何平虽然家境贫寒,处境艰难,但仍像向日葵一样,执著地迎着太阳生活,打7份零工,带着弟弟上大学,乐观、坚忍,不言放弃,这是一种坚守。湘潭被孤儿亲亲切称为“板凳妈妈”的许月华,从小父母双亡,后又不幸被火车轧断双腿,成为高位截肢的残疾人,但她并没有放弃,而是积极投身关爱孤残孤老的事业,38年先后照顾养育了138名孤残儿童,这是一种坚守。长沙县青松老年公寓的杨松青服侍150位“爹妈”,为他们擦澡洗脚、端屎端尿,毫无怨言。他用孝心、爱心做事业,用真心去助人,这是一种坚守。长沙县白沙乡的林芝纯37年来主动照顾一个非亲非故的残疾人,时光见证了她的善良、宽容、勤劳、执著,这是一种坚守。这种用生命和人格体现出来的坚守,是最宝贵的精神财富,值得我们年轻人用一生去领悟、实践并传承。

作为年轻人,我们未来的时光很长,如果每天都坚持做一件好事、帮助一个人,到了我们老去的时候就能让很多人都能感受到社会的温暖。如果我们行动起来,我们的社会就会变得更加文明可亲。在以后的日子里,我们要像这些“活雷锋”一样,用人性的善良、宽容、勤劳、执著去温暖这个世界,让幸福的光明永驻每一个人的心田。

坚守每一份关爱和温暖
浏阳市田家炳实验中学高三二五〇二班 熊浩

少年情怀

世事无常时有常

平江县第一中学高三469班 胡炜

我是爱花之人。记得小时候,我和小伙伴们在乡间野外挖野菜时,总会顺便采一把野花带回家,我把它们放在枕头旁、饭桌上、书包里,插在墙壁上,还扎在我的头发上。

光阴如同一个魔术师,转眼我已步入了高三,但我对花的喜爱仍不减当年。半年前,知心同学送我一株昙花,我小心翼翼地把它种在花钵里。昙花享有“月光下的美人”之誉,它的花朵优美淡雅,香气四溢。有趣的是当花渐渐展开后,只过1~2个小时就枯萎了,从开花到凋谢整个过程只有4小时。昙花,刹那的美丽,瞬间的永恒。因此我心中产生了一种莫名的哀伤,这种哀伤伴我很长一段时间都不能释怀。为此我想到人的生命也是很脆弱的,真是世事无常时有常。

有了这样一种心事,我便有了一种饭后去学校小径散步的习惯,边散步边欣赏开在路旁花坛里的那些五颜六色鲜活美丽的花,仍像小时候那样采一把回来。每当看到花儿将谢未谢时,它们更显得楚楚可怜,比起含苞时的精神抖擞也自有一番风姿。

我亦是个多愁善感之人,时常感叹

生命的可贵及脆弱,也感叹花的生命之短暂。当我每次看到花的凋谢,会暗自神伤不能自抑。我时常想:花的盛放虽美丽动人,但凋落时也有一种难言之美。清冷的寒夜,我坐在桌前,看到花瓣纷纷落下,无声地辞枝。那颤抖离枝的花瓣时常给我耳朵以错觉,仿佛在倾听远处土地的呼唤,闻着它熟悉的田园气息。那还留在枝上的花则是像眼睛一样,深情地看着人间,那深情的最后一瞥真是令人惆怅。每一朵花都是安静地来到这个世界,又默然离开。若是我们倾听,在安静中仿佛有深思,而在沉默里也有美丽的雄辩。

在我眼里,花是无价的。它虽是有形之物,却往往是无形的象征,莲之清静出污泥而不染,梅之坚贞傲笑迎雪霜,兰之高贵、菊之傲骨、牡丹之富贵、百合之闲逸,乃至玫瑰里的爱情、康乃馨的母爱,都是高洁而不能以金钱衡量的。

花的美是无常的,世间的一切何尝不是花般无常?若能体会世间无常时有常,无常也就能激发我们的智慧,激发我

们追求真实和永恒的智慧。我曾读过一首偈:“日日禅定镜,处处般若花。时时清凉水,夜夜琉璃月。”这世间,“镜花水月”是最虚幻最短暂的,但唯其如此,才使我们有最深刻的觉醒:为人坦诚相待,不欺不诈,心怀善意,胸怀若谷;得失在瞬间,逢弱不欺,遇恶不怕,穷不倒志,富不癫狂;遇事不急不躁,沉着冷静,善于发现问题,也要学会解决问题。当我们面对人间的一朵好花,心里有美、有香、有平静、有种种动人的质地,就会使我们有更洁净的心灵来面对人生。

当我们在拥有了荣誉时,不要陶醉其间;在获得掌声时,不要洋洋得意;在遭逢苦难时,要当作是人生的一种磨砺……

当我们得到时不必惊喜,失去了也不必悲伤。因为世事无常时有常。

本性就是你的天堂

□ 韩青

每个人都有自己的本性,就像花一样,什么种子开什么花。如果你本是玫瑰,却非要开牡丹花,不但是空想一场,而且白白浪费自己的大好时光和精力,甚至连自己的花期都错过了。所以,一个人最好的状态就是顺乎自己的本性。

对此,林语堂先生有过切身的感受。当年,他曾被邀请到武汉革命政府当外交部秘书长,半年后,他死活不当了,这也是他一生中仅有的一次官场生涯。之后,他的确再也没有参加过。他说:“顺乎本性,就是身在天堂。”看来,他的本性就是适合做一个文人。

一个人只有守住自己的本性,才能有所为。当年,狄德罗的父亲希望他成为天主教士,学法律或学医,但他没有屈从于父亲的安排,毅然决然地选择了文学,最终成为法国启蒙文学的重要代表人物之一,并且,他对绘画、雕刻、音乐、喜剧等都有创造性的见解。如

果当初他没有守住自己的本性,成了一个普通的教士、律师或医生,世界文学史上就会少了一位文化巨匠。

可是,很多人却不能始终如一地将本性持守到底。开始时,本性盎然,生机勃勃,可是,经过一段时间后,本性就枯萎了。明朝的宰相严嵩参加京师殿试,中二甲第二名,因此被选为翰林庶吉士。几年后,他因母亲去世回家守孝三年。但守孝期过后,他并没有回朝,理由是“奸人当道,在下不堪与之为伍!”显然,当时他还是一个正直、善良的才子,后来他进京任国子监祭酒。渐渐地,一点点地失去了自己的本性,成为一个奸臣。如果他能守住自己的本性,也就不会祸国殃民,为后人所不齿。

当然,一个人的本性能不能守得住,取决于他的定力。要想保持定力,就必须超然物外,对外在的东西淡泊待之。《祖堂集》中记载:慧明很容易受世俗观念影响,师父慧能发现这一点之后,就告诉他学佛的秘密在于要尊重自己的本来面目,不要因为外在的东西而改变自己。而本来面目在佛教中就是本性的意思。其实,不仅学佛这样,做人也是如此。要知道,那些花花绿绿再迷人,也不是你生命的构成部分。

我很喜欢《离骚》中的一句话:“用君之心,行君之事。”意思是说,一个人要依从自己的本性做事,只有这样,才能把该做的事做到

极致,否则只能勉强完成甚至会把它搞砸。这让我想到伊索笔下的那头驴,它想和狗一样得到主人的宠爱,可是当它把前腿搁在主人的肩膀上时,得到的却是一顿棍打,而狗却得到了主人的爱抚。这就告诉我们:应该依从自己的本性,做适合自己做的事。

再说,什么时候该做什么,这有规律可循。张潮说:“春听鸟声,夏听蝉声,秋听虫声,冬听雪声;白昼听棋声,月下听箫声,山中听松声,水际听欸乃声,方不虚此生耳。”万事万物都有自己的本性,只有以我们的本性来照应它们的本性,才会两情相悦。这也是我们与万物之间的默契。

可见,本性在,天堂就在。因为,本性就是你的天堂。我们常说,境由心造。不错,一切外在的美好,其源头往往都是我们的本性。

原色空间