

“稳”住心不乱 日子就好过

去年岁末，“汉语盘点2019”揭晓了2019年的年度国内字——“稳”。在2019年，我们的国家经历了各种挑战，以“稳”的心态见招拆招。不着急、不焦虑，是因为行稳，方能致远。

“惑”字怎么写？上面是“或者”的“或”，下面是一个“心”。什么是“或者”？就是有选择，可以这样，也可以那样。

现如今的生活选择多！大到孩子挑个专业，有那么多专业可选择；成年人买个房，有那么多楼盘；小到上超市买个牙膏，看看进口的、国产的，你的脑子就在打架，哪个牌子更健康呀？谁推荐的牙膏是信得过的呀？

迷惑是怎么产生的？被这样那样的选择压住了，迷惑就产生了。所以，人因为智慧而不惑，要稳稳当当地面对世界。世界上选择虽多，弱水三千我只取一瓢饮，这就是不惑。

惑与不惑，稳与不稳，是纷繁的客观世界与一颗心的较量。

稳，应当是一种从容、旷达

面对选择要稳，面对生活的状态也要稳。无论遇到什么样的事情，你都能坦然地接受下来。

中国有很多这样的古人，你不能说他的生活中一切都是如意的，但这个人可以把日子过得很快活，这就是孔子所说的“君子居之，何陋之有”。他的生活境遇可能极其简陋，但是能看得开。

如果要过简陋的日子，我们的内心能稳得住吗？苏东坡是中国知识分子的代表，特点是多大的福都能享受，多大的罪都能受，且受罪时非常从容。苏东坡在杭州当官，过着神仙般的日子。后来他不断被贬官，最后被贬到天涯海角，还很高兴，说我有再大的坎坷都不遗憾，因为此番游历是我平生没有的。

苏东坡说，看月亮好，今天就叫中秋吧；今天菊花开了，今天就叫重阳吧。这就是他所说的“良天佳月即中秋，菊花开日乃重阳”。他的生活哲学是，如果自己的心是快乐的，天天都是节日。

对于李白来说，很好的中秋月色下，“举杯邀明月，对影成三人”——一个人唱歌、跳舞的时候，月亮都跟着他一起，突然之间天地聚气、一堂春色。

这就是孔子所说的“何陋之有”。要有一种无论任何时候都能获得快乐和幸福的能力，你的周遭可以是落寞的，但你的心里是快乐的。

心不乱，世界自然安稳

有位哲学家终日冥思苦想，研究一个哲学问题：人和世界的关系到底是什么？他百思不得其解。一天，他在书房伏案写作，小儿子在旁边闹腾。这时他看到手边有本旧杂志，封底是一张世界地图。

哲学家就把世界地图撕成了碎片，再拿一卷透明胶带，让小儿子到隔壁房间，告诉他：“什么时候你把地图都拼好了、粘对了，我就给你五块钱。”

没想到才过十多分钟，小儿子就拎着一张破破烂烂的地图回来了——全粘好了。哲学家很惊讶：“地图撕得那么碎，你哪能这么快就全粘好了呢？”

小儿子说：“这个地图的背面是一个人的头像。你要看地图那面，哪座山挨着哪座海，哪个洋接着哪个洲，是挺难的。可是，我知道人长什么样啊。所以，我把纸翻过来，按照鼻子、眼睛的顺序粘好。”

——原来，只要人像是完整的，他背后的世界必定是完整的。童言无忌。只要人心不乱，世界就不会乱。

人心是我们与世界对话的起点。抱怨世界给我们太多羞辱委屈的时候，也许是我们的内心不够强大。迷失于世界的纷乱时，往往是我们定力不够。

2020，让我们用一个稳稳当当的心态迎接新的旅程。
(于丹)

假期

假期最令人感到开心的是知道不用上班。

假期最令人放心之处是知道放完假后马上有班可上。

别埋怨假期有限期。

如果没有限期的话，便等于永久放假，永久放假等于游手好闲，亦等于不是放假。

假期不一定要有什么节目，足不出户，休息身心已是很值得，假期有如起伏的乐章中的休止符，休止符能令到乐曲的韵律听上去更加美妙，假期也令我们工作的韵律更加舒畅。

有时我们需要的只是肉体上的假期，久积疲累，只想无所事事，好好地睡上几天。

有时我们需要的是精神上的假期，脑筋过劳，只愿什么也不想，只做不用动脑筋的事，好好地玩个痛快。

有时假期是脑筋加班，平日太多问题没空细心地去想，太多人烦恼没时间去分析清楚，在不用工作的日子里，我们可以集中精神把事情想个通透。

我们都需要中间把日常工作放下几天，想想自己应走的路，不然日做夜做，免不了会变成工作机器，见到什么便做什么，根本没想明白什么应该做，什么不应该做，什么应该点多点，什么应该少点。

不要以为，不停地工作便一定会做得对。

很多时候就是因为不停地做，便做错了很多事，白花了很多力气。我们都要停下想一想，一天也好半天也好，我们都需要一些生活中的休止符。

(林燕妮)

海棠

每年春天，海棠花开时节，我一定要寻理由反复路过文化路上那三棵老西府海棠。在这座城市里，她们大概算得上是祖母级的海棠树了吧。每棵树的树干都是从生挺直，竭力生得更疏朗、更高峻，似乎是

为了将数十万朵花开得更阔拓、更豪恣。

春风摇蕾的日子里，长久仰望着那花树，巴望幸运地全程目击第一朵花开。倏忽之间，满树飞花。置身树下，感觉粉白的浪在头顶翻涌。那么鲜润，那么娇妍，与周围灰突突的环境格格不入，仿佛是从另一个粉雕玉砌的世界里快递过来的。

谁言“海棠无香”？西府海棠的香，是袭人的，那是介于茉莉与槐花之间的一种香，醒脑，沁脾，牵魂。

春阳下，我凝视一朵海棠花的花心，顿觉胸中灰尘全无，我湛蓝的心空，鸽哨般反反复复回响着这两句美诗——“二三星斗胸前落，十万峰峦脚底青”。
(张丽钧)

