



美文欣赏

# 框框

人都害怕被拘禁,像监狱里的囚犯,生活在牢房这个小框框里,没有自由,只有束缚的痛苦。其实,世间的人,可以说大都生活在框框里,有的人以家庭为自己的框框,有的人以名位为自己的框框,甚至法律、道德都是人间的框框。如果不能从框框里解脱出来,则所谓“三界如牢狱,娑婆如苦海”,人就只能在苦海里浮沉了。

现在试就人生的“框框”一谈:  
一、生活的框框:在日常生活中,人为了“开门七件事”,被柴米油盐框住了;为了延续香火,被生育女框住了;为了家族兴盛,名利的枷锁更是把我们死死框住。因此,人生到了青壮年时期,都很希望走出家门,进入广大的社会飞翔,主要是为了逃脱生活的框框。

二、思想的框框:一个人杂念太多,整日想东想西,就会在思想的框框里钻不出来。有的人想要当富翁,就被金钱框住;有的人想要把权,就被权力框住;有的人希望爱情,就被儿女私情框住,所以思想每天都在财色名利之间打

转,逃不出五欲六尘的框框。当然,也有的人视荣华富贵如草芥,执着事业,希望成为专家、学者,从而实现个人的价值。但是,这样的人,也会被思想和理念框住不能解脱。像美国的海明威、日本的川端康成,虽然获得诺贝尔文学奖,但是仍然逃脱不出思想的框框,过于理想主义,只有另求解脱之道。

三、人事的框框:世界上最难相处、最难管理的,就是人。人与钱财相处,钱财不讲话,任你支配;人和物品相处,物品也会听命于你,任你搬来搬去,不和你争论,所以基本上还能逍遥自由。但人和人相处,一句话、一个动作、一个脸色,可能就会引发矛盾,所以人和人相处就会变得小心翼翼,谁也不愿打破人事的框框。有的人离家出走,就是因为无法忍受父母的规定和要求;有的人从公司辞职,也是因为无法赞同领导的处事安排;有的人在大众里郁郁寡欢,都是因为在人前亦步亦趋,让自己不能任性逍遥,随缘放旷。人和人之间,关系越亲

密,框框就越紧。人都希望从人我是非中解脱出来,但是谈何容易?所以佛教讲“无我相”“无人相”,如此才能逃离人事的框框。

四、心理的框框:心是我们的牢狱,我们都住在心的牢狱里。有时候身体被囚禁了,但仍可以怀揣一颗自由之心。但有时候心被贪嗔、愚痴、傲慢束缚住了,那就完全失去了自由。所以无门禅师说:“春有百花秋有月,夏有凉风冬有雪,若无心事挂心头,便是人间好时节。”所谓“心中有事天地小,心中无事一床宽”,做人要先从心解脱,继而得到身体的解脱,这才是真正的自在解脱。

我们看小鸟被关在笼子里,鸟笼的框框让它不能自由飞翔;金鱼养在鱼缸中,在狭小的空间里,无论怎么游也游不出它的框框。人类的框框,有一些是社会加诸我们的,也有许多是我们自设的。所谓“天下本无事,庸人自扰之”,人类如能对五欲六尘、人我是非淡泊处之,越是淡化杂念就越能走出框框。(星云)

## 人生好似小水滴

云的哭泣声中,我形成了。作为雨,我从空际轻盈地翻身跃下。

不做时间规划的我,白天、黑夜,黄昏、黎明,随时而至。

我自由自在。停留在树上,憩息于岩石。或者坐到大厦的顶层,鸟瞰整座都市。

现在,我从坐着的地方滑落,沿着道路蜿蜒奔跑。

在一只蝴蝶的陪伴下,我穿过群山、森林,到达一个地方,见到无数的同类。我无比欢欣地加入它们。

通过与同类完全融合在一起,我击败了孤独。人们把我们叫做湖或池塘。但无论叫什么,我们都是一支水的军队。

我们自高山之麓浩浩荡荡地顺势流下。最后,流入我们的终点,大海。

大海以滚滚波涛深情地拥我们入怀。我是多么高兴,被阳光照得通体发亮!

大海变得更加浩瀚,永无休止地冲刷着礁石、沙滩。但我心里很清楚,我的生命始自一个小水滴。

(吕广英)



哈哈一笑

## 婚礼红包二则

结婚时,接亲队伍被堵门口要红包,眼看新郎身上的红包塞完了,还不给开门,新郎机智地喊道:“傻媳妇儿,这塞的可都是咱家的钱啊!”新娘一听,噌一下,自己跑去把门开了。

另一个新郎不那么机智就惨了,好几十个红包塞完了,可就是不开门。新郎哭诉真没有了,里面堵门的姑娘们喊到:“加好友,发微信红包!”唉,高科技害人啊!

(报摘)



## 周口报业书画培训中心 周口晚报小记者活动中心

# 笔尖上的艺术——周口市青少年书画拓展夏令营

今年暑假,让我们一起感受书画之美,每课时仅收8元钱,小记者每课时6元钱,全市限招300人。

凡报常年班者,可免费加入周口晚报小记者团。另:与郑州大学联合举办书法高考集训,详情电话咨询。

周口报业书画培训中心自2013年开办以来已培训学员近千名,深受广大学生家长信赖。

2015年暑假,为丰富学生暑期课堂,让中小学生在度过一个安全、文

明、健康、快乐的暑期,周口报业书画培训中心、周口晚报小记者活动中心共同举办公益性书画拓展夏令营,用最专业的书画教育和丰富多彩的社会实践活动,着力解决我市广大青少

年学生汉字书写水平低下的问题,培养学生健康的审美观,提高他们鉴赏美、创造美的能力。

另:本中心与郑州大学老墨坊书法学校联合举办书法高考集训营。

拓展内容:1.7月5日,邀请书法博士徐舒桐先生莅临周口报业书画培训中心举办大型报告会。

2.7月6日—8月7日,在周口报业书画培训中心对学员进行书

画技能训练,优秀作品将陆续在《周口晚报》刊发。

3.8月8日,为增进学生对博大精深的中国文字文化的了解,组织学生参观中国文字博物馆。

报名时间:即日起开始报名

培训对象:5-20岁青少年

招收人数:全市限招300人

培训时间:7月6日—8月7日

课程设置:书法(毛笔、钢笔、铅笔) 绘画(中国画、素描画、儿童画)

报名电话:8599519 15138267859

报名地点:周口市七一路与八一大道交叉口北10米路东周口报业书画培训中心



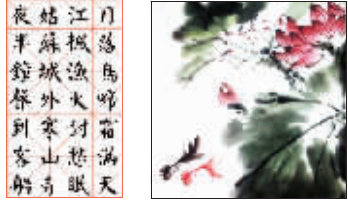
2014年,周口报业书画培训中心与市教育局共同举办周口市首届书法骨干教师培训班。



郑州大学书法系主任、书法博士李放教授在书法骨干教师培训班上作讲解示范。



由周口报业书画培训中心与市教育局共同举办的周口市首届青少年书画大赛比赛现场。



周口报业书画培训中心部分学生课堂作业选登。