

# 爱上苦瓜



## ■葛有杰

我一向不喜欢苦瓜,一是长相难看,两头尖中间鼓,周身布满凸起的瘤状疙瘩,像个丑陋的癞蛤蟆。二是味道苦,苦得令人舌根发颤,喉结发紧,胆汁倒流。

等我爱上苦瓜,已是人到中年。岳母患有糖尿病和高血压,医生建议多吃苦瓜,“最好是生吃,像吃黄瓜那样,效果最好”。于是,家中餐桌上多了苦瓜菜,鸡蛋炒苦瓜、凉拌苦瓜、苦瓜汤……苦瓜刚入口时是苦,但这时不要着急咽,让它在口中停留片刻,就只觉得爽而不腻,清香弥久不散。慢慢地,我喜欢上了苦瓜,感悟到苦瓜中蕴含苦尽甘来的人生要义。

关于苦瓜,有个寓意颇深的故事:有一群弟子要出去朝圣,师父拿出一根苦瓜,让弟子们每经一条圣河都将它浸泡一次,然后把它带进圣殿供奉、朝拜。回来以后,师父把苦瓜煮熟,吃了一口,说:“怪哉!泡过这么多圣水,进过这么多圣殿,竟然没有变甜。”弟子中有好几位立刻开悟。在佛家看来,人生的本质就是苦的,勇敢地正视人生之苦方为超脱之道。

圣女果、蜜桔、菠萝、桂圆……世上水果要么名称华丽,要么形象表现



## ■梁发占

在平时的生活中,我几乎没有被别人帮助过。可前不久的一天早上,在我遇到困难的时候,偶遇一位30多岁的热心青年,诚心诚意地帮助了我。

那天我送孙子去幼儿园,离幼儿园还有两里地时,电动车后胎突然瘪了,推了十几米就汗流满面。这时,一位骑电动三轮车的青年刹车停在了我身边,说:“打一下气能走吗?”说着就从车上拿出他带的气筒。结果,由于推时车内胎移动,气门芯卡到里边出不来了。看打不进气,小伙子又热情地帮我把很重的电动车抬到他的

出特点。苦瓜却冠名一个“苦”字,旗帜鲜明地将自身的特点告诉人们,不藏不瞒,不昧着良心指鹿为马,这种堂堂正正的做派令人肃然起敬。它率真坦诚,骨子里有着十足的自得与自信。苦又如何,没有苦味,五味就不全。苦是人生的一种历练,是宝贵的财富。没有苦味的人生是不完整的。

苦瓜是“瓜中君子”,和其他食材一同烹调时,苦味绝不沾染其他食品,不因环境的改变而改变,不随波逐流,任何时候都保持自己的个性。“闻广皆以为常馔……俱食其青者,或腌作菹,或灌肉其内,或以肉。”这多种多样的吃法,显见苦瓜有着极强的从众合作能力与协调性,决不唯吾独尊、固步自封。它无论和什么菜在一起炒、煮、炖,都只苦自己,不苦别人。人到中年,我更加体会到苦瓜的甘苦蕴藏着人生五味杂陈、苦尽甘来的哲理。



# 当别人帮助我的时候

电动三轮车上,一直把我们送到幼儿园门口。

对这位青年的善举我万分感谢,无论我用什么方式表达感激之情,都被他婉言谢绝,并说了句:“这是举手之劳。”我一再问他住址和姓名,他也不肯说,最后只简单地说:“我是个室内装修工,姓肖。”然后就离去了。

事后,我的内心难以平静,总想着以前自己也没少帮助有困难的人,比如:用电动车义务送急于办事,却又一时找不到出租车的人;扶起路边歪倒的小树;帮助残疾人……每当我对爱人说这些小事时,爱人都会说:“好人终会有好报!”实践证明,我也享受到了被别人帮助的快乐。

通过这件事,我体会到:世上的确是好人多!我不禁想起一首歌中唱的:只要人人都献出一点爱,世界就变成美好的人间。

## 身边事



## ■王伟

记得在大学里,心理学老师给我们讲过这样一个故事。有个信佛的人在山上行走时,不小心跌下山谷,幸好他抓住了一根树枝,他非常紧张地求佛来救他,结果佛真的出现了,佛让他放下手中的树枝,可是那个人却不肯放下,佛说:“你不放手,我怎能救你?”这个故事告诉我们,有时只有放弃,才能重生。

越王勾践的两位重要谋臣文种和范蠡,在功成名就之后,文种由于放弃不下名利权位,没有接受范蠡隐退的建议,最终被勾践赐剑自刎而死。而同样是功臣的范蠡选择了另外一种方式,他放弃了所有的功名利禄,过着悠然自得的生活。细想一下,其实学会放弃也是人生的大智慧。

人生是艰难的航行,不可能一帆风顺。该放弃时,就果断放弃。当我们在一个道上行走的时候,当走到某一个阶段,我们或许会发现,有些事情违背了我们的初衷,这个时候,我们就应该学会放弃。

学会放弃是一种智慧,会让你更加清醒地审视自身内在的潜力和外界的因素,会让你疲惫

的身心得到调整,而开始新的追求。没有明智的放弃,就没有辉煌的选择,而放弃后的重新选择,说不定会换来“柳暗花明又一村”的景象呢。

放弃了名利,会得到生活的安逸;放弃了喧嚣,会得到心境的闲适;放弃了怨恨,会感受到更多的宽容;放弃了忧郁,会感受到更多的希望;学会放弃,就能感受到日子的风清云淡。

有句话是这样说的:当你紧握双手,里面什么也没有;当你打开双手,世界就在你手中。学会放弃,才能在有限的生命里活得充实、饱满、旺盛。

“塞翁失马,焉知祸福”。放弃是一种智慧和远见,是一种果敢和胆识,是一种坦然和大度,是另一种意义上的获得。因此,我们只有学会放弃,才会变得更加理智,也才能够拥有海阔天空的人生境界。



# 人性

## ■朱社会

我想:人性是善良的。唯其人性,才是人的根本,失去了人性,便与人没什么联系,混谈于禽与兽。

我想:人性是美的。千锤百炼,生命进化,始出知礼明义、善恶分明、思维多极。正如大浪淘沙,将禽兽的恶劣与残忍涤荡而尽,独留伟大生灵内在的神圣与光辉。

我想:人性是几千年人类的恪守与遗传。一切美好与善良,

一切纯洁与天然,一切积极与进步,一切创新与发展,都需要所有的人用正能量保护与捍卫。这是人类进步与文明的必须。

