

# 过小而难的生活

● 连岳

除了偶尔的朋友聚会和出差,我的生活很简单:每天差不多 8 点 30

起床,喝茶,读,写,午餐(不是每天都吃),喝茶,读,写,晚餐(不是每天都吃),健身(每周二三次),喝茶,读,凌晨 1 点左右睡觉。

我认为能过简单的生活是幸运的,这为我提供了长跨度的时间计划。系统学习一门知识或者掌握一项技能,都需要大量时间。有日本哲人把生活分成四种:大而困难的;大而容易的;小而困难的;小而容易的。大部分的,比如巨富家的小儿子,有大笔遗产,又没有继承家业的负担,都好。

如果你兼通英语,在硅谷被果壳塔,小而容易的小东西搞的,你本来可以选择前者,你碰到的大多数也会如此建议,这也不稀奇,因为他们生活在小而容易的生活里。这种生活观是,生活的压力最好都由别人承担,我要活得像个机器人,机械重复即可。这就是所谓“有保障”的生活,需要你提升,你只要消磨时间。我建议你不要过这种生活。

我建议你选择后者。小而困难的生活看起来虽简单重复,但每天你都会面临小挑战,有些小小的未知需要索,你是你自己的主人,这回归到人类祖先的生存状态,一日不作,一日无食。不要被偶尔的孤寂打败,要知道,这才是一个人正常的生活。这状态能持续到我们生活的终点,正是幸福的标志。

幸福快乐的标志



# 九澧文摘

第十期

## Contents 目录

主 办：校长室  
 承 办：教科室  
 采 编：图书馆工作人员  
 组 编：王先林  
 编 审：杜登年  
 校 稿：王先林 陈晓波  
           刘秀清 闫先进  
           李 晔 张延玉

泰谷道：11 49  
 云端电影.....秦珍子 47  
 知道的几件事.....48  
           刘 塘 50

过小而难的生活 连 岳 1  
 感悟人生 杂陈如茶之五味 杨鹏杰 4  
 给我一个理由去奋斗 剑 啸 5  
 一首歌就是一种生活 杨鹏杰 6  
 对“花言巧语”要留个心眼 7  
 纵然平凡,也要坚韧 邓培果 8

人格是最高尚的学位,人格是最高尚的学位.....10

记住自己的优势.....11

换个方向、换个角度想问题.....12

处世智慧:自己与别人.....14

生命智慧:生命的林子.....15

人生智慧:安乐与忧患.....16

爱情巫师.....17

不生气的秘诀.....17

有容乃大;人的容纳在于气量 韩承金 18

财富修养.....18

当机立断.....19

一双鞋.....19

低调做人是一种智慧.....20

做得多错得也多,该做多少才够.....21

88条佛学智慧.....22

励志小故事汇编.....25

路遥:一个点燃精神之火的灵魂.....陈行之 40

舌尖上的星座.....41

苏联头号特工的铁血柔情.....张忆耕 42

“光脚鸟”枕着翅膀睡觉.....宋永波 44

今日非锦瑟佳.....

内部期刊

2017年11月

宋永波都像你.....

一场风花雪月的化.....

黑匣子:你可能不.....

平常心,心常平.....

人赤手空拳为何打不过老虎?	赵序茅	51	中国需要什么样的鹰派	乔良	122		
值得人类学习的乌鸦精神	赵序茅	53	时间的奖与罚	马立明	124		
肖洛霍夫妙答斯大林	黄龙霖	54	小人		126		
躺着的丰碑	安 谅	55	打破相对论的怪圈	[美]丹·艾瑞里	127		
高山后岸真野金可怖黑日		57	分享经济究竟改变了什么	谈 婧	128		
江南夏季为何人不耐热?	杨 阳	58	你好,可以借一生说话吗?	衷曲无闻	130		
胜人与独诣	黄永武	59	你在几等舱	严九元	132		
兵王:一个连续参加八年高考的少年			人生三悔	小 燕	133		
	欧阳乾	60	父亲上的最后一课	胡一虎	134		
真正的换位思考是换到不舒服的位置			第一口饭谁吃	武家奉	136		
	曹 林	62	虫鸟更聪明	林清玄	137		
用生活常识看懂财务报表	林明樟	64	周恩来的外交功力	张佳玮	138		
妈妈的生命线	罗忠祥	65	破洞牛仔裤里装着是一群装着故事的人				
上了 985、211 才知道,读书无用论都是骗人的				毛 利	140		
	槽 植	66	分床	蒋雯丽	141		
为什么中产易出熊轩昂,寒门却难得王雷捷?			日式太太的陨落	浪漫骑士	143		
	斑 马	67	为你而坚强	林冬冬	144		
出国之后 我对传统文化从“批判”转向“开掘”			协商让步也要看人,让错了人只会越让越“输”				
	刘再复	69		刘威麟	146		
李稻菀,2049年,中国经济总悬将3倍于美			亲爱的与陌生人	吕亦涵	147		
19			国,周边国家谁还敢跟我们叫板?	73	致命的温柔	鲍海英	14
50			三次颠覆世界观,感到中国会越来越好	89	“佛祖笑了”	余秋雨	14
51			金灿荣:“非西方”的中国为何能快速崛起	93	好的关系,都有距离感	苏 心	14
155			充分谈淡应谈教而政或法正理		晓 寒	155	
铁生	154		静能量	王月冰	109	性格还是决定了和坤的命运	郑
典	156		脚尖的方向与感情深度	[日]匠英一	110	不要只和要结婚的人谈恋爱	古
以柔以待			毛远新回忆毛主席对他的三次批评	111	每一个努力的人,终将被这个世界湮		
峰	157		决定命运的事情早已发生	邓建永	118		薛
1?	160		一碗年赚5亿元的拉面	王 铮	119	为什么全真教垮了,少林寺却一直红	
六神磊磊			曹冲称象与阿基米德洗澡	孙道荣	120		

## 感悟人生 九陈如茶之五味

● 杨鹏杰

那杯浓稠的茶香就萦绕季节、何种心情，让你久间回荡的青涩酣畅，不为品茗刻意而感伤，只味的撼心入髓，留给岁月回味悠长。

还有品茗一说，只记得回家进门，首先就是端

样地倒上一杯，边吃着小吃边听大人们讲那些似懂非懂的轶事传奇。也就是从那时候起，我开始关注起砖茶来，隐隐感觉从这一杯茶中似乎喝到了什么，不知不觉间便从青涩懵懂中逐渐体会了看不穿的繁华、想不透的困顿之余，邂逅朋友如茶的本真领悟其实就在人心之初央。

就这样，一壶接一壶、一杯连一杯，喝着

上世纪七八十年代的呼和浩  
乏，普通人家能泡上一壶砖  
奢侈享受了，即便因冲泡的次

未愈见渣滓，那种来自父亲冲

苦涩的茶之味，一股浓浓的亲情味，黄的缸壁上，隐隐约约还能看见“模范班长”也很是令人怀想。从部队复转的父亲生性欠喝茶，尤其喜欢那种长方块的川字牌黑茶，他总是用一把有点卷刃的菜刀，将整块邦硬的茶砖劈开、掰碎，放进倒满水的一个圆型铁茶壶里，将茶壶架在蜂窝煤炉上烧，一会儿那水就开锅了，茶叶、茶梗在水面上翻滚，再等上十几分钟，一壶黑褐透亮、浓四溢的茶就烧好了。每当这时，父亲就会叫一群老战友或是几个街坊邻居围坐一起，他们每人倒上一杯，饶有兴致的谈古论今，起家常。偶尔还会有些瓜子、花生之类的小摆上桌，我也就不失时机的挤进去有模有

而念念不忘的还是茶，是服役武警一支队水

上公园(今南湖湿地公园)的湖北老兵煮沸的

那一缸热茶。记得那是一个老兵的班长留下

来的硕大的白糖瓷缸，早已被炉火熏烤成焦

黄的缸壁上，隐隐约约还能看见“模范班长”

的漆红字样，老兵将放好砖茶的缸子灌满刚打的井水，煨在砖砌的灶膛上久久地煮着，随着一抹雾白的蒸汽袅袅升起，如同眷恋着南湖碧浪烟霞的芦苇姑娘随风摇曳、舞弄着冬日夕阳下羞涩的裙纱。不大功夫，缸子中的水渐渐有了红晕，已开始慢慢透出一抹浓深的黑了，然后跟着水的沸腾，那原本青翠的精魂

在这千里冰封的世界，以另外一种率直和张扬的形式激情复活了北国军旅的渴望。老兵说地道的川牌鄂南砖茶是有生命的，越煮越出味道，而我一度觉得那是他在熬炼橄榄岁月的沉香。每逢数九寒天，从哨位换岗回来的

不知从何时起，落在了心头，无论何样久难忘喝过之后唇舌因融入清水而淡化，不把一杯饮尽无味而至月、留给砖茶不了情之

小时候不懂喝茶，在炎炎夏日，每天放学

甚是解乏消渴。

特物质还比较

茶来喝，就很是

教多了之后茶

泡的微微

道也

喜欢

砖茶

邦邦

长

不一

下

香

上

为

唠

吃

# 给我一个理由去奋斗

● 剑啸

太阳，月亮，星辰，河流，都在不停地运行；人类世界亦是如此，万物都有自己不停止奋斗的脚步，即便是在睡梦中也在延续着苦辣酸甜的白日梦。来的来了，去的去着，一代代繁衍存续，演绎着动人的故事。人类的运动，也是在证明自己的存在。

都在运动，不知运动了多少代。正是这种运动，使天地生机盎然，人类也如此，一切有生命的东西都充满了活力。

此奔忙，又为何不停地运动？其实，它们的运动都是在证明自己的存在。时空可长可短，而人生的目标却无止境。穿过时空隧道，离我们的人生目标也就不远了。

(刘秀清荐)

\*\*\*\*\*

一件事就是从搪瓷缸子鼓满口颊，顾不得烫，大而涩冽的热浪涌入，侵入肺腑，旋即便贯通骨髓。就是这一缸子浓友僵硬的手指，重新挺起杆，在守卫一方平安一道笔直的梁。

始于此，从年年岁岁的浑身通畅，明白了又是茶与水的交融，还醒脑欲醉豪情激荡，浓浓的芬芳和浓浓的韵味，一派粗犷的北方民族独具生活线条，而明朗。如今已过不惑，文人雅士称颂的名茶之清香淡雅，也见识过古乐升平的茶道仪礼，饮罢却总感觉徒生出一份娇揉与幽怨，怎么也把握不住那份若即若离的迷惘，始终困惑于茶怎么就不能痛饮而尽之后慷慨一声笑沧桑？恐怕只有经历了雪雨风霜的黑砖茶才蕴藏着其他茶品难以具备的独特魅力吧，没有绿茶的清新和红茶的甜醇，不似乌龙的浓郁和黄茶的甘爽，唯是一股古老峥嵘的韧劲，从久经冲泡的根根茶梗中透出可以穿越时空去聆听大漠驼铃叮当的古茶道上，讲述着人生杂陈如茶之五味，浓淡涩苦香终归化作一份战友，进到宿舍的第一里呷一口热滚滚的砖茶片刻咽下，顿时一股强胸膛，随着奔腾的血脉，了被风寒侵袭的四体百烈的茶，重新温暖了战友直了战友略感疲惫的腰的土默川大地南线站成

我对砖茶的领悟也的尊尊入口到分分秒秒喝茶时喝下去的不仅白净之后的心境旷远之年，自是品过一些

(刘秀清荐)

# 一首歌就是一种生活

● 杨鹏杰

总有一首歌会听得让你上瘾，难以抗拒那种入心随性的感觉，如同生活在属于自己的角落，触摸着阳光、月色渲染的岁月长河。一首歌里总有几句触动心扉的歌词，一段耐人寻味的旋律会留下烙印在心灵彼岸，往往歌还没有听完，双眸已然因一抹淡淡的思念和感恩而泪眼婆娑。

听一首歌，如果听出的是失落，那是因为你的心胸还不够宽阔；听一首歌，如果你能体验收获，那是因为你已经懂得平和。

不论你选择了哪一首歌，任何的韵律都能够给予你实现梦想的机遇，不必去刻意未来的模样，学会怀念过往、把握现在，而不是为了生活而生活的劳苦奔波；不论你选择了哪

一首歌，一声换回灿烂笑脸的歉意真诚，一句可以溶化心头寒冰的话语温馨，宛如不离不弃伴随着玫瑰的几枝绿叶，看似平淡，实则春情婀娜。

一首歌就是一次相逢，哪怕只是一朵含苞花蕾与一棵孤独小草的最后交集，珍惜每一次有缘相遇，珍惜每一个走进生命的瞬间，

相逢便是最美的回放重播。

一首歌就是一种生活，一生的经历是乐谱上一道道满是欢笑和泪水，跳跃出词曲共鸣的漫长车辙，延伸着干戈王人的一段深情聆听，领略生活如诗的天籁平仄，感悟今生的知趣与淡泊。

(刘秀清荐)

天，那就

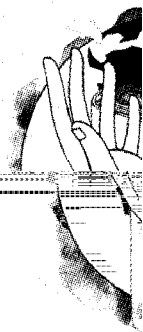
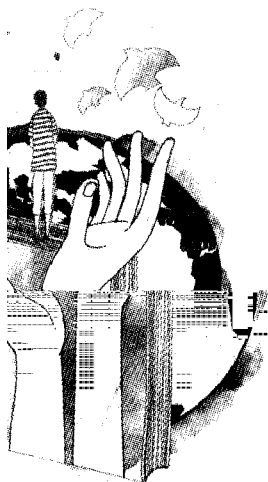
一首歌，任意的词曲能够让你知足常乐，竭尽所能，勇敢去试唱，不为自得，不怨你选

了哪一首歌，跳动的音符能够越过心坎、打开心结，那就放开心胸去弹拨，因为人生需要执着。

不是所有的往事都能如烟般随风飘散，总有那么一首歌响起在莫名湖畔，留下不可磨灭的痕迹和按耐不住的心动，不经意间歌

漫着曾经的快乐点滴，曾经的浪漫心事，将挥之不去的渴望渗透进血液里激荡成一书经典图说。

一首歌就是一个勾起往日回味的熟悉眼



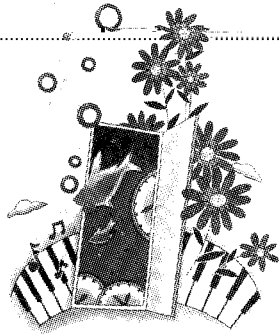
史载,汉文帝刘恒有一次游上林苑,问陪同的上林尉:“你知道这苑里飞禽走兽共有多少种、多少只吗?”上林尉一时答不上来。有个管理虎圈的啬夫,此时卖弄伶牙俐齿,对答如流,说得文帝眉开眼笑,马上就要封他为上林令。廷尉张释之劝道,周勃和张相如都是大家公认最称职的官员,在

回答皇上问题时,有时也答不上来。哪像这小吏夸夸其谈

呢?如果提拔这样的人,只怕天下人效仿,都去耍嘴皮子了。所以,提拔这样的人要慎重。文帝听后认为有理,取消了任命。

言当为心表,话应如其人。如果只会逞口舌之利,并以此取悦领导、获取信任,而没有忠于国家和事业的品格,没有想干事、能干事、干实事的本领,这样的人就不能重用。早在两千多年前,孔子就说:“花言巧语,鲜矣仁。”意思是那些特别会花言巧语的人,是很难做到仁义的。英国作家乔赫伯特也曾提醒人们:“奉承者不用花钱,但绝大多数的人却不自觉地向奉承者付出巨款。”事实表明,如果选人用人偏重能说会道、善于“汇报”者,那些巧言令色、世故圆滑的人必然趋之若鹜,而那些注重品德修养、注重磨砺才干,敏于行而讷于言的忠厚之士则可能会被排斥在外,最后影响的是大

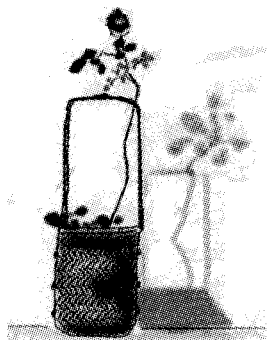
## 对「花言巧语」 留个心眼



局,祸及的是事业。

花言巧语者,说话往往看人下菜碟,这样的人具有很强的欺骗性。王安石在《知人》中说:“贪人廉,淫人洁,佞人直。”越是贪婪的人有时越伪装清廉,越是荒淫的人有时越伪装纯洁,越是奸诈的人有时越伪装正直,越是阴险的人有时越义正辞严。对这样的人,应该留个心眼,听其言,观其行,既看他说的和做的是否一致,有没有按照说的去做,又看他人前和人后是否一致,是不是始终都按一个标准为人做事。不给花言巧语令色者以施展伎俩的机会,也会让自己减少因此而犯错误的机会。

事实表明,一个人如果听惯好话、乐于被奉承,势必失去对自己的正确判断,变得容不得不同意见,倘若一帮善于阿谀奉承之人再围在身边,势必引发种种问题。所以,领导者应勇于正视自身缺点,正确评价自己,既要勿媚于人,又要防范别人的谄媚。做到勿媚于人,就要自尊自爱,坦率真诚,敢讲真话,无私无欲,刚正不阿。在选人用人的把握上,应对无事献殷勤者冷静审视,对听到的好话斟酌对待。要善于明是非、辨真伪,多听谔谔之言,少听溢美之词,尤其是对那些怀有某种目的的奉承、吹捧和赞美的话,那些明显过头的话,更要留一个心眼,保持高度警



## 纵然平凡，也要坚韧

● 邓培果

居然没有料到，今年秋季，雨势连连，没有终点，或许如单位的一位老者所说，今年润九月，相比之下，过了两个秋天，此话证明阴历还是有可取之处，虽不如阳历准确。

较精彩，也只有5%比较痛苦，另外的90%都是在平淡中度过。放大5%的痛苦，十足的文艺范，太显矫情；那90%的平凡，才是我的生活。那怕你一直在寻求改变，也不得不承认岁

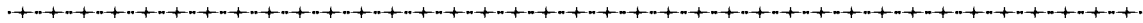
节，而我却觉得说这些话的这些人，或多或少在这个时节，有一两个美丽的故事。你很难想象一个没有伞的人，淋着大雨，湿透全身，会道出“也无风雨也无晴”的诗句。“不是帆动，不是风动，是仁者的心在动”，此种禅语，也许经历几世劫难，我才会有了悟。所以，注定，我不会欣赏秋天，而春天，还间隔着一个漫长的冬季，你还需等待，即便下一个春天依然不属于你。

然而除了等待，你还会对这个世界说什么？

毕业一年半，说不上好，也谈不上极坏，正如一位新闻评论人说过，生活中只有5%比

是猪；如果能在生命的缝隙偶尔活出点精彩，那也许是前世我在佛前磕下了几个响头，佛主拈花一笑，才会允许我在人生的这座监狱里，偶尔出去放放风。

我想“春风不度玉门关，西望长安又一年”的宦海浮沉和“宁为牡丹花下魂，何用浮名伴此生”的穿越胸怀，对于一颗在茫茫人海漂泊的恒河沙粒，一个还在现实为成家立业这种最普通的事情而活着的我来说，此两种追求，太显奢华。有时一觉醒来，你会发现你是如此的平凡，平凡得无懈可击，平凡到你没有去上班，周围的人才会关注你的名字。然而生活还是要有那么一点点希望，即便这种希



惕，在心中筑起一道有效防范的坚固堤坝。

领导干部，就是要秉持共产党人说老实话、办老实事、做老实人的优良传统，坦坦荡荡、表

里如一，自己不做“两面人”，也要善于识别人、用好人，努力营造老实做人、踏实做事的氛围。

(刘秀清荐)



望自己也知道只是希望，但总不至于比没有让生活变得更加糊涂，至少它会在你平庸的时候，告诉你，其实，你还没有死。

有时真的想过着自己认为的快乐，“闲坐

即便大门的前端有许多你无法一一应对的守门人，对于极度平凡的我来说，估计只能在满是泥泞的路上步履蹒跚。有的人一生下来就

含着金钥匙，而你也会说，有的人一生下来连

精子也没有，幸运位佛具，一种随机现象，只是

命运没有让你抽到上上签，于是你不得不靠

苦力而变，那个幸运是幸运的人，也会，羞于由，这副牌牌应时，生活老味是，当然，没

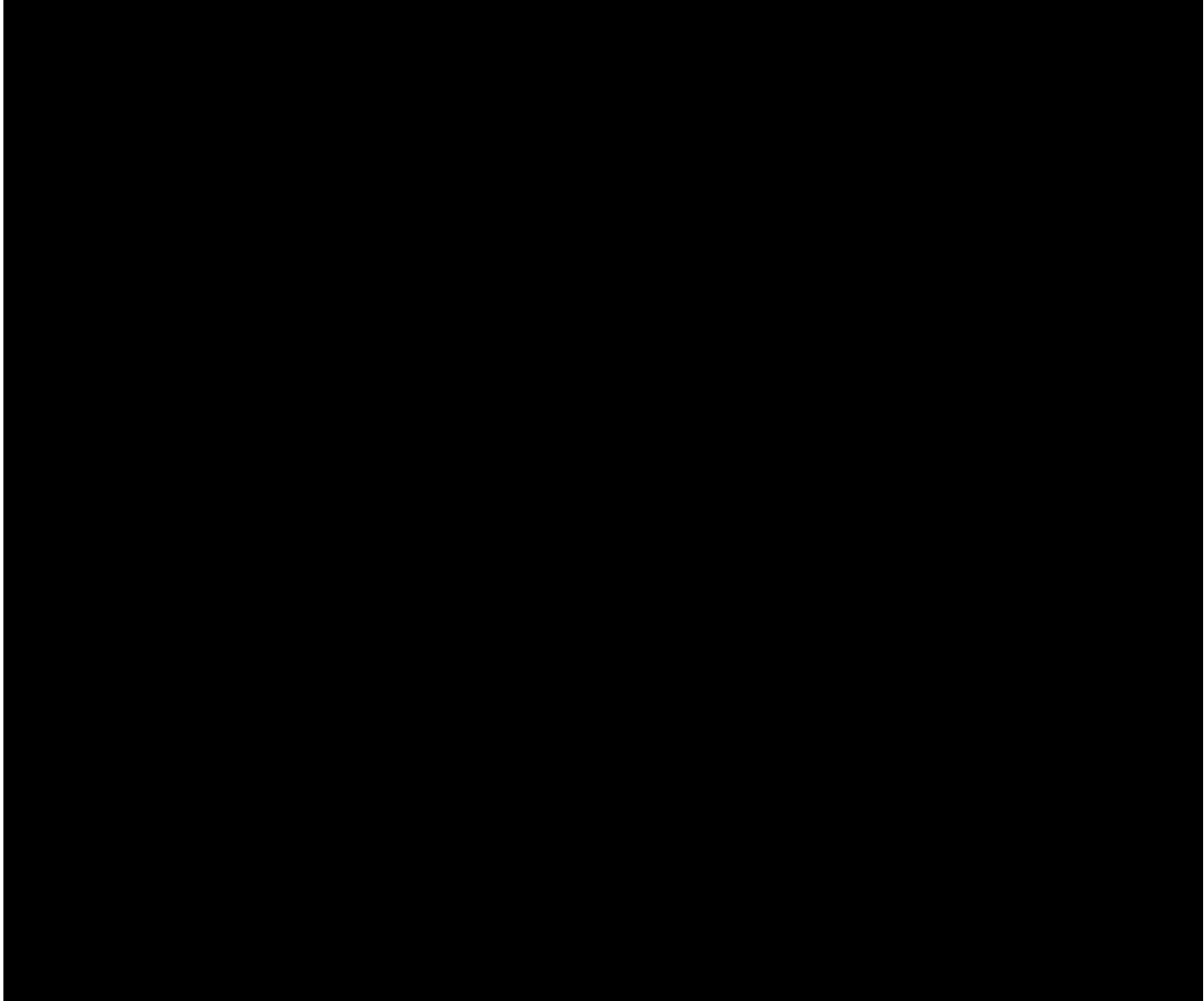
有谁会因为你从新洗牌，因为你的能量几乎

可以忽略不计，你唯一能做的是，为使自己不

至于输得太惨，把赌注下到最低。“曾是洛阳

花下客，野芳虽晚不须嗟”，大文学家、内阁总

小窗透中记，不知春几几名时”然而这种套，精子也没有，幸运位佛具，一种随机现象，只是  
生活方式太显昂贵，如果你的现实境遇，命运没有让你抽到上上签，于是你不得不靠  
用做面而变，那个幸运是幸运的人，也会，羞于由，这副牌牌应时，生活老味是，当然，没  
为你仍是一个没有长大的孩子。正如范美 有谁会因为你从新洗牌，因为你的能量几乎 认  
一样，一个文科状元，在北大几乎把图书馆 可以忽略不计，你唯一能做的是，为使自己不 忠  
所有的文科书籍读了一个通透，然而毕业， 至于输得太惨，把赌注下到最低。“曾是洛阳 里  
找不到工作。因为心灵的有用，和现实的有 花下客，野芳虽晚不须嗟”，大文学家、内阁总 却



## 人格是最高学位

很多年前，有一位学大提琴的年轻人去向本世纪最伟大的大提琴家卡萨尔斯讨教：我怎样才能成为一名优秀的大提琴家？卡萨尔斯面对雄心勃勃的年轻人，意味深长地回答：先成为优秀而大写的人，然后成为一名优秀而大写的音乐人，再然后就会成为一名优秀的大提琴家。

听到这个故事的时候，我还年少，对老人回答中所透露出的含义理解不多。然而，在以后的工作生涯中，随着采访接触的人越来越多，这个回答在我脑海中便越印越深。

在采访北大教授季羨林的时候，我听到一个关于他的真实故事。有一年秋天，北大新学期开学，一个外地来的学子背着大包小包走进了校园，实在太累了，就把包放在路边。这时正好一位老人走来，年轻学子就拜托老人替自己看一下包，自己则轻装去办理手续。老人爽快地答应了。近一个小时过去，学子归来，老人还在尽职尽责地看守着。学子谢过老人，两人分别。几日后北大举行开学典礼，这位年轻的学子惊讶地发现，主席台上就座的北大副校长季羨林，正是那一天替自己看行李的老人。

我不知道这位学子当时是一种怎样的心情，但我听过这个故事之后却强烈地感觉到：人格才是最高的学位。后来，我又在医院采访了世纪老人冰心。我问她，您现在最关心的是

什么？老人的回答简单而感人：是老年病人的状况。

当时的冰心已接近自己人生的终点，而这位在“五·四运动”中走上文学之路的老人，对芸芸众生的关爱之情历经 80 年的岁月而仍然未老。这又该是怎样的一种传统！

冰心的身躯并不强壮，然而她这一生却用自己当笔，拿岁月当稿纸，写下了一篇关于爱是一种力量的文章，在离去之后给我们留下了一个伟大的背影。

当你有机会和经过“五·四”或受过“五·四”影响的老人接触，你就知道，历史和传统其实一直离我们很近。这些世纪老人身上所独具的人格魅力是不是也该作为一种传统被我们延续下去呢？

不久前，我在北大又听到一个有关季先生的清新而感人的新故事。一批刚刚走进校园的年轻人，相约去看季羨林先生，走到门口，却开始犹豫，他们怕冒失地打扰了先生，最后决定每人用竹子在季老家门口的地上留下问候的话语，然后才满意地离去。

这该是怎样美丽的一幅画面！在季老家不远，是北大的博雅塔在未名湖中留下的投影，而在季老家门口的问候语中，是不是也有先生的人格魅力在学子心中留下的投影呢？听多了这样的故事，便常常觉得自己像只气球，仿佛飞得很高，仔细一看却是被浮云托着；外表看上去也还饱满，但肚子里却是空空。这样想着就不免有些担心：这样怎么能走更长的路呢？于是，“渴望老年”四个字，对于我不再是幻想中的白发苍苍或身份证上改成 60 岁，而是如何在自己还年轻的时候，能

照取优秀老人身上既具有的种种优秀品质。于是，我也更加知道了卡萨尔斯回答中所具有的深义。怎样才能成为一个优秀的主持人呢？心中有个声音在回答：先成为一个优秀的人，然后成为一个优秀的新闻人，再然后就会成为一名优秀的节目主持人。

（刘秀清荐）