【时文选粹】万味无如淡味长

编者按：

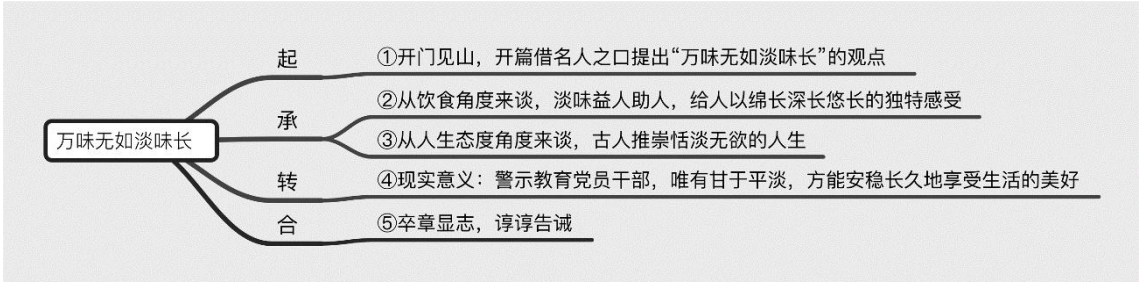
平淡是人生的一大境界，更是对待人生的一种态度。万味无如淡味长，我们常说“平平淡淡才是真”，这是遍尝人间酸甜苦辣之后勘悟出的生活真谛。高山无语，深水无波，绚烂至极终归平淡。明代薛瑄在《读书录》中说道：“欲淡则心虚，心虚则气清，气清则理明。”而一味地羡慕贪恋一掷千金、纸醉金迷的生活，则会让人失去理智、玩物丧志，甚至走向腐化堕落。党的事业重如山，个人名利淡如水，唯有心系党和民族的事业，甘于平淡、荣辱不惊，经得起诱惑，担得起考验，才能安稳长久地享受生活的美好。

万味无如淡味长	题目即观点，对比让态度更加鲜明。
①明人吕坤《呻吟语》载有这样一句联语，“万味无如淡味长”，意思是世上万般滋味，都不如淡味来得深长。同为明人之作，洪应明在《菜根谭》中也认为，“浓处味常短，淡中趣独真”，大意是浓厚的味道往往很快消散，而平淡事物中的乐趣才是最真实的。细细涵泳，个中大有深意。	开门见山，开篇借名人之口提出“万味无如淡味长”的观点。
②饮食之味，入口即得，各人喜好大不一样。古人认为，“酸多伤脾，苦多伤肺，辛多伤肝，咸多伤心，甘多伤肾”，清人朱彝尊也在《食宪鸿秘》中说：“五味淡泊，令人神爽、气清、少病。”故此对于满足口舌的感官摄入，均须适度节制、遵循自然，方能减少痛楚、延年益寿。“益人者不尽可口，可口者未必益人”，而淡味，相比其他滋味，虽不能让人记忆犹新，却可以益人助人，给人以绵长深长悠长的独特感受。	从饮食角度来谈，淡味益人助人，给人以绵长深长悠长的独特感受。
③“万味无如淡味长”，古人喜欢清淡平淡，并不仅仅站在饮食的角度，还推广到了对待生活乃至人生的态度，推崇恬淡无欲的人生。万般滋味，都是生活。人生一世，难免会体验到喜乐、痛楚、懊悔、憎恨、伤心等诸多滋味。有“春风得意马蹄疾，一日看尽长安花”的欣喜若狂，有“丈夫有泪不轻弹，只因未到伤心处”的伤感泪下，有“一失足成千古恨，再回头已百年身”的悔恨不已……但正所谓“不苦嗜欲，不知澹泊之乐也”。	从人生态度角度来谈，古人推崇恬淡无欲的人生。
④**万味无如淡味长。对一些党员干部来说，则有着深刻的警示教育意义。**有的人看到商人老板开豪车、住豪宅，过着一掷千金、纸醉金迷的生活，始则艳羡不已，继则享受其中，后则内心不平，欲望逐渐膨胀起来，认为“有滋有味”的生活方才不负此生。或是在交友中逾越“亲”“清”底线，不是君子之交淡如水，而是勾肩搭背，对被“围猎”的那一套甘之如饴。**“厚于味者薄于行”，一个人如果一味贪图享受，其行为就容易越轨出界、破纪破法，就会玩物丧志、脱离群众，甚至走向腐化堕落。**然世上本无后悔药可吃，待到眼前无路之时，再想回头过平淡如水的生活，又岂能如愿以偿？当谨记，唯有甘于平淡，不生邪念，嚼得菜根，不改其乐，方能安稳长久地享受生活的美好。	现实意义：警示教育党员干部，唯有甘于平淡，方能安稳长久地享受生活的美好。
⑤**个人名利淡如水，党的事业重如山。**党员领导干部肩负重任，应当把党和人民的事业放在第一位，把干事创业作为自觉追求，正确对待名利、进退，“得失安之于数”，不因位高权重而忘乎所以，也不因一时失意而心态失衡。**只有把这些问题搞清楚，才能坦然自若、得失不惧，集中精力、心无旁骛干好本职工作，努力创造出经得起历史、实践和人民检验的业绩。**	卒章显志，谆谆告诫：党员干部应把党和人民的事业放在第一位，淡泊名利，努力创造出经得起检验的业绩。
来源：2021 年 10 月 9 日 《中国纪检监察报》 作者：李中军	

【时代警语】

人生一世，难免会体验到喜乐、痛楚、懊悔、憎恨、伤心等诸多滋味。有“春风得意马蹄疾，一日看尽长安花”的欣喜若狂，有“丈夫有泪不轻弹，只因未到伤心处”的伤感泪下，有“一失足成千古恨，再回头已百年身”的悔恨不已……但正所谓“不苦嗜欲，不知澹泊之乐也”。

【思维串联】



【考点精练】

1.填入下面横线处的句子，衔接最恰当的一项是（　　）（3 分）

万味无如淡味长。古人认为，“酸多伤脾，苦多伤肺，辛多伤肝，咸多伤心，甘多伤肾”，清人朱彝尊也在《食宪鸿秘》中说：“五味淡泊，令人神爽、气清、少病。”故此对于满足口舌的感官摄入，均须适度节制，遵循自然，方能减少痛楚、延年益寿。“益人者不尽可口，可口者未必益人”，_____。

A.而淡味，虽不能让人记忆犹新，但相比其他滋味，却可以益人助人，给人以绵长深长悠长的独特感受

B.而淡味，相比其他滋味，虽不能让人记忆犹新，却可以益人助人，给人以绵长深长悠长的独特感受

C.而相比其他滋味，淡味虽不能让人记忆犹新，却可以益人助人，给人以绵长深长悠长的独特感受

D.而相比其他滋味，淡味虽可以益人助人，却不能让人记忆犹新，给人以绵长深长悠长的独特感受

2.读写一体化训练（开放性试题）

我们常说“平平淡淡才是真”。明人吕坤《呻吟语》载有这样一句联语，“万味无如淡味长”，意思是世上万般滋味，都不如淡味来得深长。而有的人却认为“有滋有味”的生活方才不负此生，人活一世，草木一秋，开豪车、住豪宅，方能体现人生价值。

你赞同“平淡才是人生的真谛”的观点吗？请结合上面材料，谈一谈你的思考和感受，500字左右。

扫描二维码关注“新课标大语文”公众号

查看思考题参考答案

（本篇解析老师：信阳市第二高级中学　张艳玲）

【相关链接】

“淡”是人生最深的滋味

苏东坡在落难的时候，才在岸边写下“大江东去，浪淘尽”，这样完美的诗句。受到皇帝赏识时，他的书法漂亮、工整、华丽，而且得意。因为他是一个才子，才子总是很得意的。但是他从来没有想过，他让很多人受过伤。他得意的时候，很多人恨得要死，别人没有他的才气，当然要恨他。但是他落难时写的书法，这么笨，这么拙，歪歪倒倒无所谓，却变成中国书法的

极品。

此时苦味出来了，他开始知道生命的苦味，并不是你年轻时得意忘形的样子，而是在这么卑屈、所有的朋友都不敢见你的时候，在江边写出最美的诗句。

他原来是朝廷大员，但因为政治，朋友都避得远远的。当时他的朋友马梦得，不怕政治上受连累，帮苏轼夫妇申请了一块荒芜的旧营地使用，苏轼始号为东坡。

苏东坡开始在那里种田、写诗，他忽然觉得：我何必一定要在政治里争这些东西？为什么不在历史上建立一段光明磊落的生命情感？

所以他那时候写出了最好的诗。他有米可吃了，还跟他太太说，让我酿点酒喝好不好？他还是要喝酒！“夜饮东坡醒复醉”是说，晚上就在这个坡地喝酒，醒了又醉，醒了又醉。“归来仿佛三更”则是，回来已经很晚。“家童鼻息已雷鸣”是说，当地还有一个小孩帮他管管家务，但是他睡着了，鼻子打呼。“敲门都不应”是指，苏东坡敲门都不应。我们看到他之前的诗，敲门都不应，就要发脾气了，可是现在就算了，他就走去听江水的声音，“倚杖听江声”。

苏轼变成了苏东坡后，他觉得丑都可以是美。他开始欣赏不同的东西，他那时候跑到黄州的夜市喝点酒，碰到一身刺青的壮汉，那个人就把他打倒在地上说：“什么东西，你敢碰我！你不知道我在这里混得怎样？”他不知道这个人是苏东坡，然而倒在地上的苏东坡忽然就笑起来，回家写了封信给马梦得说：“自喜渐不为人知。”这是了不起的生命过程，他过去为什么这么容易得意忘形？他是才子，全天下都要认识他，然后他常常不给人好脸色，可是落难之后，他的生命开始有另外一种包容，有另外一种力量。

所以我觉得，酸、甜、苦、辣、咸百味杂陈之后，最后出来的一个味觉是“淡”，所有的味道都尝过了，你才知道淡的精彩，你才知道一碗白稀饭、一块豆腐好像没有味道，可是这个味道是生命中最深的味道。

你会发现苏东坡在得意的时候，从来没有感觉到清风徐来，但是从他的诗中看到，因为他不得意，才感觉到清风。

我觉得苏东坡应该感谢的是：他不断被下放，每一次的下放就更好一点。因为整个生命被现实的目的性绑住了，所以被下放的时候，才可以回到自我，才能写出这么美的句子。

他可以感受到：历史上那些争名争利，最后变成一场虚空。可以“多情应笑我，早生华发”，是因为他回到了自我。

我相信，美是一个自我的循环。美到最后不管你是富贵，或是贫穷，有自我，才有美可言。如果这个自我是为别人而活着，其实感觉都不会美。

所以这个“淡”是你经历酸、甜、苦、辣、咸以后，才知道它的可贵。所以苏东坡写过一首很有名的诗说：“回首向来萧瑟处，也无风雨也无晴”。我回头看我走来的这一生，心很静，也就无所谓了。

（来源：（华文）《读者文摘》 作者：蒋醺）