

妙语

●不论干什么,都要有品,做人要有人品,玩球要有球品,喝酒要有酒品。

●人有两只眼睛,是平行的,应当平等看人;人的两只耳朵是分在两边的,不可偏听一面之词;人虽只有一颗心,然而有左右两个心房,所以做事不但要为自己想,也要为别人想。

●一个人想平庸,阻拦者很少;一个人想出众,阻拦者很多。

●童年的无知可爱;少年的无知可笑;青年的无知可怜;中年的无知可叹;老年的无知可悲。

●婚姻的杀手有时不是外遇,而是时间。

●听人说话只信一半是精明,知道哪一半可信才是聪明。

●男人的年龄由自己来感觉,女人的年龄由别人来感觉。

●一扇幸福的门关闭的时候,另一扇就会打开,但我们经常长久地凝视那扇关闭的门,而忽略了那扇为我们打开的门。

●朋友像棉被,真正使你温暖的是你自己的体温。

微观点

对生活的兴趣

你永远也无法明了,我们做了多大努力,才对生活发生了兴趣,而生活同任何事物一样,我们一旦感兴趣,就会忘乎所以。

——纪德

浮躁

所谓浮躁,也就是时时刻刻,希望以最短的时间,博取最多的存在感、优越感和自我认同。

——张佳玮

明天

明天是生命里最重要的东西。午夜时,它没有瑕疵地来到我们这儿。当它到达时它是完美的,然后它把自己交至我们的手里,并希望我们已从昨天学到了些东西。

——约翰·韦恩

如何爱你

你不是担心没有人爱你,你担心的是没有人用你要的方式爱你,到头来你会发现你的担心是对的:没有人能以你想要的方式爱你,除了你自己。

——张德芬

美玉

我深怕自己本非美玉,故而不敢加以刻苦琢磨;却又半信自己是块美玉,故又不肯庸庸碌碌,与瓦砾为伍。

——中岛敦

安放河底

有时候,我只想被安放在河底,一条让人毫无印象的河流的底部。我可以看所有的树叶和木棍漂过头顶,没有一个会烦扰到我。

——汉娜·甘博

智慧树

人生最好的状态



一个人最好的状态是什么样?无非是:眼里写满故事,脸上却不见风霜。每天笑意满满,自信温和,不羡慕谁,也不嘲笑谁。把日子过得越来越好的人,都有七点相似的人生智慧。

1 | 扬在脸上的自信

想要越活越好,首先要发自内心地认可自己,喜欢自己。碰到比别人好的方面,不骄不躁、不随意攀比;遇到不如别人的地方,也不气馁不沉沦、不眼红不妒忌。以一颗平常心,坦然接受自己的缺点和不足,并且永不停歇地打磨自己,精进自己,努力修炼自己。

2 | 长在心底的善良

世间的惊喜,往往源自累积的善良。想要收获更多好运气,要从做一个友善的人开始,用更柔软的眼光看世界,用更温暖的心去生活。对家人体贴,待朋友真诚,和陌生人相处交谈,也眉目温柔。多为别人着想,能帮助别人时,就尽力而为。不管对方是什么学历、什么职业,都保持尊重。对于别人微小的幸福,不嗤之以鼻,真诚地报以祝福。待人接物有分寸感,不尖酸刻薄、不矫情傲慢、不斤斤计较,更不拿别人的缺陷和所在意的事随意开玩笑。看破了很多事,却仍愿做个好人,择善而行。当然,这份善良也要温柔而有锋芒,爱人而不伤己。一心向善,最终善也会向着你。

3 | 丰盈在大脑里的知识

你的气质里,藏着你走过的路,读过的书和爱过的人。想要越来越强大,一定要多读书,努力充盈自己,丰富身心。在书的熏陶下,你会遇见更好的自己,更有底气、更加从容地应对人生的坎坷荆棘。多读书的你,就算最终跌入繁琐,洗尽铅华,面对同样的工作,你也能有不一样的心境。身处同样的家庭,你也能有不一样的情调;处理同样的事情,你也会有不一样的素养。

4 | 融进血里的骨气

行走社会,迷茫不可避免,诱惑随处可见。你要懂得在迷雾中拨云见日,在乱象中抽丝剥茧,不宥于眼前的长

短,亦不忘怀自己的初心。不要去贪一些小便宜,不要一味索求爱,更不要过于依赖别人,时刻谨记:安全感是自己给自己的。你要有赚钱的能力,有自己的社交圈。时刻记住:一个人最迷人的样子,是有了更好的生活,也不忘努力,不失话语权。

5 | 刻进生命里的坚强

面对任何打击,都别一蹶不振。给自己一段疗伤的时光,默默振作起来。工作失意,别沉溺痛苦,别悲观颓废,重新站起来,和生活握手言和。爱情不顺,也别害怕说再见。你应当是骄傲的,值得被爱的。坚强起来,勇敢一点,和旧事旧物体面告别,以更好的姿态迎接新的人生。可以适当发泄情绪,但千万别深夜买醉,更别糟蹋自己的身体。为了不值得的人和事折磨自己,是最愚蠢的事。什么时候开始新生活都不晚。请相信前方有更好的风景和更好的人在等着你。

6 | 挂在嘴角的微笑

时刻做一个明媚爱笑的人,经历了世俗却不世俗,笑着接受人生的风风雨雨。让自己的每一天都充满阳光,也给身边的家人和朋友带去好心情。不抱怨,保持乐观,相信一切都是最好的安排。相信那些走过的曲折,最终都会变成一道道彩虹。不论发生什么,始终记得笑,记得阳光。

7 | 藏在心里的梦想

不管年龄多大、日子多忙,依旧愿意去学习、去探索、去拥抱新知。永远不会放弃梦想,失去自我。努力过有仪式感的每一天,记录每一个进步而幸福的小瞬间,乐于寻找平凡生活的乐趣,让柴米油盐也开出花。享受运动,热爱旅行,懂得好身体才是未来人生的最大资本。在追梦路上,永远保持年轻的心态,永远热泪盈眶,不会被岁月磨去棱角。

愿你永远记住:努力让自己成为更好的人,比什么都重要。或许塑造自己的过程很疼,但未来的你,一定会感激现在拼命变好的自己。

心感悟

养成自我管理的好习惯

哈叔

先处理好情绪,再处理事情。有人说,能控制好自己情绪的人,比能拿下一座城池的将军更伟大。人在情绪失控时做出的事,往往最终都会后悔。比如工作中遇到不开心的事,不要一味对着同事抱怨。这样既不能解决问题,又会引来更多的麻烦。别将已经糟糕的事无限放大,大到你无力承受,后悔不已。管理好时间,别肆意荒废。有句话说,没有人不爱惜生命,但很少人珍惜时间。人与人之间的差距被拉开,很大程度上取决于他们是如何利用时间的。优秀的人总是在投资自己,不断积累;而平庸的人则往往只会吃喝玩乐,荒废时间。年轻的日子其实并不长,你所虚度的光阴,失去了就永远失去了,不会再回来。

1 | 调整好心态,永远心怀希望。

当人处于低谷时,常伴随着焦虑和绝望。这种感觉我曾体验过,而且相信将来还会有。因为人生不是一条直线,总会有起起伏伏。面对挫折时请记住,你越是绝望,它越欺负你;你越是乐观,它越善待你。不要轻言放弃,即使身处阴沟,也有人在仰望星空。一旦你决意放弃,很多事情就不再有重来的机会了。

2 | 好好说话,凡事多换位思考。

一个人给别人的第一印象,往往开始于他开口说话的那一刻。有人说话让人如沐春风,有人一开口就让人添堵、心生不快。你永远不知道自己一句无心的话,会给别人带来多大的伤害。所以,与人交往时请记得少埋怨,多体谅,凡事多换位思考,想想听你说话的人的感受。

3 | 今日事,今日毕。

很多人习惯将今天的事拖到明天做,他们为目前的困境感到焦虑,却又无法行动起来。你今日的拖欠,都会成为将来的债务。建议你每天早上列出一天的重要待办事项,不是争取,而是尽力做到今日事,今日毕。

4 | 投资自己,保持竞争力。

才华和能力,可以帮助我们走出迷茫。跨出舒适区,去投资自己的能力,去充电学习,让自己保持足够的竞争力,这才是最靠谱的破局钥匙。感觉自己差什么,就可以去学什么。英语不好,就去学英语;工作效率不高,就去提升工作技能,寻找高效的方法。当你足够出色,面前的路就会更宽。

5 | 投资健康,坚持运动。

随着岁数的增长,越来越懂得健康的重要。用健康换取身外之物,是一笔很不划算的买卖。希望我们都能拥有一个好的身体。努力奋斗和投资健康其实并不冲突,可以每天抽出一个小时运动,一定要少熬夜。