

微观点

那么多活法

这个世界太复杂了,那么多活法,我们却总要褒奖某几种,贬低另外几种。可是仔细想想,到底怎样才是对的?谁知道。我们只有活过一遍之后才会明白,可是那时候剩下的感觉只有一种,名叫后悔。

——八月长安

你可以的,我们都可以

午夜梦回,你爱怎么回味就怎么回味,你可以的,我们都可以,人都是这般活下来的。

——亦舒

静观其变,顺水推舟

这么多年来,我总结了一条经验,解决棘手问题的最上乘方法是:静观其变,顺水推舟。

——莫言

不完美才是人生

走运时,要想到倒霉,不要得意得过了头;倒霉时,要想到走运,不必垂头丧气。心态始终保持平衡,情绪始终保持稳定,此亦长寿之道也。

——季羨林

静心等待

生活,是一种缓缓如夏日流水般的前进,我们不要焦急。我们30岁的时候,不应该去急50岁的事情,我们生的时候,不必去期望死的来临。这一切,总会来的。我要你静心学习那份等待时机成熟的情绪,也要你一定保有这份等待之外的努力和坚持。

——三毛

有些结果消耗全部人生

年轻和幼稚都会造成同样的弱点:缺乏耐心。无论做什么事,都想马上看到结果。人生就是一连串的等待,这样的教训往往得活到中年才能体会。而意识到这一教训实为真知灼见,往往要耗费剩下的全部人生。

——宫部美雪

先有资本 再说喜欢

一无所有的时候,先去做擅长的、能做的,能赚到钱的,能积累到人脉的,有了一定的资本,再去做自己喜欢的。

——李尚龙

妙语

●我们无法拉伸生命的长度,但是我们可以拓展生命的宽度。我觉得这句话太有道理了!意思就是:虽然我们无法再长高了,但是我们还可以继续长胖。

●世上没有不平的事,只有不平的心。不去怨,不去恨,淡然一切,往事如烟。

●生活从来不会刻意亏欠谁,它给了你一块阴影,必会在不远的地方洒下阳光。

●天亮了,美妙的一天又开始了,起床吧,呼吸清爽,拥抱阳光;浅笑吧,高兴心境,高兴一天。早安!

●我们都是大人了,不能再像小孩子那样随口戏言,别轻易许诺自己办不到的事,别把自己的诚信一点一点消耗殆尽。

智慧树

慢煮生活

百合花开



汪曾祺说:“你很辛苦,很累了,那么坐下来歇一会儿,喝一杯不凉不烫的清茶,读一点我的作品。”

近日,读到汪老的散文集,他用平淡质朴的一支笔,写尽了草木之情,生活五味,世相百态。

他被誉为“抒情的人道主义者,中国最后一个纯粹的文人,中国最后一个士大夫”。

他像一位和蔼慈祥的老人,用他饱经风霜的一生,告诉我们人生必须具备的三种能力。

慢,是人生的过程

小时候,听过一个故事。印第安人赶着羊群朝着日落的地方走去,一开始他们行走的速度很快。但是,每走过一段距离,他们都要停下来,等一等。

有一个过路人,很是好奇,就问印第安人,这是为什么?

印第安人平静地回答:“我们慢下来,是因为在等我们的灵魂赶上。”

是的,慢,不是偷懒,而是为了等一等灵魂的步伐,不忘初心,继续前行。

汪老在《葡萄月令》一文中,对葡萄的出窖、上架、浇水、喷药、打梢、拍须、膨大、着色、成熟、下架、入窖,进行了细致的观察和描写。

一月,下大雪。雪静悄悄地下了。葡萄睡在铺着白雪的窖里。

二月里刮春风。雪化了,土地是黑的……

八月葡萄着色,九月葡萄丰收……十二月葡萄入窖。

汪老用“慢”的视角和清澈、饱满的文字,从一月的葡萄睡在窖里写到十二月的葡萄完成了使命后,再次入窖,慢慢地品味,慢慢地观察,向读者展示了不同时节里葡萄的生长变化。

草木的成长是慢的过程,生活中的五味,也需要慢慢地品、慢慢地焐,才能感悟。

慢,不是懈怠

慢,是一步一个脚印,稳稳当当,到达目的地,以成熟的姿态,屹立于世。

静,是人生的底色。一个人最核心的能力,是平静内心的能力。

空城计里,诸葛亮明把“平静”两字发挥到了极致。

他大开城门,而城内并无士兵迎战。他镇定自若地在城楼上弹琴唱歌,波澜不惊。

正是这份平静,吓退了司马懿来势汹汹的追兵。

静下来,才能从容面对世间的纷繁喧闹;静下来,才能看云卷云舒,花开花落。

静,是什么?是物我两忘的境界,

是看淡人世喧闹的理智和清醒。

读到汪老的《无事此静坐》,对“静”有了更深一层的理解和认识。

外祖父待客的几间空房,是难得的静室。

童年的汪老,是这里的常客,常常拿着一本书,悄悄走进去看书。童年养成的静坐习惯,让他一生受益。

1958年夏,汪老迎来了人生的转折点。他被下放到张家口沙岭子农业科学研究所劳动,和三十几个农业工人挤在一屋同住。

他在文中写道:“他们吵吵闹闹,打着马锣唱山西梆子,我能做到心如止水,照样看书、写文章。我有两篇小说,就是在震耳的马锣声中写成的。”

直到多年后,汪老还保持着静坐的习惯。每天安静地坐在沙发上,任思绪飞扬,任往事尽现眼底,想着想着,就写出了好文章。

熬,是人生必经之路

很多人都知道励志的竹子定律。

前4年,竹子仅仅长了3厘米。而从第5年开始,竹子以每天30厘米的速度快速成长,只用了短短6周,就长到了15米的高度。

竹子定律告诉我们,人生不仅需要储备,更需要熬,熬过那3厘米,才能出人头地。

汪老在《豆汁儿》中,有一段文字这样描述:熬豆汁只能用小火,火大了,豆汁儿一翻大泡,就“潮”了。

竹子需要熬,豆汁需要熬,生活需要熬。

人生的字典里,从来就没有“容易”两字。那段极其艰难的岁月里,有多少人没熬过人生的3厘米。

在被划为“右派”后,汪老所从事的劳动以西山种树的活最是繁重。

每天工作量极大,供应的吃食却不能果腹。每天只有两个馒头,一块大腌萝卜。

时值秋天,他就地取材,吃山上的酸枣,烧地里的蛴螬。他就着馒头,边咬腌萝卜,边嚼烧蛴螬,还对自己说:“这味道真是香。”

面对生活抛来的考验,汪老没有自怨自艾、呼天抢地,而是以豁达乐观的心态坦然面对。

他利用别人说闲话、唱戏的时间,拿起手中的笔,一日又一日地坚持下去。

不为境遇所困,不为繁事所扰,纷嚷喧闹中,守住初心。

汪老熬过了人生最艰难的3厘米,守得云开见月明。

梁文道曾评价他说:“就像一碗白粥,熬得刚刚好。”

熬,不是对命运的妥协,而是沉淀自己,升华自己,最终活成最好的自己。

心感悟

有一种累,叫想太多

很多人都说自己过得不开心,但听他们抱怨完才发现,他们根本不是遭受了太多的不公平或者委屈的事,往往都是把一件小事想得太过复杂。

心就那么大,烦心事多了,幸福就少了,悲伤多了,快乐就少了。

1|不能改变的事别想了

有这样一则故事:古时有位哲人,因为生活贫困,只能和几个朋友一起住在一间拥挤的小房子里,可当其他人都在抱怨时,他却总是能自得其乐。

对此,他的回答是:“虽然住处是拥挤了点,但也便于大家随时可以交流倾谈,难道不应该感到开心吗?”

与其纠结,不如静下心来做一些更有意义的事情。

我们总在纠结无法改变的事情,其实就是一种没有安全感的表现。但想要获得安全感,唯一的办法就是在能做好的事情上不断努力,而不是杞人忧天。

所有的幸福和快乐,都是来源于内心的。心放下了,快乐自然就来了。

2|别在胡思乱想中迷失了自我

一个太过敏感的人,大多数都不会幸福。

网上曾经有一个研究,大概有20%的人,都是非常敏感的。他们很在意别人的看法,并且常常因为别人一句不经意的话,而让自己陷入自卑、自我怀疑的泥沼里。

不愿相信自己,更不愿相信别人,只能沉浸在自我否定和极度悲观的情绪中,不停地放大自己的缺点,这样的人,永远都无法看到真实的自我。

敏感的人,心中都住着一个假想敌,会事事优于自己,会处处与自己作对。所以,他们会有时变得异常焦虑,长久处于这样的情绪之中势必会将真实的自己迷失。

每个人都会有自己的优点,哪怕你自己认为自己再普通、再一般,身上也终会有一些闪光的地方。

对任何人来说,最好的活法都是活成独特的自己,永远都不要活成别人口中的模样。

3|心简单了,世界就简单

有一个年轻人四处寻找解脱烦恼的秘诀。

他见山脚下绿草丛中一个牧童在那里悠闲地吹着笛子,十分逍遥自在。年轻人上前询问:“你那么快活,难道没有烦恼吗?”

牧童说:“骑在牛背上,笛子一吹,什么烦恼都没有了。”

年轻人试了试,烦恼仍在。

他在山洞中遇见一位面带笑容的长者,便又向他讨教解脱烦恼的秘诀。老年人笑着问道:“有谁困住你没有?”

年轻人答道:“没有啊?”

老年人说:“既然没人困住你,又何谈解脱呢?”

年轻人想了想,恍然大悟,原来是把自己设置的心理牢笼束缚住了。

心简单了,世界就简单了,幸福也就简单了。

世上本无事,庸人自扰之。

人生不如意十之八九,忧伤和烦恼本就是生活的一部分,只有做自己,将烦恼和忧愁视为无物,明媚的阳光才会照亮人生。