

过度追求完美,是一种“愚蠢” 暑往韩来

《道德经》中有一句话:“持而盈之,不如其已。”

往容器里注入东西,注满了就会溢出来,为了防止溢出来,就要持之有度,不要一味地追求盈满。

有时候过度追求完美,还会适得其反。

曾听朋友讲过这样一个故事:公司招聘时,招进了一个排名前十的名校毕业生。此人能力很强,做任何事情都干劲十足,而且领会上级的意思特别快,领导对他比较认可。

后来,这位朋友发现了他的一个细节:他总是会把自己的办公桌收拾得非常干净整洁,桌面也不会放任何杂物。有同事在他桌上临时放个东西,他还会特意摆好。

朋友觉得,他似乎有些过度苛求完美。

有一次,领导交办给这个新同事一个很重要的任务,到了快要交接的时候,他不仅没有顺利完成,进度甚至还差得很远。

原来在接手这个任务后,他在某个环节遇到困难,还出了很多差错,于是追求完美的他决定推倒重来,但没想到还是困难重重,最终延误工作。

朋友说了一句话,让我印象深刻:“一个人粗心马虎、不拘小节,这些都是习惯问题,可以在职业生涯中通过训练逐步解决,但是那些过度追求完美的人,实际上是他们的思维方式有问题,可是他们往往自己还意识不到。”

加拿大心理学家保罗·L·伊休特曾经把完美主义性格分为三种类型:第一种是要求自我型,给自己设下高标准,并追求极致;第二种是要求他人型,为别人设下高标准,不允许别人犯错误;第三种是被人要求型,为了满足他人的期望,时刻都要保持完美。

不管哪一种类型,他们都是高标准、严要求,一味地苛求完美。

如果没有达到期望,不仅对人对事心生厌烦,自己也会伤心失望,还有可能会否定自己。

其实,追求完美没有错,可以把工作做得更好、更出色;但是过度追求完美,苛求细节,反而因小失大,结果还不尽如人意。

白岩松曾感慨:“毁掉一个人最好的方式,就是让他追求完美和达到极致。”我们常说:金无足赤,人无完人。没有十全十美的事物,也没有十全十美的人,允许自己不完美,才是最聪明的选择。

真正聪明的人,敢于接受生活的不完美,而不是过分追求完美。

有句话说:人生有度,误在失度,坏在过度,好在适度。好的人生,需要适度。

每个人都会有缺点,你要允许它的存在,并坦然接受它,可能你没有那么完美,但你是独一无二的人。



智慧树

越简单,越幸福

国粹君

“万物之始,大道至简,衍化至繁。”所谓“极简”,就是把简单发挥到了极致,极尽素雅,处处留白,却承载着丰富的韵味。有人说:少即是多。还有人说,人生就是不断选择、不断放弃的过程。极简,其实是一种生活的智慧。因为你不可能拥有全部,只能选择最重要的。极简,是人生的减法,也是人生的加法,删繁就简,方能意味无穷。



极简是一种生活哲学,越简单,越幸福

到底什么是真正的极简?

摆脱复杂的关系,和无用的桎梏,开启新的生活。极简,不仅是一种生活方式,更是一种人生哲学。

在千年前的宋人,早就领略了极简的精髓。大唐如牡丹,富丽明艳,宋朝似幽兰,淡雅文静。他们不爱雕琢与奢华,更在意天然,回归本真,以墨入画,烧单色釉瓷器。宋徽宗说:“雨过天青云破处,这般颜色做将来。”于是有了冷暖适宜的天青釉,打破陈规旧俗,在繁复之中,提出素朴,优美挺秀,过目难忘。难怪有人说,宋朝的美学,领先世界一千年。

其实,极简生活与宋朝美学一样,并不是让我们无欲无求。而是让我们在这人生的有涯之地,看清自己的需求,明白真正的自我,珍视每一个重要的拥有。

物质极简,生活自然

周国平曾说:“如果一个人太看重物质享受,就必然要付出精神上的代价。”

物质的满足并不持久,伴随着自我损耗。冰箱里过期的食物、从来没有穿过的衣服、看了一半还在积灰的报纸刊物、只用过一次的运动器材……当所有的琐碎聚集在一起,视觉压力和负面情绪越来越多,谁又能活出生活本身的样子?很多时候,活得简单、自然一点,我们才有更多的时间去感受自我。

物质极简,并不是不求上进,而是找到自己真正需要、真正喜欢和真正想做的东西。

一花一世界,一木一浮生。真正生活的智者,总能在简单的事物中有所明悟。活得简单点,足矣。

精神极简,内心丰盈

杨绛曾说:“我们曾如此期待外界的认可,到最后才知道,世界是自己的,与他人毫无关系。”刹那的光辉不代表永恒,但平凡可以。

杂货铺

花甲

爷爷年满花甲要做60大寿,孙子好奇地问:“为什么把60岁叫作花甲呢?”

爷爷说:“这样叫吉利。”

过了两天孙子语文测验,爷爷问他考了多少分,孙子回答:“大吉大利,考了一个花甲!”

去海底捞

爷爷昨天从乡下来城里看我,我寻思着爷爷这么大岁数从来没吃过火锅,今天中午便带他去海底捞吃火锅。

路上爷爷问:孙女,我们这是去哪啊?

我:去海底捞!

爷爷:不行啊,爷爷不会游泳啊!

巧治尿床

早上,在办公室里听到一同事说:我家孩子昨晚又尿床了,这周都已经尿四次了!

这时另外一同事说:以后给他睡电褥子,电两回就不尿了!

办公室里一阵大笑。

石头剪刀布

周末在家,三岁的外甥女缠着我,让我陪他玩。

我说:你和镜子里的自己石头剪刀布,什么时候赢了,舅舅就陪你玩。

就这样我安安心心地打了一下午的王者荣耀。

不要轻易相信女人

今天老妈给我发微信:“儿子,妈有件重要的事情要告诉你。”

我问:“什么事啊?”

老妈说:“你先给我发个红包,我再说。”

我想都没想,就发过去一百元的红包。不一会儿,老妈回复:“我就是想告诉你,不要轻易相信女人的话。”

微观点

别跟自己过不去

不要在一件别扭的事上纠缠太久。纠缠久了,你会烦,会痛,会厌,会累,会伤神,会心碎。实际上,到最后,你不是跟事情过不去,而是跟自己过不去。无论多别扭,你都要学会抽身而退。

——几米

每天都离顶点更进一步

也许你感觉自己的努力总是徒劳无功,但不必怀疑,你每天都离顶点更进一步。今天的你离顶点还遥遥无期,但你通过今天的努力,积蓄了明天勇攀高峰的力量。

——尼采

越是淡香越使人依恋

友谊和花香一样,还是淡一点的比较好,越是淡的香气越使人依恋,也越能持久。

——席慕蓉

我们都是生命的过客

不是无情,也不是薄幸,只是我们一生中会遇上很多人,真正能停留驻足的又有几个?生命终将是荒芜的渡口,连我们自己都是过客。

——安意如