

心感悟

聪明和智慧
是两回事

聪明是一种生存的能力,而智慧则是生存的一种境界。

世界上聪明人不多,估计十中有一;而智者就更罕见,估计百里无一。

连公认的智者苏格拉底都自认为,按照智慧的要求,自己是无知的。

在现实生活中,不吃亏的是聪明人,而能吃亏的是智者。

聪明人知道自己能做什么;而智者明白自己不能做什么。

聪明人能把握机会,知道什么时候该出手;而智者知道什么时候该放手。因此,拿得起来的是聪明,放得下的才是智慧。

聪明人总把自己闪光的一面表现出来,总能脱颖而出;而智者总让别人把闪光的一面表现出来。

聪明人注重细节,而智者注重整体。

聪明人多烦恼,失眠较普遍,因为聪明人比常人更敏感;而智者能远离烦恼,达到“不以物喜,不以己悲”的超然物外之境界,因此智者吃得下、睡得着。

聪明人渴望改变别人,让别人顺从自己的意志;而智者多能顺其自然。因此,聪明人的人际关系容易紧张,而智者的人际关系多和谐。

聪明多数是天生,得益于遗传;而智慧更多靠修炼。

聪明靠耳朵、靠眼睛,所谓耳聪目明;而智慧靠心灵,即所谓慧由心生。

聪明能带来财富和权力,智慧能带来快乐。

聪明人往往有更多技能,而现实中这些技能只要机缘巧合,就能转化为财富和权力。

但是财富和权力与快乐很多时候并不成正比,快乐来自人心。

因此,求才,聪明足矣;求脱离烦恼,非修智慧不可。

郑板桥说,“聪明难,糊涂更难”。其实,郑氏的“糊涂”是需要智慧的“糊涂”。

所以,“难得糊涂”翻译过来就是“难得智慧”。

诚信典故

因失信而丧生

明朝名臣杨博的父亲杨瞻做过商人,曾经在淮扬经商。当时有一位从关中的盐商,将一千金的钱寄放在杨家,请杨瞻暂时代为保管。不料那盐商离开以后,竟然一去不回。杨瞻不知如何才好,便将那一千金埋藏在花盆中,上面种植花卉,并派人到关中去寻找。后来,终于找到了盐商家,不料那盐商已经去世了,家中只有一个儿子。

杨瞻得知消息后,便邀请商人的儿子来到杨家,指着花盆说:“这是你父亲生前所寄托的金钱,现在就交给你带回去吧。”商人的儿子感到非常惊奇,不敢收取。杨瞻说:“这是你家的财物,何必推辞呢?”于是说出原由,商人的儿子非常感动,携带那笔金钱回去了。

古人历来重视道德修养,把诚信作为人修养道德最基本的内容。古往今来,凡是品德高尚的人,都是诚实守信的。只有诚信的人,才能心智清明,择善而从。而诚信一旦缺失,就失去立身之本,而且还会影响一个民族的生存和发展,一言足以兴邦,一诺岂止千金。

智慧树

丰富自己最好的方式

李思圆



有朋友问我,怎样让自己变得更加丰富且充实?我告诉他,丰富自己,绝非简单地使物质变得充裕,使欲望得到满足,而是养成好的习惯,让自己身心丰盈、生活美好。

1|以勤养富

小时候,常听父母说,“人勤劳不久,人懒富不长”。一个勤劳肯干的人,哪怕眼下的生活拮据,也一定能走出困境。一个慵懒拖沓的人,即便家庭条件优渥,也总有坐吃山空的一天。

人生在世,不怕暂时生活苦,不怕眼前一时难,最可怕的是懒惰。累的事

不想干,难的事不会干,久而久之便会高不成低不就。

幸福需要经营,你想要的人生,只有自己能给。

别在该努力的时候选择安逸——多一分辛勤,就多一分生活的底气;多一点进步,就多一分选择的权利。

2|以学养识

一个人若是不学习,他的认知就会变得狭隘。而当他开始读书,眼界就会不断提升。

网上有一个问题:“经常读书和不读书的人,究竟有什么区别?”一个高赞的回答说:“小说读多了,你会看到人生的跌宕起伏,变得淡定;历史读多了,你见过前人的见识智

慧,变得思辨;科学读多了,你会学得严谨的分析方法,变得理性;哲学读多了,你会感知宏大的人类文明,变得深刻。”

腹有诗书的人,不会将自己囿于生活的鸡毛蒜皮,也不会困于一时的人生低谷。书读得越多,人就站得越高,所看到的世界就越广阔。

3|以动养身

生命在于运动。一个腾不出时间去运动的人,总会为健康付出更大的代价。相反,爱运动的人,往往能更从容地分配时间,并常常收获健康的奖励。

常能看到一些精神矍铄的老人,每天坚持晨练。他们或是舞太极,或是跳绳踢毽,或是慢跑爬山,精神头倍儿足。相比之下,总有一些年轻人,习惯下班后就聚餐、打游戏,周末就熬夜、

不起床,用形形色色的借口拒绝锻炼,结果常常哈欠连天、无精打采。

运动和不运动,过的是不一样的人生。与其到年老了羡慕他人的好身体,不如从现在开始关注自己的健康。

无论生活有多忙,抽点时间去运动,无论工作有多累,分点精力去锻炼。你流过的每一滴汗水,都在塑造一个更有活力的自己。

4|以静养心

人生在世,难免面对许多纷纷扰扰。太浮躁的人,内心不静,遇到困难就会内心惶恐、不知所措。

既然人生不如意之事十有八九,那就顺势而为。好的坏的,想要的,不想要的,都把它当成经历,坦然、勇敢地去面对。心静则清,心清则明,这是最好的生活态度,也是人生至高的境界。

事实上,当你这样去想就会发现,那些令你头疼的事可能也没那么讨厌,那些你平时不待见的人可能也各有苦衷。你的内心会越来越有包容性,越来越不会因为一些小事而动怒。

人生如白驹过隙,我们或许不能改变生命的长度,但却能选择自己的活法。余生,愿你丰富自己,活出最佳的生命状态。

微观点

直面问题

逃避问题,问题不会消失。只要你朝着正确的方向一步步迈进,就会发现事情也没那么可怕。

和优秀的人在一起

当与他人建立关系时,要考虑对方是否诚实、靠谱,是否与你同样的价值观。选择互相欣赏,愿意向你展示爱和尊重的人做朋友。他们是使你更加积极向上的人,会鼓励你成为更好的自己。

珍视错误带来的教训

试错、跌倒、继续尝试,在这个过程中,你不需要对犯错过度恐惧。相反,你要意识到自己可以从错误中获得经验。珍视这些宝贵的经验,以推动自己成长进步。真正伟大的成就,大都经历漫长的挫折,你所担心的错误,可能正是你通往成功之路的钥匙。

己所不欲,勿施于人

时常审视自己说出去的话、做出来的事,然后反过来思考,如果别人对你说那样的话、做那样的事,你会喜欢吗?请用希望别人对待自己的方式来对待别人。

注意生活里的点滴美好

很多人绞尽脑汁去获得新的事物,却从不曾珍惜已经拥有的东西。每天早晨,当你醒来时,请保持安静,想一想已经拥有的一切,并感谢它们出现在你的生活里。生活里的许多小事,都有它美好的一面,抓住那些瞬间,体味其中的幸福感,会大大改善你的生活质量。

相信自己,大胆尝试

做很多事情都需要勇气,最终你要么成功,要么能学习到一些新东西。即使目标很大,也不用胆怯,只有你开始相信自己,才能把握机会,坦然迎接挑战。

面对困难,选择积极态度

每个人的生活都有积极和消极的方面。遇到困难时,和自己的内心对话,发展理性和积极的情绪,代替消极的想法。从所谓坏事中看到好的一面,从困境中汲取力量,会让你变得更强大。

注意压力,劳逸结合

慢一点,深呼吸。允许自己暂停,重新思考前进的方向。适当的休息能让你恢复精力并提高工作效率,还可以帮助你总结、反思最近的行动,确保它们符合你的长远目标。

专注于自己可控制的事

你不能改变所有事。在无法控制的事情上浪费时间,会让你的生活陷入痛苦和停滞。要有肚量去接受那些不能改变的事,将精力投入到可以控制的事情上,并立即采取行动。

重视开始,每天朝目标努力

我们常常在某个时刻定下了计划,但实际上只有少数人真正地动起来。能否迈出第一步,这真的很重要。不积跬步,无以至千里。确立了目标,就坚定地往前走,一点一点去实现它。

雨令