

诚信典故

皇甫绩守信求责

皇甫绩是隋朝有名的大臣。他三岁的时候父亲就去世了，母亲带着他回到娘家住。

外公见皇甫绩聪明伶俐，格外疼爱他。皇甫绩和表兄弟们都在自家的学堂里上学。外公是个很严厉的老人，私塾开学的时候，他就立下规矩，谁要是无故不完成作业，就重打20大板。

有一天，上午上完课后，皇甫绩和他的几个表兄躲在一个已经废弃的小屋子里下棋。一贪玩，不知不觉就到了下午上课的时间。大家都忘记做老师上午留的作业。第二天，这件事被外公知道了，他狠狠地训斥了几个孩子。按照规矩，每人重打20大板。

外公看皇甫绩年龄最小，平时又很乖巧，不忍心打他。于是，就把他叫到一边，慈祥地对他说：“你还小，这次我就不罚你了。不过，以后不能再犯这样的错误。不做功课，不学好本领，将来怎么能成大事？”

皇甫绩心想：外公没有责罚我，这是心疼我。可是我不能放纵自己，应该也按照私塾的规矩，被重打20大板。于是，皇甫绩就找到表兄们，求他们代外公责打自己20大板。

表兄们都被皇甫绩这种信守学堂规矩、诚心改过的精神感动了。后来，皇甫绩在朝廷里做了大官，但是这种从小养成的信守诺言、勇于承认错误的品德一直没有丢，也使得他在文武百官中享有很高的声望。

笑一笑

添一笔

周末来临，老婆搞家庭卫生，搞得有点烦了。于是，在家庭小黑板上写下“家庭卫生，人人有责”八个字。

中午，儿子放学回来，给“人”字加了一横。老婆发现黑板上变成了“家庭卫生，大人有责”。

晚上，丈夫下班后，又加一横，老婆发现黑板上变成了“家庭卫生，夫人有责”。

忘了洗苹果

爸爸问儿子：“你干吗喝这么多水呀？”

儿子说：“爸爸，我刚才吃了个苹果。”

爸爸说：“可这跟喝水有什么关系？”

儿子说：“刚才我忘记洗苹果了。”

全国连锁

今天逛街饿了，在百货门口买煎饼果子吃。

老板大哥一边摊煎饼一边跟我说：“买煎饼果子得选大品牌，像我这煎饼摊儿是连锁的，有保障。”

我仔细一看，果然煎饼车上有“全国连锁”四个字。惊奇之余问大哥：“你们总店在哪里？”

大哥随手一指街对面：“我老婆那呗……”

智慧树

舒服，是最好的养生

京博国学

网上有个段子：现在的年轻人越来越注重养生了，他们“左手拿着保温杯，右手举着高脚杯，啤酒加枸杞，可乐配党参，敷最贵的面膜，熬最长的夜”。

其实这也是现实的写照，因为确实越来越多的人开始购买保健品、护肤产品、泡脚粉、养生茶……然而大家都在关注外部养生，却忽略了情感养生方式：找一个让你舒服的人，胜过一切保健品。和舒服的人在一起，就是最好的养生。



1 | 相处舒服，是最好的朋友关系

你一定有过这样的体验：有的朋友在一起的时候，你会觉得舒服又随意，时间总是在不知不觉间流逝，哪怕心头乌云密布，也仿佛瞬间被驱散，即使默默不语也感觉很惬意。

但与一些人见面时，浑身感觉不自在，不得不戴上虚假的面具，说着违心的话语，要么就是耐住性子听喋喋不休的抱怨。结果，搞得自己本来的好心情也被负能量取代。

有些人你相处起来费劲，有些事你看

不惯看不懂，别勉强自己。

何必为了不值得的人生气，何必为了挤不进的圈子着急。进不去的圈子不适合你，费力不讨好的朋友不值得你珍惜。

庄子说：“君子之交淡如水，小人之交

甘若饴。”淡淡相交，浅浅欢喜，聊得来，说得开，不掩饰，不累心，这是交友时最舒服的状态。

事实证明，舒服才是和朋友最好的相处模式，这样的友谊也不会轻易消散。

和相处舒服的人在一起，彼此之间不会因为三观不合而矛盾重重，不会因为彼此不懂而冲突不断，更不会因为情绪总是不一致而内心冰凉。

周国平说：“与人相处，如果你感到格外的轻松，在轻松中又感到真实的教益，我敢断定你一定遇到了你的同类，哪怕你们从事着截然不同的职业。”

生活已经很累了，不要再勉强自己，远离那些让你感觉不舒服的人，结交那些相处舒服，并且让你变得更好的朋友。

2 | 相处舒服，是婚姻的保鲜剂

交朋友是如此的，婚姻也是如此。

关于婚姻的美好样子，一千个人心中有一千个答案，但都逃不开一点，就是要过得舒服。夫妻是这个世界上虽没有血缘关系，却要相伴最久的人，因此相处舒服就显得至关重要。只有两个人在一起后相处舒服，才是感情的圆满。

杨绛和钱钟书是出了名的文坛伉俪，两人相知相守，恩爱数十载。

杨绛生女儿住院期间回不了家，钱钟书一个人在家。第一天，他到医院去看妻子，说：“对不起，我把墨水滴到桌布上了。”

换成一般的人恐怕要跳起来了，墨水多难洗啊，可是杨绛没有，她只是会心一笑，安慰丈夫：“没关系，我会洗。”

第二天，钱钟书来到医院，又说：“对不起，我把台灯砸坏了。”杨绛依旧是笑着说：“没关系，我会修。”

在他学会划第一根火柴为妻子生炉火的时候，杨绛问他：“你会用火柴啦？”钱钟书举着那根火柴，用骄傲的口气说：“没错，你看我会划火柴了。”

两个人就这样乐在其中，舒舒服服地生活在一起。他们相知相惜，平淡如水，却又生死相依。

有这样一句话，“婚姻如同穿鞋，舒服不舒服，只有脚知道”。表面的风光是给别人看的，日子过得舒不舒服自己才清楚。让彼此都感觉舒服，让彼此都成为更好的人，这就是好的婚姻。

3 | 相处舒服，是最好的养生

“摄生之道，大忌嗔怒。”《黄帝内经》也有言：“怒伤肝，喜伤心，忧伤肺，思伤脾，恐伤肾。”

据世界卫生组织统计，百分之九十以上的疾病，和情绪有关。所以，坏情绪是万病之源。而情绪是会传染的。你的身体健康，取决于你的情绪，而你的情绪好坏，往往取决于能否跟身边的人相处舒服。

跟相处舒服的人相处，清净自在，内心安宁。他们的微笑让人安心，举止令人温暖，感觉没有过不去的坎，没有渡不过的劫。不用吃任何保健品，就能得到最好的养生。

而和不舒服的人在一起，小心翼翼，如履薄冰，委曲求全，一不小心就鸡飞狗跳，家烦宅乱，无异于互相投毒，慢性自杀。

无论交友还是生活，能和舒服的人在一起，为自己打造一个舒心的交际圈，打造一个健康的交友环境，才是最好的养生。

我们都要让自己成为这样的人：懂得善待别人，懂得尊重谦和，懂得把握分寸，懂得真诚包容。

朋友不在多少，真诚就好；家人不必富有，团结就好；爱人也不需要多浪漫，疼你就好。

微小说

电话

老太太接到了一个诈骗电话，对方谎称是她儿子，但她儿子在两年前已经病逝了。

可那骗子的声音和她儿子实在太像，她舍不得挂断。

骗子说得口干舌燥，发现根本骗不了她。

她这才说出了真相，最后请求对方：“最后再说一句吧！”

骗子思考片刻后说：“妈，保重啊！”然后挂断了电话。

父母对子女，倾其所有，太过沉重，以至于面对失去，更加难以释怀。

子女对父母，多些关爱吧，人生总是见一面少一面，别让父母等得太久了。

一毛钱

8岁那年，因为嘴馋偷了家里一毛钱，母亲发现了，让我对着祖先下跪。

因为性子倔，所以后来母亲让我起来我都不依，并绝食。

最后实在扛不住便偷偷地跑到厨房，竟然找到了一份蛋炒饭，吃完，却发现母亲已在身后。

母亲说：“知道为什么让你跪吗？”

我说：“因为我们穷。”

母亲说：“因为我们要有志气。”

有句俗语叫“莫欺少年穷”，穷并不可怕，可怕的是因为穷而丧失了斗志，因为穷而自己先败给了自己。

妙语

●人在的时候，以为来日方长什么都有机会，其实人生是减法，见一面少一面。

●别人怎么看你，和你毫无关系；你要怎么活，也和别人毫无关系。

●有一天你会明白，善良比聪明更难。聪明是一种天赋，而善良是一种选择。

●人生就是呼吸，呼是为了出一口气，吸是为了争一口气。

●生活就像淋浴，方向转错，水深火热。

●朋友不怕真坏，就怕假好。

●凡事给自己留点空间，既可以更进一步，也可以从容转身。

●懂得的多了，看透的多了，快乐就越来越少了，人生难得糊涂。

●人生最要紧的是：记住该记住的，忘记该忘记的；改变能改变的，接受不能改变的。

●孤独和寂寞是两回事，前者是你不想搭理别人，而后者是别人不想搭理你。

●有叹气的工夫，还不如好好想想该如何解决问题。

●你的一生会遇到很多人。有人爱你，有人忌妒你，有人把你当做宝，有人不把你当回事。