

加油站

扛过去

■切尔西

年少时,总盼望着长大,以为长大了就自由了。于是,迫不及待地往前飞。

岁月流转,却慢慢发现,长大了不是无限的自由,而是更多的身不由己,更多的无可奈何。

工作的压力,如影随形;人际的烦恼,剪不断理还乱;家庭的责任,责无旁贷。

我们有时会彷徨,有时会不知所措。

好想有人对我们嘘寒问暖,却多的是无人问津;好想有人为我们遮风挡雨,却多的是孤军奋战;好想有人听我们碎碎念念,却多的是漠不关心。

在生活的捶打下,我们不得不承认:曾经拼命逃离的懵懂岁月,却是成年后回不去的世外桃源。

从前,只知羡慕《西游记》的精彩,如今,却不知不觉活成了它,永远有打不完的妖怪,少不了的九九八十一难。

季羨林先生说:“人间万千光景,苦乐喜忧,跌撞起伏,除了自渡,其他人爱莫能助。”

是呀,有些情绪,注定只能一个人消化;有些路,注定只能一个人走。

任何时候,能让生活向好的只有自己。

多走几步,一切都会过去的,别轻易向生活缴械投降。

生活实属不易,也许我们一辈子都不会飞翔,但心中一定要有一双翅膀。

它使你向往蓝天,使你总有追逐的勇气,使你任何时刻想起,都能看到自己的希望。

智慧树

赢在和气 毁于脾气 成在大气

■七七



作家汪曾祺在《人间草木》里写道:“世间万物皆有情,难得最是心从容。”人生就是一场修行,不如意之事常有,我们依然要用最从容的心态去面对生命中的际遇。所谓,盛年不重来,一日难再晨。人生上半场,功过得失,荣辱成败,一切都如过往云烟。人生下半场,依然充满期待。

1 | 赢在和气

《菜根谭》有云:“处世让一步为高,退步即进步的张本;待人宽一分是福,利人实利己的根基。”和气彰显的是一个人的仁慈宽厚,和则两利,万事则兴。

古人常教导我们做事与人为善,心存厚道,说话时口下留情,和气相处。人生在世,岁月匆匆,待人处事,贵在和气。和气的处事态度,就像人的舌头?硬未必是好事,但软一定能长久。

有个老人很喜欢栽盆景。一天要外出,他临行前交代儿子:一定要细心照顾好家里的盆景。在这期间,儿子精心照顾盆景。尽管这样,花架还是在浇水时不小心被碰倒了,所有的盆景都打碎了。

儿子因此非常害怕,准备接受父亲的责罚。老人回来后,不但没有责备儿子,反而说:“我栽盆景是用来欣赏和美化家里环境的,不是为了生气的。”

2 | 毁于脾气

南怀瑾先生在《论语别裁》中讲:“上等人有本事没脾气,中等人有本事有脾气,下等人没本事有脾气。”能调控情绪的人,才能控制自己的人生。

我们都是凡夫俗子,谁都会有控制不住脾气的时候。有脾气不可怕,可怕的是控制不住脾气。人生所有的相遇,上至父母妻儿下至路人,都是一种缘分。没有人有义务为你的坏脾气买单。

一个女孩上火车,见自己的座位上坐着一男士。她核对自己的票后,礼貌客气地说:“先生,您看看是否坐错位置了?”这位男士正在闭目休息,刚开始并没有理会,女孩又重复了一遍,这位男士不耐烦地拿出

票瞄了一眼说道:“看清楚点,这是我的座,你瞎了?有没有素质?打扰人睡觉。”说完后用帽子掩面继续休息。

女孩一时手足无措,但仔细看了他的票后,不再做声,默默地站在他的身旁。过了一会火车启动了,女孩低头对男士说:“先生,不好意思,打扰您睡觉了,我刚才看错了,您没坐错位置,是坐错火车了!”

郑渊洁说:本事越大的人,往往脾气越小。聪明的人,不在情绪上计较,只在做事上认真;无能的人,不在做事上认真,只在情绪上计较。发脾气是本能,控制脾气才是本事。真正的聪明人,都懂得保持平常心,学会控制自己的脾气。

3 | 成在大气

星云大师说:大气是一种淡泊,金钱名利浮云过,我心自有明月在。大气是一个人内心的世界,更是一个人内在的气场。经历生活打磨历练出来的大气,是对社会、对生活所表现出来的态度。

演员李立群做客《金星秀》时,说过这么一句话:“不要怕未来的路会很荒凉,路只会越走越宽。”层次越高的人,越拥有大格局,也就越大气。这样的人不会囿于天地一方,在荆棘坎坷中依然淡定从容的人,无论未来的路有多难走,一定会拥有广阔丰盛的人生。

《后浪》纪录片自五四青年节推出后,瞬间在全网刷屏,这个词也成为了当年热词之一。尽管在不同层面有很多争议,但也给了社会更多不同的注解与发挥。在一次《面对面》采访中,主持人问中国女排队长朱婷:你把自己看成是前浪还是后浪?

你如何定义后浪这个词?朱婷脱口而出:我希望一直都是奔跑的前浪。对于这个看起来似是而非的回答,朱婷进一步解释:“在一些能力允许的前提下,我会稳稳地跑,一直前进。我不会让后浪超越,但我要引领后浪往前走,女排精神也是做好传帮带。”

朱婷大气而从容的回答获得了网友高度赞赏。

真正大气的人一定拥有大的格局和担当,朱婷作为女排队长,引领后浪往前走,对于个人来说是一种荣耀,对于集体更是一种担当和责任。

《菜根谭》中有云:“人情反覆,世路崎岖。”人生最好的活法,就是在每个平凡的日子里,用和气的态度、稳定的情绪、大气的格局去对接接下来的际遇。

心感悟

精简圈子

拥有自己的干净圈子,是人生一大幸事。

一个干净的圈子,不需要太大,也不需要太杂。

圈子里的人都是自己喜欢的人,也都是喜欢自己的人。

在这样的圈子里,没有勾心斗角,没有尔虞我诈,每个人都坦诚相待,大家都过得舒心,活得快乐。

专注10%

生活总是充满各种各样的事情,可真正重要的事情是那10%。

欲多则心散,心散则志衰,志衰则思不达,要勇于丢弃生活中那些并不重要的90%。

最大限度利用自己的时间和精力,做一些有用的事,从而获得更大的快乐和幸福。

比如绘画、诗歌、看书、跳舞等,只需花上一些时间,专注于此,那么琐碎庸碌的生活也变得生趣盎然!

日行一善

俗话说:勿以恶小而为之,勿以善小而不为。

善良,更是一种福气,行善多一分,福气就深厚一分。

一个人的命运,并不一定只取决于某一次大的行动,更多的时候,取决于他在日常生活中的一些小小的善举。

日扔“一物”

电脑用久了会留下许多垃圾文件,严重影响运行速度,清除这些垃圾,电脑将会变得更快。

同样,心灵也需要经常清理垃圾。

把内心的贪欲、攀比、狭隘、傲慢、固执、偏见等心理垃圾及时清除掉,变成一个健康阳光、真诚善良、坚强快乐、永葆青春活力的人!



妙语

●强者互帮,弱者互撕。

●每个人都认为自己是例外。

●爱别人要适可而止,爱自己要尽心尽力。

●蚜虫吃青草,锈吃铁,虚伪吃灵魂。

●过来人的话,没过来的人是听不进去的。

●不要带着答案去问问题。

●光听有力量的话没用,去成为有力量的人。

●花自向阳开,人自向前走。

●如果你找不到一个坚持下去的理由,那就找一个重新开始的理由。

诚信典故

宋濂的故事

宋濂小时候喜欢读书,可是家里很穷,没钱买书,只好向人家借。每次借书,他都讲好期限,按时还书,从不违约,人们都乐意把书借给他。

一次,他借到一本书,越读越爱不释手,便决定把它抄下来,可是还书的期限快到了,他只好连夜抄书。时值隆冬腊月,滴水成冰。他母亲说:“孩子,都半夜了,这么寒冷,天亮再抄吧。人家又不是等着看。”宋濂说:“不管人家等不等这本书看,到期限就要还,这是个信用问题,也是尊重别人的表现。如果说话做事不讲信用,失信于人,怎么能得到别人的尊重呢?”

又一次,宋濂要去远方向一位著名学者请教,约好了见面日期。谁知出发那天天下起鹅毛大雪,当宋濂挑起行李准备上路时,母亲惊讶地说:“这样的天气怎能出远门呀?再说,老师那里早已大雪封山了。你这一件旧棉袄,也抵御不住深山的严寒啊!”宋濂说:“娘,今天不出发就会误了拜师的日子,就失约了。失约,就是对老师不尊重啊。风雪再大,我都得上路。”

当宋濂到达老师家里时,老师感动地称赞道:“年轻人,守信好学,将来必有出息!”