

开卷

庸俗是一个人开辆豪华奔驰车,但连买本书的钱也花不痛快。

——《波西米亚楼》

成熟的人不问过去,聪明的人不问现在,豁达的人不问未来。

——《一生能有多少爱》

话到七分,酒至微醺;笔墨疏宕,言辞婉约;古朴残破,含蓄蕴藉,就是不完而美的最高境界。

——《萤窗小语》

我们可以转身,但是不必回头,即使有一天,发现自己错了,也应该转身,大步朝着对的方向去,而不是一直回头怨自己错了。

——《人生路,不回头》

风大时,要表现逆的风骨;风小时,要表现顺的悠然。

——《逆风与顺风》

我们的一生,也许都是在惊自己的梦。忽然就遇到了,就心动了,就满心满眼全是他了,没有比爱情更惊梦的事了,我们所等的,所盼的那个人,其实是寻了又寻找了又找的人,是那个前世就埋下伏笔,等待来生用各种记号一上去验证的人吧。

——《不是我而是风》



妙语

● 假话如同台词,常常是背熟了再说;真话如同咳嗽,多数是在压抑不住的时候喷涌而出。

● 喜欢在你背后说三道四、捏造故事的人,无非就三个原因:没达到你的层次;你有的东西他没有;模仿你的生活方式未遂。

● 做一个特别简单的人,好相处就处,不好相处就不处。

● 不要一厢情愿去迎合别人,你努力合群的样子并不漂亮。

● 不要指望谁陪你一辈子,没光的时候连影子都会离开你。

● 当有人突然从你生命中消失了,不要问为什么,只是他到了该走的时候了,你只需要接受就好。

● 所谓的成熟,就是知道有些事情终究无能为力。

● 一个人心理衰老有两个标志:抱怨和后悔越来越多;把希望寄托在下一代。

● 我们一直想学会平静,其实不用学,经历得多了,就平静了。

● 自能生羽翼,何必仰云梯。

● 有希望的才叫等,没希望的是煎熬。

● 生活可以五颜六色,但绝对不可以乱七八糟。

智慧树

学会给自己“刹车”

■晏书枝



人生就像赛车一样,必须掌握好自己的方向盘,知道什么时候该加速,什么时候该减速。其实油门很多人都会踩,刹车不见得每个人都会踩。

没有刹车的车辆,无法掌控速度,会带来严重事故。同样地,无法掌控生活的步调,就会被其所左右。

1 | 情绪刹车

这是朋友小胖亲身经历的一件事:几年前,一个大客户的合同快到到期时,偏偏他们的负责人年底换人了。

得知这个消息后,小胖第一时间带人去拜访,争取续签合同。没想到,新来的负责人对公司的产品很不满意。一番沟通后,他们失去了合作机会。

虽然这种事情不是第一次发生了,但那天不知道为什么,小胖极度愤怒。他直接冲进技术部负责人办公室,指责他技术手册做得不好,导致老客户流失。

技术部负责人被他怼得莫名其妙,但还是压下了火气。

小胖一路摔摔打打回到了自己的办公室,

愤怒之下随手关门。伴随着一声巨响,办公室的玻璃门变得粉碎。

当天晚上,公司对小胖的处分就下来了,扣发三个月奖金外加停职。

小胖多次解释道歉,但都没用,无奈离职。

有句话说得好:“情绪就像一只凶猛的野兽,任由它放纵撒野,不仅伤人,也会害己。”

有的人时常对无辜的人发泄自己的情绪,后来才明白,控制好自己的情绪是人生的必修课。

生活中,我们总要面对鸡毛蒜皮、重重压力,让人身心俱疲。

情绪稳了,生活也就顺了。学会给情绪刹车,纵使风高浪急,内心也能从容不迫,游刃有余。

2 | 欲望刹车

有时候,并非生活太过逼仄,而是我们想要的东西太多。学会克制自己的欲望,让生活删繁就简,日子才能过得舒心惬意。

杨绛在清华大学任教时,学校开会评议每个人的工资,根据工资来兑换粮食。

流程是,自己先报数,再由大家讨论决议。每次轮到杨绛,她都是往少了报。

最后的评定结果下来,杨绛得到的粮食与当时杨绛的真实工资,是严重不符的。

可杨绛却觉得能勉强果腹,就已经是一件很幸福的事了。她和钱钟书在牛津大学留学期间的的生活更是简朴。对房东提供的三餐,她从不挑剔,衣服也总是那两套,但也干净整洁。

闲暇之余,杨绛会练习书法,没有纸,就在一旁的餐巾纸上写。在丈夫钱钟书去世后,杨绛深居简出,悉心整理钱钟书的手稿,并将稿费都捐给了清华大学。

杨绛说:“简朴的生活、高贵的灵魂,是人生的至高境界。”

我们奔走于层出不穷的诱惑之间,以为得到就是幸福。等到了一定年纪,才发现拥有也是一种负累。无节制的欲望只会让人坠入深渊,唯有行有所止,欲有所制,才是真正的富足与安乐。

3 | 执念刹车

周国平曾说:“人生许多痛苦的原因,在于盲目较劲。”

要知道,事事如意是幸运,求而不得才是常态。

有些人,越是在意,越是为之所累;有些事,越是看重,越会适得其反。

在电视剧《大考》中吴家俊的妈妈董碧华的认知里,上名校、考公务员就是最好的出路。可儿子吴家俊酷爱画画,一心只想报考动画学院,考不上就复读。

一开始,双方争执不下,董碧华先是毁了儿子花了好几个月准备的参赛作品,把儿子逼到离家出走。又一次次打着“为你好”的旗号,辞去了酒店经理的工作,专心在家陪考。后来还砸坏儿子的房门锁,紧盯着儿子的一举一动。

她接二连三的操作,就像一座座大山压在吴家俊的身上,让他喘不过气。

吴家俊的爸爸见儿子被董碧华逼迫,两人关系紧张,便安慰她:“就算我们什么都替孩子算计好了,你能预估到20年后他会变成什么样子吗?不管未来发生什么样的变化,最终还得靠家俊自己去面对吗?”

最后董碧华放弃了执念,支持儿子的动漫梦。吴家俊也放下了心中的负担,成绩大幅提高。

“放下执念,宠辱不惊,人生自当欢喜。”的确,若总是盲目执着眼前的得失,不顾事实真相,往往会得不偿失。

当你学会与自己和解,生活就会峰回路转,迎来柳暗花明。

4 | 烦恼刹车

其实,很多烦恼是庸人自扰,反复咀嚼不过是自我折磨。

《不在乎的勇气》一书,讲过这样一件事。一次,邻居停车超出了车位,大岛看到之后非常愤怒:“这样堵着车位,我的车都不好出去了啊!”

其实,这种小事多数人会无视,可大岛那时就觉得:这个邻居肯定是在找我的麻烦,必须得告诉他要好好停车;要是我真的很

和邻居这么说了,他会不会变本加厉地找我麻烦;要是我不说,那他没准儿还会做些让我更不痛快的事呢。

后来,他渐渐意识到,自己在这件事上浪费了更多时间,还差点影响了工作。

后来,他给自己定下准则:发生在自己能力所及之外的事,都与自己无关。忽视那些乱七八糟的事,生活才能更加轻松愉悦。

心感悟

帮人难

作家巴金和冰心有着70年的深厚友谊。

有段时间,冰心身体不好,巴金常常走很远的路去看望她。得知冰心经济拮据,连年夜饭都成问题,他又四处奔走,推动冰心著作的出版,以帮她缓解经济上的问题。

连冰心的丈夫都由衷感慨:“巴金是一位真诚的朋友。”

后来,二人虽分隔两地,但一遇到事情,便会互相伸出手来,这样的友谊一度被传为佳话。

生活中,每个人都有遇难的时刻。

与其置之不理,不如给到他人力所能及的帮助;与其冷漠对待,不如给到他人一丝安慰和鼓励;与其隔岸观火,不如抱起一桶水帮他人灭灭火。

人与人的相处,都是以心换心,在这个世上,没有人是一座孤岛。

我们总会遇到艰难的时刻,也总有需要他人帮助的时刻,甚至总有那么一些坎过不去的时刻。

人生最美好的补偿,大概就是你曾经播种下的善意,最终都回馈到自己身上。

记人好

在我们的生命中,总会遇见一些贵人。

有时我们可能会把他们的帮助,理解为举手之劳;有时我们可能会把他人的提携,理解为理所应当;有时我们可能会把他人的垂青,理解为本该如此。

但凡别人给了你帮助,无论大小或多少,都应牢记于心。

一位作家和朋友一起经过沙漠,途中发生了矛盾。

情急之下,作家踢了朋友一脚,朋友没还手,而是伤心地把这件事写在了沙地上。

当他们走到沼泽地的时候,朋友不小心踩了进去。

作家使尽了全身的力气将他救出来,朋友很感激,将这件事刻在了石头上。

作家问他:“为何‘踢你’写在沙子上,‘救你’写在石头上?”

朋友说:“不好的事情我发泄出来了,就让风吹散它;你有恩于我,刻在石头上,风吹雨打也掉不了,我会铭记于心。”

记住别人的好,忘记别人的错,以责人之心责己,恕己之心恕人。如此,发自内心的幸福感会越来越多。

也许,别人对你的好像一颗糖,可能吃过一次就化在了嘴里。但你应该始终记住,那一刻心中的甜。

毕竟有时,我们恰恰是凭着这一口甜,熬过了人生当中最艰难、最灰暗,也是最痛苦的时刻。

当你学会了感恩,才会得到他人更多的支持、善待和爱。

诚信典故

曾子杀猪

曾子的妻子到集市去,她的儿子一边跟着她一边哭泣。

曾子的妻子说:“你回去,等我回家后为你杀一头猪。”妻子从集市上回来后,曾子就要杀猪。妻子制止他说:“我只不过是与小孩子开玩笑罢了。”

曾子说:“不能和小孩子开玩笑。孩子不懂事,依赖父母并听从父母的教诲。现在你欺骗他,就是在教他学会欺骗。母亲欺骗儿子,儿子就不会相信自己的母亲,这不是教育孩子该用的办法。”于是,曾子马上去杀猪煮肉。