

心感悟

生活中,不要这样

不要过度担忧

想要知道一件事情是否值得担忧,就问自己一个问题:“1年后这个问题还重要吗?3年后呢?5年后呢?”如果答案是否定的,那就不用担心。

忧虑不会消除明天的负担,却会消除今天的喜悦。与其瞻前顾后,不如把握当下。

不要忘记感恩生活

与其每天思考自己失去了什么,不如试着去思考你现在拥有什么。

常怀感恩之心,用心感受当下的美好,才能成为一个幸福的人。

不要逃避问题

直面问题,这并不容易。大部分时间,我们都无法立即轻松地解决问题。实际生活中,我们会沮丧,会失落,会一次又一次地跌倒。

然而,也是在这个过程中,我们渐渐学会面对问题,解决问题,适应这个变化的世界,而这最终将会让我们成为自己想成为的人。

不要和家人随便发脾气

生活中,有的人经常犯一个错误,就是对陌生人和颜悦色、客气有加,对家人却总是出言不逊、乱发脾气。

对家人多点耐心,少些苛责。那些最爱我们的人,不是最应该看到我们最好的模样吗。

不必渴望成为别人

生活最大的挑战之一,就是成为你自己。

有人比你更漂亮,有人比你更聪明,有人比你更年轻,但他们永远不会成为你。不要去改变自己的特质和天赋,接纳自己的不完美,在自己擅长的领域持续深耕,你就会成为独一无二的自己。

妙语

这些“好运气”
你值得拥有

- 着急上下楼,电梯刚好到
- 穿着白衬衫吃火锅却没有溅上油渍
- 网购的衣服尺寸刚刚好
- 无意中找到了自己遗失很久的东西
- 给客服打电话,立即被接通
- 在超市收银处选了结算最快的队
- 饮料泡沫到了杯子边缘但没溢出来
- 抢到一票难求的票
- 喜欢的便利店没有打烊
- 爱吃的食物在打折
- 赶在下雨前把东西收进屋
- 恰好在商场正门口发现了一个停车位
- 正确写出了总是写错的字
- 电脑没电前备份了重要文件

智慧树

请相信
会有愿意等你系鞋带的人



有人说:“和大家一起赶路,我的鞋带散了也不敢停下来,就这么拖拉着走。我怕摔倒,但更怕大家不等我……”人有的时候就是这么地小心翼翼,这是为什么?

似乎在成长的某个阶段,我们习惯在各种迎合中周旋,努力回应每个声音,满足所有期待,试图让身边每个人都感到满意。内心总觉得自己应该是某个样子。

这个“应该”可能是要完美、要追赶、要无畏、要不掉队……我们按着理想的样板,指挥着自己,塑造着自己,做个“合群的人”“讨喜的人”,借此躲开那些针对自己的玩笑与调侃。有时候,为了让自己看上去在各个方面都不输同龄人水准,甚至选择把脆弱厚厚地包裹起来,表现出很强大的样子。

其实,因敏感自卑而带来的“小心翼翼”,可能伴随人生的各个阶段。工作里为了有个好人缘,努力做出性格开朗的样子,希望得到同事喜欢;生活里为了不给别人添麻烦,一个人疲惫地扛下了所有;在别人说抱歉的时候,总是自己的问题;在感到委屈的时候,又觉得自己受的伤没什么……

渐渐地,我们可能在不经意间,离真实的自我越来越远。我们忘记了很重要的一点,你和所有人一样,是独一无二的存在,是值得被珍视的存在。你可以不开心,可以慢下来,可以生气,可以不必事事完美。成为自己,是不必羞愧的。

诗人说,“一个人应该活的是自己并且干净”。每个人都是独特的,有自己的价

值观、兴趣和才能。接纳真实的自我需要勇气和自信,我们需要承认自己的弱点和不完美之处,尽心改进,但不必为此感到羞耻或否定。

我们也需要明确人与人前行的方式是不一样的,可以热闹,也可以孤独;可以喧哗,也可以寂静;可以迅疾,也可以缓慢;可以是光彩夺目的,也可以是平凡普通的。最关键的是,不能因为“迎合”与“讨好”而丢失自我,乱了成长的节奏。

经历得越多,你越会觉得世界终究是自己的。“是否喜欢我”是别人的事,而“喜欢自己”才是我们的人生课题。你也会明白,只要你坚定地做自己,诚实地对待自己的感受,总会遇到和你同频的人。愿意陪你的人,不觉得你是麻烦的。

这些人才是真正意义上的朋友,是真正爱你和值得你爱的人。他们并不会因为你说了“不”就离开,比起从众地附和,他们更希望你真实快乐。他们也不会因为你“速度慢”就舍弃你,比起盼你高飞,他们更希望你从容自在。

所以,请勇敢洒脱地做自己。别再讨好那些不属于你的观众,在生命这个舞台上,你是百里挑一的。也只有你,才能定义你自己。

所以,你可以停下来系好鞋带,你更应该好好疼爱自己。

加点料

人生三大幸事:
遇良师、得良友、握良机

遇良师

所谓师者,传道受业解惑也。遇见一位良师,是我们一生的幸运。

一个好的老师,不仅传授知识、答疑解惑,还会在你得意时给予劝诫,失意时送上鼓励。这让你清楚地明白自己想成为什么样的人,想要过怎样的人生,进而有了努力的方向。

生活中得一良师,就像在黑夜中行走时,突然遇见一道光照亮了前行的路。

人生之路,道阻且长。一个人或许可以走得很快,但遇良师相伴,却能让我们走得更远。

得良友

人们常说“多个朋友多条路”。行走于人世間,能够结交到三五知心好友,乃人生幸事。

有趣的朋友,相处舒服,让人身心愉悦;有才的朋友,能与你分享见闻,让你心情愉快、内心充盈。而有情的朋友,不仅会在我们成功时真心的祝福,更会在我们失意时为我们撑伞挡雨,让我们收

获走出低谷的勇气与力量。

有个知心朋友,是一生的福气。与良友相伴,道路会越来越开阔;与良友同行,前进的方向会越来越清晰。

期待我们都能在人生之旅中,收获真正的友情,拥有相守一生的好朋友。

握良机

很多时候,人生变好在于你是否具备打开新思路、把握新时机的勇气。

有句话说得好:“人生成功的秘诀是当好机会来临时,立刻抓住它。”机会是留给有准备的人的。你如果无心,机遇永远都在未来;你如果有心,机遇就无处不在。它藏在每个人的努力中,随时跳出来,拥抱展翅欲飞的人。

那些从天而降的运气,无一不是因为青睞的人早已做好了充分的准备。

人生旅途中,遇见的每一位良师、每一个益友、每一次良机,都是一种幸运。唯有珍惜这些来之不易的遇见,不负时间,不负自己,才让有限的生命迸发无限的光彩。

杂货铺

童年印象

童年,是晨曦中晶莹的露珠,闪烁着纯真与希望的光芒。

在童年的记忆里,夏日午后的蝉鸣是最悠扬的乐章,伴随着无忧无虑的欢笑。

童年的天空总是那么蓝,云朵像棉花糖般轻盈,让人忍不住想伸手去摘。

捉迷藏、跳皮筋,那些简单的游戏,编织了我们童年最绚烂的梦境。

夏日傍晚,与伙伴们在河边嬉戏,夕阳把我们的影子拉得长长的,快乐也似乎被无限延长。

童年的冬天,雪地成了我们的乐园,堆砌的雪人见证了我们纯真的友谊。

每当回忆起童年,心中便涌起一股暖流,那是对简单美好生活的无限向往。

童年的梦,像夜空中最亮的星,指引着我们在成长的路上勇敢前行。

童年的老槐树下,我们许下了最真挚的愿望,期待未来能像想象中那样美好。

每当翻开泛黄的相册,那些关于童年的记忆便如潮水般涌来,温暖而又清晰。

童年的纸飞机,承载着我们对远方的憧憬,虽然简单,却飞得很高很远。

开卷

“有时候,我想去茫茫大海中的一个孤岛。在那里,我可以住在无人知晓的山谷中,四周不知名的树木环绕,寂静无声。”

——《月亮与六便士》

远离喧嚣、向往宁静,或许是每个人内心深处对自由的渴望。

现实中的我们往往被各种琐事所困扰,心灵得不到真正的放松,也无法做到像《月亮与六便士》里的主人公一样心无旁骛地追寻自己想要的。

这时的我们可能就会幻想一下:远离烦扰,全身心沉浸在接近自然的生活中。

在那里,我们可以暂时忘却外界的纷扰与束缚,与自己对话,倾听内心的声音。

它更像是一种心灵的寄托与慰藉,让我们在疲惫与迷茫时找到一丝温暖和力量。

当我们再次回到现实世界中时,我们会以更加坚定的步伐、更加清晰的目标,去追寻自己的梦想与幸福。

