

## 进与退

□ 张宏宇

生活

进,是勇往直前,追求梦想与卓越的勇气;退,则是审时度势,以退为进的智慧。有时候,我们需要勇往直前,不畏艰难;有时候,我们则需要适时退让,以退为进。关键在于我们要准确地把握时机和分寸,退则为了更好地进,进也会随时做退的准备。

“进”,是前行的号角,是挑战自我、超越极限的壮举。在追求梦想的路上,我们往往需要一股“进”的力量,推动自己跨越重重障碍,攀登一座又一座高峰。无论是初入职场的新人,还是深耕行业多年的老将,面对未知与挑战,保持一颗进取的心,勇于尝试新事物,敢于走

出舒适区,都是通往成功的必经之路。

人生并非总是一帆风顺,适时的“退”,更是一种难能可贵的智慧。退,不是逃避,不是放弃,而是在度德量力后做出的明智选择。它教会我们在强敌面前学会迂回,在困境之中寻找转机。古人云:“退一步海阔天空。”在合适的时机选择退让,不仅能够缓解当前的紧张局势,还能为我们赢得更多的思考时间和调整空间。退,让我们在反思中成熟,在放下中收获,让心灵得以休憩,为下一次的前进积蓄力量。

生活中,我们要懂得在进退之间寻找平衡,根据时势变化灵活调整策略。

在人生的不同阶段,面对不同的挑战与机遇,我们既要有“会当凌绝顶,一览众山小”的豪情壮志,也要有“退一步,海阔天空”的豁达胸襟。进退之间,不仅考验着我们的勇气与智慧,更彰显了我们的人生境界与格局。

知进退得宜,方为赢之道。在人生的道路上,只有把握住进与退,才能在风雨兼程的旅途中,保持内心的平静与坚定。只有深谙进退之道,才能在复杂多变的环境中游刃有余。有进一步的勇气,亦有退一步的从容,才能走得更远、更稳。

——摘自《今晚报》

点滴

## 蛇教给我们的道理

□ 澳赞·瓦罗尔

自古以来,蛇就是转变的象征。在蛇的一生中,它的躯体会逐渐长大,终至某一时刻,它必须蜕去旧皮,换上新的。

这个过程非常难受,很不舒服。蛇会不停地蜷曲、扭动,直到彻底与旧躯壳分离,再从中爬出来。如果一条蛇能成功地完成整个过程,旧皮就会被舍弃,取而代之的是鲜艳的崭新外皮。如果没有能蜕皮成功,蛇就会失明甚至死去。

在前半生,我就曾经蜕掉过好几层皮肤。在每次转型之前,我都会有非常难受的感觉——某些事不对劲了。我会做出一些大大小小的调整。但某一时刻,我的旧皮肤再也无法容纳内在的成长,曾经合理的选择不再合理了。

放弃旧的,我会暂时失去平衡;可如果不放弃,我会失去自我。

我们往往会把自己与那层表皮混为一谈,可表皮不是我们。我们已经长大,旧皮已经无法容纳,然而,我们往往会发现自己难以离开它。

问问自己:如果放开手,我将得到什么?把“不是自己”的那些部分舍弃,你就能彻底看见“自己是谁”了。

——摘自《意林》

## 事缓则圆

□ 东山银杏

在当今快节奏的现代社会,人们为求效率,常常匆匆忙忙、急于求成。然而,当人们急于完成一项任务时,可能因疏忽而犯错;当人们急于做出决定时,可能因考虑欠周而追悔莫及。“事缓则圆”提醒人们在处理事情时,切勿急于求成,要有耐心,仔细剖析问题根源,探寻最佳解决方案,而非盲目行动,往往能更有效地解决问题。

由“事缓则圆”,笔者想到了“人缓则安”,即人的心态应平和、沉稳。生活中,面对挑战与压力,若总是处于紧张焦虑的状态,不但会影响身心健康,还会影响判断力与决策能力。而当我们保持平和心态,便能更好地应对生活中的种种变化。

当然,事缓并非拖延,人缓亦非消极怠工。事缓是一种智慧,是在充分考量各种因素后做出明智抉择;人缓是一种境界,是历经风雨后仍能保持那份从容与淡定。如此在快与慢之间寻得平衡,既能积极进取,又能审时度势,把握最佳时机,处世为人自可不留遗憾。

——摘自《今晚报》

## 凡墙皆是门

□ 王路

人生

非洲刚果河的下游,320公里的印加河段,因水流湍急如鞭,鱼儿虾蟹从这儿经过,都难逃“鞭答”而亡的厄运。因而,这里被称为鱼类的死亡之地。但是,生物学家对印加湍流附近水域中的鱼类开展研究,其结果让人大为惊叹,鱼类不仅没有在这一带灭绝,相反,这里的湍急水流,却孕育了鱼类四个新品种。

印加河段,逆流而上的鱼,演绎了一部由生到死,再到重生的生命壮歌。它们没有被死亡所阻挡,而是选择适应环境,改变自己的基因而得到重生。

佛语谓:“凡墙皆是门。”此话之意,仿佛墙与门之间的隔阻完全是打通的。

人们肯定不会忘记破釜沉舟的故事。秦朝末年,各地人民纷纷举行起义,反抗秦朝的暴虐统治。当时秦国的30万人马包围了赵国巨鹿,赵王连夜向楚怀王求救。当时的秦军非常强大,战还是退,是摆在项羽面前的一道难题。战胜秦军,项羽的楚军将士气大振;退,将可能前功尽弃。项羽一改用兵策略,引兵渡过漳水,命令全军:“皆沉船,破釜甑,烧庐舍,持三日粮,以示士卒必死,无一还

心。”巨鹿一战,大破秦军,项兵威震诸侯。

面对秦军这道阻碍前行的“高墙”,项羽似乎无路可走。他们之所以最后能战胜秦军,就在于他下定了破釜沉舟、置之死地而后生的决心。打败秦军后,无路处成了一条通衢大道。

人生道路上,会遇到许多的“墙”。但是,只要记住“凡墙皆是门”,转变心智,改进方法,革新技术,无路也会变通途。关键还在于你的一颗心。用心,则墙变成门;无心,门亦会成为墙。

——摘自《扬子晚报》

## 家风的本质

□ 张建云

家风

家风,就是旧瓶装新酒。啥意思?

孩子出生,顺理成章地装进上一代人的酒瓶,于是这孩子又是一瓶酒。但有的家庭不是卖酒的,而是卖醋的、卖酱油的。那么,这孩子命中注定用老醋瓶装新醋,老酱油瓶装新酱油。等孩子长大了,该娶媳妇了,那媳妇可能不是酒,是水,嫁过来也就等于装进酒瓶,或醋瓶、酱油瓶。时间一久,也把日子过成酒味、醋味、酱油味。等夫妻生了孩子,就循环往复地用旧瓶子酿新酒、醋、酱油……

家风,实际上是一种味道。苦辣酸

甜咸,上一辈什么味道,下一辈子接着过成什么味道,或者重一些,或者轻一点,也有的略有创意加了一点麻辣鲜香,但万变不离其宗。

仔细留心会发现,我们的口头禅与父母如出一辙。而且说话的方式、语气、眼神,甚至张嘴、皱眉、微笑,都与父母别无二致。父母从来没有给我们开过培训班,或者郑重其事地说你要学我什么,做儿女的恰恰也没有任何意识想学父母的表达方式,但就是无丝毫误差的一样了。即便不喜欢父母的样子,也会长成

他们的样子、他们的神态、他们的味道。

民间有个形容父子或母女极其相像的口头语:一影都不带差的。怎么讲?父母是身形,孩子是影子,如影随形!

这是一个令我们担忧同时又高兴的课题,正所谓:一则以喜,一则以惧。害怕的是,父母把坏习惯、坏想法、坏脾气都原封不动地给了我们。高兴的是,假若父母有好习惯、好想法、好脾气,孩子自然就会变好。因为他不用学,耳濡目染来自于父母的言传身教。

——摘自《今晚报》

## 坐驰与坐忘

□ 郭华悦

文苑

坐驰,出自《庄子》,“夫且不止,是之谓坐驰”。

坐,是静态;驰,是动态。将两者合二为一,看似矛盾,实则不然。形坐,神驰,便是坐驰。就是说,一个人坐着,看似静止,但脑中波涛汹涌,思绪遨游驰骋。人在此处,心在别处。

一个以坐驰为人生常态的人,往往日子过得如走马观花,待人与做事多半也就马马虎虎。手上做一件事,心里想的却是另一件事;对着眼前的人,脑中念的则是另一个人。结果,这日子过得似是而非。

与坐驰相对的,是坐忘。顾名思义,

坐是形,忘是神。一个人坐着,眼里心里都是面前的事。其他的,包括自己,全都忘了。忘我地投入眼前之事,这是形容一个人凝神专一的状态。在这种状态中,人不易受外界干扰,专注于做好眼前的事,自然更容易做出成绩。

能令你坐忘的,自然是非常的事和人。一件事,一旦投入便能忘却其他,可见这件事便是你的真兴趣;一个人,令你心心念念,眼中再无他人,这人于你而言,自然分量十足。

人生之中,若只有坐驰,凡事如蜻蜓点水,自然事事难成。但若只有坐忘,于自己的小天地中,一味忘我投入,而忽略

了外界,与世隔绝,又可能落入坐井观天的窠臼。

人处于坐的静态时,需忘我,专心投入眼前的人与事。但在坐之外,还得有行与驰。

坐忘,是读万卷书。而坐之余,要适时站起来,走出去,看看外面的世界。于行的状态中,任由思想遨游,精神驰骋,这是行万里路。坐忘,能让人处于凝神专注的状态;行驰,则开阔了眼界,令自己的小天地中时时有新鲜的空气涌入。

坐忘,行驰,这样的人生,会结出甘甜的果实。

——摘自《广州日报》