

## 怎样才能获得自由

□ 冯仑

人 生

一个人怎样才能获得自由呢?其实就三件事。

第一,不算小钱。人这一辈子,日常生活,其实并不需要很多的钱。正常的工作收入,就可以把生活安排得比较自在了。不用计较一些小钱,这是一件事。

第二,不算时间。有时候,我们的困扰是在一个时间或者说一个时空内,必须做选择,要么只能做这件事,要么只能做那件事。也就是有时候感觉到自己是时间的奴隶。如果说,突然,你可以做到不算时间,这段时间里你想做什么就做什么,也不用焦虑,有大把时间让你选

择,那你就会很自在,很自由。

第三,没有角色。你不用扮演一个特定角色时,你是自由的。一旦你扮演了某个角色,比如,有人扮演了牛气的人,天天扮演牛气,那就不能不牛气,结果是一定会和不牛气的人吵架。所以,要减少角色,最好是没有角色。没角色感的人是智慧的。比如,佛就是无,没有角色感。出家人其实是逃离了世俗社会,进入一个无是非、无角色的状态,所以通常会很快乐。

所以,一个人只要做到不算小钱、不算时间、没有角色,你就会保持一颗平常心。平常心就是可高、可低,可苦、可乐,

可易、可难,你在什么情况下,都能够坦然接受而不生怨恨,不投以异样的目光。世界上所有的事,都以平常心接受的时候,我们的心就大,大到没有是非。

有了平常心,你就会有正常态,有了正常态,你也会正常说话,不矫情。你就可以和所有人很好地相处,也可以接收所有真实的信息,按照正常人的行为方式去做事,从而使你周围的环境、生态变得更好,你就可以赢得更多人的支持,你的事情也能更容易地做得更好。所以我说,平常心、正常态非常重要。

——摘自《意林》

## 家风与人心

□ 张建云

家 风

人心很复杂,复杂就在于各怀心事。各怀什么心事?满足自己私欲的心事。想满足自己的私欲,往往就得侵占别人的利益,于是就想方设法算计人。

私心减少了,道心就会出现。道心这个词来自于《尚书·大禹谟》:道心惟微。微,就是微妙、精美之意。道心,就是纯正、无瑕、至善、至美的心。人的一生就是在修炼如何让人心升华成道心。更准确地说,是如何让充满欲望的人心回归道心。因为,婴儿一出生的时候是无欲无求的,拥有纯正、无瑕、至善、至美的心。

为什么很多一年级的孩子考试能得100分?因为他们的心没有沾染私欲,心里只有学习。但随着年龄的增长,各种诱惑纷至沓来,学习越来越不专注,成绩则一落千丈。为啥?道心堕落到充满欲望之心。

咋办呢?惟精惟一,允执厥中。这是公平诚信地去执行每一件事的中庸之道。这也是一套让孩子学习进步、家庭幸福的最佳方案。

如何理解?用一颗专注的心去奉行中庸之道。啥叫中庸之道?生活中存在

父母、子女、夫妻、兄弟姐妹、亲戚朋友、领导同事以及朋友等关系,让这几种关系都合适舒服,便是中庸之道。

人的能力,说到底就是为关系服务的能力。你所服务的关系越广,就会越成功,越幸福。

一个不以享乐为目的,具备远大理想的孩子,一个纯正无瑕、至善、至美的孩子,一个服务所有人也被所有人服务的孩子,就是好孩子,这样的好孩子来自好人心和好家风。

——摘自《今晚报》

## 秃鼠的命运

□ 程刚

文 苑

秃鼠生活在澳大利亚,喜欢在阴暗的树林中生活,因为尾巴没有毛而得名。秃鼠并不像其他鼠类那样灵活,看上去行动有些迟缓,它们最大的特点是懒,平时大都待在洞穴里,有许多就死在自己的洞穴里。

秃鼠的死因很容易猜测,因为它们懒惰,一般人就认为它们肯定是饿死的。按照这个逻辑来推理,秃鼠饿死的时候应该是皮包骨头,可让人想不到的是,秃鼠死在洞穴里时,身体很胖,油光发亮。

看来,它们不像是饿死的,那是怎么死的呢?经过长时间跟踪观察,这个谜底终于揭开了:秃鼠是撑死的。

平时,秃鼠非常懒,饿的时候才去找食。它们生活的这一带,有一种黄纹鼠,这种鼠找来谷物后通常贮存在洞穴里。秃鼠发现它的洞穴后,就会立即占为己有,而黄纹鼠胆子很小,洞穴被占后也无可奈何,只能另觅他处。

秃鼠占据这里后,便有了充足的食物来源。于是,它们就会完全待在洞里,吃喝拉撒都不离开。它们因为吸收

功能特别好,吃的东西都被很快贮存在身体里,几天后就胖了起来,而且越来越胖。可它们当初进洞时能进来,等这里的東西吃完后,因为身体迅速肥胖变大,出洞时就麻烦了,洞口已出不去了。最终,它们只能拼命往外挤,可还是挤不出,最终死在洞里。

秃鼠因为懒惰,所以选择安逸,最终丢了命,这个现象值得人类反思。人生在世,安逸的门进去容易出来很难,很有可能把命丢在里面。

——摘自《肥东晚报》

## 听人把话说完

□ 王继怀

生 活

听人把话说完,这看似是一件简单的事情,但在生活中,有些人没有做到,或者说做得还不够好。

当年我初入职场,有位老师教我如何提升领导能力,他说要懂得团结协作,发挥团队力量,调动大家的积极性,集聚大家的智慧。那么,如何调动大家的积极性呢?一个很重要的做法就是尊重人,要用心听,态度要诚恳,听人把话说完。

“听人把话说完。”这句话给我留下了很深的印象,此后在工作和生活中,我对这个交往小细节很注重,并受益良多。曾有人说:想让一个人讨厌你,你就在他需要你听的时候,不顾其感受打断他的话。别人的话还没说完,观点还没

有完整地表达出来,你就打断别人的话,急于做判断,下结论,不但引人反感,还很难准确理解对方的意思,不利于开展工作,甚至可能把事情搞砸。

也许有人会说:听人把话说完,知易行难。那么在生活实践中如何做到知行合一呢?这些做法不妨一试。

首先要有这个意识,要懂得听人把话说完的重要性,懂得其对于做好工作、建立良好人际关系的意义。

其次言宜慢。很多时候,我们没有听人把话说完,或许就是因为心太急、嘴太快。如何改变这一习惯?一个有效的办法就是言宜慢,话说出来之前、下结论之前,先让话语在嘴里多待一会儿,不要

急躁,听人把话说完,思考好了,再表达己见。

再次要懂得说话的技巧,围绕主题讲重点。我们没能听人把话说完就打断,可能是说话人没抓住表达的重点,让我们不得要领、不知所云,忍不住打断其说话,以免浪费时间。因此,在谈话时可以先明确主题,突出重点。我们可以引导说话者围绕主题和重点来表达,而说话者在表达时也要注意技巧,不要空泛和随意,要围绕主题讲重点,做到言简意赅。

听人把话说完,不仅是对人的一种尊重,也是一种工作技巧,更是一种生活智慧。

——摘自《广州日报》

点 滴

### 此刻

□ 鲁先圣

我的人生中只有“此刻”,没有“下一刻”或“明天”“某一天”。

我身边的亲人和朋友都知道,我有一个铁一样的习惯,就是绝不把要做的事情“等一等”或“明天”“某一天”再做,而是立即动手,把手边的事情做好,此刻的事情绝不推到下一刻,今天的事情绝不推到明天。

因为我知道,所谓的等一等、明天、某一天,不过就是“不做”或“懒惰”“放弃”的代名词罢了。几十年过去了,我所有人生的“此刻”,累积成了一座座粮仓,每一座粮仓里,都堆满了我的果实。

一个人的声望,是众人心悦诚服的崇敬、发自内心的钦佩、情不自禁的敬仰,而这一切来自于自己博大的胸襟、仁厚的善良、谦卑的慈悲和虚怀若谷的雅量。可是,一个智者,除了过人的聪慧之外,更大的特点,是对所处的世界充满敬畏,时刻看到自己的局限和缺失。

世界文坛的硬汉海明威,有一句著名的话:“一个人必须是这世界上最坚固的岛屿,然后才能成为大陆的一部分。”

对此刻的认真与把握,是成就未来的基石。

——摘自《风流一代》

### 客气

□ 亦舒

据说,高明的老板不但没有架子,还时时给员工一个印象,就是老板靠他。

一流老板,平时看不出架势。何必装腔作势呢?大权在握,升或降,去或留,自有主张,平日采取不扰民政策,好叫员工安心工作。

真正用惯佣人的人家,对佣人是极为客气的,东家出钱,工人出力,公平交易。主仆这种字眼早已落伍,故有这样的故事传出来——摩纳哥王妃嘉丽斯·姬莉健在时,一日宴客,女儿嘉露莲公主脱口而出:“工人在哪里?”王妃大惊失色,连忙答:“亲爱的,我在这里。”

工人长、工人短,实在既无礼又小家子气。即使普通人家,亦无须以此炫耀,家政、助理以及司机、园丁,中上人家都负担得起。

某大屋主人专聘一人,职责是换电灯泡,是因为有这种需要。几百盏灯,轮流坏,已经叫该职员忙得不可开交,相信主人亦不会因此事到处夸夸其谈。

真正的大老板,一定会礼待员工。

——摘自《读者》