

给生活留个温柔的台阶

□ 若荷

人 生

童年时,总觉得时光是一位踱步的老人,捉一只蚂蚱,追一阵蜻蜓,一个下午就从草叶间溜走了。那时候,日子像一条看不到尽头的路,我们慢悠悠地走,一点儿不识愁滋味。

不知何时起,时间换上疾行的靴子,一年短得只剩两声响——春芽破土,秋叶落地,日历便慌慌张张翻到了尽头。我们总是赶路,生怕被什么落下,却忘了问自己:我们的影子是否还跟在身后?

人生处处是岔路。年轻时站在路口,总觉得选错一步便是万丈深渊。后来才懂得,人生没有白走的路,只有不肯转弯的人。吃过的亏,都成了垫脚的砖;

撞过的墙,都亮了转弯的灯。终点在哪里并不紧要,重要的是这一路,你是否还在为自己歌唱。

我们常被困在琐碎里,如同暴雨中撑伞,却偏要擦干每一滴雨。直到某天,看见医院里那些为生命拼搏的人,忽然明白:能健康地活着,已经是命运的VIP席位,何必为椅套上的皱褶耿耿于怀?

曾经以为,幸福是遥远的中奖号码,要攒够努力才能兑换。后来才发现,幸福更像一只灵动的雀鸟,你追它躲,你静下来,它却停在你的身边,或者悄悄落在你的肩头。

长大了,我们用最烈的方式应对失

落,沮丧和愤懑像是唯一的武器。如今学会了在困境中清醒,在挫折中寻找光亮,在迷途中调整脚步。这不是妥协,而是终于懂得给生活留一个温柔的台阶。

成熟,不是世故,是看清生活真相后,依然怀揣温热。当我们学会与不完美和解,与遗憾共生,才真正懂得:生命最珍贵的不是一帆风顺,而是风雨中的从容,以及从未黯淡的发现美的眼睛。

如今,时光依旧匆匆,我们已不再年轻,却也不再与时间赛跑。偶尔停下脚步,对着阳光下的影子微笑,然后继续前行,带着岁月打磨的智慧,和永不褪色的温柔。

——摘自《今晚报》

博士分羊

□ 何慧慧

文 苑

东汉时,京城太学府聚集了一批博学之士,个个精通儒家道义,被封为博士。有一年年底,皇帝下诏赐给每位博士一只活羊。可当一大群羊被赶进府时,众博士犯起了难,这些大小、肥瘦不一的羊,该怎么分配才公平呢?

没人能做得了主,只好开会商议怎么分。有人提议把羊宰杀后分肉,肥瘦搭配,每人一份就公平了;有人觉得这样做太麻烦,不如众人抓阄,分到什么羊全凭运气;可有人又觉得抓阄显得不够

大度,有辱身份……大家七嘴八舌地讨论了半天,也没商量出个办法。这时,一向沉默寡言的博士甄宇站出来:“还是每人各牵一只吧,我先来。”说完,他就向羊群走去。

众人看着甄宇,心里嘀咕:这家伙定会挑只最大最肥的羊,这样下去,最后牵羊的人就吃亏了。可出乎意料的是,甄宇在羊群中瞅了半天,最后牵着一只又瘦又小的羊走了。见此情形,一些不计较的人也像甄宇一样,牵只小羊就走

了。剩下的人再也不好意思计较,谦让一番后,也都随便牵一只羊回家了。就这样,复杂的问题解决了。

此事很快流传开来,人们都夸甄宇是谦恭有礼的典范,还管他叫“瘦羊博士”。甄宇听说后,笑着说:“原来赢得他人的敬重如此简单。”

有时候,看似复杂的事情,只要多替对方着想,能克制住自己的欲望,就容易解决了。

——摘自《甘肃日报》

孩子是父母的投射

□ 曾奇峰

家 风

父母辅导孩子作业时,有两种投射。一种是关于智力的。父母可能对自己的智力信心不够,并将这种不自信投射给孩子,所以,认为孩子做作业时表现出的丝毫迟疑(其实有可能是在思考)都是笨的表现,面对这种情景,父母就开始变得越来越不耐烦。这种催眠般的投射,会使孩子真的变得越来越笨。另一种投射是关于学习态度的。父母本身就不是热爱学习的人,他们对自己的懒惰视而不见,并把懒惰投射给了孩子,所以他们对孩子的懒惰很有“鉴赏力”。在这

种情况下,我们可以说,如果孩子变得越来越懒惰,那是受父母懒惰的影响。

如果父母觉得不能理解孩子,就想想在相同年龄时的自己:你在想什么、要什么,以及希望父母怎么对待自己。不理解孩子,本质上是不愿意去理解,而不是不能够理解。

我清晰地记得20年前的一幕。一个事业有成的中年男人对我又愤怒又哀怨地说:“我实在不知道我16岁的儿子在想什么、要什么、干什么。”我回应说:“以你广泛的阅读、丰富的江湖经验、对人性的

深刻思考,以及你自己在那个时段走过的历程,你竟然不知道一个小你20多岁的小男孩在想什么。如果他是你的敌人,你会不知道他在想什么、要什么吗?”他很快觉得自己好像知道了。再次强调一下,不是不知道,而是不想或不敢知道。

所谓的代沟,是在为情感隔离找理由。其实根本没有代沟这回事儿,“代沟”这个词可以废除了,因为它代表的是人在理解他人方面的懒惰,而不是事实。或者说,它是由懒惰制造的事实。

——摘自《意林》

自由不是被抛弃,而是放弃

□ 陈道明

生 活

有个30岁的朋友告诉我,他活得很焦虑。社会走得太深,你就会焦虑。能对生活多控制一点,焦虑就会少一点。

一天到晚在饭桌上跟人吃饭说话——说的话跟自己毫无关系,说的都是张三李四、王二麻子,好消息、坏消息、真消息、假消息都得搁进去——你就是垃圾桶,你盛也得盛,不盛也得盛。搁这么多垃圾,怎么可能不焦虑?

朋友往往会问:你在家都干嘛?我说什么都没干,发呆呢。

我认为发呆是最放松的事。尝试把自己脑袋放空,哪怕只有几分钟,其实也

挺幸福的。

人生大部分是空白,人忍受不了空白就要往里边填东西,给自己加载。其实最好的事就是跟好朋友一起发呆。有一起发呆的瞬间,说明关系是放松的。我们常常在与人接触时让自己撑着,都是怕话掉地上,话接话,赶快接起来,太累。

而且焦虑感很大一部分来自不自由。我觉得很多人达到“自由”的状态是在“无能期”:退休了,社会不需要你了,年轻人不需要你了,孩子不需要你了,有人认为是自由,其实那不叫自由。自由不是被抛弃,而是放弃。

我曾经在西北一个庙门口看到一副对联:“在高处立,着平处坐,向阔处行;存上等心,结中等缘,享下等福。”我一直在体会着它。“在高处立”是说可以站得很高看问题;“着平处坐”,踏踏实实,平等对人;“向阔处行”,就是说心胸要开阔,做事要变通,别走死胡同;存上等心,就是存善良的心,要自律;结中等缘,就是不拒人千里之外,也不零距离接触,中庸;“享下等福”,就是说要能吃苦。这是一个很难达到的境界。

行而正难,思无邪难上加难。

——摘自《思维与智慧》

点 滴

哲理思辨

□ 巴特爾

不清晰的事物,通过审视可以认知;不通晓的道理,经过思考可以明辨。

既然是秉公办事,就必然会铁面无私;既然是真情交友,就决不会铁石心肠。

准备做的事,要想好怎么做;正在做的事,要想怎么做好;曾经做过的事,要不留遗憾最好。

不经过,没有经验;不经历,缺乏历练。所以,成事必须经事,经事才有故事。

冷静之时宜谋事,清醒之时宜议事,笃定之时宜干事。

把应该做的事做到精致,是精彩,是别致;把喜欢做的事做到雅致,是雅兴,是情致。

太难做的事,如果真的做成了,才有意义;必须做的事,如果真的做好了,更有价值。

有真知灼见者,干事从不碰运气;有远见卓识者,遇事总有好运气。

事有难易,而凡事从不言弃的,谓之敢作为;事无巨细,而凡事从不懈怠的,谓之有担当。

谋事而不懂双赢,事后必然追悔;干事却两败俱伤,事后追悔莫及。

重要的事情很多,尽量做好能做的;关键的事情有限,必须做好该做的。

谋事,能一箭双雕的,最多只是胜算;成事,能一石三鸟的,才是真正赢家。

“分内事”要用心,因为必须做好;“分外事”要关注,因为不该无视。

——摘自《思维与智慧》

闲者便是主人

□ 韩铁铮

收到一枚“闲者便是主人”的篆刻闲章,印文取自苏轼《临皋闲题》:“江山风月,本无常主,闲者便是主人。”我很欣赏苏轼的这句话,因为这句话富有哲理。

如今,很多人走路看手机、吃饭看手机、开会看手机、乘车看手机、聚餐看手机……本该“为我所用”的手机,似乎成了役使人们的主人,成了现代版的“既自以心为形役”。

我们做不到像陶渊明那样为了获得心灵的自由而归隐山林,“采菊东篱下,悠然见南山”,但可以学习苏轼的“闲者便是主人”,江山风月,没有固定的主人,谁肯花时间来欣赏,谁就是它们的主人。这和《庄子·外篇·山木》中说的“物物而不物于物,则胡可得而累邪”是一个道理:利用万物,而不被万物所役使。

——摘自《今晚报》