

修炼幸福的能力

□ 陈启银

读不同版本的苏东坡,总能映照不同的自己。意公子的《人生得遇苏东坡》让我恍然:幸福生活不是命运的恩赐,而是一种可以修炼的能力。它来自两种看似矛盾却互补的心境:“退而求其次”的安心,与“跳一跳够得到”的进取。二者如鸟之双翼,缺一不可。

在我的印象里,理想、抱负堪比天大。不到万不得已,谁愿意“退而求其次”?必须这样时,也绝非庸常的认命,而是一场主动的撤退和转移——明知巅峰不可及,便忍痛割爱,将双脚踩回泥泞。在退而求其次中安放内心。退,非懦弱,而是看破、放下,是重新的选择和出发。

人最难能可贵的是“退而不哀,退而不弃”。苏轼雨中踉跄,高歌“一蓑烟雨任平生”,既有对退的接纳,又有新进的坚定;陶渊明荷锄躬耕,汗滴不下,却“悠然见南山”,既有退后的安定,又有新进的

平静。《周易》云“亢龙有悔”,极致进击触壁后懂得转身,反成生生之力。老子的“知足不辱”,孔子的“用之则行,舍之则藏”,皆为此境。

退守的“其次”亦是新境,不会比未退之事易,仍需“求”,仍需“跳一跳够得到”的进取。它不是年少时的梦想,而是日常中具体而微的攀登。苏轼后来的“东坡居士”与“文学家、书画家”头衔,无一在初衷之内,在于兴趣上尽情挥洒,终获触手可及的成就;王阳明龙场暗夜,只静坐格竹,每一个晨昏追问,终至悟道;曾国藩天性钝拙,日日写日记自省,读史十页、练字半时,将笨功夫堆成基石。这种进取,从不指向星辰大海,而是伸向近旁枝丫——今日多读一页,多走一米。每一次微进,都生出真实的饱足,如掘井每深一尺,便多一分清凉。

“退而求其次”让人放下,活得轻松;“跳一跳够得到”让人乐观,活得积极。

人 生

陶渊明归田后仍耕作赋诗,“草盛豆苗稀”的笨拙,何尝不是一种跳跃?苏轼钻研烹饪,每得新菜便大喜,那饱腹之美的欢愉,恰是跳跃时溅落的露珠。

古人讲“中庸”,并非折中,而是动态平衡——进时弯腰,退时仰面,如山间行路,有上有下,有迂有回,方走得长远。

人到一定的年纪就会明白,幸福的根系从不在远方,而在我们对待“高”与“低”的平衡里,在进与退的智慧里,在得与失的心境里。被现实撞疼时,不妨学学苏东坡退一步,煮茶观月,看积水空明;困于琐碎时,不妨学学曾公,每进一步,便记一笔“微有进境”。

退而求,是给灵魂松绑;跳而够,是给生命添柴。二者在手,便是人间最踏实的幸福——不在云端飘摇,不在泥沼沉沦,只在平凡日子里,活得有分寸、有滋味、有盼头。

——摘自《广州日报》

生 活

多栽刺 少种花

□ 周稀银

“多种花、少栽刺”,这话在民间流传甚广,教人一团和气、广结善缘。但凡事过犹不及,一味求圆、处处讨好,风骨就容易软了,原则也容易丢了。我倒想换个角度聊聊:多栽刺、少种花,不是怂恿人刻薄,而是说,人得清醒立身,守住底线,该较真时较真,该自新时自新——温润之外,总得有点硬朗和担当。

先说拒绝无底线讨好这事儿。不少人把“和气”当成了无原则的妥协,把“人缘”变成了委屈自己的枷锁。别人提个不合理要求,不好意思说不;被无端消耗,也默默忍受。结果呢?“花”没种成,尊严先丢了。你看职场上那些“老好人”,包揽分外事,替人补锅,哪天推辞一次,反倒被说三道四——这不就是只种花、不栽刺的苦果?真正的从容,从来不是讨好所有人。

再说说主动扎破舒适区。人们都贪图安逸那朵“花”,怕磨砺那根“刺”。可说实话,成长哪次不是在风雨里磕出来的?科研人员甘坐冷板凳,失败一次再来一次,拿失败当“刺”,才能捅破技术壁垒。基层干部扎到一线,直面那些挠头的矛盾,拿难题当“刺”,才能练出真本事。反过来,整天沉溺在安逸里,只听好听的,一路繁花看着美,走两步就知道虚了。少种点安逸的花,多栽些磨砺的刺,在自省里往前拱,在挑战里跌跟头再爬起来,人生才稳当。

还有一个容易忽略的:不做表面文章,用“刺”守住本真。“多种花”有时候就是形式主义的温床——讲情面、和稀泥、躲矛盾,就图个场面好看、一团和气。而“栽刺”恰恰相反:不敷衍,不妥协,敢碰硬。看上去不近人情,其实最有公心。只唱赞歌、回避问题,看似善“种花”,其实是把隐患盖住了,耽误事儿。敢“栽刺”,才是守原则、求实效、护长远。

宁做带刺的真,不做无骨的圆。世上有太多的“花”,不过是虚与委蛇的应酬、圆滑世故的打哈哈;而“刺”,才是底线、风骨、真诚、担当。真正的同行者,从来不怕你有棱角,只怕你圆滑到没骨头。

处世当然要有温度,但也不能没尺度。“多种花”是善意,“多栽刺”是清醒。不必事事都讨好,也不必处处都圆融。该温柔的时候,送人一朵花;该坚定的时候,护好自己那根刺。往后行走世间,守住本心,划清边界,该扛的事扛起来。坦荡硬朗,向阳而行,哪怕自带锋芒、身带尖刺,也远胜那些八面玲珑、毫无风骨的空心人——这便是“多栽刺、少种花”的真谛,亦是为人处世最清醒的修行。

——摘自《牡丹晚报》



点 滴

无私与无畏

□ 巴特尔

什么是无私?把别人需要、自己不需要的东西给人,不是无私;把别人需要、自己也需要的东西给人,也不算真正的无私;把别人需要、自己更需要的东西给人,才是无私。

无私,才会无畏;无私和无畏,是一对孪生兄弟。

什么是无畏?左边是山,右边是海。喜欢爬山的人选择了攀登,善于游泳的人选择了下海,这只能说是各展其长,各得其所,根本算不上无畏。“不入虎穴,焉得虎子”是无畏;“明知山有虎,偏向虎山行”是无畏。无畏,是义无反顾,是破釜沉舟,像赴汤蹈火一样。

无私、无畏,才会无怨、无悔。

——摘自《思维与智慧》

相处

□ 张亚凌

一个人是否快乐,很大程度上取决于能否与人妥帖相处。

如何与他人相处?《礼记》中有句话很值得借鉴:“爱而知其恶,憎而知其善。”老祖先这话啥意思?很简单,就是说对喜欢的人,要知道他的短处;对厌恶的人,要知道他的长处。

反复品味,愈觉精妙,真是一语中的。对于喜欢的人,知其短处,就不会因喜欢而障目盲从;对于讨厌的人,知其长处,理智战胜情感,也就不会一味地排斥了。

——摘自《意林》



好话,让别人去说

□ 于文岗

人间真正的优秀,从不需要自我标榜。真正的赞誉,从不是自吹自擂。真正的谦逊,藏在“不夸己长、不扬己功”的从容里。好话,让别人去说,便是最本源的人生智慧,也是最清醒的谦逊,最动人的修养。

《道德经》云:“不自伐,故有功;不自矜,故长。”意说不自夸,反能守住功绩;不自满,方能行稳致远。所以,谦逊者从不急于彰显自身光芒,却总能在岁月沉淀的不经意间被世界悄然洞见,被时光铭记。孔子学识渊博、德行高尚,却始终秉持“三人行,必有我师焉”的谦逊,从不自诩圣贤、夸耀才学,坦言自身尚有学识短板。这种不矜不伐的态度,非但未掩其半分光芒,反而让他的思想流传千古,“至圣先师”的无上赞誉,即是世人发自内心的认可与尊崇。

好话由人说,是一种清醒的自我认知,更是一种格局与智慧。真正的名望与赞誉,从来都是众口公允,而非自我加封。《尚书》有言:“汝惟不矜,天下莫与汝争能;汝惟不伐,天下莫与汝争功。”说的是只要你不自夸才能、不自居功劳,天下便无人与你争高下、论功绩。苏轼一生才华横溢,诗词书画皆臻绝顶,却始终保持着谦逊低调的品性。他被贬黄州时,依旧潜心创作,写下《念奴娇·赤壁怀古》《赤壁

赋》等千古名篇,却从不在诗文中标榜自己的才学,更不刻意追求他人赞誉。正是这份不事张扬的谦逊,让他的作品穿越时空,被后人奉为经典。“唐宋八大家”的美誉,“词圣”的尊称,都不是他自封的,而是世人对他才华与品性的由衷肯定。

好话由人说,不是妄自菲薄、自我否定,而是懂得“功不自我居,名不自我扬”,躬身做事、默然修行。东汉崔瑗《座右铭》有言:“无说己之长。”短短五字,道尽修身真谛:做人当内敛自持,切勿张扬自身长处,夸耀自我功绩。

“自伐者无功,自矜者不长”警示我们:喜好自我吹嘘的人,难成真正功业;骄矜自大的人,无法长久立足。那些恃才自傲、满世自夸之人,纵有旷世才情,终会因浮躁狂妄落得一地鸡毛。三国时期祢衡,才华横溢却恃才傲物,动辄吹嘘自己“天文地理,无一不通;三教九流,无所不晓”,甚至辱骂权贵、傲视同辈,最终因狂妄自大,落得身首异处的可悲下场。

好话留给别人去说,不是被动等待,而是主动沉淀,潜心蓄势。涵养心性,修炼自身,踏实做事,专注做好自己。假以时日,当才华与德行足够厚重,那些真正的好话,发自内心的赞誉,便如清风拂面,如期而至。

——摘自《今晚报》