

弱者气大 强者量大

W为人处事

以豁达迎风雨 以趣味生情味



古语有云:“将军有剑,不斩苍蝇;强者有度,不争闲气。”人这一生,不如意事十有八九。有人遇事一点就着,把小事闹大,把好事搞砸;有人遇事心平气和,反而化险为夷,赢得尊重。弱者易怒如虎,强者平静如水。一个人的气量,往往决定了他的人生高度。

弱者气大 伤人伤己

苏轼云:“匹夫见辱,拔剑而起,挺身而斗,此不足为勇也。”脾气大的人,往往本事小。因为内心不够强大,所以格外敏感。

一句话不对付就暴跳如雷,一点小摩擦就剑拔弩张。以为发火能吓住别人,殊不知,掩饰的是自己的无能,虚张是自己的声势。所有的情绪失控,最终买单的都是自己。

作家石兵讲过朋友老张的故事。老张是公司的老员工,原先一直在市场服务部,薪水很优渥。他工作非常卖力,就是脾气太暴躁,经常因与客户发生矛盾,遭到很多投诉。有次他生了场大病,在医院住了一个多月。回来后,总经理想让他调养身体,把他调到了物流科。老张得知后气得暴跳如雷,觉得这是领导在给他穿小鞋。他并没有意识到,自己身体不好,跟长期出差有关,而且

换到这个岗位,待遇也没降。本来是一件好事,但他却因此跟领导大吵了一架,最后愤而辞职。离职后,因为年纪大了,他找工作连连被拒,做生意也赔了很多,日子越过越窘迫。糟糕的脾气,最终直接断送了他原本还不错的生活。

张小娴说过一句话:“诸事不顺,因为还是有脾气。有脾气,苦了别人,也苦了自己。”对爱人发火,寒的是枕边人的心;对子女发火,伤的是骨肉至亲的情;对外人发火,毁的是自己的人缘和口碑。弱者只会用脾气解决问题,结果问题没解决,反而制造了更多问题。脾气越大,福气越薄;气焰越盛,人缘越差。控制不住脾气的人,往往越走越艰难。

强者量大 不拘小节

林则徐曾题:“海纳百川,有容乃大;壁立千仞,无欲则刚。”真正的强者,不是没有脾气,而是能

容得下脾气。他们心里装得下委屈,眼里看得开得失。被冒犯了,不急着反击;被误解了,不忙着解释。因为他们知道,遇事越是急躁,越是容易把问题变得更加复杂;控制好脾气,才能冷静思考,让事态朝自己期望的方向发展。

南怀瑾先生的一生经历诸多风雨,却始终平和从容。在《心安》一书中,他讲述了抗战时期在一所学校任教的往事。当时,有学生在课堂上故意提出刁钻问题,引得同学哄堂大笑。大家都以为南怀瑾会发怒,没想到他耐心解答并温和劝诫。事后他说,当场发怒,只会让课堂秩序混乱,学生会更加叛逆。忍下怒火,才能保全学生颜面,让他冷静反思。

《格言联璧》中写道:“必有容,德乃大;必有忍,事乃济。”强者的强大,从来不是靠音量,而是靠肚量。能容小人,方成君子;能忍常人所不能忍,方能成常人所不能成。

沐熙

有爱好生活才有趣

一个人有爱好,发自内心地喜欢一件事情,在获得无穷乐趣的同时,也调养出热爱生活的真性情,再普通的日子,也能过出妙趣横生的诗意。

大多数人的生活平淡乏味,在那些柴米油盐,一地鸡毛的时光里,是兴趣爱好,给了我们平衡人生的支点。很多时候,爱好对于一个人,并不一定是什么“有用”的东西,饥不可食,寒不可衣。可正是因为有了爱好,我们才能在平淡如水的生活中,咂摸出一丝甜味。

爱好无关乎功名利禄,只关乎内心的欢喜,生活因为有了独特的爱好,而变得活色生香。培养一门爱好,做自己想做的事情,当你沉浸其中而怡然自得时,便遇见了那个生命状态更美好、更开阔的自己。

张记

真正的通透是什么都能接受

你有没有发现,身边有一种人,活得特别累。

家里地上掉了根头发丝,必须立刻捡起来;亲戚随口说了一句话,能琢磨到凌晨两点。

孩子考了98分,第一反应不是开心,而是揪着那丢掉的2分反复追问“为什么这么粗心”。

心理学家卡伦·霍妮提出过一个概念叫“应该的暴政”,解释的就是这种生活模式。

他们在内心建立起一套严苛的标准,并用这套标准要求一切:自己应该完美,人生应该圆满,每件事都应该滴水不漏,应该让所有人都满意。这种较真的可怕之处在于,你以为自己是在追求上进,实际上只是在喂养焦虑。别再把“过度较真”当成负责,把“事事操心”当成靠谱了。学会放过那些不重要的是非和细节,把能

量从“事事较真”的内耗陷阱里撤出来,养给自己。人生最残忍的真相:你以为是“责任心”,终将成为透支你的痛苦陷阱。

余华写过一句话:“没有什么比活着更快乐,也没有什么比活着更艰辛。”那些过度操心、习惯较真的人,恰恰是把这份艰辛放大了十倍、百倍、千倍。小到衣食住行的安排,大到工作家庭的决策,他们一边习惯把所有压力都扛在身上,常年咬牙硬撑,生怕哪一步出错。一边在心里反复内耗,睡不好、吃不下,把自己折腾得身心俱疲,旁人也跟着喘不过气。

天有阴晴,月有圆缺,人有悲欢离合,你非要跟这个规律对着干,非要逼自己活成一个没有瑕疵的标本,那最后疼的,只能是你自己。

江蓠

诗人余光中说:我如果去旅行,不会跟李白在一起,因为他不负责任,也不会选杜甫,因为他太苦了。我会找苏东坡,他是一个很有趣的人。

如今,越来越多的人喜欢苏轼,不仅是因为他的诗词文章,更是因为他身上所蕴含的独特的文人气质。

命运给他以悲苦,岁月给他以沧桑,他却以他的乐观豁达随遇而安,一一化解,饱经风霜的流放之路,反而成就了他的文学和性情。

人生就像一条曲线,有高峰有低谷,有春风得意,也有落魄世分。每个冲出低谷,直达高峰的人,都有他们的“低谷哲学”。

人生不是一马平川,生活不是斑斓童话,需要以豁达的心态,超脱苦难,用超拔的精神,重新审视生活。

苏轼前半生风顺水顺,知交遍地,名满天下。人到中年,猝不及防的“乌台诗案”,让他从一个峨冠博带的士大夫,变成尊严扫地的阶下囚。出狱后,苏轼被贬谪黄州。亲朋好友不再来往,地方官员时时监视。孤身远行,战战兢兢,如履薄冰。他没有在苦难里沉沦,而是顺应命运的安排,以黄州壮阔的山水,重塑自己的文化人格。在风雨交加之中,他手执藜杖,头顶风雨,洒然前行。他朗声吟唱:莫听穿林打叶声,何妨吟啸且徐行。竹杖芒鞋轻胜马,谁怕?一蓑烟雨任平生。

人生纵然有风雨,何须畏惧,以平常心观之,自然能超脱于人世间的成败得失。心态豁达,不管身处何境,都可以安顿身心。

老舍说:生活是一种律动,须有光有影,有左有右,有晴有雨,趣味就在这变而不猛的曲折里,微微暗些,再明起来,则暗得有趣,而明乃更明。

拥有趣味,我们才能对抗生活的枯燥和平淡。有趣的人,活得惬意,过得潇洒。常怀一颗欢喜心,把自己活成最好的样子。

李明飞