

人生不过葱姜蒜



葱姜蒜,厨房里最不打眼的三样东西,可没有它们,菜就会失去很多滋味。而人生这桌菜,不也需要葱姜蒜调味吗?做人“葱明”一点,便能少栽几个跟头;遇事“姜就”一下,绕过去也是一片天;实在扛不住了,那就“蒜了”吧,拿得起放得下,才是真本事。

“葱明”一点

你细看葱,长得就特别有意思。中间是空的,不藏不掖;杆儿笔直,不弯不绕;葱白如壁,辛辣醒脑。难怪老辈人说它能“通窍提神”。

“葱明”是什么?讲的不是智商,不是算计,是通透。身上清清爽爽,心里明明白白,能看清楚自己是谁、在哪、该干嘛,人生的道儿自然就走宽了。

“葱明”一点,说到底就是知道自己的锅有多大,就下多少米。脚踏实地,心里有谱,比脑子好使更重要。

“姜就”一下

姜跟葱不一样。葱是直的、空的、爽利的;姜是圆的、实的、沉得住气的。温水煮不烂,大火烧不化,它就在菜里待着,不争不

抢。这就是“姜就”。

这个世界,绝大多数人的生活,都是水里来风里去。谁都无能为力,所以千万不要用那些你无法改变的事情惩罚自己。你能做的就是:沉住气,稳住神,守好自己,过好当下。

想起《人世间》里的一句经典台词:“走一步看一步,走一步走好一步……觉得苦是吗,嚼嚼咽了。”这句话放在男主角周秉昆身上,特别有分量。他这辈子,没哥哥聪明,没姐姐出息。他就一普通工人,在酱油厂“将就”了半辈子。后来还坐了牢,一进去就是十几年,出来的时候已经五十多岁了。换别人精气神早垮了,可他呢?该干嘛干嘛,照顾老婆孩子、做饭洗衣、开搬家公司……日子就这么一天一天往前挪,挪着挪着,天就亮了。这就是周秉昆的人生哲学——不跟命运讨价还

价,只用心把拿到手里的牌,一张一张打好。

少一分执拗,多一分从容,日子反而能越来越好。

不行就“蒜”了

拍蒜大家都干过吧?刀背干脆地落下去,大蒜应声而裂。碎裂不是毁灭,是出味的开始。油锅一热,蒜香立刻炸开,醇烈而直接,毫不拖泥带水。这个世界上,有些东西,只有碎了才能出味;有些路,转身才是坦途。这就是“蒜了”。

“蒜了”的精髓:尽人事,听天命。

林语堂有一句名言:“明智的放弃胜过盲目的执着。”“蒜了”不等于认输,是你看明白了:有些路走不通,换一条走,不是丢人,是聪明。

刘少华

学会“降熵”

“熵”这个概念,来自热力学第二定律,用来衡量一个系统的混乱程度。一个系统越混乱,熵值就越高;越有序,熵值就越低。所谓的“降熵”,就是让彼此关系回归到一种低关联、低消耗的状态。它不是消极的逃避,而是主动的秩序重建。

降熵的核心,不是改变别人,而是安顿自己。我们无法控制谁会出现,也无法改变那些讨厌的人的行为方式。但我们可以控制自己关注什么、在意什么、把能量投向哪里。

古语说:“上善若水,水善利万物而不争。”处理讨厌的人也该如水一般,不正面对抗,而是悄然流向别处。当你活得越来越通透,越来越丰盈,那些曾经让你不舒服的人和事,早已够不着你的衣角。这才是最高级的降熵,也是最彻底的远离。

王薇

人稳则事成

作家冯唐说:每个人都应该有一个笃定的内核,这样在宇宙间才不容易被风吹散。一个人焦虑的本质,是缺少内核,稳不住自己的节奏。人稳则事成,情绪稳,行事稳,心态稳,凡事稳得住,一个人才能越来越强大。

人的一生,需要拥有多种素质,其中最重要的一点就是情绪稳定。情绪像水,稳定的情绪是涓涓细流,滋养万物;不稳的情绪是咆哮波涛,吞噬世界。人生路上,我们遇到的最大敌人,不是能力,不是条件,而是情绪。

北宋大词人晏殊,一生仕途很顺,官至宰相,位极人臣。但是有一次,因为从仆拿奏是用的手板来迟,他大怒之下,打落了仆人的一颗牙齿。此事被御史参奏,晏殊也因此遭到贬谪。

北宋理学家程颢在《定性书》

中写道:夫人之情,易发而难制者,唯怒为甚。怒字,上为奴,下为心,动不动就愤怒发脾气的人,就是情绪的奴隶。

发脾气是本能,控制脾气才是修养。世界从不缺聪明的人,缺的是稳定靠谱踏实的人。一个人他能成多大的事业,路走得多远,往往取决于他有多靠谱。所谓人才,就是交代他一件事,他出色地完成了,再交代给他一件事,他又出色地完成了。

对一个人最大的肯定,不是“你很厉害”,而是“这件事交给你,我放心”。当我们经历世间种种,就愈发觉得,稳定靠谱是一个人一生中最重要的品质。人这一辈子,为人一定要品行端正,努力做一个稳定靠谱的人,为自己赢来尊重与福报。

刘志雄

但尽凡心 别无胜解

作者麦家曾说:一个真正伟岸的人,是无论经历过什么,依然能够将心沉下去。

可以享受最好的,也能接受最坏的;可以抱有崇高的理想,但依然保持谦卑的姿态。

不要太高估自己,当你放下姿态,面对真实的生活,世界才会对你敞开怀抱。

尽力就好

我们只是个凡人,没有三头六臂,不会七十二般变化,不可能什么都会,样样都做得最好。不要给自己过高的目标,也不要太高估自己的能力,压力是一种动力,但是当压力超出了承受的范围,你会被压垮。

浮名虚利终成空,俯身躬行度此生。很多时候,你无法掌控结果,也无法让所有人都满意。尝试了,尽力了,就足够了。

尽心就好

你不是个救世主,不可能帮所有的人。

亲戚,朋友,闺蜜,哥们姐们,你帮得了一个人,但是帮不了所有人,帮得了一时,但是帮不了一辈子。

危难之时,紧急关头,能出多大力就出多大力,这是义不容辞的,不帮自己也不得心安。其他的,不要勉强自己。

不用内疚,你有你的生活,你还要过自己的日子,何况,你跟他们只是情谊,没有义务。

适应就好

人活一世,珍惜自己所拥有的,其他的交给命运。执于一念,受困于一念;一念放下,自在于心间。很多东西你无法改变,万物有它的轨迹,各自运行,要想改变它,首先要顺应它,敬畏它。

人类的历史就是从必然王国,向自由王国发展的历史。这个过程会很长。人定胜天,说的是人能掌握运用规律,而不是创造规律。所以,谋事在人,成事在天,尽人事,听天命,才是该有的人生态度。

岐念