

在平淡中寻找人生的快乐

文 | 谭勇

年近半百已经不在意纠结于当下,更多的是忧虑未来,当经历过一些事情后,眼前的风景已经和从前不再一样!

生活、工作中一定要有自己的原则,忍让一次是气度,多了就变成软弱。不要对谁都特别好,好像让人帮忙随叫随到一样,一次是仗义,多了就变成理所当然,别让本性的善良成了为人处事的缺陷,好好生活的前提,首先别委屈了自己。善良要有底线,大方要讲原则。不背青红皂白,只知道对人好,很多时候会辜负自己的一片好心。

人这一辈子,无论你正经历着什么,过得是否开心,世界不会因为你的疲惫,而停下它的脚步。那些你不能释怀的人与事,总有一天会在你念念不忘之时早已遗忘。无论黑夜多么漫长不堪,黎明始终会如期而至。更

多的时候,睡上一觉,让美梦治愈受伤的心后,选择重新来过。

不适合的鞋子,就不要硬塞了,磨的是自己的脚,疼的是自己。搬走的理发店,就不要老远过去排队,时间不能一直花在追随的路上。所有人和事,自己问心无愧就好,不是自己的就别去强求,其实离去的都是风景,留下的才是陪伴自己的人生。

人生路上,认准的路就要耐心走完,永远不要想着走捷径,便捷而陌生的路,可能会有太多的陷阱和深坑。永远不要对可能是坏事的事好奇,好奇心太强可能会危及人的生命。永远不要在痛苦的时候做决定,否则伤你的范围已经不再是“人”。

懂得生活,学会生活,快乐的时候,选择放首歌曲听听音乐。难过的时候,也去放首歌曲,品味歌词的含义,在平淡中寻找一生的快乐。

表扬似糖果

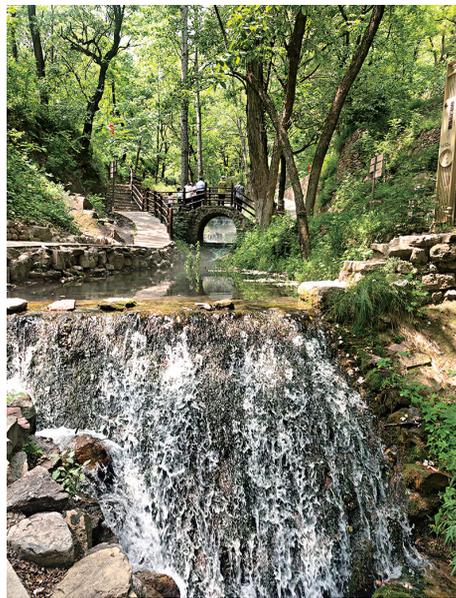
文 | 郭玮

表扬和鼓励有区别吗?表扬似糖果,吃多了坏牙齿;鼓励似米饭,多吃促成长。人类的成长在于不断地丰富自己的人生体验,进而不断地提升自身的生活技能,实现自我价值。孩子的成长更需要如此,在他们的成长中,需要建立良好心态,尽量多的人生阅历和生活体验,在这过程中,不能一味地表扬,更重要的是鼓励。

80后、90后作为年轻父母,非常重视观察孩子的一举一动,“宝贝,你真棒!”这是我们常听到的表扬,而且还是显得比较空泛的表扬,时间长了,孩子基本上对表扬没有任何反应。这就是空泛的表扬对孩子的意义。

表扬是针对个人,鼓励是针对行为。孩子成长过程中需要表扬,更需要获得“为什么表扬我”的肯定信息。以孩子考得

好成绩举例。给孩子物质奖励的时候,是凌驾于孩子之上的,也就是说孩子要满足某个条件,成人才能给孩子奖励。而鼓励的时候,成年人夸他的进步,就像在陈述一件事,双方是平等的关系,孩子更容易接受。表扬让孩子收获努力后的喜悦,而鼓励不仅让孩子收获喜悦,更让孩子继续保持前进的动力。对于表扬,孩子在这个过程中学到的是“寻求认可上瘾”,久而久之孩子为了获得表扬就会选择容易的项目去完成,抗挫能力也会变差,家长只是夸结果,并没有夸努力,孩子就会忽略了努力,只是为了追求家长的认可才去学习。这样往往让孩子为了讨好家长,或者他人去做一些事,而不是真正对这件事感兴趣。鼓励会让孩子专注于事情本身,努力的方向会更明确。



山水风光 程峰摄



别有洞天 徐光明摄

“以笑的方式哭,在死亡的伴随下活着。”因这样一句话,我认识了余华,邂逅了《活着》。余华是一位颠覆大师,被誉为中国的巴尔扎克、狄更斯。

这是一部描述二十世纪中国惨淡生活的作品,亦是一首对于一个无限匮乏的年代的赞歌。《活着》,获得1998年意大利格林扎纳·卡佛文学奖,2004年法国文学和骑士勋章,2008年法国国际信使外国小说奖等。人越惧怕死亡,人就活得越懦弱,而异样的坚韧、乐观是对死亡的最强超越。读了余华的《活着》,才觉得自己也许从未真正的活着。

不可否认,这是我读过的最沉重、压抑的一本书。《活着》这部蜚声中外的著作,沉淀在薄薄的纸页里,却有着直击人心的力量。质朴简约的文字,镌刻了生命中最刻骨铭心的悲痛与恒久。我仿佛在余华老师笔下走完福贵的一生,见证了他的满目疮痍、失无所失。

《活着》以福贵的口吻讲述了二十世纪的中国史,描述了当时中国的全貌……地主少爷福贵嗜赌成性,最终败光了家业,父亲抑郁而死。家道中落,他在为母亲求医途中被抓了壮丁,辗转数年归来时母亲已故。之后经历了三反五反、

大跃进、“文化大革命”,儿子有庆的抽血致死,女儿凤霞生小孩时大出血而死,妻子家珍积劳成疾而死,待我们所有人都认为苦尽甘来、幸福将至,苦难远去时,突如其来女婿二喜的意外离世,随后外孙苦根的活活撑死,七个亲人相继去世,最后福贵和一头老牛“福贵”相依为命。如斯的悲惨结局,几乎让读者悲痛欲绝、目瞪口呆……小说中,个人的生命就像一根根芦苇,无足轻重,死亡是最简单不过的事,在时间长河中,很快湮没。

《活着》用最质朴无华的语言向我们阐述了人生的真谛。福贵的一生饱含沧桑苦难而又异常的乐观阳光。活着是福贵生命的呐喊,亦是渴望天伦之乐的体现,更是他一生不屈不挠的真实写照。书中,生命在接踵而至的死亡中愈发变得诡异,那连绵不断、层出不穷的苦难像风一样袭向人的生命旅程之时,愈让人深刻体会到坚韧不屈这种极可贵的品质。生命如此脆弱无常,《活

着》让生命的坚强得到了最充分的体现,它向我们昭示了人类最难得的品质,即抗挫折能力,昭示了磨难面前从容平静生活的可能,让我们懂得卑微生命中蕴藏着的如金子般闪耀的光芒,让我们懂得人性的温情可以让无尽的苦难化为砥砺前行最强力量。

《活着》中福贵和老牛的对话,时时浮现于我耳际,让我心酸慨叹不已。我彻底惊愕于,为什么福贵没有在苦难再次来临前就先倒下?为什么一个人送走了自己所有的亲人还可以那样超人般坦然淡定?为什么越是苦难的人越要在磨难中活着?为什么那个黄昏中老人与老牛的背影,经常让我温馨如昨?

这本书阐述了最真实的人间:最初我们来到这个世界,是因为不得不来;最终我们离开这个世界,是因为不得不来。生命原本脆弱,而你却要坚强地活着。不经意间,码下这么多文字,算是总结《活着》,亦是向余华老师致敬!

活着,为了活着

文 | 任瑞俊

何以躺平

文 | 魏张健

最近“躺平”一词在网上很流行。很多人在网上发表着对躺平的看法,各大媒体也针对躺平现象做出了评述。所谓躺平就是本应该拼搏奋斗的年轻人面对竞争激烈的现实做出妥协,自愿过着随遇而安与世无争的生活。不可否认,每个人在这个世界上都有自己的活法,我们总要选择一种我们认为舒适的方式去生活,也不用在乎别人的眼光。

躺平的生活方式尽可能地让自己过得简单一些,先不说生活质量怎么样,最起码得衣食住行还是能解决的。对于岗位的竞争、金钱的追求没有多大的追求。躺平的生活方式似乎更适合那些单身的青年,

他们没有家庭的责任,也没有年老的父母与年幼的孩子需要赡养,他们只需过好自己的生活就好。而那些上有老下有小有房贷车贷的年轻人又岂能有躺平的资本。

年轻就是资本,大好的时光稍纵即逝。虽然说躺平的方式换来了一时的轻松,但是以后的生活又怎能保障。如果趁着年轻我们不去拼搏,那么步入老年,我们还能拼搏的动嘛。所以我们不为他人就算是

为了自己,趁着年轻还是应该逼自己一把,最大可能地激发我们的潜力。这个时代只要我们努力,时代就会回馈我们想要的。尽自己最大的努力去争取,即便失败了无所谓,如果还没有尝试就放弃了,那岂不是很懦弱。步入职场的我们就应该有梦想,去追求我们认为的美好生活,美好生活不是我们躺平就能有的,还需要我们持之以恒地去奋斗。当我们奋斗出我想要的生活时,我们才有资格去躺平。

这是属于年轻人的时代更是属于奋斗人的时代,国家的繁荣富强需要我们的努力,勇于追梦,才能让我们每天过得更精彩更有意义。



好运「莲莲」 杜明摄