

做一个敢于自我负责的人

1

生活中,有些人会习惯性地为自己的行为找借口。比如当打算拖延一件事时,他们就会找各种理由:工作太忙、时机不好等。好像这样就可以回避问题,不需要承担拖延后的责任。

殊不知,不懂得为自己的行为负责,最终敷衍的都是自己的人生。与其想方设法地推卸责任,不如尝试正视现实,找到自身的问题所在,然后有针对性地去解决它。

脆弱的人总是有很多借口,但勇者从不回避。只有当一个人敢于为自己的行为负责时,才能真正成为生活的掌控者。

2

只要有选择,就不可避免地会有遗憾。比起总是为如何做选择而犹豫纠结,更重要的是要学会为自己的选择负责。

人生无处不面临选择,有勇气去做出决定,有决心去承担后果,就是一种难能可贵的能力。

害怕做选择时,记得提醒自己,没人在一开始就能清晰地知道未来的方向。要想成长,是要在不断摸索的过程中,找到适合自己的生活方式。

3

生活中,每个人都免不了会遇到许多烦心事。有些人总会抱怨周遭某些人和事,要他人为自己的坏心情负责。其实,人难免会有负面情绪,但我们可以选择如何与它相处。

摆脱困境的第一步,就是做自己情绪的主人,对自己的情绪负责。感到伤心、委屈或愤怒时,不妨给自己勇气,去面对内心真实的感受。

如果不是你的错,那就尽量释然以对,别再拿别人的过错来惩罚自己。如果问题出在自己身上,那就给自己多点耐心,学会向身边的人正确表达自己的需求和想法。

能控制好情绪的人,才能更从容地把握好自己的人生。

来源:新华社

人到中年
不着急
不自弃
不苟同

有首诗这样写:“人生好比粥一锅,煎熬滚煮耐琢磨。”年岁渐渐长,生活慢慢熬,便是长出了智慧,熬出了人生。

而人至中年,最通透的活法,莫过于给内心做加法,对生活做减法。减去不必要的着急,减去不该存的自弃,减去不需有的苟同,方是人生大智慧。

1
不着急

“果生则不适口,人生则不成器。”世上有许许多多的事急不来,就如陈酿的美酒,只有经过时光的淬炼,才会醇香甘甜。

心态稳,遇事才不至于茫然无措,任凭风吹雨打,我自岿然不动,不骄不躁、从容应对。

汪曾祺在《慢煮生活》中,讲述了人间美景、市井凡人等日常生活之美,也让读者从文字中看到了他淡雅闲适的生活态度。

但鲜为人知的是,在汪曾祺云淡风轻背后,更多的是经年坎坷,漂泊不定。

生于战争年代的他,少时因战乱经常要躲避炮火的袭击,长大后生活所迫,住过牛棚。“牙齿被人打碎了,没关系,好在没有全部掉光,还能吃脆萝卜。”

无论生活如何对待他,他都没有丧失信心,而将挫折内化成生命的馈赠,更加积极地看待人生。

人到中年,历经求学攀爬,体会人情冷暖,背负家庭责任,也渴望意气风发。因而,更要明白,饭要一口口吃,路需一步步走,好事总是多磨。

不着急,慢慢来,找到自己的节奏,举止会优雅,生活会丰泽,人生也会开阔起来。

在凡尘的喧嚣里,你只管静下心来,向着你想去的方向坚定前行便好。因为生活,从不会辜负每一个向上生长的人。

2
不自弃

常言道:“人不自弃天难弃。”命运从不偏爱,也不曾言弃。放弃自己的,永远都是自己;能救赎自己的,始终只有自己。

苏轼的一生异常跌宕,四十载的宦海沉浮,竟有三十多年奔袭于流放之路。

若于常人,面对如此颠沛,怕是早就一蹶不振。但生性豁达的苏轼,却始终能不受困于起落,不束缚于境遇。

被贬黄州,他辟东坡,建雪堂,游赤壁,手把禾锄,于垦荒种地间,自得妙趣;被贬惠州,他挖草药,酿美酒,泡温泉,跟农夫并肩劳作,与隐士谈天说地;晚年被贬儋州,食无肉,居无室,民无识,他便动手造屋,研发美食,兴办学堂。

友人问他:“贬谪的日子可是苦不堪言?”苏轼笑着摇摇头说:“长江绕郭知鱼美,好竹连山觉笋香。”

生活的巨浪接连袭来,你会不甘、委屈,可现实往往是你越执拗抵抗,越会被命运掣肘。唯有把自己活成一弯活水,不因起而流于逸乐,也不因落而万念俱灰。

接纳命运无常,看淡起落境遇。如此,才能柔软流淌,奔腾不息。

《警示通言》里写:“不可以年少而自恃,不可以年老而自弃。”命运从不曾放弃过任何人,只要你不放弃自己。

生命是个奇迹,每个人都是珍宝。唯有接纳自己,栽培自己,方能守得云开见月明。

3
不苟同

王阳明曾言:“不必苟求其同,亦不必故求其异,要在于是而已。”我是我自己的主人,苟求其同或是故求其异,怎么过活,全由己身。

清朝有两位书法家,一位书法家以模仿古人为乐,号称集众家之所长,会伟人之精华,一笔一划皆是他人的影子。另一位书法家则恰恰相反,他勤学苦练,要求自己的每一笔都要不同于古人,讲求自然随心,唯有如此方才踏实。

一天,两人相遇,总是模仿古人的书法家便不屑地对另一位书法家说:“这位仁兄,请问你的字哪一笔有古人的风范呢?”

另一位书法家只是笑答:“那么请问,您的字哪一笔是自己的呢?”对方哑然失声。

周国平在《人生的三次觉醒》一文中写到:“自我是独一无二的,世上只有一个你;自我是不可重复的,你只有一个人。”

我们的人生词典总是世俗的眼光、身份所注释,真正成为自己,已是极为不易。东施效颦、邯郸学步换来的,只能是自我的迷失和他人的嘲笑。

当如果一个人不知道要驶向哪个码头时,任何风都不会是顺风。

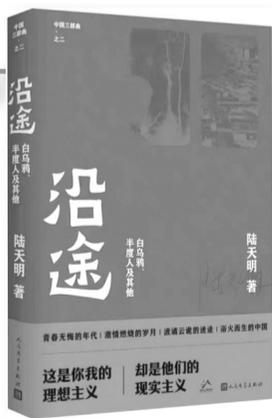
不随波逐流,坚定走好自己的路。无悔一生,活出自我,是一个人一生最简单,也是最极致的追求。

常言道:“月过中秋清辉减,人到中年万事休。”这个年纪的我们,既有所得,亦有所失。但人生从没有太晚的开始,经过岁月洗礼的卵石,方能愈加通透动人。

遇事要平心静气不着急,遇难需一往无前不自弃,遇人当坚守己心不苟同。

愿余生,你我皆能不慌不忙,不弃不馁,做最好的自己,享最美的人生。

来源:人民网



《沿途》

陆天明 著
人民文学出版社
2023年6月版

该小说承续《幸存者》的脉络,谢平、向少文、李爽在大西北的卡拉库里荒原经历了种种磨砺与伤痛。青春无悔的年代,激情燃烧的岁月,波谲云诡的迷途,浴火而生的中国。作者重返历史现场躬身勘察,以一代理想主义者的命运为主线,以饱满情感和泣血之思描绘出这群共和国同龄人的思索、追求和奋斗,为历史留下一份珍贵的备忘录。

景杉