

《道德经》中说:“清静为天下正。”保持一颗清静的心,就能洞察自然万物,诸事皆可正。欲速不达,静水流深。很多时候,躁动只会让人变得盲目,让事情变得糟糕。而心中的“静气”则能给我们带来更多的智慧,让人生的境界更加高远。

遇事冷静应对,做事沉静专注,做人平静踏实,“静气”也就油然而生了。

1
遇事冷静

遇事时,要冷静分析,想出个周全的办法来解决。若是仅凭一时冲动蛮干,往往会引火烧身,得不偿失。

古时候有一个农夫,辛苦劳作多年,才建起了一所木房子。在大家的帮助下,屋内的日常用品,也逐渐齐备。但让他恼火的是,房间里住进几只老鼠,很多用具和食物都遭了殃。眼看着那些老鼠越来越多,他虽然有牢骚和怨气,但也无计可施。

有一天晚上,农夫心烦喝了点酒,就想躺下睡觉,不料被老鼠吵醒了。他气得又是喊叫,又是拍床,可仍然不能奏效。农夫火冒三丈,举起火把去烧老鼠,结果把房子点着了。老鼠是吓跑了,可农夫的新房子却化成了灰烬。

“冲动是魔鬼”,生活中,很多时候烦恼一堆积,便容易让人情绪失控,失去理智。这时候,如果不竭力让自己保持冷静,很容易被情绪左右,让事情恶化,最后追悔莫及。

人生的高远,往往就是在每一次战胜冲动、保持清醒和理智的操练中成就的。

2
做事沉静

老子有言:“稳重能够克轻浮,安静可以制躁

乱。”

其实,这个世界并不浮躁,浮躁的是人心。只要自己能沉静下来,便能屏蔽一切干扰,将事情做到极致。

牛顿对于学习和研究的专心致志,几乎到了忘我的程度。他常常一连几个星期都留在实验室里,直到实验完成。

有一次,他迷着做实验,竟把手表当鸡蛋放到锅里去煮。

又有一次,牛顿的朋友来看他,他把饭菜摆到桌上后,又一头钻进了实验室。这个朋友等得不耐烦了,就先吃起来,吃过后没有告辞就走了。

牛顿做完实验后出来,一看桌上的盘碟,自言自语地笑着说:“我还以为没吃饭呢,原来已经吃过了!”说着又走进实验室去了。

沉静是一种力量,它能让我们过滤掉外界的纷纷扰扰,进入到“心流”之境,从而使我们在专注中获益匪浅。

3
做人平静

古人说:“躁急无成,平静得福。”在物欲横流的现实面前,不急功近利,不被利欲熏心,而是平静踏实地做人,才能一步一个脚印,走得平稳,走得高远。

在一个古镇上,王、刘两家都靠卖自酿的烧酒度日。

王家有两口烧锅,用料讲究,酒味醇正。不仅价钱合理,斤两也足够,门前的商客,经常要排队等候。

刘家也有两口烧锅,因设备工艺相同,酒质和价钱,和王家的也差不多。但他家经常缺斤少两,因此来买酒的商客并不多。

看到王家生意好,刘老板妒忌得眼都红了,他就整天想,怎么才能超过王家。思来想去,他想到一条妙计:往酿造的酒里兑水。

刘家烧锅酒量突然加倍,而价钱却比王家还低,一时间,门前商客云集。

而王老板不为所动,白天,生意不忙的时候,就和雇工们喝茶下棋。晚上,他就安静地看书,或者寻思如何把生意做大。

刘老板为兑水酒赚钱窃喜,就有商客来讨要说法,原来他们发现了买的是兑水的酒。刘老板后悔也晚了,赔得血本无归,只好远走他乡,另谋生路。

而王家烧锅,添了设备,扩大了规模,生意又重新红火起来。

《大学》中说:“静而后能安,安而后虑,虑而后能得。”只有先静下来,才能心安,心安后才能思虑周全,然后才能有所收获。

遇事冷静,方能以不变应万变;做事沉静,方能摒弃外界纷扰,以静致远;做人平静,方能戒骄戒躁,不急不徐,拥抱灵感与从容。

愿你我都能怀有一份“静气”前行,以一颗清静之心,活出智慧,活出生命的高度和广度。

来源:人民网

《我认识的唐朝诗人》

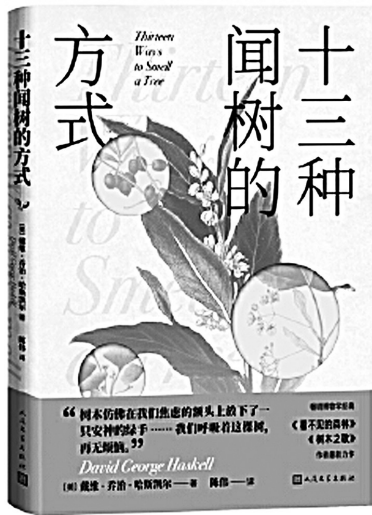


复旦大学教授陈尚君深耕唐宋文学四十余年,五万余首唐诗阅读若干遍,《我认识的唐朝诗人》聚焦五十余位诗人,极致还原诗人真实生活的种种样貌。

这本书打破文学史中对诗人或概括或片段的描述,立体观照诗人的生命历程、生存状况——家庭出身、成长经历、读书进学、科考入仕、来往交游、经济来源、安定与动荡等,更显现唐代的社会发展和文化情状。书中行文饱含深情,以心遥应古人,还原诗人真实的生命历程和独特的性格禀赋,让诗人带着他们各自的春风得意、失意困顿、悲欢离合、生离死别,从古旧的纸张中、从历史的云烟中走来。

来源:光明网

《十三种闻树的方式》



“树木仿佛在我们焦虑的额头上放了一只安神的绿手……我们呼吸着这棵树,再无烦恼。”《十三种闻树的方式》这本书讲述了欧洲七叶树、美洲槲、美国红栎、银杏、月桂、橄榄树等树木的历史,也描绘了树木与周遭环境、人类生活之间数千年的“恩怨情仇”。作者戴维·乔治·哈斯凯尔,作家、生物学家,美国南方大学生物学及环境研究教授。他的研究涉及动物生态学、生物进化和保护。

一颗七叶树的种子,能瞬间勾起一个中年人的儿时回忆,一杯金汤力酒,凝结着让人无法忘却的历史,而树木燃烧的气味,从我们的祖先钻木取火时,就深深地刻入了我们的基因。

来源:新华网