

静而不争
是人到中年最好的修行



《道德经》中讲:“夫惟不争,故天下莫能与之争。”人到中年,渐渐看淡,发现世事浮沉,尽是过眼云烟。
世上没有稳赚不赔的事情,也没有长盛不衰的东西,或许有时可以胜人半尺,却永远无法胜天一寸。
与其相争,不如相安无事,岁月静好,便是人间清欢。

1
静而不争,舍即是德

古人说:“血气方刚,戒之在斗;及其老也,戒之在得。”人生下半场,贵在戒争戒斗,要学会舍即是得。
刘邦打下江山,为功臣封地赐爵。开国重臣,身居丞相高位的萧何,却选了既偏远又贫瘠的地方作为封地。
大家不理解:“为了一块好地,我们争得头破血流,你却在故作清高。”萧何笑而不语,拂袖而去。
多年以后,当初的权贵,不少卷入斗争之中致死,又有一些权贵的后代,败光家产,流落街头。
只有萧何的后人,因为土地贫瘠,不得不自食其力,辛勤耕耘,反而兴旺起来。
《道德经》中讲:“上善若水,水善利万物而不争,处众人之所恶,故几于道。”人弃我取,人取我与,既是超然物外的豁达,亦是行于世间的智慧。
凡事不必求圆满,月盈则亏,水满则溢,抱残守缺才是真聪明。

2
但行好事,莫问前程

《道德经》中讲:“天之道,不争而善胜,不言而善应,不召而自来,坦然而善谋。天网恢恢,疏而不漏。”不争而胜,不言而喻,不召自来,不谋自成,天道从不强求,却能自然而然,得偿所愿。
周文王遇见姜子牙的时候,他已经72岁了。在此之前,姜子牙做过屠夫,卖过米酒,游说过诸侯。但他时运不济,屡次经商失败,更没受到诸侯赏识。
一瞬间,他看淡了一切,隐居山林,直钩钓鱼,只待君王。
当他停下追逐命运的脚步,命运却反过身来迎合了他。
周文王视姜子牙为师友,一起开

创了周朝八百年的辉煌。姜子牙也功成名就,配享武庙。
该是你的,不需争;不是你的,争不到。但行好事,定会迎来锦绣前程,得到应有的收获。

3
养心成事,静为躁君

人到中年,需要操心的事情变得更多,总是身处纷纷扰扰的环境之中。
《道德经》说:静为躁君。
“静”能克服人身上的急躁之气。守静,就是一个人磨砺意志,修身养性的基础。
生活中,我们常常会遇到很多无法预测的突发状况。遇事越是着急,头脑就会越混乱,就越容易把事情搞砸。人生的很多智慧,往往都藏在沉稳与冷静里。
读杨绛先生的《我们仨》,对她的一句“不要紧”印象深刻。家里门轴坏了,关不上门,她笑着说“不要紧”。钱钟书头上长了个疥疮,心情烦躁,她安慰道“不要紧”。
丈夫每每遇到郁闷的事情,她都会温柔地劝道“不要紧”。她一生平静从容,不管遇到什么事,似乎从来都不曾慌乱过。
简单的“不要紧”三个字背后,藏着的是杨绛“静心求稳”的处世哲学。
在临事之时,能够像没事时那样泰然自若,使种种忧虑平静下来,那么已经发生的事情也会自然消失。
沉静才能谋定,谋定才能干事,干事才能成事。
《道德经》中说:“圣人之道,为而不争。”清静无为,不是游手好闲无所事事,而是遵从内心莫逐功名。
余生不长,要用在值得的地方,身外之物留予别人去争,心地干净才是最大的宝藏。
上善若水,静水流深。静而不争,是人到中年最好的修行。

来源:人民网

古代也有“暖气房”

最原始的取暖方式是烧火。
早在石器时代,河洛地区便有了“灶火”:在地上挖个坑,围着坑垒一圈石头,架上鼎便可烧柴做饭,挪开鼎便能烤火取暖。
“灶火”又称火塘,是上古时期的住宅标配,远古人的起居、娱乐、祭祀都围着它进行。后来,古人又发明了升级版“暖阁”:有火炕、地炕、火墙、火盆等专用取暖设施的房屋。
火炕的建造原理很简单:用土坯砌成中空的床,床底下留有炕洞,烧炕取暖,被窝里热乎乎的,一觉能睡到大天亮。
汉代,洛阳就有了火炕。有些人人家把灶台和炕连在一起,炕洞连着烟囱或烟道,两全其美:炊烟不会呛到人,生火做饭的热气穿过烟道排到屋外,还可提高室温,环保又节能。
秦代,皇宫里有了火墙。古人将宫墙砌成空心的夹墙,把两

块筒瓦相扣,做成管道包在墙内;墙下挖有火道,与殿外廊檐底下的火灶相通,热力顺着火墙循环,温暖殿堂。
另有一说,古人在室外或屋下挖火窖,窖内燃火,通过地下火道把热力传送到室内,满室生暖。
烧火取暖的材料档次有高低,穷人烧柴,富人烧炭。炭在古代是奢侈品。伐薪烧炭不易,炭的产量有限,物以稀为贵,烧炭等于烧钱。有钱人的屋里有炭盆、熏炉、暖炉,专烧好炭。
炭盆又称火盆,犹如脸盆大小。在桌上挖个洞,嵌入火盆,又能取暖,又能温水、温酒、烘烤衣物。
熏炉、暖炉有大有小,款式多样,用途很广。小说《红楼梦》中提到,贾府中有暖阁,贾宝玉、林黛玉的房中既有熏被子、熏衣裳的熏炉,也有取暖的暖炉,舒适惬意。
张丽娜

活在当下
心向未来

一切令人沮丧的遗憾,不过是惊喜的铺垫;所谓的为时已晚,其实都是恰逢其时。

1

我们都希望自己的生活幸福美满,可人生不如意事十之八九。
悲伤失望的情绪袭来时,如乌云罩顶,让人看不开、放不下。
但转念想想,人生一趟,体验而已,不必太过在意。
失意也好,低谷也罢,暂时而已,不必太过执迷。
当你穿越荆棘到达峰顶回头看时就会发现:命运的颠簸,不过是谈笑间的插曲;曾经的磨难,会变成你肩头的徽章。
余下的日子,把心放宽,把事看淡。你要相信,所有苦楚都有回甘,所有故事都会有好的答案。

2

人这一生,不管遇见什么样的人,都是你生命中该出现的人。
过去的日子里,你或许在人际交往中有过无助和伤心的时刻。但不必气愤纠结,因为每种遇见,都是来帮助你成长的。
爱你的人,教你良善与温暖;伤你的人,教你独立与自强。所以,不必一直对某个人心存芥蒂,也不必永远对某件事耿耿于怀。
让往事随风而去,能释怀的释怀,该原谅的原谅。疤痕痊愈了,才能重新长出皮肤;故事结束了,才能开启新的篇章。



3

人生难免留有遗憾。也许是努力了很久却没得到某个结果,也许是撞破了南墙却没有了却心中的执念。但是别伤心,别着急。此处若有亏欠,彼处一定有弥补。
或许你痛苦地结束了一段错误的感情,但转身离开才有机会遇见对的人;或许你工作遇到阻滞,但请你相信未来可能在别的赛道打开新的局面。
很喜欢这样一句话:生活会给你答案,但不会马上把一切告诉你。
人生的得失,唯有时间能让你看清。就如一位作家所讲:向着空谷呐喊,也要等一会,才会听见那绵长的回音。
未来的日子里,静静等待,不要着急,相信你终能等得到转角的光明。
不管伤心开心,一切都已成为过去。不管希望失望,未来都在前方等你。
愿你忘记昨日种种,活在当下,心向未来。想不通的就放下,掌控不了的就释然。不必害怕为时已晚,在人生路上永远步履不停的人,才能与想要的生活撞个满怀。
来源:新华社