

顺势而为
方能有所作为

庄子说：“无为，则静，无为，则无所不为。”破坏自然，扼杀天性的有为，不如尊重事实，虚心若镜的无为。

顺其自然，清静“无为”，是一种智慧，也是一种力量。

1

顺风驶船，方破万里浪

孔子在吕梁游玩，看到一个几十丈高的瀑布。瀑布奔流而下，震耳欲聋，瀑布下游水流湍急，连鱼鳖也不敢在里面游泳。

但孔子远远地就看见一个男子在水里，以为这人是要寻死，于是和弟子顺着水流去下游找他。没想到，这个男子在水里潜游了几百步，悠悠哉地唱着歌就从水里出来了。

孔子请教他，为什么能在这么湍急的水流里游泳。

男子说：“我跟着旋涡一块沉到了水底，又跟向上的涌流一起浮出水面，我顺着水势而不做任何对抗，这就是我的办法。”相反，如果在水里挣扎，可能很快就会被水势吞没。

顺其自然，保持无为的状态，不挣扎不对抗，就是他游泳的秘诀。

人生路远，总会有磕磕绊绊。如果一味对抗世界，不仅不能捋顺人生的道路，反而会在碰撞中逐渐耗尽自身的能量。

大家都知道庖丁解牛的故事。

庖丁拿着刀，隔着牛皮分解牛。刀子在骨缝之间划过的时候，他说，自己感觉是被牛本身的“气脉”牵着走的。

庄子说：“官知止而神欲行。”完全不要有其他想法和动作，只需要顺着走下去就可以了。

但是很多“庸手”，总是有自己想法，想要打破这种无为的状态，对抗牛本身的“气脉”。于是，刀经常卡在牛的骨缝里，或者斩在骨头上，所以，他们的刀一个月就要换一次。

而庖丁的刀用了19年，依然锋利如新，因为从没有过什么折损。

年轻的时候，总想着逆流而上，年纪大了，才明白要顺势而为。

学会“无为”，不去对抗世界，不去难为自己。下坡走马，顺风驶船，乘长风，才能破万里浪。

2

平稳安和，应人生风雨

“为外刑者，金与木也；为内刑者，动与过也。”外在的痛苦来自刑罚，内在的痛苦，源于自己内心的冲突。

很多时候，人不是在和外界的对抗中耗尽自身的能量的，反而毁在自己内心的焦虑和内耗上。

杞国有个人担心天地会崩塌，于是天天发愁，不吃不睡。后来经人开导，终于明白天

不会塌，才放下心来。

心理学上讲，一个人所担心的事情，90%都不会发生。其实，大部分人烦恼都是自寻烦恼，大部分的内耗都是杞人忧天。

庄子在《齐物论》中讲，晋献公讨伐丽戎国，俘虏了当地守边人的女儿丽姬。丽姬很恐惧，不知道自己会面临什么样灾祸，在恐慌中不停哭泣。谁曾想，她被晋献公选入为姬，锦衣玉食，日子过得比以前好多了。

有时候很多事情看似是灾祸，实际上也存在着转机。遇事与其焦虑不安、坐卧不宁，不如顺其自然，坦然接受当下的情况并在平静的状态下作出应对。

学会“随遇而安”，一个人才能获得安宁与力量。

平稳安和，不起波澜，才能更好应对人生风雨。

3

减少人生内耗，活出不一样的风采

苏轼在年轻的时候，立志学习范滂，造福一方。寒窗十年，金榜题名，他本来以为自己可以施展抱负，做出一番事业。谁曾想，却被贬谪黄州，命运的大手把他按入谷底。

苏轼不甘心，也不接受。“拣尽寒枝不肯栖，寂寞沙洲冷。”一个人孤独地对抗世界的污浊；“也拟哭途穷，死灰吹不起。”整日陷在苦闷和纠结中，不停地内耗自己。

直到后来，苏轼在拯救黄州弃婴的过程中，重新找回了自己的意义，也重新找回了自己。

他不再对抗世界，开始开荒种地，安然地当一个农夫。他也不再内耗，伴着清风明月，享受自然与人生，坦然接受着当下的生活。

在黄州，他救助弃婴，废除陋俗；在杭州，他疏浚西湖，改善民生；在惠州，他传播技术，兴修水利；在儋州，他制药掘井，教书育人。

贬谪几十年，却完全没有影响他治国安邦的理想，反而让他的人生光耀千古。

以出世心，行入世事。他像一粒种子，命运把他撒在哪里，他就在那里生根发芽，结果开花。

放平心态，接纳生命的全部，反而让他减少了人生的损耗，以更加充盈的力量，活出了不一样的精彩。

“无为”不是消极摆烂，而是把我们的生命能量，从那些纠结和执念中收回来，不再对抗世界，也不再对抗自己。只有这样，才能以充盈的状态去面对这个世界。

学会“无为”，一个人才能平和静定，“无为”无不为。

来源：人民网

差异，是你最独特的标签

生活中，我们每个人都各不相同。

你可能是热烈绽放的玫瑰，我可能是寂寂无闻的山茶；你可能是光芒四射的太阳，我可能是温柔相伴的月亮；你可能是大气磅礴的高山，我可能是纤细柔弱的小草。

世上没有完全相同的两片树叶，也没有完全相同的两个人。

人生而不同。也因为不同，世界才变得五彩斑斓。

成长中，我们容易羡慕别人的优秀，追逐别人的成功，模仿别人的模样，却忘了保留自己的特色。

其实，差异才是你独特的标签。人生在世，我们是独特的自己，而不是别人的影子。

人生之路，需要自己探索

人生之路究竟怎么走？

没有人告诉你标准答案，只有你自己去经历，去寻找，去发现。

你不能躲在室内坐井观天，也不能躺在书中纸上谈兵。

你必须走出去，去探索属于自己的路。

跌倒了，你会避开难行的坑坎；

成功了，你会找到照亮前行的光；

失意了，你会发现雪中送炭的爱。

哪怕前方荆棘丛生，也可能有鲜花盛开。

即使没有成功，你也收获了经验。

有句话说得好，“在人生的路上，有一条路每一个人非走不可，那就是年轻时候的弯路。不摔跟头，不碰壁，不碰个头破血流，怎能炼出钢筋铁骨，怎能长大呢？”

做自己，就是最好的人生

什么是最好的人生？每个人的答案都不尽相同。

有人追求功成名就，有人向往闲云野鹤；有人羡慕花团锦簇，有人偏爱孤芳自赏；有人渴求应有尽有，有人崇尚极简纯朴。

没有哪一种生活是更好的，也没有哪一种人生是完美的。

每个人都有自己的理想人生。自己喜欢的，适合自己的，才是最理想的。

最好的人生，就是做独一无二的自己。人生充满了变数，唯一确定的就是不确定。

但可以笃定的是，顺应天性，努力奔跑，就是正确的人生之路。

很喜欢这句话：“对每个人而言，真正的职责只有一个：找到自我。”

未来，不必慌慌张张，不必焦虑彷徨，只需要认真地做好自己。

来源：新华社



《四时之外》

朱良志 著
北京大学出版
社2023年9月版

中国艺术重视生命境界的创造，追求形式之外的意趣，要在变化表中表现不变的精神，时间性超越便是艺术家最为重视的途径之一。“四时之外”四字，可以说是中国艺术的灵魂，也是造成中西艺术内在差异的本质方面。朱良志教授这本新著主要是从时间和历史入手，来讨论中国艺术的发展和核心观念的形成，发掘中国艺术在时间超越中所体现的独特的历史感、人生感和宇宙感。