

## 删繁就简 向美而生



现代人常常有分身乏术的无力感,好像每天都有一箩筐的事情摆在面前,生活渐渐变得无序,让人焦躁。这大概是我们行使对生活的选择权时没有找到最优解。

在人生相对闲适的时间段,我们可以尽量多尝试有趣的事,让生活充实起来。而在相对忙碌、琐事缠身的阶段,则要学会做减法。有个朋友在这方面很有心得,她给自己安排了“基本款”的生活。每个周末,买好一周的食物,直接分装并根据保存期的长短备注好在哪一天食用,到时候三下五除二,不用再为此事费神。穿着也一样,查看天气预报,根据每天的温度,在衣帽间里将下一周要穿的衣服排序挂好,每天清晨从不为穿什么而纠结。如遇特殊情况,只需稍作调整即可。

我们或许没有意识到,减少选择反而是最好的选择。这种操作,不是对生活的消极怠慢,而是用一种简单明快的方式去安置琐碎的日常,将时间和精力留给更有价值、更有意义的事。

曾经看到一篇文章,说的是一位风华绝代的明星,年轻时长发飘飘,秀外慧中,中年之后将一头秀发剪成了齐耳短发,而且是自己动手去剪,清爽又利落。发型本身谈不上美感,但她仍然是美的。由此可见,最重要的是一个人内在的坚定与美好,至于外在,则完全可以简化。而往往外在越简化,这个人所呈现出的状态越清澈,仿佛一个良性循环。

在人际关系上不妨也尝试这样的思路。因为关系对人来说是非常重要的,同时也是最耗费人们时间和精力。减去过度的热情与无谓的交际,给每一种关系划定好边界,留出让彼此都感到舒适的空间。即使在亲密关系当中,在相互关爱的同时也要保持彼此人格的独立。让

关系变得简单和纯粹的关键所在,就是让自己成为自己,也允许他人成为他人。既满足了陪伴,也成全了“孤独”,才是最棒的关系。

而在我们追寻理想的途中,最简单的路径则是——找到你必须要做的那件事,并坚定地做下去。我的一位高中同学在这件事上做得非常漂亮。王同学高考时报考了法律专业,毕业后进了律师事务所,后来自己开了一间律师事务所,在本地市场进入良性运转后,他又去广东开发南方的市场,一步一个脚印。后来在一次高中同学聚会上,一位同学将当年的毕业留言册带了去。翻到王同学那页,发现当年他在“我的理想”那一栏写道:成为一个大律师。那一刻我真的是被震撼到了。当初同学们在这一栏通常都会写一些不着边际的豪言壮语,或是很个性地写上诸如“随遇而安”“天地之大任我行”之类的话,很少有人对自己的事业方向如此笃定。人们常常希望在人生路上能走捷径,反而是在绕了很多弯路之后才明白,遵循内心所向,这个最简单的选择其实就是捷径。

董宇辉说过:“心无旁骛,万事可破。请你相信这一点!”当一个人去除了杂念,就是让心变得简单。大多数人往往是在看尽繁华之后才能读懂简单之美,所以那些原本就追求简单的人,反而付出了最少的时间成本,就过上了大多数人向往的生活。因为,把复杂的生活过简单了,重要的东西才有机会浮出水面。简单之后,便是丰盛;经由丰盛,抵达美好。

有人问大师罗丹雕塑的秘诀,他的回答是:“减去多余的部分。”从某种角度来讲,我们的生活何尝不是每个人自己打造的艺术作品呢?删繁就简,去掉多余的部分,生活自然也会被塑造得更有美感。

来源:光明网

## 做对这四件事 让自己越变越好

### 坚持运动,时常读书

看过一句话:“运动可以让你走得更远,读书可以让你看得更远。”

运动能让人拥有强健的体魄,看到更多美好的风景;读书能让人拓展视野,心境也会越来越开阔。

想要让自己变得越来越好,就要坚持运动、用心读书。一个人拥有健康的身体和丰盈的精神世界,是最宝贵的人生财富,也是梦想最有力的支撑。

### 调整心态,看淡得失

心若阴霾密布,处处是痛苦;心若晴空万里,处处皆风景。想要活得自在,就要学会调整心态。

有时候,我们不能决定生活中会发生什么,但可以决定自己以什么样的心态应对。

顺境时不妨看淡一点,逆境时不妨看开一点,坦然面对生活的得失,就没有越不过的高山。看淡得失,将自我成长放在第一位,才能让自己走得越来越远。

### 谦逊做人,用心做事

大海处于低势,所以容纳万物;高山静默无言,因此俯瞰众生。越是优秀的人,往往越是谦虚。

低调谦逊、用心做事的人,懂得“天外有天、人外有人”的道理,他们从不炫耀自己的成就,明白踏踏实实才是走得长远的秘诀。

顺境不傲、满而不盈,谦逊做人、用心做事,是对自己的一种负责,也是一种人生的智慧。

### 定期总结,放下包袱

很多时候,我们只顾着赶路,却忘记了上路时的初心,看似走得很远,其实早已偏离了最初的航线。

想要让自己变得更好,需要定期总结,放下包袱,只有这样才能吸取经验、轻装上阵。

人生路上懂得适时停下脚步,从走过的路中总结得失、吸取经验,将该放下的放下、该忘记的忘记、该记住的铭记于心,这样我们才能让自己保持最好的状态,一路勇往直前。

来源:人民网

## 开在春天里的花朵

在春日暖阳下,窗台上的花朵在明媚的阳光下绽放,显得格外娇艳。阳光透过透明的玻璃,为整个房间带来了一股温馨的气息。在这个充满生机的季节里,翻开包利民散文集《春和景明,繁花盛开》,仿佛置身于一幅美丽的画卷之中,享受着无与伦比的阅读盛宴。

《春和景明,繁花盛开》汇聚了60余篇充满诗意与温暖的散文。这些文章从平凡琐碎的生活中发现那些闪光的点滴,如同一幅幅精美的画卷,用细腻温婉的笔触,描绘世间的温暖与感动,书写人们内心的纯净与美好。同时,我们也能感受到作者对生活的热爱与向往,以及他对人性的深入洞察。

在众多篇章中,《昔日含红复含紫》这篇文章尤为引人注目。作者通过对春天花朵的细腻描绘,让我们感受到了童年时光的纯真与美好。他用生动的语言和真挚的情感,将我们带入了一个宁静美好的乡村世界。在阅读这篇文章时,我们仿佛穿越时空,回到了那个充满欢笑与泪水的纯真年代,重温那些被遗忘的美好记忆。

另一篇令人印象深刻的文章是《一封信里寄出的春天》。这是一个关于母爱与成长的感人故事。文章中的母亲为了让远在他乡的儿子感受到家的温暖,每年春天

都会寄出一封信,向儿子描述家乡的春天气息。这份深沉的母爱跨越了千山万水,融化在了字里行间。文章中,母亲用心良苦地守护着儿子的成长,那份无私的爱意让人动容。这种母爱如同春天的阳光,温暖而明媚,让人感受到生活的美好与希望。

此外,《蓝瓷碗盛不下》这篇文章则让我们深刻感受到了家庭的温暖和亲情的可贵。作者通过讲述蓝瓷碗的来历及其在家族中的地位,展现了家族成员对它的敬畏和爱护。祖母保护着蓝瓷碗历经磨难,这份坚韧与执着让蓝瓷碗承载了更多的历史和温暖。文章以真挚的情感、朴实的语言,传递了对家族、历史、文化的尊重和传承的价值观,使这些情感超越了物质的界限,升华为家人间的情感寄托,让我们更加珍惜身边的亲人和家庭。

细品《春和景明,繁花盛开》,如同品尝一杯浓郁的茶,越品越有味道。这本书中的文字流淌着作者对生活的热爱、对亲情的珍视和对人性的关怀。它如同一句问候、一个微笑、一个拥抱,让人心生温暖。阅读这本书,仿佛置身于一个充满温暖和爱的世界之中,让我们感受到了无数美丽的花朵在世界的各个角落盛开。

童谨裘

