

最好的友情： 不卖力经营，不刻意维系

生活中有不少人，总会刻意抓住过去的情谊不肯放手。用力维系，让自己心累不说，还可能将对方推得更远。那些不需要卖力经营、不刻意维系的关系，才能相处不累，久处不厌。



1 总要讨好的关系，不必卖力经营

生活中，很多人以为凭借自己的付出，就能赢得别人的喜爱。却忘了一味地讨好，让自己伤痕累累不说，还换不来对等的感情。

听过这样一句话：“好朋友从来就不是通过努力就能争取来的。”真正舒服的关系

靠的是相互吸引，而非一味讨好。太用力地经营换不来真情，无底线地妥协得不到友谊。

好的关系，无需你费劲讨好，也能惺惺相惜，同甘共苦。

2 让你不舒服的关系，不必刻意维系

很认同这样一句话：“越是要好的朋友，相处起来越讲究舒服。”但凡对方让你感到不适、郁闷，这样的关系就没必要再维系了。

与人相处，本该舒服，无所拘束。需要刻意委屈自己才能维系的关系，不如及时放下。

君子之交淡如水，关系看似平淡，彼此却始终能够舒服地做最真实的自己。

两人相互来往时，没有刻意地忍让与讨好，也能融洽相处。这种松弛与自然的情谊，才能走得更加长远。

3 虚情假意的关系，不必用力维护

与虚情假意的人交往，除了消耗精力与时间，别无意义。这种虚伪的友谊就像影子，身处阳光下，它会紧紧地跟着。而一旦走入阴暗处，它就会立刻离开。

很多所谓的兄弟情深，不过都是虚情假意。若把假交情当真了，还倾心相待，结局只会是让自己心寒。

朋友间必须是患难相济，那才是真友谊。真朋友间没有什么花言巧语，却总会在关键时刻拉

你一把。你只有舍弃虚情假意的关系，才有时间维护真正的情谊。真正好的感情，就是不费力，不需要刻意讨好、努力经营。

朋友的相交，是彼此的吸引，而非单方面地讨好；朋友的相伴，是双方的真心互换，而非伪装奉承。但凡需要你费力经营的关系，都是有问题的。

世事静方见，人情淡始长。当你以轻松平和、真诚自然的心态与人交往，定会收获一段长久舒适的友谊。
来源：新华网

具备这三个修养， 你能走得更远

一个人最高级的修养，就是从点滴着手，从内到外做好自我管理。一个人做好下面这三点，不仅能在点滴中修行，也能够的人生路上走得更远。

情绪稳定

人有七情，喜怒哀乐谁都会有，但真正厉害的人，不会让情绪左右自己的理智。不管遇到什么事情，他们都能够迅速冷静下来，用理智寻找问题的解决之道。

面对不公时，学会用努力去超脱；面对挫折时，尝试用智慧去解决。用稳定的心态对生活的插曲，能更快地完成人生目标。不以物喜，不以己悲，或许就是你能送给自己最好的礼物。

三观正确

如果说情绪稳定的人，一般都走得比较快，那三观正确的人，则一般都走得比较稳。因为事态不管怎么发展，他们心中都有一杆秤，能够衡量出孰轻孰重、孰高孰低。

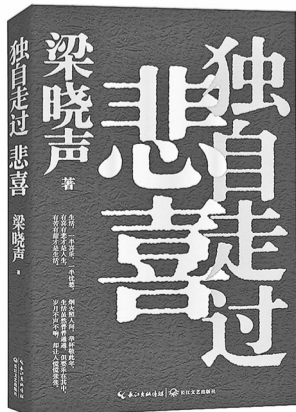
“这个时代，缺的不是完美的人，缺的是发自内心的真心、正义、无畏和同情。”人人追求完美、追求成功，但善良和无畏却比完美和成功更可贵。这样的人，不会被利益蒙蔽了双眼，不会被诱惑左右了心态。他们永远堂堂正正，永远踏踏实实。

懂得感恩

一个人心里能记得别人多少恩情，命中就会有多大的福泽。人生路上，谁都会有落魄的时候。然而，一个人若能怀揣感恩之心，留意温情之举，便能在困境中捕捉到温暖的光。只有常怀感恩之心，才能看见这一切，并转化为困顿中前行的勇气，继而把路越走越宽、越走越远。

锤炼情绪，就会发现天地广阔；摆正三观，就会发现尘世精彩；感恩一切，你会发现内心丰盛。而这一切，都会让你感慨人间值得，不枉此生。
来源：人民网

润泽心灵的人生箴言



在人生的长河中，我们每个人都难免会遇到这样那样的困难和波折。在不利环境下，如何从容应对？

梁晓声在他的散文集《独自走过悲喜》一书中，结合70多年的人生经历，谈孤独、说爱情，论悲喜、聊人生。特别针对当代年轻人所面临的寂寞、焦虑和迷茫等困境，梁晓声建议他们把握时代脉搏，转变思想观念，以理性和豁达的态度，活出精彩人生。

梁晓声从寻常的烟火人生谈起，他说人生是一场不进则退的旅行，是像强者那样笑对沧桑，还是像得过且过者一般随波逐流，这是摆在年轻人面前的必答题。书中，他以一个加班青年为例，严肃而认真地提醒职场中人，健康是“1”，名利和地位等都是“1”后面的“0”，没有了“1”，后面再多的“0”都将失去意义。因此，人生需要脚踏实地地走，当我们身心俱疲时，不妨停下脚步，看一下周边的风景。

对身处逆境中的年轻人，他循循善诱：低谷会让你看清很多东西，哪怕是庞然大物也曾是无名小卒。没有谁的人生是一帆风顺的，低谷是变好的开始，哪怕是裂缝里透出的光，也要牢牢抓住，然后生出向阳而生的勇气。他说，人生本就是一场马不停蹄的相遇和告别，花开花落自有时，人来人往任由之。年轻人应该持有这样

的态度，纵然外界风吹浪打，但我依然要闲庭信步，始终以一种宠辱不惊的心态，去面对人世间的风雨和坎坷。

时下，面对纷繁的人生，曾有人发出“生，容易；活，容易；生活，不容易”的感慨。对此，梁晓声说：“青年有青年的彷徨和迷茫，谁的一生都不是一帆风顺的。”确切地说，迷茫不可怕，每个人都少不了会迷茫，但可怕的是被迷茫吓倒，从此失去前行的勇气。他规劝那些彷徨者：“真正解决迷茫的办法是问自己，哪种生活更符合我的综合条件，想清楚了就努力去争取。”

人世间充满了悲与喜，虽然每迈进一步都需要我们付出很多努力，但在梁晓声看来，尽管这世界很大，也存在很多不确定性，却处处充盈着温暖。诸如他描述的玻璃匠和他的儿子以及看自行车的女人等，尽管他们都是普通老百姓，日子过得并不容易，但他们始终心怀善念，用柔弱的身躯扛住各种压力，用自己的无私之爱，温暖了他人，也温暖了美好人间。

人生没有固定式，每个人都有自己的活法，如何活得精彩、活得惬意，既要听从他人正确的规劝，也要遵从自己的内心，关键是要学会强大自己。阅读这本书，能让孤独之人有力量抵御内心的孤独，让浮躁的心灵回归宁静。
来源：光明网