

妙笔人生·

对自己负责

禾 屿

你是不是这样的人,或者说你身边有没有这样的人:常常对自己不是很确定,总是询问别人,我是否应该这样做?我这样做正确吗?我会不会失败?会不会有人嘲笑我?我到底应该怎么做?

这些人一直生活在不确定的之中,他们的本质就是心智的不成熟。心理年龄不像你的实际年龄一样会随着时间一点点长大,很多人的心理年龄都是偏小的。因为他们内心是不想长大的,他们恐惧选择,内心都是很脆弱的。

我有一个关系很好的朋友,她从小到大对父母以及身边的朋友都有着很大的依赖性。她总是期待有别人可以帮她拿主意。她说她总是怀疑自己,总是不敢相信自己的选择是正确的,她害怕她的选择会对她的人生造成不可弥补的损失。

她害怕承担责任,她不想面对失败,所以她总是寻求他人的帮助。她觉得这些来自外界的力量可以让她变得更加强大。否则她总觉得自己的每一步好像是踩在棉花上的,不

能让她感到踏实。

这其实就是一种逃避,是一种病态的思想。

毕淑敏说过:世上唯一可以永远依傍的,是我们自己培植的心灵与意志。

你要知道无论外界有谁在支持你,最终能相信的还是只有自己的内心。

你不能一直寄希望于父母,我们都知道,父母是不可能陪伴你一辈子的。

父母在年少的时候愿意为你做决定,愿意成为你的依靠,是他们认为你的认知都还太年轻。父母吃过的盐比你走过的路还多,有经验的意见总比没有经验的横冲直撞要好一点。

但是你有没有发现,当你年纪越来越大以后,父母对你的干涉越来越少了,是因为父母变得不了解你的生活,他们也害怕他们的选择是错误的,他们更希望你可以通过自己学着强大。

你也不能一直渴望朋友的支持,朋友的选择不一定是正确的。再者他们不能也不会对你的人生负责任,没有人有

义务对你负责,过日子的始终是我们自己,要对自己人生负责任的只有你一个。

所以要学着强大。

很多人在很忙碌的生活中根本没有时间好好看看现在自己的状态,所以很难完全的了解自己是内在强大的。

很多人会感到好奇,我为什么从来没有感受过我的强大呢?我的内在强大是真实存在的吗?

你的内在是强大的,只是它还比较弱小,它需要你的照顾才可以成长。就像蜗牛一样,它虽然背着它重重的壳,但它还是努力的一步一步往上爬。

你想成为什么样的人,只要内在强大,只要你选择相信自己,只要你勇敢地去,你就可以成为那样的人。

你要知道,我们每个人都不是完美的。生而为人,肯定都会有瑕疵,但只要我们内心坚定,我们依然可以强大。

我们可以选择修补瑕疵,也可以更勇敢地带着瑕疵共同前进,让它成为美丽的瑕疵。愿你们都能勇敢而强大。

有滋有味·

挖红薯

胡先华

小连襟两口人勤快,在离家十多里的地方开挖出一大片菜园。那儿原先是稻田,随着城市扩容,稻田没人种了,被一些勤劳的市民开垦成一块一块的菜地。

小连襟的几块菜地差不多有半亩,春夏秋冬除种些时令蔬菜,还种有黄豆、花生、红薯。这几年,我家楼顶也种了两片菜园,加上他们送的菜,几乎不用去市场买菜了。近段居民都在抱怨菜价长得太猛,我家日常生活却没有受到多少影响。

小连襟种的菜地因为比较远,我一次都没去帮过忙。这个星期六,他们要去挖红薯,我也跟着去搭一把手。红薯地有两间屋大小,我帮着用镰刀割掉藤子,小连襟用铁锹把一垄垄的红薯铲出来,大的有二三斤重。小连襟说今年雨水少,红薯长得比去年的好。

记忆中挖红薯是几十年前的事了。大集体年代,小队的红薯是社员的一部分口粮。每年田里的稻子割回来,山上的板栗打回来,还有芝麻、棉花、花生、白果都收回之后,这才去地里挖红薯。因红薯埋在地下不会烂,所以挖红薯总是一连串秋收的尾巴。挖红薯都是选阳光灿烂的晴天,男女社员一起去地里,男人用扒锄挖出一埂埂的红薯,丢在埂边,女人用篮子捡了,集中堆成一大堆。经过一个丰收季后,社员们对最后一点红薯的分配看得不是那么重,红薯挖完了,就在地里按家庭人口多少,估约着分成若干小堆,每家一堆,放工时自己用花篮挑回家。

我们几个人边聊闲话边回忆那些往事,不知不觉间把红薯挖完了。用蛇皮袋装了七八袋,够我们几家每家分一两袋了。

我看着周围菜地上绿油油的萝卜、白菜、葱、蒜苗、小青菜……心里有种别样的惬意。虽说劳动有点累,却有种说不出的舒服。生命在于运动,适当劳动是健身的秘诀之一。喜欢亲近自然的人,身体一般都很健康,这是大自然对生命的珍贵馈赠。

我忽然觉得,与其花钱健身,不如到郊野开垦一小片菜园。经常在野外呼吸新鲜的空气,活动慵懒的筋骨,既能锻炼身体,又能有所收获。自己劳动所得能让人感到欢乐与满足,当你坐享收成时,吃的不只是放心,更是一种开心。

你说我说·

中年标识

邓荣河



偶尔下一回厨房,我总要提醒自己,一定注意把握好火候,别把饭菜熬糊了。结果稍不留神,厨房就弥漫起一股焦糊味。要知道,我以前做事细心得很,现在开始时不时地出现一些纰漏。悄悄开始的遗忘,开启的是不得不面对的中年之旅。

“对酒当歌,人生几何。”以前的我有事没事总爱凑个局,赶个场。大局大喝,小局小饮,人家不请我,我去请别人。只要在一起,就觉千杯少。忽

然有一段时日,感觉自己越来越不胜酒力。于是,我开始学会在大小场合说“不”,开始心甘情愿地宅在家里。中年,从开始学会拒绝初露端倪。

前些年,虽然车技不咋地,但“车胆”不小。现在不行了,只要一开车,我就反反复复地提醒自己:开慢点,开稳点,千万别和他人斗气。越来越小的胆子,透露着我已经步入了中年的信息。

以前,女儿上学放学,所有事务都是妻子打理。不知何

时起,我也开始关心女儿的学习生活、饮食起居。在老爸老妈的眼里,我永远是不长大的孩子。忽然一天,我再不敢以孩子自居,开始注意老爸老妈日益衰老的身体。强烈的责任心,是步入中年最显眼的标记。

步入中年的标识还有很多,比如从花钱大手大脚,到学会节约;从痴迷流行音乐,到怀念经典老曲;从一有时间就住名胜跑,到抽时间就回老家看看,重寻故里……

微语录

书柜里必须有一千本以上适合孩子读的书,家里如果只有麻将桌,怎么去指望孩子爱读书?很多家长说,现在网络读书也很方便了。我说捧读纸质书和拿着iPad看书,对孩子气质的养成意义完全不同。

——俞敏洪

一个艺术家心胸的包容量有多大,你今后的世界才会有多大。

——音乐家赵季平

人在顺风顺水的时候,你往往看不出他与别人的差别;只有遇到挫败时,才能看出人的伟大。教会孩子从追求赢到学会输,可决定孩子一生的命运。

——北京十一学校校长李希贵

电子书的阅读体验再好,也无法让你体会在下一页翻出百元大钞的惊喜。

——科技总有所不能

开心时就互夸,不开心时就比惨。

——保持友谊的秘诀
(综合)