

湖头条

# 与自己和解

冷晓荣

人这辈子最大的敌人是自己。我们无时无刻不在与自己战斗。

年少时内心敏感脆弱,特别在意别人的看法,明明一个人走在大街上,却像是有很多双注视的眼睛看着似的浑身不自在,面颊发烫,如芒在背。

人最大的问题是容易败给自己,败给坏情绪。作为女性更是如此,总会在无数纠结不清的琐事中患得患失,不是祥林嫂就是林妹妹,经常沉溺于往事的懊恼、悔恨、悲伤中难以自拔。

《霸王别姬》里有一句话:人,得自己成全自己。对此,我深以为然。人生实苦悲欢皆需自渡,每个人都不是与生俱来就强大的,是在生活的磨砺中逐渐成熟成长起来的。

古人云“四十而不惑”,过了四十,突然许多以前不明白的事理瞬间开悟了,许多放不下的事情居然释怀了,许多在意的事情慢慢看淡了。

周国平说:“人世间的一切不平凡,最后都要回归平凡,都要用平凡生活来衡量其价值。伟大、精彩、成功都不算什么,只有把平凡生活真正过好,人生才是圆满。”慢慢发现,人生从来没有完美,撞过多次南墙之后,才体会到平凡的活着就是一种幸福,就是命运最好的馈赠。

人到中年,我们开始与命运和解,更懂得爱自己,学会接受不完美的自己,欢喜的悦纳自己,拥抱快乐。悦纳自己,是对自我的充分肯定,是对自己天生不足的补充,是对后天努力不够的反省,是对未来生活的憧憬,是对自我足够的重视与关注。只有悦纳自己,才不会放弃自己,才能提升自我,不断走向优秀。

平凡的活着,与这个世界握手言和,学会与自己和解,那些曾经的不甘、过往的委屈,以及受过的苦难都会过去。表演大师卓别林说:“以我的方式,过我的生活,我把这叫做幸福”。幸福本来就很简单,只是我们给它上了太多的枷锁。人生不过是一次短暂的旅行,在这场旅行中为什么不拥抱快乐呢?

人到中年,开始做减法盘点人生,清除不必要的负累和羁绊,内心更笃定从容,清楚地知道自己想要什么,不再有那么多虚无缥缈不着边际的想法。更懂得珍惜眼前人,珍惜走进内心的两三知己,不再把过多的人和事请进生命里。心有了方向,人就有了定力,不再茫然无措,能静下心来赏一片闲云,看一树花开,读一本好书。

真正的成熟是知世故而不世故,历经岁月仍保持一颗纯真的童心,看透生活的本质依然热爱生活。那些看不开的委屈就让它烟消云散吧,你终究会发现,用尽所有的力气,过完这平凡的一生,就是一种幸福。

历经千帆,我们终于学会与自己和解,持一颗感恩的心,不再裹着坚硬的壳,露出一抹浅淡的笑容,笑纳一切人事风物。

历经千帆,我们终于学会与自己和解,持一颗感恩的心,不再裹着坚硬的壳,露出一抹浅淡的笑容,笑纳一切人事风物。

闲情拾趣

## 夏日的风

邹晓峰



有人说:一年中最可爱的风,莫过于夏天的风啦。

不是么?当人们在酷暑难耐之时,不是首先想到了她么?瞧,她来了!

清晨,当第一缕夏日的风吹进花草丛中,花草顿时随风摇曳。翩翩起舞,空气里充满了浓郁的花香。这时,泥土也不甘示弱,于是花香掺和着泥土的芬芳,弥漫在清晨纯净的世界里,沁人心脾。

白天,骄阳似火,小草焉了,树枝也耷拉着脑袋,在田野里劳作的农民,更是汗流浃背,沉重地

喘着粗气,他们此时此刻多需要风啊!这时,风来了,拂过万物轻轻地来了,好似一股清凉的甘露沁入人们的心田。霎时,人们情不自禁地伫立在夏日的风中,任凭风撩起他们的头发。短时间他们的身体都有了凉爽的感觉,不时便发出这样的感叹:啊,好凉快呀!

傍晚,虫鸣鸟叫,风吹得树枝飒飒地响,这时,几位白发苍苍的老人,在绿树荫下下着棋,风轻轻地抚摸着棋盘纸,也轻轻地吹进了他们的心扉。啊,夏日的风,你

是否也给老人捎来了无限祝福?

晚上,凉风习习,孩子们光着身子在大人的引护下,躺在河堤大人备好的凉席上,风吹到他们的身体凉丝丝的、痒乎乎的,他们不禁“扑哧”地笑出声来。在晚风的轻拂下,孩子仰望天空,挥动小手,唧唧呀呀地数着天空上的星星、哼着儿歌。

夏日的风啊,你多像一个美丽的小天使,给清晨大地带来芳香,给辛勤的父老送去凉爽,让老人享受晚年的幸福,让孩子们倍感童年的快乐……

品时空

## 儿时的煤油灯

许学堂

一缕缕暗淡的灯光  
燃烧着自己  
把土坯房照亮

眼旁的妈妈  
为我们纳鞋底儿  
纳了一双又一双  
一针针紧密的针脚  
牵着妈妈的手  
把我拉进梦乡

一声声鸡鸣  
我梦中的妈妈  
在灯光下 寻找着期望

一线线  
纳出有节奏的声响  
怎么突然停了  
哦!  
妈妈的手被针扎伤  
殷红的血迹  
染在鞋底儿上  
也染红了  
——黎明的曙光

## 就让时光不说话

胡晓川

一花一世界  
一叶一菩提  
丢了一地泪水  
捡了一路欢喜  
弥新的过往,铭心的记忆  
落幕在难以忘怀的时光里  
就让时光不说话  
让往事依旧开成美丽的花  
收获喜悦,灿烂期盼  
遗憾亦是另一种美的成全  
人生是阅尽世事的坦然  
是过尽千帆的静恬  
茫茫人海,人来人往  
时光知味,岁月留香  
感恩生命路上所有的赐予  
欣赏人生途中美好的时光  
有苦,自我释放  
有乐,欣然品尝  
所有过往皆为感悟  
所有好坏皆是风光  
愿人生如初见  
愿过往皆为圆满的序章  
就让时光不说话  
把生活过成自己喜欢的模样

