

第一推荐

怎样才能幸福

邓刚

小时候无论活得多么苦，却活得有股劲儿。为什么？因为总觉得将来一定会美好，而且将来的美好，无论怎么想都是五彩缤纷！

但万万想不到，我现在已经活到“将来”了，却觉得没有当年活得那股劲儿了，这是怎么回事？如果认真对比过去，真就是一个天上一个地下——那时我能骑一辆自行车，兴奋地迎着寒冷的北风唱歌。现在我开上了小汽车，只要一踩油门，就可以尽情游览，欣赏大自然美丽的风光，可是却再也没有当年骑自行车的快乐心情了。骑着一辆缠着彩色塑料带的自行车，顺着街路的下坡飞驰，旋转的车轮迎风摩挲，发出“嗡嗡”的声响，再随心所欲地敲响“叮叮零零”的车铃，真是心花怒放！

记得胆小柔弱的妻子刚嫁到我家，害怕我们后院阴暗角落的茅房，只要去方便，就逼着我给她站岗放哨。我只好站在茅房外站立，还得不断地哼着歌，让在里面的她知道我没离开。可是现在，我们有明亮的卫生间，有抽水马桶，坐在里面又洁净又舒服。但不知为什么却经常饶有兴趣地回忆当年的茅房，那时多有意思啊……

在那个艰苦的年月，苞米饼子

就咸菜，吃得香喷喷的，有滋有味儿。有时母亲从姥姥家回来，在怀里掏出一根还有些温热的小红薯，偷偷塞给我，我就趴在被窝里一小口一小口地嚼着，真就是甜如蜜饯，多少年后也难忘。可现在，面对满桌子丰盛的饭菜，竟然没什么胃口。

那时，一件衣服洗了又洗，补了又补，只有到过年才换一件新衣服。穿件新衣服，神圣得动作都不自然了。因为怕弄脏了，小心翼翼地不敢走也不敢坐；穿一双新鞋过湿脏的路面，就脱下来提在手里。可是现在，打开衣柜，满满一排衣服，竟然愣愣地看着，不知穿哪一件，甚至觉得没有合适的衣服可穿！

可细细一想，以前那么艰苦，怎么会觉得有意思，怎么会觉得幸福？

前些年参加一个座谈会，座谈的内容“什么是幸福”，与会者踊跃发言，有的说幸福就是过上好生活，吃得好，穿得好，住得好，而且腰包里有钱；有的说幸福就是你追求的目标达到了，例如你想当音乐家，当画家，当工程师，当企业家，经过努力奋斗，最后当上了，这就是幸福；有的还调侃着说幸福就是吃喝玩乐的享受。问题是你的生活过得比过去好了，就感到幸福了吗？你的事业成功了，你就认为幸福了吗？你整天吃喝玩乐就感到幸福了吗……

讨论来讨论去，大家渐渐感到幸福两字看起来简单，却很难定义。有钱有车有房，整天吃喝玩乐的享受更可怕，会产生醉生梦死的压抑；人的追求无止境，无论得到多大的荣誉也不满足，一些名声响亮的人甚至没有成功的感觉，还在为更高的目标拼搏着。现实生活中可以看到这样的现象：一个人从农村的小院落追求到城市的高楼大厦，又追求到豪华别墅，最后又追求回去，寻找农村小院落绿色时光。网络上有不少调侃的话，比如“没钱时，在家吃野菜；有钱时，在餐厅吃野菜”。总之，追求幸福有时会追出匪夷所思的荒诞，你怎么给幸福定位？

我交往的一位老者，他对幸福的观念就是三个字：好心情。一次与老者到野外散步，见一水湾涌起浪花，原来一些大鱼小鱼可能兴奋了，直往水面上蹦跳嬉戏，似乎要离开这死气沉沉的水湾，到陆地上来游逛一番。突然，真就有一条鱼力量大，蹦得最高，竟然就蹦到岸上来了。但离开水湾到干燥的岸上，它就失去了呼吸的条件，憋得发了疯一样地乱蹦乱跳。这时老者便对我笑道：“你知道这条鱼此时在想什么吗？”看我有点目瞪口呆，老者有点严肃地说：“这条鱼现在才明白，在水里太幸福了……”

意图

【经典语录】

◆以“淡”字交友，以“聋”字止谤，以“刻”字责己。——李叔同

◆我以为爱情可以填满人生的遗憾。然而，制造更多遗憾的，却偏偏是爱情。——张爱玲

◆心小了，所有的小事就大了；心大了，所有的大事都小了；看淡世事沧桑，内心安然无恙。——丰子恺

◆人活一世，就像作一首诗，你的成功与失败都是那片片诗情，点点诗意。——季羡林

◆每日所读之书，最好分两类；一类是精熟的，一类是涉览的；因为我们一面要养成读书心细的习惯，一面要养成读书眼快的习惯。心不细则毫无所得，等于白读；眼不快则时候不够用，不能博搜资料。——梁启超



人生在世

给鸡零狗碎的生活撒点儿糖

王红霞

这个世界从不缺乏聪明人，缺少的是真正有智慧的人。——题记
之所以要写这个话题，是见了一些生活中着实缺乏智慧的女人，使得本就一地鸡毛的生活越发不可收拾。

对待老公是一味控制，认为老公一旦跟别的异性聊天吃饭或者同坐一辆车就是要出轨，然后就给老公连环夺命打电话。如果老公不接电话，她就发朋友圈、发抖音各种哭骂，等老公回家后又是一番鸡飞狗跳。

对待孩子是非打骂。作业不会写打骂，考试没考好打骂，老二哭了打骂老大……感觉这种女人就没有跟孩子交流思想感情的时候，出了问题永远不能好好说话，永远作为高高在上的家长、权威，指责孩子，埋怨孩子。

对待公婆是颐指气使。一些人对待公公婆婆无异于使唤保姆。孩子生下来除了喂母乳就没管过，接送孩子、做饭、辅导作业全交给老人，自己除了上班就是玩手机、逛街，可怜公公婆婆年迈体弱还要承受太多生活的重担，却依旧换不来儿媳的和颜悦色。另外一些没遇上这样的公公婆婆的，便对公公婆婆各种不满，各种斗智斗勇，老公夹在中间像风箱里的老鼠。

长此以往，公婆早晚得崩溃，夫妻早晚要闹矛盾，孩子将来也不会跟人好好沟通，用同样的方法对待他的孩子，而那些坐享其成的儿媳或者怨天尤人的儿媳妇，真的心安理得吗？

导致这样的结果绝不是因为她们愚笨木讷，甚至她们当中绝大部分是所谓的聪明人，但使一切变糟的也许恰恰是这种自作聪明。她们

缺少的不是聪明，而是生活的智慧。智慧，跟智商高低关系不大，与之相关的是一个人的人品和格局。

对待爱人，应该以心换心，给予信任。爱应该像放风筝，把握大方向，偶尔紧紧绳子；给予对方一定的自由，培养自己的兴趣爱好；不要把客气全丢掉，也不至于撕破脸皮。

跟孩子要学会心平气和，平等交流。要把孩子当作有思想、有情感的个体，而不是大人的附属品、出气筒。

对待长辈，不要自私自利，光顾着自己痛快。体谅别人，也是尊重自己。要知道，每个人都会有年迈的那一天。

苏格拉底说，承认自己的无知，乃是开启智慧的大门。生活的智慧，不是要多精明，而是让自己笨一点；不是要事无巨细，而是要学会放手，给鸡零狗碎的生活撒点儿智慧的糖。

视野

冷眼相看

马德

永远不要对一个独立的事件作评判。

我的主张是冷眼相看。沉着，并不会湮没你恰恰相反，它会彰显你的理性和成熟。一场大戏，不要急着在热闹处叫好，戏罢，演员卸妆，观众散去，你回家对月，泡一壶老茶，再细细品咂，戏才会滋味尽出。

主动评判，就意味着你是一个鼓噪者，而非中立者。而且，简单的二元判断，非黑即白，非好即坏，又容易让某种情绪滋长和嚣张。

还是不轻易地评判吧，这样做并不意味着你是傻子。事实上，你草率评判了，却容易成了傻子。无论你说了什么，主张了什么，一旦被愚弄，被欺骗，被蒙蔽，本质上都是被利用。

除非你了解事情的来龙去脉，否则，你看到的未必就是真的。当真相呈现，你发现，不能中立就是昏聩，简单武断即是丑陋。你眷恋道德，却又极易被道德操纵。

我觉得，冷眼相看，是相对比较好的态度。它始终与事件保持一段距离，既不随便赞美，也不刻意鞭挞，既不暧昧也不冷漠，便是一个智者的形象。当理智尚未高屋建瓴，不轻易站队，当事情尚未水落石出，不轻易评判。这样，你的严谨和审慎，既防止了自我愚蠢的发生，也杜绝了给利用者以机会。

冷眼相看之后，把所有都交给时间。时间不会还原过去，但时间会让真的从容前行，让假的破绽百出，最后清者自清，浊者自浊。

励志

一人一碗饭

石兵

老人们常说，一人一碗饭，莫贪他人碗中饭，莫让自己碗太满。

一人只有一碗饭，这碗饭便是其在世间行走的依凭。为了这碗饭，有人出力，有人动脑，但仍有吃不吃饱，有人撑破肚。归根结底，是这碗饭配不配得上这只碗。碗是一个人盛放生活理想的容器，饭是一个人最实际的愿望。饭可以无限多，碗可以无穷大，但一个人只能有一碗饭。

一人一碗饭，是因术业有专攻，别人的饭碗你端不上，别人碗里的饭你够不着，只有捧好自己的碗，把适合自己口味的饭一点点放入碗里，才能吃得心安理得、平平安安，才不会担心被别人抢走了手中的饭碗。

自己的饭碗能放多少饭，应该心中有数；自己的胃口能吃多少饭，更应当心知肚明。只抱一碗饭，不是让人安于现状，而是让人专心致志。求之不得不如珍惜眼前，好高骛远不如脚踏实地，自己手中的碗才是生活的真道理。

一人一碗饭，不必太满，不必太甜，但要有滋有味，有乐有趣。

闲言絮语

夺笋

孟冰洁

“夺笋”出自网络主播“迷人的郭老师”之口，是东北话版的“多损”，也常见于各种小品中。因为东北口音特有的诙谐色彩使“多损”附加了一层戏谑的意味，所以为了表现出口音，大家喜欢将“多损”写作“夺笋”。

“夺笋”通常和语气词连用为“夺笋哪”“夺笋啊”，可以用于评价那些损人利己的行为，例如：“他偷偷跟领导打小报告，这人夺笋哪！”

慢慢地，大家在使用“夺笋”这个梗的过程中逐渐用出了新的花样，例如，“夺笋”可以扩展为“大熊猫饿死了，都是因为你把笋都给夺完了”“你是大熊猫吗，笋都让你给夺完了”，其调侃的意味又增加了一分。