

审思明辨

关心更大的世界

哲学家斯图亚特·密尔说,当人们“把眼光放在别的事物上时,也顺便找到了自身的幸福”。

这并非一种利他主义,而是一种更广阔自我探索、自我建构。我们终究是一个社会人,与周围的世界息息相关。当我们完全沉迷于自我,沉迷在手机屏幕的小世界里时——别以为那些短视频能带给你更广阔的世界,相反,那是一个靠着算法建立的时间牢笼——我们从来不会从中获得幸福。

只有心中装着更广阔的世界,才能带给我们更大的惊喜、更有韧性的人生。(文/张恒)

往里走,安顿自己

苏东坡被发配去的地方,一个比一个偏远。等后来再见到当年的政敌时,他内心安定,已经没有恨了。杜甫也一样。前行的道路断了,江上波涛汹涌,他平静地看着浮云从松枝间缓缓地飘过,内心也是安静的。

苏轼、杜甫、陶渊明这样的人是榜样,我们能看见他们的不幸,也能看见他们超越了一己的命运。有这么多先贤能在逆境之中自得其乐,我们何尝不可以呢?

这不是在逃避人生,这是在寻找安顿自己内心的境界。(摘编自《读者》)

名人堂

木头顺放

前不久,我在喀纳斯景区,一个山庄老板告诉我,说他那里有一根奇异的大木头,让我过去看一看。我对大木头一向好奇,就跟了过去。

一进山庄,果然立着一根非常高的木头,头朝下栽在土里,根须朝天张牙舞爪。我看了非常生气,对老板说:“你怎么可以把这么大的一棵树头朝下栽着呢?”老板说:“是棵死树。”我说:“死树也是树。它有生长规律,它的生长是头朝上,像我们人一样,你不能因一棵树死了,就把它头朝下栽到地上。假如你死了,别人把你头朝下埋到土里,你肯定也不愿意,你的家人也不愿意。”

这个老板显然不懂得该怎样对待一根木头。谁又懂得这些呢?我们现在

做什么事都普遍缺少讲究,我们只知道用木头,用它搞建筑,做家具,但不知道该如何尊重地用一根木头,我们不讲究这些了。但我们的前辈讲究这些,我们古老文化的特征就是对什么都有讲究。有讲究才有文化。没讲究的人没文化。

记得几年前我装修一个酒吧时,买了一根长松木杆,要安在楼梯上当扶手。木工师傅把木头刮磨好,问我:“这根木头该怎么放?”

我反问:“你说该怎么放?”

他看看我说:“应该是小头朝上,大头朝下。我们老家都是这样做的。”

木工师傅的话让我对他刮目相看。他显然没有上过多少学,但是他知道最起码的一点,木头要小

头朝上,大头朝下。原因很简单,因为树活的时候就是这样长的,即使它成了木头,做成一个楼梯的扶手,也要顺着它原来的长势,不能头朝下放。

我从小就知道了盖房子木头该怎样放。以前到了村里人家,习惯仰头看人家房顶的椽子檩子,有的人家也不讲究,看到不讲究地摆放木头我就觉得不舒服。

中国人讲究顺,这个顺就是道。道是顺应天地的,包含了天地万物的顺。我们干什么事不能只考虑人自己顺,身边万物都顺了,生存其间的人才会顺。木头的顺是什么?就是根朝下,梢朝上。活着是这样长的,死了的木头也是树,也应该顺着它。(文/刘亮程 作家,61岁)

生活俚语

母亲的口头禅

90多岁的母亲跟着父亲走南闯北,一生辛劳,波折不断,但这些并没在母亲心里投下阴霾,相反,她活得豁达而通透。

母亲常挂在嘴边的一句话是“我还是得天独厚的”。得天独厚,拥有我们这样一群平凡但孝顺的儿孙;得天独厚,年轻时打拼历经沧桑,如今迎来晚年无忧无虑的生活。母亲的“得天独厚”里,有感恩,有自信,亦有从容。

母亲挂在嘴边的另一句话是“不怪他”。母亲爱

亲人,爱朋友,爱每一个熟悉和陌生的人,善良又宽容。有一次,随母亲一起生活的大姐抱怨说,她把挑选的优质花生拿到集市上卖,有个买主出价比别人的劣质货低,她解释一句,对方竟然就吵起来。大姐对此事耿耿于怀,母亲听完后说:“你不用生气,别人可能是活得不开心,不怪他。”母亲活得开心,就是有一颗包容的心,小事不计较,宽以待人。

母亲挂在嘴边的第三句话是“这个好事做得

值”。不以善小而不为,母亲在生活中常为别人做小事、帮小忙,看到别人因此解了烦、救了急,她每次都乐得嘴都合不拢,一再说“这个好事做得值”。

母亲以言传身教潜移默化地影响着我。我看书,看到佳句“愿你内心山河壮阔,始终相信人间值得”,我想母亲就是如此。

内心像山河般壮阔,人才会乐观豁达,活得光明磊落。我要活成这样的人。(湖南常德 王丕立)

同日理不同

总结

一家企业的管理层带领全体员工去一家名企参观学习。活动结束后,总经理要求员工开会谈心得体会,管理层内部也开会研讨。

员工们的体会大概有这么几点:名企员工工作积极性高,因为待遇好;名企员工富有创造力,因为名企管理人性化;名企效益好,因为领导水平高,能力强,火车跑得快,全靠车头带。

管理层的研讨总结有这么几点:名企员工责任感强,富有敬业、奉献精神;员工学历高、能力强,工作富有创造力;名企发展快,人才是根本,我们缺乏人才。(摘编自《今日文摘》)

请将您对这个故事的感悟在4月4日前发送至18673167043。

故事回顾

上期故事见3月23日“参悟”版《这道题我不会答》

百家争鸣:“知之之为知之,不知为不知”,为人之道首先就是要讲诚信。(广西南宁 黄贵宁 63岁)

选人用人,以德为先。这道让人难以作答的题,看似考历史,实则是考“人”。(河南郑州 李新和 68岁)

明明白白做人,清清楚楚做事。道理很简单,但并非人人能做到。(河北石家庄 杨世欣 72岁)

家里最费电的5个电器：第一个最容易被忽视！

随着科学技术的不断发展,出现在我们生活中的电器产品也越来越多,确实使我们的生活方便了不少。不过家电虽好,但它是建立在耗电的基础上的,电费并不便宜,而家里最费电的电器有哪些呢?让我们来了解下。

第五名：路由器

路由器其实需要的电量并不多,是家里功率很小的家电了。但是,很多人家里的路由器几乎是24小时一直开着的,积少成多,路由器也成了家里最耗电的电器之一。

节电窍门:路由器不用的时候,最好关掉,既能省电,关掉之后再打开,网速也会变快。

第四名：电饭煲

电饭煲是每个家庭都必备的家电之一,我们每天在做饭的时候都会要用到电饭煲,它的耗电主要是在于它在保温的时候,特别是很多家庭喜欢将电饭煲

长时间地处于保温的状态,保温消耗的电量是很大的。

节电窍门:电饭煲用完以后,没有必要一直处于保温的状态,及时将电源插头拔掉,能够减少内耗。而且,电饭煲的底盘也需要经常擦洗。

第三名：冰箱

冰箱其实还是比较节能的,它待机保温功率很小,制冷启动后功率较大,1小时耗电0.065—0.1度。冰箱24小时常开,但制冷压缩机不会持续运行,实际并不耗电,可以放心使用。虽然电冰箱不太耗电,但我们还是有更节能的使用方式。

节电窍门:首先,冰箱本身处于高散热的状态,如果将其他散热性的电器与其一起放,比如微波炉、烤箱等,会影响冰箱的散热效果,从而增加内耗,加大用电量。

第二名：空调

很多人都以为空调是家里最耗电的家电,因为空调是家里功率最大的家电了。空调开着的时候确实是非常耗电的,一年下来,空调要耗不少的电,但却不是家里最耗电的家电。

节电窍门:很多人都知道空调的温度设置在26摄氏度,是最为省电的模式。但是,别忘了还有风向噢,一般来说,冷空气向下走,所以制冷时,最好把空调风向朝上,让冷空气由上而下循环,这样房间温度可以最快降下来,也最为省电哟。

第一名：机顶盒

机电盒是耗电大户,它其实和路由器一样,所耗电的原因主要还是我们长时间开着机顶盒不关掉。平时我们看完电视之后,大多数人就是用遥控器按一下电源开关,让电视机保持一个待机状态就没做别的了。这时候机顶盒一直也是处于待机的,长此以往

变得非常大!

节电窍门:平时不使用机顶盒的时候,一定要将电源拔掉,电视机也是同样如此。别看这些小耗电,积少成多,家庭的开销就是这样来的呢。

今天的生活指南就分享到这里了,想要获取更多生活中的技巧、居家小妙招,可下载快乐老人报官方App【如伴】哦,给您的生活带来健康,带来便利!

微信扫描下方二维码即可下载【如伴】!

如伴

扫描右方二维码
下载如伴开启快乐生活