

N 南腔北调 nanqiangbeidiao

世间最痛苦的，莫过于欲望太多；欲望越小，生活里幸福的滋味就越多。别看这话似乎很“鸡汤”，但简单朴素、通俗易懂，饱含着深刻的人生哲理。

人们常说，人生有两大痛苦：一是

得不到你想得到的东西，二是得到你想得到的东西。得不到你想得到的东西，继而产生痛苦，这个可以理解；得到了你想得到的东西，为什么还会痛苦，似乎让人费解。原来，还是欲望在作怪。一些人，得到了想得到的东西，比如金钱、地位，但他们很快就会改变想法，我为什么不可以得到更多一些金钱、取得更高一些地位呢？因而，无休止地展开一轮又一轮的疯狂

追索。
欲望会让

欲望这点事

□龙建雄

人产生积极向上的内驱力，也是让人疯狂、令人痛苦的根源。

我个人觉得，人要有点欲望，倘若不能超越自我，那你只能接受平庸，而且是被动接受。你想改变命运和前途，你想通过读书考取功名、增长知识、获得机会，那你必须要和千千万万的人竞争，在人生的各个阶段，必须要有清晰的人生规划。你想要在这个社会上立足，出类拔萃，那你更加要去竞争，同千千万万与自己不相上下的人去比拼，从而获得合适自己的工作，或是岗位，或是薪酬。我们常说，竞争是残酷的，更是现实的。所以，这种“适者

生存”“日日新”的欲望，总归有好的、积极的一面，有益于我们个体，有益于社会进步。

所以，我认为，人有欲望并不是什么不光彩的事。那些用“是欲望害了他”的说辞来解释某些糊涂事，也不尽其然真是欲望害了谁。一开始欲望是良性的，后来，贪婪、懒惰、无所作为大大超过欲望，才生成大患。

其实，欲望有一个孪生的兄弟，就是舍得。有舍有得，有舍，才有得。一个人真正拥有的东西有限，所以，我们每个人心中最好有驾

驭舍与得的能力，懂得节制自己的欲望，懂得有些事，竹篮子打水，注定一场空。

“良田千顷不过一日三餐，广厦万间只睡卧榻三尺。”过来人会如此奉劝我们。这话一点毛病也没有，人终其一生，需要的都不过如此。当下，这忠告对于我们每个人，依然振聋发聩，毫不过时。聪明的人呀，我们且行且珍惜吧。

F 非常男女 eichangnannv

等十二个小时

□清风

我和妻子是性格截然不同的两种人，我活泼开朗，而妻子内敛沉稳。恋爱时，我们都认为这样的性格互补，一定会把生活过得甜蜜。可是，婚后两人朝夕相处久了，才知道恋爱时的想法多么单纯。

新婚过后，我们开始为家庭生活中的一些琐事争吵，我性格直，说话不会转弯抹角，妻子受不了，就用“冷战”对付我。我感到自尊受到挑衅，就变本

加厉地向她施威，逼她出招。其实，事后我常常想，如果我对妻子温柔一点，矛盾发生后，再忍让一点，也不至于经常吵架。可是，每逢与妻子有矛盾，我一时又控制不住自己。

周五下班前，妻子约我晚上到茶楼喝茶。我早早就来到街头，左等右等也不见妻子过来。等夜幕降临，我走进茶楼一看，发现妻子早已坐在里面。我气得七窍生烟，妻子却满腹委屈，她以为我知道在里面会合。我们不甘示弱地吵起来，妻子一气之下拎包就走。

我呆坐在茶楼生闷气，服务生过来给我上了一杯新鲜的柠檬茶。我用匙子愤愤不平地捣着杯中未去皮的柠

檬，心烦意乱地呷了一口：“哇，苦死了！”我冲服务生大喊。

服务生却不生气，微笑着：“先生，你知道吗？柠檬皮经过充分浸泡之后，苦味溶解于茶水之中，会出现一种清爽甘冽的味道，正是现在的你所需要的。请不要急躁，在两三分钟之内把柠檬的香味全部挤压出来，只会把茶弄浑，把事情弄得一团糟。”

我蓦然一惊，好像明白了什么，赶紧问道：“要多长时间才能把柠檬的香味发挥到极致呢？”服务生笑了：“十二个小时。十二个小时之后，柠檬会把精华全部释放出来，你就可以得到一杯美味到极致的柠檬茶了。但你要

付出十二个小时的忍耐和等待。”服务生停顿了一下，又说，“其实不只是泡茶，婚姻中的任何矛盾和烦恼，只要你肯付出忍耐和等待，就会发现，事情并不像你想象的那么糟糕。”

回到家，屋内一片漆黑，妻子回了娘家。如果是过去，我愤怒的情绪一定会继续升腾，可是，今晚服务生的话触动了我。我打开冰箱取出一个新鲜柠檬，把它切成薄片放入茶中。第二天上午，我终于品尝到了有生以来喝到的最美味的柠檬茶。

我豁然顿悟了，婚姻也是如此吗？夫妻宛如柠檬和茶水，如果夫妻都能像柠檬一样，为了清爽甘冽的滋味，尽力释放自己的精

华，那么，获得的就是幸福美满的婚姻。释放彼此精华的过程就是十二个小时的忍耐和等待。为了品味不尽的婚姻美满滋味，小小的忍耐和等待又算得了什么呢？

想通后的我急忙抓过衣架上的衣服，出门迎接妻子回家，一起品尝婚姻这杯柠檬茶。

请本文图作者与编辑联系，以便奉寄稿酬。

N 耐人寻味 airenxunwei

凡事先从自身找原因

□周美好

有人说，在这个世界上，强者善于从自己身上找原因，弱者习惯从别人身上找原因。觉得很有道理。人生在世，贵在自省和自知。凡事先从自己身上找原因，能解决人生很多问题，也能消解人生诸多烦恼。

有个女孩在饭店做服务员，入职第一天，失手打碎了一个杯子。大堂经理要从她的工资里扣，女孩嘟着嘴反驳道：“我第一天来，杯子太滑没拿稳，不怪我。”入职快一个月，她给客人点错了菜，再被批评时还是嘟着嘴：“客人说话太快了，我没听清，不怪我。”

直到有一次，女孩的亲戚来店里消费，她未经经理同意，擅自从后厨下了单，又在买单时给了亲戚一个很大的折扣。经理问起这件事，她不以为然地说：“他们都是我的亲人，我总不能



事先从自身找原因，发现并解决问题，是一个人难能可贵的修养。但是，从自身找问题，也不意味着要事事苛责自己。人这一辈子，不可能每件事情都做到尽善尽美，是自己的错就努力改正，不是自己的错也要学会放过自己。

看过一个视频，一个IT工程师在自己的家乡小有成就，便想去大城市见识更大的天地。没想到大城市的生活远不如她想象中那般顺利，因为身边优秀的人太多，竞争的压力常常让她喘不上气来。

渐渐地，她开始变得自卑，觉得自己不管做什么事都会被人嘲笑；身体状况也急转直下，开始失眠、暴饮暴食。好在朋友及时地劝慰她：“这不是你的错，感到焦虑是因为你想变成更好的自己，但你也不能因此就折磨自己、放大痛苦。”后来，她想明白了，慢慢从负面情绪中走了出

没点人情味儿吧。”经理没再说什么，只是从那以后，不再把重要的事情交付于她。其实，这样的例子在生活中并不少见。有些人犯了错后，第一时间想到的不是如何改正，而是如何找借口为自己开脱：工作没做好，就是公司不靠谱；关系

没处好，就是同事有问题……久而久之，不仅无法改变现状，还加深了与周围人的矛盾。

听过这样一句话：“从自己身上找问题，一想就通了；从别人身上找原因，一想就疯了。”凡

来。

可能我们这一生时常会有这样的时刻，有人会觉得不够努力，有人会觉得不够漂亮……不断地挖掘自己的缺点，怀疑自己是不是一无是处。却忽视了，一个人不可能让所有人满意，因此不必时刻斤斤计较。有时候，面对缺憾，放过自己、认清不足，也是一种能力。

3

人生在世，如何看待自己、如何处理问题，真的很重要。

学会谦逊地待人接物，懂得转换角度分析问题；遇事多从自己身上找原因，有则改之，无则加勉。带着这样的心态为人处事，不仅能让我们的人生更和顺，也能平复不少焦躁不安的情绪。

人生路还长，愿你有前进一步的勇气，亦有后退一步的从容；愿你有前程可奔赴，亦有岁月可回首。