

生存還是生活，你說了算

作者:崔曼莉



曾經看過一個紀錄片：一個中國留學生在德國因為迷戀賭博，導致破產、失業、離婚，欠下了50萬歐元的債務，人已經處在崩潰的邊緣。這個時候，他50歲的大哥，決定去德國打工，一邊為弟弟還債，一邊督促弟弟戒賭。這似乎是個不可能完成的任務。大哥的妻子身體不好，女兒正在上高中。為了這個決定，氣惱的妻子和他離了婚。他只身一人去了德國。

到了德國，他做的第一件事就是找地下賭場談判。他說，我是個一無所有的人，來這裡就是為了救弟弟，如果你們再放他進去賭，我第一不會還債，第二就報警。如果你們想砍死我，請便。三個地下賭場，從此不再放他弟弟進門。

他做的第二件事情，是帶著弟弟在一家華人蛋糕店學手藝，弟弟身上的錢不允許超過一歐元。這樣過了一年，他想辦法借了點錢，開了家糕點店。由於口味好、信譽好，又有救弟弟的動人故事，店里生意興隆。

他做的第三件事情，就是在當地成立了互幫會。慢慢地，很多初到德國的華人，有什麼問題都去找他幫忙。他成了當地一個欠著一身債的傳奇人物。

他做的第四件事情，就是不斷給女兒與妻子寫信，希望她們能理解並原諒他。他說他如果不這樣做，弟弟就會死在異國他鄉。

10年過去了。記者採訪他的時候，他剛過60歲生日。弟弟欠的債，只剩5萬歐元了。弟弟再也沒賭過，他開始利用網絡嘗試外賣生意。他的妻子和女兒也原諒了他，妻子決定和他復婚。

如果說生存，他真的是曾被逼到了死角。可是他沒有遠離生活，而且創造了奇跡，洋溢著人性的光輝。

我們常會為生計所迫，做些不得已的事。但是有些人，永遠能在生存中品出好滋味，這就是

生活。生存是我們生活的基礎，是我們不得不做的事情。但生活到底是什麼滋味，是由我們自己選擇的。

小時候聽母親說，懂得生活的人，哪怕住最差的房子，穿最差的衣服，也會把屋子收拾乾淨，衣服摺好放在枕下，壓得平平整整。生存是有限的，生活是無限的。



作者:李丹崖

一朵花，開在深夜，幽長的一束光照見它，它視而不見，意韻幽幽地開著，這樣的花朵有靜氣。

一個人，專心一件事，別的事情都打擾不了他，別的誘惑都迷亂不了他，他就那樣心繫一處，彷彿進入了禪定，這樣的人也有靜氣。

人一鬧騰，六神無主；人一靜謐，風度俱來。月朦朧，鳥朦朧，實因心朦朧，飄忽不定。心猿意馬，動若脫兔，實因沒有安全感，或是慾壑難填。

齊白石老先生在其成名後，有人問他，如何從一個木匠華麗轉身成一位巨匠？他答道：作畫是守靜之道，涵養靜氣，事業可成。

齊白石的話讓我想起一則故事。在雍正皇帝編著的《悅心集》里，有一則《堯舜至今尚在》，里面有這樣一段對話，很有意思：“昔有一名僧，被召見駕，叩首呼萬歲。上曰：‘人生百年且不可得，何雲萬歲？’僧曰：‘堯舜至今尚在。’上大悅。一日同御便殿，復問曰：‘京師有多少人？’僧雲：‘只有兩個人。’上曰：‘何謂？’僧曰：‘一個為名，一個為利。’上點頭稱善。”

京畿之地，熙熙攘攘，名利紛擾，何來靜氣？靜氣在哪里，在山野清風徐來之處，明月皎皎之所。

難怪歷代聖賢中的許多人，心向田園，天子喊來不上朝，一心只謀三分田。餐風飲露好風雅，被天席地度詔華。這就是靜氣，八風吹不動，任何攪擾在他的面前都成爲“蚍蜉撼大樹”，沉穩大氣有賢德，在心靈的颶風深處也能泰然自若。

翁同龢是清朝三代皇帝的老師，他曾寫過這樣一句話：每臨大事有靜氣，不信今時無古賢。豐子愷也說：“既然無處可逃，不如喜悅。既然沒有淨土，不如靜心。既然沒有如願，不如釋然。”多明亮的心態！

隨便找個理由

作者:羅爾夫·多貝里

巴澤爾和法蘭克福之間的高速公路上發生擁堵，原因是道路在整修。我很生氣，煩躁地在逆行車道上蹭著前行了15分鐘，直到開出擁堵的地段——我也只是自認爲開出了擁堵地段。半個小時之後，路又被堵住，車子不能前進，還是因爲道路在整修。但奇怪的是，這次我沒怎麼生氣，因爲路邊以相同的間隔立著些牌子，上面寫著：我們在爲您整修高速公路。

這個堵車的故事使我想起了哈佛大學心理學家埃倫·蘭格在20世紀70年代做的實驗。她在圖書館里等複印機前排起長隊時，去問排在最前面的人：“不好意思，我只有5頁要複印，你可以讓我先複印嗎？”很少有人會同意。她接著做實驗，這次她找了一個理由：“不好意思，我只有5頁要複印，你可以讓我先複印嗎？因爲我趕時間。”幾乎每一次被問到的人都會同意她先複印。這是可以理解的，因爲趕時間是個很好的理由。令人吃驚的是接下來的實驗，她還是等複印機前排起長隊時去問排在最前面的人：“不好意思，我要複印5頁，可以讓我在你前面嗎？因爲我想複印。”幾乎所有被問到的人都同意了，儘管這個理由很可笑，因爲每個在排隊的人都“想複印”。

如果我們給自己的行爲一個理由，就會得到更多的理解和支持。令人吃驚的是，理由是否充分並不是那麼重要，只要有“因爲”這個簡單的詞就夠了。一塊通知“我們在爲您整修高速公路”的牌子其實完全是多餘的，因爲在高速公路上搭起工事還能有什麼原因，我們從車窗外瞥一眼就會知道是什麼情況，但是說出一個理由會讓我們感到平靜。

在法蘭克福機場，航班登機時間推遲了。機場不停地在廣播：“航班LH1234晚點3個小時。”我到登機處詢問原因卻未得到答復，我當時非常生氣地說：“太氣人了，都不讓我們這些候機的乘客知道原因！”還有一次，機場廣播是這麼說的：“航班LH6578因爲內部原因晚點3個小時。”這是個什麼都沒說明白的理由，卻足以讓我和其他乘客感到安慰。

人類對“因爲”是上癮的，我們需要這個詞，即使它後面跟著的內容並非無懈可擊。當領導的人都知道，如果沒有給員工一個“因爲”，他們的動力就會變小。如果只宣佈你創立的製鞋公司的目標僅在於生產鞋是不夠的——儘管的確是這個目標，但表達出來的目標應該類似於，“我們要用自己製造的鞋引起市場變革（就像經常說的那樣）”，或者“我們要使女人的腿變得更纖美，使世界變得更美”。

如果你被問到爲什麼錯過了最後期限，你最好回答：“因爲我很遺憾地沒有趕上。”這是個多餘的信息（因爲如果你趕上了也就不會錯過最後期限），但這個理由往往很容易被接受。

有一次我看到妻子很仔細地把黑色和藍色的衣服分開洗，在我看來這沒有意義，因爲我覺得這兩種顏色的衣服都不會掉色。我問她：“你爲什麼要把藍色和黑色的衣服分開洗？”她說：“因爲我想分開洗。”這個回答對我來說就足夠了。

送給女人的經典句子

勇敢的女人，永遠比懦弱的女人美麗！有些話，作爲女人的你必須懂。

- 1、就算眼前的這個男人，千般好，萬般好，處處是優點，他不愛你，這個缺點，你永遠改變不了。
- 2、一個人最大的缺點，不是自私，野蠻，任性，而是偏執的愛著一個不愛自己的人。
- 3、不管你的條件有多差，總會有個人在愛你。不管你的條件有多好，也總有個人不愛你。
- 4、打扮的再美，穿的再昂貴，那只是個幌子，用善良做的外衣才是真的美。
- 5、能開口說出的委屈，便不是委屈。能離開的人，便不算是愛人。
- 6、不卑不亢，從容優雅，面對一切。
- 7、一個人，如果沒空，那是因爲他不想有空，一個人，如果走不開，那是因爲不想走開，一個人，對你藉口太多，那是因爲不想在乎。
- 8、要明白一個道理，男人可是輕易的喜歡一個人，但不會輕易的愛上一個人。
- 9、在風平浪靜的日子里，留點空間給自己，留點空間給對方，留點美好給距離。

- 10、有的時候不要太計較，男人都有點粗枝大葉，忘了一件事，不代表他不愛你，別自己嚇自己。
- 11、女人，往往喜歡坦白心事，男人，則恰恰相反。
- 12、女人的心慈手軟，與男人的口是心非，成正比。
- 13、不要妄想試圖改變誰，因爲誰也改變不了誰，只有，他願不願意爲你改變。
- 14、說過的話一定要做到，哪怕是再愚蠢的，也總比言而無信的好。
- 15、不要在你哭泣的時候，說氣話，下決定，你會後悔的。
- 16、他說，我累了，讓我冷靜一段時間，好么？你就說好，因爲，他是來通知你的，不是來徵得你同意的。
- 17、不是所有的努力都會成功，但是，不努力，就一定不會成功。
- 18、女孩子要自愛，不管你遇到多大的打擊，不管你遇到的情況多麼悲

涼，藉故墮落，也是墮落，越是不愛自己，越是沒人愛你。

- 19、放好心態，失去的東西，不要悲傷，你就當，他本身就不屬於你。
- 20、儘量做個，優雅的女子。千萬別做作，因爲，做作的女人，不僅女人討厭，男人更討厭。
- 21、獨立，永遠。不管，感情還是金錢。
- 22、要知道，一個男人好與壞，不是看他花心還是專一，自古男人都花心，而是要看，有沒有控制力。



男女出軌後的表現大不相同

大部分出軌的人都會將自己生活重心放在那個第三者身上，家中的事情已經變得很少，愛人也成了附屬品。但是，女人出軌有時候隱藏得比較深，不容易被男人發現。

男人出軌後的14個變化

- 一、他開始運動，特別是慢跑(他可能是跑到其他女人的家里)。
- 二、他不再與你做愛，或要求做愛的次數變少，或開始新方法的嘗試。
- 三、他開始注意自己的飲食，或開始減肥。
- 四、他開始買新衣服；從拳擊短內褲變成護襠，或甚至都不喜歡了；衣服質料從棉質變成絲質。
- 五、電話響起時，他會緊張，接電話的時候，極力小聲地說話。
- 六、他經常找藉口加班，特別是在周末。
- 七、他開始找理由外宿。
- 八、當他出差旅行的時候，不告訴你行程、班機或飯店的資料。當你問他去哪、什麼時候回來時，他對你大聲吼叫，他會說，你根本聯絡不上他。
- 九、他會在周末的時候一個人出去，所用的是一些差勁的理由。
- 十、當你問他什麼時候回家，或他要去哪時，他會很不高興，而且口氣很沖。
- 十一、他開始將信用卡收據和電話費賬單等藏起來。
- 十二、他開始有自己的專線電話。

十三、他一回到家，馬上就去洗澡，或是刷牙。

十四、他對於自己的行程和他所見的人特別保密。當你對他的私事表現出一些興趣的時候，即使只是很平常的興趣，他也會認爲這是對他隱私的侵犯。

女人出軌後的5個反常

- 一、有目的打扮
- 二、當一個女人出軌後，對於沉浸在愛情剛開始的浪漫中，女人一般會很注意自己的形象的。也就是說，出軌時的女人是最美麗的。她們很注意自己的造型，會把自己裝扮得比平時更加嫵媚，更加漂亮。會開始買新衣服，會給自己抹上芳馨的香水。如果當自己的老婆，對於她們的裝着發生如此開天闢地的大變化後，那麼丈夫就應該注意了，這算是女人們出軌後，一個比較常見的真實現象。

矛盾逐漸增多

當一個女人出軌後，那麼夫妻之間，發生的矛盾會日漸增多。當然這樣的矛盾，大多數都是女人引起的。她們開始對自己的丈夫不滿，會抱怨，會拿一些小問題，來和丈夫發生爭執，少數出軌的女人，也會因此小矛盾，小摩擦，向丈夫提出離婚。因爲她們已經出軌了，所以就不會在乎丈夫心中的疼，也會忘記了曾經的海誓山盟。

沒有眼淚

當一個女人沒出軌前，若是一個丈夫，常和妻子有衝突，大部分女人會用眼淚來發泄的，來讓自己的丈夫哄着她的。如果女人出軌後，若是和丈夫發生矛盾了，女人就不容易掉眼淚了，而相對是不理睬丈夫。巴不得兩人都沒關係。出軌的女人，再也不會因爲丈夫的指責而這麼容易掉眼淚。因爲在她們心中，已有新歡了，心中再

也沒有自己的丈夫了，而想的卻是其他男人。

不再嘮叨

出軌後的女人，似乎和丈夫漸漸開始保持距離了，再也不會像剛戀愛時，那麼浪漫，和丈夫有那麼多甜言蜜語了。所以有些男人對於女人的變化，卻感覺到莫名其妙。例如她最近怎麼不在乎我了？她最近怎麼不愛理我了？她最近怎麼不愛和我聊天了？這些都是女人出軌後真實的變化。

當一個女人愛着這個男人的時候，在家中，或者現實生活中，對自己愛的男人是很婆婆媽媽的，當這個女人，不再對自己的男人婆婆媽媽，當這個女人不再對自己的男人經常叨咕的時候，那麼這樣的女人，絕對可以證明瞭她已經不愛他了，或者已經出軌愛上別人了。

冷漠的性生活

女人出軌後，絕對不會主動和丈夫過性生活。當然，丈夫也絕對查不出來自己的老婆和別的男人發生了異常的舉動。這就是女人和男人的區別。男人出軌，在家中，很難得和自己的妻子再有那個性趣。而女人卻不同，即使女人出軌後，丈夫還提出過性生活，大多數女人爲了掩飾，一般是不會拒絕丈夫的性要求的。

當然，也會有一部分女人拒絕，那都是少數。當一個男人發現自己的女人，在性生活時，不再那麼熱情，不再那麼浪漫，或者裝模做樣的時候，男人們一定要細心觀察了，這也是鑒別自己的女人如何出軌的最好辦法。

