

在简单里安顿自己

陕西省散文学协会会员、
知名文学网「水玲珑美文」主编

康娜 著

中国华侨出版社

在简单里安顿自己

陕西省散文学会会员、
知名文学网「水玲珑美文」主编

康娜 著

图书在版编目 (CIP) 数据

在简单里安顿自己 / 康娜著 .—北京: 中国华侨出版社, 2016.10

ISBN 978-7-5113-6367-1

I. ①在… II. ①康… III. ①散文集 - 中国 - 当代
IV. ① I267

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2016) 第 237819 号

在简单里安顿自己

著 者 / 康 娜

责任编辑 / 文 蕾

责任校对 / 高晓华

经 销 / 新华书店

开 本 / 670 毫米 × 960 毫米 1/16 印张 / 17 字数 / 246 千字

印 刷 / 北京建泰印刷有限公司

版 次 / 2017 年 1 月第 1 版 2017 年 1 月第 1 次印刷

书 号 / ISBN 978-7-5113-6367-1

定 价 / 32.00 元

中国华侨出版社 北京市朝阳区静安里 26 号通成达大厦 3 层 邮编: 100028

法律顾问: 陈鹰律师事务所

编辑部: (010) 64443056 64443979

发行部: (010) 64443051 传真: (010) 64439708

网 址: www.oveaschin.com

E-mail: oveaschin@sina.com

推荐序

哲理的思辨和思辨的人生

——读康娜散文随感

文学创作是生命的舞蹈，是灵魂的呐喊，是人生经历的不吐不快，是思想情感的厚积薄发。在散文写作中，每位作者都想写出能打动万千读者的优美文字，而每位读者也都想找到自己的阅读感知，并能让自己的思想情感与文字一起“行云流水、海阔天空”，这样，读者的思绪和作者的感知圆融一起，让情感潮水恣肆汪洋，随之产生的共鸣效果就可想而知了。

读康娜的散文，共鸣的融合点较多，哲理的思辨性较强，总体感到她是在循着自己真实的内心感受，写就出了一篇篇清新隽永、舒卷自如的、隐含着哲思的文字。

哲理类散文之美在于思辨，而思辨的人生会使生命更加美丽。康娜的散文，多从辨理入手，或抓住某种物象或现象，或从自然的人文的某种角度，或以讲故事的形式，循序渐进，循循善诱，娓娓道来，既具有较高的可信度，又具有较强的说服力。如《学会和生活周旋》《在简单里安顿自己》《活不成自己最凄凉》等等，作者都能以深邃的洞察力和丰富的人生历练，来从思辨人生的角度写出生

命中最朴素的大美。

读哲理散文是为了明智，明智是为了走出靓丽的人生。人生在世，选择的机会很多，但改变人生机遇的却是寥若晨星。在机遇面前，我们要保持清醒头脑，开阔胸襟，审时度势，弄清对自己来说什么才是最重要的，然后主动放弃那些可有可无的东西，求得生命中最有价值、最必需、最纯粹的东西。很多东西，就掌握在我们手中：比如快乐，你不快乐，谁会同情你的悲伤；比如坚强，你不坚强，谁会怜悯你的懦弱；比如努力，你不努力，谁会陪你原地停留；比如珍惜，你不珍惜，谁会和你挥霍青春；比如执着，你不执着，谁会与你共进退……只有把命运掌握在自己手中，我们的人生才能寻找到生命的闪光点。

人世间，没有一个人是生而知之的，后天的阅读，尤其是思辨性的阅读，对我们每个人都很重要。希望广大读者能多读一些哲理性的文字，也包括康娜的文字，来不断地丰富自己思辨的人生，成为生活中的智者。

贾平凹弟子、《终南山》作者林仑

自序

过最好看的生活

最香的美酒，来自被捏得破碎的葡萄，最甜的汁液，源于被压榨成末的甘蔗。

生活的光影里，晴雨、薄云、霁月，琐琐碎碎、忙忙碌碌、起起伏伏、反反复复，急促抑或缓融的鼓点，都由你自己敲响。你欢笑了，满世界的春花都盛放了，你给生活大自在，生活就给你大意境。

你妒忌时，吞进喉咙的水是酸的，眼里的水也是酸的；你安静时，炉膛的火“滋滋”地响着，茶在滚水里起起落落，冒着鱼眼大的泡泡，天地无声；你快乐时，雪是洁白的，花是鲜红的，水是清澈的，山是碧绿的。

时光，在红尘万丈的夜风里锦衣而行。倏忽而逝的人生，何尝不是一朵花的开落？娇嫩于碧芽的蓬勃，鲜艳在枝头的骄傲，凋零于秋冬的萧瑟，爬坡、越水、过桥，长亭更短亭，每步都一一走过，才构成最后的圆满。

你要走的路，长着荆棘、藜刺，但它是安顿你灵魂的地方，一侧的岔道上，摆放着名利、欲望，是诱人的坦途，但是，你还是会选择扭头就走。

只有不再察言观色的生活，生活才不再黯然失色。

日出日落里的烟霞，云卷云舒里的雨落，花开花谢里的悲欢，每

件事物，都有它的使命，给予生活以最美好的启示。

你端上一杯热茶，斜倚在窗前，透过蒸腾氤氲的水汽，你看院里的石榴花火红火红的，窗台上的吊兰碧绿碧绿的，飘洒的雨丝是晶亮而透明的，微风是清凉的，天空是苍蓝的，在厨房系着围裙煮饭的爱人，是温暖的。

蜗牛用吸盘牢牢地吸附着草枝，蚯蚓从松软的泥土里钻了出来，池塘里的青蛙蹬着腿跳到荷叶上，水的波纹一圈一圈荡了开去。

一手拨开沉闷和乏味中耗费大量的时光，生活原来可以如此鲜活。

记得有次突发奇想，跑到别人家地里偷玉米棒子，忽然就落了大雨，顷刻间所有低洼之处被雨水集满，抱着满怀的玉米，高高挽着裤脚，滴滴哒哒的雨水灌进衣裤，面庞湿了，头发乱了，形象没了，人却开怀地笑了。

在所谓的圈子里厮缠累了，就不知所终。忽然一个踉跄颠踬而来的孩子，毫不设防地就扑抱着你的腿，一双晶亮亮、黑漆漆的眼睛看着你，粉嫩嫩、肉嘟嘟的小手一点也不客气地抓着你的衣，嗅着孩子身上的体香、乳香，心就豁然干净清澈。

人生的一瓢一饮，看你怎么去品尝。心敞亮了，就插上了飞翔的翅膀，向西逐退残阳，向北唤醒芬芳。如余秋雨先生所说，“有人把生命局促于互窥互监、互猜互损，有人则把生命释放于大地长天、远山沧海。”人各有志，一言而蔽之，活法不同而已。

只有一颗会欣赏的心，才会看到生活中存在的美。

喜欢和有意思的人在一起，兵荒马乱不打紧，粗茶淡饭没关系，一碗粥也有花香，一杯水也有诗意，骨子里深藏的趣味足以和现实较量，坦然面对不约而至的惊喜，以及突如其来的风雪。

其实，我最想说的是，最好看的生活，须以清凉心观望、以平常心度过、以欢喜心打磨。

目 录 Contents

/ 第一辑 / 活着，以最舒服的姿态

- | | | |
|-----|--------------|-----|
| 003 | 活着，以最舒服的姿态 | 003 |
| 005 | 生命是一场盛大的交付 | 005 |
| 007 | 不争，自有天地 | 007 |
| 010 | 再低，也不低于底线 | 010 |
| 013 | 人生最美，不过赏雨听风 | 013 |
| 016 | 人生，其实就是一个“C” | 016 |
| 018 | 站在高处看生活 | 018 |
| 021 | 浮生碌碌，豁然达然 | 021 |
| 024 | 半半人生 | 024 |
| 026 | 命运是一匹弩马 | 026 |
| 029 | 选一种活法 | 029 |

/ 第二辑 / 话要说给懂你的人听

- 035 最好的爱
- 038 爱的滋养
- 042 爱到不爱
- 045 爱与亲情
- 048 这么懂你，又那么独立
- 051 请别对爱你的人发脾气
- 054 每一场相逢，都是春风莅临
- 056 有一种幸福，叫付出
- 058 一切都恰逢其时
- 061 凑合，才是人生真味
- 064 爱到繁华处
- 067 话要说给懂你的人听

/ 第三辑 / 低处的高度

- 071 宽善的人品
- 074 成熟，一种并不陡峭的高度
- 077 宽厚
- 080 温柔的女子

- 083 要配得上所受之苦
- 085 器小者，何以成事
- 088 好人还是和好人玩的好
- 091 认真，不如随意
- 093 低处的高度

/ 第四辑 / 在简单里安顿自己

- 099 心无宕动，世界风烟俱净
- 101 活不成自己最凄凉
- 103 笑对人生中的跌落
- 105 活到平淡
- 108 总该和美好相逢
- 111 放下，才舞得轻盈
- 114 做人要有大气象
- 116 就怕不经事儿
- 118 独行，世界才能找到你
- 120 人总该懵懂地活过
- 122 内心丰盈，处处风景
- 125 在简单里安顿自己
- 128 从荒凉中走出繁华的风景

/ 第五辑 / 学会和生活周旋

- 133 人至中年
- 136 累，源于复杂
- 139 凋零之时，才见大美
- 142 做点有意思的事儿
- 145 天地日月，唯春光不负
- 147 安静，聆听心底浩荡之音
- 149 活得太拧，最煞风景
- 152 乐观是人生的向阳面
- 154 学会和生活周旋
- 157 别瞧不上你自己

/ 第六辑 / 热闹之外才是生活

- 161 孤独是灵魂抵达的高度
- 163 沉默之人，最近神祇
- 165 高贵，一个人的精神风骨
- 167 清高之人，心中自有繁华
- 169 坐到宽阔处
- 171 信仰
- 174 持一颗清凉心，放过自己

- 176 误会之殇
- 179 以平静之心，待不平之事
- 182 沧桑，低调的性感
- 185 不要辜负生命中的善意
- 187 热闹之外才是生活

/ 第七辑 / 路过皆是风景

- 191 闲情
- 193 初雪
- 196 念斯人
- 198 秩秩斯干
- 200 如果，时光未老
- 202 母亲的月亮
- 205 痴
- 208 醉光阴
- 210 清愁
- 212 暗伤
- 214 刹那花开
- 216 时光慢
- 218 一朵花的地老天荒
- 221 路过皆是风景

/ 第八辑 / 天地如画，我自江湖纵马

- 227 胖
- 230 当我老了
- 232 给你一段春风
- 234 心中那亩良田
- 237 冬日独眠
- 240 藏于岁月深处的暗香
- 242 红玫瑰：总有一人，为你跋山涉水
- 244 冻土之下，必藏春天
- 247 转换的幸福
- 250 “俗”也挺好
- 252 一切都快乐
- 254 此心安处
- 257 天地如画，我自江湖纵马

活着，以最舒服的姿态

第一辑

/ 活着，以最舒服的姿态 /

人和人之间存在一种磁场，有些相吸，有些相斥。在不喜欢你的人那里，即使你春光潋滟，他也不一定春风拂面，换来的，或许是冰刀霜剑。

付出与回报，没有完全的对等。

一些人，不管你待他如何，也不管你身居何位，他都不歧视、不谄媚，以平常心待你；另一些人，你向他笑，他还你以笑，你瞪眼，他朝你皱眉。

还有一种人，他的眼里追慕和仰视你的地位，一旦你繁华落尽，他会第一个与你拉远距离。

人最失落莫过于，千千万万人当中，独自迎风而立，身旁空无一人。眼里繁华三千，内心寂寞万丈。

不必将每个人都放在心里，倾心倚重。也许世间唯有一个人，当你忍受寒冷的时候，他的心里也在结冰，这个人，值得你呵护，并虔诚地在心底供奉。

在乎你的人，你太多的重量会变成一种负累，累了别人，也苦了自己。不在乎你的人，能随时握手言欢，也能随时撤离。

别人眼里的你的幸福，不一定是你的幸福，别人眼里的痛苦，

也不一定是你的痛苦。因此，无论世界表象多么欢腾，都要保持一颗独立的心，来感知世界的温度。

靠山山会倒，靠墙墙会塌。别人离开了，你的世界就立即坍塌，把别人当作你的全部，最终伤了自己的心。

有时候，你对他人的期待，本质上就是一种需索，这种需索不满足，就会痛苦，纠缠在痛苦里，最易迷失自己。

无须刻意去讨好一个人。踮起脚尖去够一些东西，勉强够着的，或许不是荆棘，就是蒺藜。

在尘世屈服太久，就有了太多的周旋和口是心非，但油光锃亮的只是皮囊和表象，自我的灵魂却日渐萎缩佝偻。刻意逢迎，不如封缄自己，让心在万籁俱静时，触摸灵魂的声音。

在飘忽而逝的生命里，想要寻到由衷的快乐，首先得让自己成为自己。

简单的人，有大风景，复杂的人，有大疲惫。

人生中的很多欲望，到头来会发现，原来都是一些负累，等你懂得回头，但那些失去的美，却再也找不回。

你只有一个世界，太在意别人的看法和眼光，等于拱手将世界让给他人，自己空无一物。

三千繁华，弹指刹那，人总要为自己活一次。你的世界，不必每个人都参与，你的国，你是王。人潮汹涌，你却不必随波逐流。

与人交往，不可太远，太远凉薄，也不可太近，太近扎人。合适的距离是，既能感受到人性的温暖，但又不会太过热络肤浅。

一个人活得好不好看，在于活着的姿态舒服不舒服。