

惠 慧 著

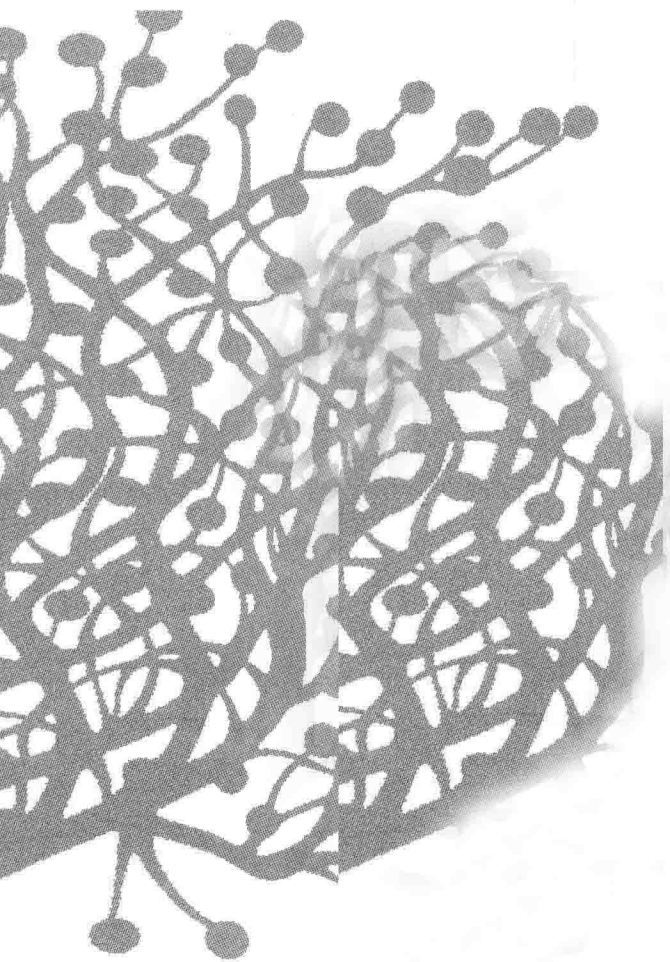
温暖流年

惠慧随笔

西北大学出版社

温暖流年

惠慧随笔



西北大学出版社

图书在版编目(CIP)数据

温暖流年：惠慧随笔/惠慧著. —西安：西北大学出版社，2013. 8

ISBN 978-7-5604-3260-1

I. ①温… II. ①惠… III. ①随笔—作品集—中国—当代 IV. ①I267.1

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2013)第 197569 号

温暖流年：惠慧随笔

作 者：惠 慧

出版发行：西北大学出版社

地 址：西安市太白北路 229 号

邮 编：710069

电 话：029-88302734

经 销：全国新华书店

印 装：陕西向阳印务有限公司

开 本：787 毫米×1092 毫米 1/16

印 张：12.75

字 数：171 千字

版 次：2013 年 9 月第 1 版 2013 年 9 月第 1 次印刷

书 号：ISBN 978-7-5604-3260-1

定 价：28.00 元



目 录

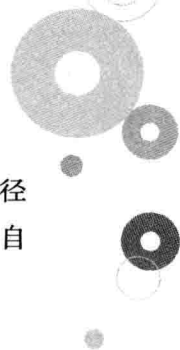


人生篇	/1
遐思篇	/43
情感篇	/75
心语篇	/139
艺术篇	/155
其他篇	/171



温暖流年

人生篇



人生旅程中,只要方向对了,剩下的就是坚持。世间的捷径只有一条——正道!造成人与人之间巨大差异的根本原因是自律程度的高低而不是其他什么。

人的一生,最重要的两件事情就是善于选择和敢于放弃。许多人一生碌碌无为,就是因为舍不得放弃。敢于放弃,标志着新的人生的开始。

生命之所以美丽,正在于它始终高扬着一个美丽的主题;美丽之所以永恒,正在于它始终流动着人类对世界最纯粹的渴望。于是,美丽因生命而存在,生命因美丽而永恒。

孙子兵法上说:“胜人者力,自胜者强。”当然,一个人的实力既包括知识、修养、境界,也包括经济实力等,但是,这些实力是需要足够的体力和智力去创造和积累的。这句兵法,用在人生中应当是:体生智,智生能,能生力,力生财,财生胜。

用别人的智慧充实自己,不用别人的智慧贬低自己;用别人的成功激励自己,不用别人的成功折磨自己;用别人的错误提醒自己,不用别人的错误娱乐自己。

做你自己喜欢的事,哪怕别人都笑你傻,你也完全可以全身心地去做,只要你喜欢,只要做这件事会让你快乐!只有你的快乐才是你该在乎的;别怕别人说什么,除了帮你快乐的话,你都可以不听。这样你的心就简单了,事就简单了,你的快乐就多了。

心灵的世界,没有人可以占据,也没有人可以侵略。心灵,只属于自己,你拥有了什么样的心灵,你就可以拥有什么样的人

生,心灵左右行为,行为养成习惯,习惯决定性格,性格影响人生,用自己的心灵走自己的人生。

生命中,总会有很多人遇上,总会有很多的事碰上。不管是亲人和朋友,抑或过客或敌人,快乐的事还是烦恼的事,最终都会遭到记忆的抹杀,只剩下那些看得见的痕迹。

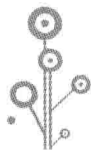
人生没有草稿,写完今天的这张就不可能再有同样的另一张。平常的日子总被我们当作不值钱的“废纸”,涂抹坏了也不心疼,总以为来日方长。实际上,生活不会给我们打草稿的时间,每一笔下去都无法再改,每天写下的“草稿”,都成了人生无法更改的答卷。

人生的路那么长,每个人都有每个人的方向,又有谁会一直陪着你,一直与你同行呢?所有的人们都是各自奔赴自己的世界,去寻找自己的天堂和梦想,也不停地用别人的过往来延续与自己的相伴。

不管是人生如戏,还是戏如人生,我们要学会享受人生,改变人生,让自己的人生掌握在自己手里,排除万难,实现自己的理想,让自己无愧一生。

哲学家斯宾诺莎曾对健康作过精辟的论述:“保持健康是做人的责任。”为了这个做人的责任,让我们学会爱自己,从爱自己的身体开始。

博大宽广的胸怀,不是天生就有的,而是知识、智慧、人格、品德、情操相结合的产物,它需要陶冶、磨砺、滋润和追求,它是一种生活给予和回报生活的良性循环。





快乐人生:在非原则的问题上不去计较,在细小的问题上不去纠缠,对不便回答的问题佯装不懂,对危害自身的问题装作不知,以聪明的糊涂舒缓压力。

人生是什么?人生是逗号,不会终结,充满希望;人生是冒号,给人启迪,引人思考;人生是省略号,淡泊名利,容纳世界;人生是句号,学会珍惜一切……要给自己信心,给自己点一盏灯,去寻找属于自己的幸福。

人往高处走,是人生追求。人往低处走,是追求人生。人往低处走,不是比谁更低,而是种心态:低调。低调,是自然、平和、不争,但不能是为了低而低,故意低调,就是造作。低调,不是无为,是不显摆。

用心读书不能只用嘴巴读,关键是要用心读,用心才能解读书中真味;看人不能只用眼睛看,关键是要用心看,用心才能审视人的真心。

一个人有修养、高品质、厚仁爱的体现就像一棵树一样,没有栽培和浇水,就没有后来的绿荫;你付出的越多,树便长得越茂盛,你得到的乐趣和享受就会越多;同样,你帮助别人,付出的爱越多,你得到的爱和尊重就越多。

快乐和幸福,就像阳光一样无所不在。一个人,无论身处怎样的境遇,只要他怀揣着两块糖,一块慷慨地赠人,一块留下自己慢慢品尝,就自有真实的快乐如泉水般涌来,自有绵绵的幸福飘逸在生活当中。人生最快乐的事情就是伸出热情而温暖的双手,尽自己所能去帮助身边的每一个人。

愚人向远方寻找快乐,智者则在自己身旁培养快乐。生活

里的每一个细节都蕴藏着快乐,只是在于你是否感受到了而已。

更多的时候,我们需要一种危机,来激发我们自身的潜能,唤醒我们内心深处被掩藏已久的人生激情,来实现人生的最大价值!

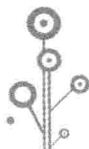
一个人敢听真话,需要勇气;一个人敢说真话,需要魄力。一个人的知识,通过学习可以得到;一个人的成长,必须通过磨炼。

生命只是一个过程,在这个过程中,有鲜花和掌声,也有荆棘和泪水,有欢乐,也有痛苦,我们为了追求那醇美的欢乐,就必须忍受那酸涩的痛苦。而生命的意义也就在无尽的追求之中了,在追求中探索,在追求中超越,最终给了生命一个圆满的诠释!

漫长的人生中,我们一直在追逐。我们总是在赶超一些人,也总是在被一些人超越。人生的要义,一是欣赏沿途的风景,二是抵达遥远的终点。

没有永远的缘分,没有永远的生命,我们所能拥有的,可能只是平凡的一生。然而,却无须誓言,无须承诺,不必紧握,却永不放松,以自己爱的程式,去演绎经典的永恒。岁月不是童话,经历才是人生,爱的最高境界是经得起平淡的流年。

知识是一本大书,岁月、自然、人生更是一本大书,一天也离不开读,一辈子也读不完。读人读天读地。走到哪儿读到哪儿,活到何时读到何时。只有不去读的,没有没啥读的;只有读之有悟的,绝少读之无益的。





世间上没有人处处得意、天天欢喜,有时不如意的事情会接踵而来,觉得自己受尽了委屈。但是,生气能解决问题吗?生气不但不能成就好事,反而还会坏事。所以,生气的时候要先忍之于口,不要轻易骂人;再忍之于面,不要展现愤怒的样子;再忍之于心,心不气了,最后就没有事了。



人是一本书。看人如读书。洒脱飘逸的人像一本散文集,多愁善感的人是一本抒情诗,乐观风趣的人如同一本幽默辞典,思维缜密的人仿佛一部科学论著。那些祸国殃民最终遗臭万年的民族败类,不就是一套活生生的反面教材吗?而那些为国为民洒尽一腔热血的志士,又多像一卷可歌可泣的英雄史诗啊!



在人生的舞台上,随着音乐用心起舞,飞扬或落下,随节奏而变化,我爱这种感觉,一个人的空间是无限广大的,可以舞的忧伤,舞的美丽,舞的忘却自己,舞的只剩下空气,空舞轻灵,美妙的旋律,都属于你自己!



人生用心追求的往往是身边最简单最平常的,但往往最简单最平常的也是最容易忽视的!抓住每一个生活的瞬间,你会发现生活真的很精彩。



一个人的生命只有一次,人生不仅仅是一个自然的生物过程。为什么人的意义不同于一个茶杯、桌子的意义,就在于人生有意义,我们赋予它意义。也是因为这样,我们把那些醉生梦死没有人生理想或者说除了挣钱、追求物质利益而不知道还有生命这一说的人叫作酒囊饭袋或是行尸走肉。



生活中,举一瓢浊水,给了即将干枯的小树,是善事;泼向别人,是恶事。实际上,人生原本没有多少大事,平庸的人把小事一直当小事做下去,就让自己的一辈子淹没在了小事之中。能

把小事做成大事的,除了要有智慧、耐力、韧性之外,更重要的,还要有机巧。不过,崇高的机巧成就人,诡诈的机巧毁灭人。

人生途中有许多美好的相遇,而相遇往往会生发许许多多斑斓迷人的故事或伤感凄美的情节……其实,人生就是,聚聚散散,合合分分,我们不必为得到而过多地欣喜;也不必为失去而长久地伤痛。

生活是一个不断寻找理由往前走的过程。能找个理由颓废,也能找个理由奋发;能找个理由难过,也能找个理由快乐。我们不能选择生命的开始,但可以选择若干理由走好这个过程。

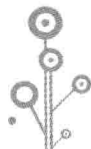
生命本该是一个快乐的过程,我们要学会接纳生活赐予的一切,感谢生活赐予我们的所有。学会接纳自己,接纳自己的不足,真诚地喜欢自己,喜欢自己的不完美。

生命的意义是过好每一天,而不是刻意地去追求荣华富贵,那些都是过眼云烟。人总会疲倦,累了,将心靠岸!整理行装,换种心情重新起航。

低调做人高调做事就是把自己调整到一个合理的心态去踏踏实实做人、做实事、做好事,就是树立信念、敢想敢拼、以诚待人、公正处事、努力学习、成熟思考、积极行动、持之以恒。

自律箴言:人给我自尊,我还他高尚;人给我快乐,我还他幸福;人给我宽容,我还他真诚;人给我抚慰,我还他热情;人给我希望,我还他感激;人给我亲切,我还他尊敬。

自信是人生的脊梁,拥有自信,你将在一切挫折面前永不言败;自信是天使的翅膀,让我们在人生的长空自由翱翔;自信是





一种无悔的执著,让我们守护自己的使命;自信是一种生命哲学,让我们透视厄运的本来面目;自信是一种无穷的力量,让我们从失败的对面发现成功。

人的灵魂深处总会交织着善与恶、美与丑、悲与喜、圣洁与鄙俗、伟大与渺小等的激烈搏击,人的性格世界就像是一个丰富多彩的百草园。走进这个百草园,你才能看清楚性格中的每个个体;看清个体之间的优与劣、有序与无序;只有这样,你才会真正把握好性格的脉搏,追求性格的美好和谐。

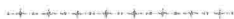
一个经常记得心存感激的人一定是一个非常有前途的人,因为这种人对生活永远都是一种感激的态度,而不是抱怨的态度,也正是因为时刻都有感激的心理,这类人往往能积极地面对自己的生活。

文字在手指间淡淡地倾诉,一种柔情的流动,精彩的,浪漫的,快乐的,忧伤的,感到有些疲倦,其实,只想静静地品一杯清茶,听一段音乐,在这午夜的时光中放纵着自己,留下一段淡淡的思绪。最美的人生,就是那种蓦然回首一笑置之的淡然。

人生这本书,如果有了漂亮的开头,就应该追求完美的结局;如果有了精彩的材料,就应该将它打磨成实在的文章。如果人们常常把你亲切地朗读,那就是你无上的光荣;如果人们永世把你深情地背诵,那就是你最大的幸福。

做人如写书。请不要怪母亲没有给你制出漂亮的封面,也不要怪父亲没有给你绘出美丽的插图。你自己这本书,主要还得靠你自己来写——用你的勇气和力量,用你的聪明和才智,用你的心血和汗珠。

生命是一本书。女人的容颜是上帝恩赐予这本书的封面，只有在生命的途中用知识不断去填充，不断去完善，不断去书写善、书写真、书写修养、书写素质、书写高贵的品性，才能使这本书具有丰厚而高雅的内容。



一位哲人说：“要么你去驾驭生命，要么是生命驾驭你，你的心态决定谁是坐骑，谁是骑师。”佛说，物随心转，境由心造，烦恼皆由心生。心态的不同必然导致人格和作为的不同，因而也会谱写不同的人生。



人生是晴天，又是阴天；是雨天，又是雪天；不总是一帆风顺的。当你掉入泥沼之中，别老是想着靠别人，要知道那摆渡生死的小船正握在你的手中，你唯一要做的就是如何战胜自己，摆渡出去！



春有春的风情，夏有夏的烈艳，秋有秋的素洁，冬有冬的雅致，人生各有各的美丽，各有各的潇洒。你笑，全世界跟着你笑；你哭，全世界只有你一个人哭。



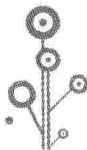
人生之境，不外乎两个：一个是知道，一个是知足。知道，让人活得明白；知足，让人活得平和。生命不过是一个过程而已，我们永远不必羡慕任何人，任何事。



人生的要义，一是欣赏沿途的风景，二是抵达遥远的终点；人生的秘诀，寻找一种最适合自己的速度，莫因疾进而不堪重荷，莫因迟缓而空耗生命；人生的快乐，走自己的路，看自己的景，超越他人不忘形，他人超越不失志。



生活原本就是纯洁的，但纯洁已经不在了。不是生活改变了快乐，而是快乐改变了生活，最终导致生活不再快乐了。人性





原本就是善良的,但善良已经不在。不是人性扭曲了欲望,而是欲望扭曲了人性,最终导致人性不再善良了。

站在自己的人生的修辞格上,让心灵在曲线上舞蹈,让灵魂在文字中呼吸,让血液在胸腔中涌动,即使眼前的风景再模糊,也能享受和捕捉到另类的欢愉。

人生旅途中,喜乐各不同。为文字找个温暖的家园,为心灵找个温暖的港湾,为生活找个温暖的安慰。夜色如水,风声细细,聆听来自内心的感动,文字丰富人生,音乐滋润心灵。

知识是命运的口袋,它教我们怎样改变人生! 兴趣是最好的老师,它教我们追求自己的理想! 努力是前进的阶梯,它教我们收获汗水背后的成果! 乐观是人生的药丸,它教我们怎样去面对人生! 自信是成功的一半,自信 + 努力 = 成功!

人生有好多无奈,当自己改变不了环境时,可以学着悄悄改变自己;当自己改变不了事实时,可以试着改变态度;当自己改变不了过去时,可以用改变现在来证明自己;人不能预知明天,但可以把握今天,错了的、过去的不必耿耿于怀,学会选择懂得放弃,用理智的心态衡量自己。

人生路上有无数的驿站可以歇脚,有的包袱可以等到该背的时候再去背,用不着把所有的包袱都背在今天的背上。我们不是超人,精力总是有限的,不要试图在今天解决明天的所有问题。

人类所应珍惜的,不是自己的性命能活多久,而是应珍惜性命本身的价值。这也就是说,不是你能得享高寿,而是你应该怎样地活,才有价值,对于社会才有贡献,对人类才有帮助。人生

不虚度,活得要有意义。

我们选择不了生命,但我们可以选择走过的方式,在喧嚣中,独守一片平淡,在繁华中,坚持一份简单,不为眼前功名利禄而劳神,不惊荣辱,不计得失,宁静从容,我们会活得轻松,活得充盈,活得有滋有味。

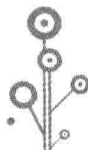
人生以何为乐? 做好自己的事情,走自己的路。一直喜欢那种最真实的、美得蚀骨的东西。从人到事物,都崇尚真实的自然的,寻找快乐,也依然守望简单的、真实的。即便如此,云卷云舒的怡然才觉出最真,花开花落的洒脱才品到最美。抛却人世间太多的繁杂,做回简单的自我,不以物喜,不以己悲。

生活静美如画,澎湃如潮。她使我们融入画中,涌入潮中。日常的每一次流动,都是我们在生活的乐谱上跳跃的痕迹。我试图去解读生活,而生活告诉我要先读懂自己。

在这个世界上,无论是谁,都不能漠视自己所付出的真诚,而只要是真诚的付出,就一定能有真诚的回报。有人说,不问收获,但问耕耘。其实,谁又能说耕耘本身就不是一种收获呢? 乐在其中,乐此不疲,不也是人生的一种境界吗?

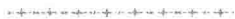
人是需要交流的。直接的、间接的、有声的、无声的,哪怕是只有我们自己的时候,我们也总能找到一种方式,使我们心里的一些向往获得一种认同和感应。

心灵的安详只能靠个人自己去探索、培养。没有内在的安详,人就无法感到幸福,而心灵的安详是人一生中最重要的体验。





人生要走很长的路,沿途要经过很多风景,其中当然不乏让你怦然心动的美丽风景。但你要清楚,不是所有你喜欢的风景都能属于你。有些风景,你只能是路过,只能是欣赏,然后,要毅然决然地继续向前,走自己的路。



何谓贤人?从他人身上学习的人是贤人。何谓英雄?战胜自己情欲的人是英雄。何谓富人?内在丰富的人是富人。何谓高人?一人独处气定神闲的人是高人。贤人五德:不班门弄斧;不嫉妒别人;不故弄玄虚;常思己之过;容事亦容人。



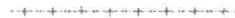
生活中,有一些细节,微小得几乎让我们可以看不到,然而,往往唾手可得的幸福,是从这些细小平淡中获得。人的一生,虽然很短暂,犹如夜空一闪即逝的流星,人不管在何种年龄,都需要朋友,我们需要一些人和我们共同度过某些特殊的时刻。



不要总是用受过伤来形容自己过往的人生,其实,我们都是这样成长的。你痛苦过的事情,大家都曾经或是正在经历,这不过是成长的代价罢了,真的算不上什么。



一切经历都是财富,也包括苦难。成长是一种美丽的疼痛,只要去爱才不会怕,但要先学会爱自己,再去爱别人。只记住了伤痛,却从没有自省,这是最可怕的。当我们重新回归青春年少的自己,一定要微笑着说——勇敢地往前走,一直保持着奋发的姿势,等待着与幸福邂逅在春天里。



一般情况下,灵魂在耕耘中净化,信念在耕耘中升腾。转首回望,耕耘后是一片清新的天地,一个绚丽的人生。只有启程,才会到达理想的目的地;只有播种,才能有收获;只有奋斗,才能品味幸福的人生。

