人生做“减法”，幸福做“乘法”

—读《孔子传》有感

礼河实验学校 周娜

我们总想着往我们人生中填充什么，务求填满，做加法；实际上人生更重要的是做减法。一个完美的人生，幸福的人生，不是看你有了什么，更多的是看你没有了什么。正如《瓦尔登湖》中写道：“一个人，只要满足了基本生活所需，不再汲汲于声名，不再汲汲于富贵，便可以更从容，更充实地享受人生。”当没有了浮躁、焦虑、贪欲、嗔怪，蝇头小利的竞争之念，种种庸俗人生的得失之忧，那心里面将达到一种平静。

1. 减去一分浮躁不安，乘上一分务实沉稳

时光荏苒，如白驹过隙，今年已是我从事教师这份职业的第五年了，与2016年的我相比，除了徒增了年纪，似乎收获甚微。回想当初的信誓旦旦，回想当初的三年、五年计划，对比与自己工作时间差不多的教师，内心的浮躁不安便油然而生，此时此刻的我，对于未来，有些迷茫。

《孔子传》封面上有这么一句话：不了解孔子，何以了解中国；不理解孔子，何以理解人生。看到这句话，我便以尝试的态度打开了书籍，当我看到每一章节的名称时，便产生了阅读的兴趣。书中讲述了孔子在不同年龄段所经历的事情，以及他对这些事情的看法，这对于现在的我而言，可谓是大有裨益。

面对我的浮躁不安，我想我也只能以实克躁，以稳降浮了。首先，我要摆正自己的心态，正视自我，客观地看待自己的优缺点，其次，我要明确接下来的目标，不好高骛远，实事求是，逐个击破自己的小目标，最后那便是不追逐名利，只要能突破自我，那就是最大的进步了。

1. 减去一分心中贪念，乘上一分知足安然

荀子说：“君子役物，小人役于物。”有时我们拥有的越多，反而会更加不知足，最后反倒被那些物质所奴役。生活在这样一个花花世界，要说没有一点贪念，那是绝无可能的，关键在于我们能否守住自己的内心与底线，不被贪念所驱逐。

清朝诗人王士祯的《题秋江独钓图》中写道：一蓑一笠一扁舟，一丈丝纶一寸钩。一曲高歌一樽酒，一人独钓一江秋。我们不妨闭上眼睛想象：头顶一斗笠，身穿一蓑衣，在一叶扁舟之上，边饮酒高歌边独钓，这样的生活，不也是悠然自得，别有一番生趣吗？

人生不过一百年，过就要过得有滋有味，活就得活得神采飞扬，一生忙忙碌碌，追逐名利地位，难道真的会活得更加幸福吗？在我看来，幸福与否，其实都没有恒定不变的标准，关键是我们抱着怎样的心态去对待罢了。人，越知足，就会越快乐。

1. 减去一分无谓嗔怪，乘上一分自我反省

2006年中央电视台感动中国体坛风云人物颁奖晚会上，丁俊晖的父亲代替他上台领奖时，当主持人问丁俊晖父亲：“丁俊晖小时候有没有练球不认真？打球打得不好的时候?”他的父亲回答：“有。”主持人又问：“这时你有没有责怪他?”他的父亲说：“没有，因为孩子不认真练球，球没打好，责任不在孩子，主要还是我没教好。”听到这里，让人既感动，又震撼。丁俊晖父亲，无疑既是一位成功的父亲，又是一位成功的老师。他的这句“球没打好，责任不在孩子，主要还是我没教好”，真是一语道出了教育的真谛。

还记得去年一年级下学期时，我们班转来了一个孩子，初见时只觉得这个孩子挺调皮的，虽然是个女孩子，但是像只小猴子一样上蹿下跳，当时只觉得头皮发麻，毕竟在老师面前还能这么活泼的孩子真的不多。在与其父母沟通的时候，才知道这个孩子拼音基础较差，当时我便下定决心，一定要帮助她学好拼音。于是每天我都会找空余时间单独辅导她的拼音，可是结果却并不如我意，她一会东张西望，一会发呆，当我带领她读拼音时，她不愿开口，这可把我急坏了，我便忍不住责备了她两句，当时她就哭了，这可把我吓坏了。事后我百思不得其解，她明明是这么活泼的孩子，为什么就是不愿意开口读拼音？为什么我责备了两句，就哭了？带着疑问，我悄悄地关注了她两周，我发现虽然平时她很调皮，但是她很在意别人的眼光，于是我不断地自我反省，是不是对她而言每天的单独辅导是一种“折磨”？但是如果不采取任何行动，她又该怎么办？在我和她妈妈沟通过之后，决定换一种方式，那就是在鼓励学习的前提下让她学会不懂就问。

每天我都会多表扬她，让她对自己多一些自信，从下课不追逐打闹、帮助其他小朋友打扫卫生到课堂上能坐端正、认真听讲，事无大小，只要她做得好，我就会给予表扬，一段时间下来，我发现她也有明显变化，例如：字写得端正了，遇到不会的题目有时也会问周围的同学，抓住这一契机，我把学习拼音的一些练习交给她，让她自己利用空余时间读读练练，有不会的可以问同学或者老师，她欣然接受，我想这样的方法比起强迫她“补习”应该更有效果吧。

通过这次“教训”，我真正明白了那句话：如果一个人生活在批评之中，他就学会了谴责；生活在压迫之中，他就学会了反抗；生活在鼓励之中，他就学会了自信；生活在认可之中，他就学会了自爱；生活在关怀之中，他就学会了感恩……凡是鼓励办不到的事情，批评、责骂往往更办不到。

学会给人生做“减法”，并不是舍弃了什么，失去了什么，相反，我们会得到的更多，减去了浮躁，收获了沉稳；减去了贪念，收获了知足；减去了责备，收获了反省。在生活中做减法，其实就是一种人生的精简之道，也就是孔子所言的“损之又损之道”。删繁就简化，去伪存真心。人生做减法，幸福做乘法。真正的富足，不在于拥有多少财富，而在于内心的安定与丰盈。