

认真的你最美丽



最近偶然间在微博上看到一组美图，题为“认真的你最美丽”，画面上的每个人都在专心地做一件事，绘画、插花、陶艺……专注的目光和凝重的神色，如同一曲摄人心魂的钢琴曲。

认真的人总会感染他人的内心。季羡林先生在回忆录《留德十年》里讲了一个故事：1944年冬天，盟军完成了对德国的合围，德国人的生活困难重重，尤其面临缺乏燃料的困境。在生命受到威胁时，人们没有去山上

大肆砍伐树木。德国林业人员找到老弱病残的劣质树木做上记号，告诉民众只能用它们来生火。直到二战结束，全德国没有发生过一起违规砍伐的事件。德国人的自律源于认真，这种在危难关头还能保持认真的态度，让世人感到震撼。

认真的人对待自己不糊弄。西方有句话：“上帝一定会保佑认真的人，即便他们活得辛苦。”很多人从小是听着《小猫钓鱼》的故事长大的，认真做事、认真思考、认真总结是他们的成长指南，也是社会的价值基石之一。而认真活着的人，外表干净利落，内心平和淡然，散发着自信的气息。

对自己态度认真还有助身心健康。美国斯坦福大学心理学家刘易斯·特曼研究发现，对自己认真的人会有合理的生活规划，并能付诸实施，而且更注重细节。因此，他们活得更规律，会约束自己，生活有节制。

认真是如此美好的品质，但有句流传甚广的口头禅却让认真变了味。当你想搞清楚某件事的来龙去脉时，就会有人高深莫测地说：“认真你就输了。”当你想把工作再精益求精一点时，就会有同事很不耐烦地说：“公司又不是你的，认真你就输了。”

当你要考证一篇微信养生文章的真实性时，也会有人不屑一顾地说：“看看就算了，认真你就输了。”这样的人，常以游戏人生的高人自居，而认真被当成讨嫌的品质被人嘲笑，暗含的意思就是偏执、不懂变通、没有悟性。

当今社会，玩世不恭似乎成为多数人奉行的准则。针对一件不值得认真的事情或者难以分出对错的情感问题，的确要用超然的态度避免争执。但世上有更多值得认真的事情。一个原本有价值的问题，对方一句“认真你就输了”便消解了其中本当严肃之处。而一个人的人生中，假如没有什么值得认真的事，恐怕也只能糊弄着过完一辈子。如果每个人都马马虎虎上班，写不靠谱的文案或程序，糊弄着做生意，一切都是凑合，觉得差不多就得了，那么，我们的生活中将会充斥着摇晃的家具、开线的衣服、失灵的电器……这就是放纵“不认真”的结果。

不过认真也要适度，千万不能较真。过于较真的人在自己狭小的世界里认真着，无暇打开心门，可能遭到疏远。他们把规则神化，一旦打破一次，就可能心烦意乱，不利于心理健康。

(侯玉波)

伴着音乐相亲 成功率高

当回想起恋爱初期的美好时光时，你的脑海里是否会自动响起一首歌？这种浪漫的基调是有科学依据的。近日，日本青山学院大学的心理学家发现，在约会时播放音乐，会让双方更加相互迷恋。

研究者让参与者参加日本传统的“猎婚”活动，一部分青年在有背景音乐

的情境下交谈 20 分钟，而另一部分青年听不到音乐。活动结束后，研究者要求他们从自信心、可爱程度等方面评价对方。结果显示，在有背景音乐播放的情境中，参与者会觉得相亲对象的亲密感和吸引力增强。年轻人如果希望追到心仪的对象，不妨带他(她)去一家有音乐的咖啡馆或餐厅吧。(陈博)

有一个人问一位哲学家：“从地到天的有多高？”哲学家回答：“三尺高！”“为什么这么低呢？我们人都不长得至少有四尺、五尺、六尺高吗？”哲学家回答：“所以，你超过三尺高的人身，要在天地间立足，便要懂得低头！”这段话实在深富人生哲理！古代的儒家，学子入学，先教你叩头拜师；佛教的信者，信佛要先礼拜；甚至朋友相交，也要点头敬礼。一个人如果不和人接触，随你长得多高，随你如何昂昂乎不可一世。但是，假如你要和人接触，你就要低头、谦卑。

低头的人，象征着有礼貌；低头的人，表示懂得谦虚。低头的人生，才能前进。因为低头，才能和人接触。佛教的顶礼、礼拜，是和佛陀接心；晚辈在长者前面低头垂手，表示要长者认可。

低头是礼貌，但是佛教有时候也不是完全要人低头，有时候昂首瞻仰，也是在行礼。甚至绕佛、绕塔，也是表示依恋、表示恭敬。因此，佛教认为该低

头的时候低头，该抬头的时候抬头，该围绕的时候围绕，甚至心意观想，都视为是恭敬。恭敬就是沟通，沟通只要能表达心意，只要对方肯接受，就是相互尊重。

在佛教里，关于低头还有另外的解释，所谓“照顾脚下”，意指一个人做事要脚踏实地，一步一个脚印，要把路走好。

照顾脚下，才有根本。人，为了安全，开车、走路，都要往地下看，而不会往天上看。一个人如果眼睛一直往上翻、朝上看，则必定会失败。

低头，是成熟、是美德。你看，古树结实，都是垂下地来；稻穗成熟，也是低头的样子。低头是谦卑，低头的人生会受人欢迎。

低头的人才有人缘。人缘是从低头中来，被人重视也是从低头中来。能低头，必定会有扬眉吐气的一天；能低头，必定能有奋发有为的一天。各位读者，你们体会过低头的美妙和好处吗？

(星云)

向左迈一步

和一个正忙着四处找工作的同学聊天，他说一个朋友下岗不到半个月，就被一家知名公司给聘了去，工作轻松惬意不说，工资和福利待遇还比过去高了许多。说话的时候，同学一脸羡慕。

他的这个朋友我知道，家境贫寒，读大学的费用都是靠自己打工、做家教挣来的，毕业后因金融危机和专业限制，好不容易在这个城市谋了份差使，却因别人的恶意排挤而丢了饭碗。如今因祸得福，我心里也替他高兴几分。

我问，他怎么找的工作？

同学说，一次应聘回来，他骑车去看一个远亲时，发现胡同拐角处的墙上贴着一些小广告，而在那些修下水道、补漏、搬家、钟点工的广告中间，有一张广告上面除了一个网址之外什么也没写。他觉得很有意思，就把这个网址记下了。回家上网的时候，进去一看，是一张空白试卷。他突然有些好奇，便一道一道认真地解答。那张试卷答起来并不容易，网上没有现成答案不说，每道题都需几种知识融会贯通。可他是个倔脾气，午饭都没吃，硬是花了两个小时将试卷解答

完毕。可等等他出题目以后，令他意想不到的事情出现了——屏幕上突然弹出了一个“如果您愿意，欢迎您加入××公司”的窗口，下方是一串醒目的手机号。就这样，他成了那家公司的一个部门经理。

听完这个故事，我笑了。同学还在一边唏嘘不已，说他简直是瞎猫捉了个死老鼠——碰到了好机会。我问，如果你是他，事情会不会这样发展下去？

同学歪着头思忖半晌，“如果我是他，我不会停下来去看那些密密麻麻的小广告，既使看了，也不会对那条只留着网址的广告感兴趣，即使感了那么一点兴趣，也不可能记下那个网址，即使记下了那个网址，上网的时候点击它的几率也极小，即使点击了，看到了那张试卷，我也没心去答，即使我实在是闲得无聊，以打发时间的心态去答卷了，也绝对没有耐性坚持答到最后一题。”

说到这里，同学忽然愣了一下，似有所悟地看我一眼，有些不好意思地笑了。

其实，很多时候，不是我们没有遇到机会，而是机会在左，我们在右，没能适时地向左迈一步，去紧紧地抓住机会。(崔红玲)

