

喜歡安靜的人 更有魅力

每個人在生命中的某個階段，是需要某種熱鬧的。那時候，飽漲的生命力需要向外奔突，去為自己尋找一條河道，確定一個流向。但是，一個人不能永遠停留在這個階段。

隨著社會的發展，世界越來越喧鬧，但隨著年歲的增長，人們卻越來越安靜了。

當然，安靜不是靜止，不是封閉如井中的死水，而是猶如浩渺的湖泊，湖中的水一直在流轉，而湖的深邃，使得湖面寂靜如鏡。

安靜是一種境界，它是擺脫了外界虛名浮利的誘惑，看開了紛繁塵事的牽絆，放下了生活苦與累的糾纏，專注於自己內心世界的一種豐盈。

人生最好的境界，是豐富的安靜。

01 安靜 是因為擺脫了虛名浮利的誘惑

清朝時期，有一次乾隆皇帝下江南，在鎮江金山寺，他曾問高僧法磐：長江之中大船來來往往，一天到底要過多少隻船？

法磐回答：只有兩條船，一條為名，一條為利。

自古以來，無論貧富貴賤，都免不了要和名利打交道。只是，對待名利，不同的態度和取捨，暗示了不同的人生。

有人終日奔波勞累，忙忙碌碌追逐名利，到最後卻淪為物慾的奴隸，於燈紅酒綠的繁華浮躁裡，於炫人耳目的名利誘惑裡，猶如困於金銀築起的枷鎖，動彈不得，也呼吸不了。

有的人，卻能擺脫物質誘惑，掙脫名利枷鎖，泰然看待一切虛名浮利，只安心享受內心的那片淨土。

偉大科學家居里夫人就是這樣的人。

居里夫人獲得第一次諾貝爾獎之後，毅然將原來的一百多個榮譽稱號統統辭掉，專心研究，終於又榮獲了第二個諾貝爾獎。

有一天，一位朋友來她家做客，看見其小女兒正在玩英國皇家學會剛剛頒給她的一枚金質獎章，大驚道：“現在能得到一枚英國皇家學會的獎章是極高的榮譽，你怎麼能給孩子玩呢？”



居里夫人淡然一笑：“我是想讓孩子從小就知道，榮譽就像玩具，只能玩玩而已，絕不能永遠守著它，否則就將一事無成。”

居里夫人對待名利的淡然態度，成為了很多人學習的榜樣。

古人云：非淡泊無以明志，非寧靜無以致遠。

人，只有內心清淨安寧了，才能在誘惑之下堅守本心，獲得『採菊東籬下，悠然見南山』的平和安逸，『明月松間照，清泉石上流』的清淨自在，以及『閒看庭前花開花落，漫隨天外雲卷雲舒』的舒坦閒適。

可一旦內心充滿五光十色的虛名浮利，終將為外物所困，累了身，也苦了心。

正如《道德經》裡所寫：塞其兌，閉其門，終身不勤；開其兌，濟其事，終身不救。

堵塞貪念的孔穴，關閉慾望的大門，終生都不會被是非煩惱所困擾；而一旦打開貪念之穴和慾望之門，如洪水猛獸般的貪欲，將會讓人一生都不得安寧。

貪欲永無盡頭，內心永不寧靜。

嘗盡人間百味，看遍世事繁華，終會發現，最美的是看開了紛紜世事纏繞的那種身的輕鬆，是擺脫了虛名浮利誘惑的那種心的寧靜。

02 安靜 是因為追求內心豐盈，生活素簡

“心為物役，道所不載。”

一個人，心若被繁重的外物牽絆奴役，人生就會變得疲憊不堪，因為生命之舟，終究無法承載太多的東西。

能於紛繁複雜的世界裡，看淡身外之物，靜下心來去追求內心豐盈，生活素簡的人，才是真正有境界的人。

美國作家梭羅，生活於一個物慾橫流的商業時代，那個時候，許多人忙著做官，忙著觥籌交錯和追逐更多的物質。

但梭羅卻嚮往精神的富足，只想尋找一個清淨安寧的場所，安置自己豐潤的靈魂。

於是，提起一把斧子，他跑進了瓦爾登湖畔的森林中，自己動手搭建了簡陋的房屋，自耕自食，過起了簡樸的隱居生活。

每天打魚，種豆，欣賞漂亮的湖水，傾聽悅耳的鳥鳴，靜心思考，安心寫作，成了他生活的全部。



在優美的湖光山色裡，於清新的碧水翠竹間，他為世界奉獻出了堪稱聖書的《瓦爾登湖》。

在這本書裡，他勸誡人們，一定要過一種樸素簡單的生活，如果能滿足基本的生活所需，便可以從容，充實地享受人生。

當然，他不是勸人們遠離都市去過歸隱生活，而是鼓勵人們摒棄多餘的東西，簡化生活，不要被繁紛複雜的外物所迷惑，更不要被喧囂的焦慮擾亂內心的寧靜。

他說：一個人有多富有，取決於他能放手多少。

人，只有放棄多餘的無用之物，堅持簡單淳樸的生活，保持精神世界的恬靜富足，才能真正享受內心的輕鬆愉悅。

正如古話所說：家財萬貫，日食不過三餐；廣廈千間，夜眠僅需六尺。

背負太多的東西，往往猶如鑄造了一副金銀的鐐銬，只能成為壓垮身心的累贅，除此之外並無他用。

於喧囂的世界中，捨棄慾望的捆綁，放下繁複的累贅，為心靈騰出一處優雅僻靜的淨土，是一種淡到極致的偉大追求。

人，越往後就越發現，生活素簡，內心豐盈，才是最好的生活境界。

03 安靜 是因為懂得獨處的魅力

世人都愛熱鬧，周國平卻偏喜安靜。

與他而言，各種熱鬧，諸如記者採訪，電視亮相，大學講座之類，他始終不能習慣，總是盡量推辭，有時盛情難卻答應了，結果多半也是後悔。

他說：每天在家裡讀書和寫作，外面各種熱鬧的圈子和聚會都與我無關，我和妻子女兒一起品嚐著普通的人間親情，外面各種尋歡作樂的場所和玩意也都和我無關，我對這樣的日子很滿意，因為我的心境也是安靜的。

在他看來，告別外界喧擾，尋得內心清淨的獨處，是比外出交際更為重要的一種能力。

跟周國平一樣，喜歡安安靜靜享受獨處的，還有錢鍾書先生。

學富五車，才高八斗的錢鍾書，名與利於他皆是唾手可得之物，然而錢鍾書卻向來拒絕採訪，只於他小小書房中守得內心的清淨，外面歡騰的喧鬧，通通住不進他的心裡。



閒暇時分，他要么跟妻子楊絳於詩詞歌賦裡笑談人生，要么一個人安心創作。

不浮躁的背後，是一顆沉靜下來的心，是於獨處時光裡回歸自我，充實自己的一種智慧。

法國哲學家帕斯卡爾曾說：幾乎我們所有的痛苦，都是來自我們不善於在房間裡獨處。

生活越來越繁瑣，世界越來越喧囂，有人在萬人歡騰中依然內心空虛，有人在起哄的熱鬧裡仍然心靈孤獨，喧嘩背後，有無處安放的靈魂，笑聲背後，有不為人知的悲苦。

而獨處，似乎成了熱鬧背後的一劑良藥，讓浮於空中的孤寂靈魂落地生根，開出碩大的花朵。

能靜下心來享受獨處的人，不是另類不合群，而是懂得收起浮躁的心，卸下虛假的面具，真正做回自己，整合自己，享受心靈上的平靜。

不管處於任何喧囂的城市，讓心沉下來，看看書，寫寫字，聽聽歌，養養花，品品茶，隔離耳聾的雜音，拋開內心的雜念，傾聽心底最真實的聲音，又何嘗不是一種愜意？

04 人生最好的境界 是豐富的安靜

周國平曾在書裡將自己的人生劃分為三個階段：第一個階段像是一口井，平靜而又單調，第二個階段如同急流，奔騰起伏又動盪不寧，而現在(第三階段)像是一片湖泊，湖中的水一直在流轉，而湖的深邃讓湖面寂靜如鏡。

由平靜單調，到奔騰動盪，再到如今的豐富又安靜，不禁讓人明白，人活一輩子，終究要歸於平靜。

於平靜中放下急功近利的浮躁之心，放下肆意生長的慾望，尋得內心的富足，於安靜中放下迷茫焦慮的情緒，感受生活，品味人生，才是人生最好的境界。

梁文道曾經講到：這是一個急躁而喧囂的時代，我們就像住在一個鬧騰騰的房子裡，每一個人都放大了喉嚨喊叫。為了讓他們聽到我們說的話，我們只好比他們還大聲。於是沒有人知道別人到底在講什麼。

其實很多時候，安靜是比喧囂更閃閃發光的力量。

與其忙著趁熱鬧，趕著隨大流，不如給自己的心靈留出一片靜謐閒雅之地，豐富地安靜著，在安靜之中，感受熱鬧背後無限廣袤的世界！

網路圖片／文章來源 <http://www.thevalue101.com/article.php?id=29538&fbclid=IwAR05NUiBdgZOmDiOKizjeTyGvgfm8f55Xa2W63JnemRb7hGoP0ph4oyq4Bg>

