

人生感言

□外语学院  陈少敏

## 你有多自律就有多自由

在疫情期间，很多家长与孩子之间因为网课，闹出过许多让人哭笑不得的笑话。当然，其中也不缺乏对孩子抱怨的家长，哪怕已经是初中生又或高中生，因为不够自律，使得成绩骤然下降的比比皆是。

自律，有这么重要吗？  
在一个阳光明媚的午后，我打开了一本书。书名就叫“你有多自律，就有多自由”。买前，我也曾让其“躺”在购物车，对于付款迟迟下不来手，心里在犹豫不决。过了许久，大脑里飘出一个想法：你不读一遍，你怎么知道自律有多影响自由？

最终，它来到我手上了。  
刚翻开的那几页，我不禁轻笑一声，害，这书不过是搞一个好听的书名来吸引读者购买罢了，实际内容哪有什么道理？结果，我被狠狠打脸了。  
书中有很多句子，让读者十分值得深思。其中有一句——“如果想要得到更多，付出的时间和努力也要足够多。之所以做不到，是因为热爱不够，坚持不够，动力也不够。”是啊，世界上从来

就不存在免费的午餐，也没有传说中的不劳而获。自己想要的东西，连基本的动动嘴都不愿意去做到，它怎么会走到你自己的手里呢？有那么大的野心，也得要有那么大的付出和努力；有那么大的付出和努力，也要有那么大的自律啊。

自律从来都不是一朝一夕能够完成的事。看着别人年轻有为，拥有高学历、高职位，就连身材都比你好，很多人便开始忿忿不平：“凭什么他/她可以拥有这么多，而我什么都没有？”在你开始抱怨的时候，这个问题已经有答案了。

你，不够他们自律。  
自律的人可以有多可怕？别人所羡慕的高学历、高职位，都是在当初读书时，无论放假亦或是周末，他们从来没有将学习抛出日程。在所有人都心急如焚地看着办公室墙上的钟，暗自算算还有多少时间下班回家休息的时候，他们却一遍又一遍地检查工作方案，甚至还做出了plan B，拿下公司的大客户，得到老板的赏识。

忽然之间，你是不是知道自己和他



们的差距了？

幸运从来都是眷顾肯努力的人。所以啊，不要再继续放纵自己懒惰下去了。自律从来没有我们想象中这么难培养。每天为自己设定了一个小目标，完成后那小小的满足感是会驱使着你继

续下去的。久而久之，你就拥有对自己自律的能力。当你拥有了自律，自然可以享受到自律所带来的自由。

不要让自己看着别人的优秀而忿忿不平，要将自己变成别人眼中优秀的人。记住，你有多自律，就有多自由。

茶品人生

□商学院  许彬彬

## 坚持比努力更重要

“坚持比努力更重要”，这是热播综艺《青春有你2》中的一位选手说过的一句话。仔细想来，确是如此，尤其是疫情当前，我们居家之时。

新冠肺炎的肆虐，让我们不得不待在家里，自行隔离，也因此，我们多了很多可以自由安排的时间。但是那些我们说过有时间一定要看的书本，有时间一定要去学习的技能，似乎都被遗忘了在脑后，取而代之的，是终日的无所事事，舒服却又自甘堕落的虚度时间。

自中学起，老师就告诉我们要学会在别人放松的时候进行“弯道超车”，在这有史以来最长的假期里，我们是否为即将到来的各种等级考试做足了充分的准备呢？我们是否为毕业后的自己能更轻松应对社会要求而多学习了几项技能呢？

朱自清说时间“像针尖上一滴水滴在大海里，我的日子滴在时间的流里，没有声音，也没有影子”。那么我们的时间又在哪里溜走了呢？是那一局又一局的游戏段位赛吗？还是那个又一个一个15秒精彩的抖音短视频呢？

作为新时代大学生，我们应该是朝气蓬勃的，又为何如此虚度光阴？我们甘心如此虚度光阴吗？

坚持比努力更重要，日积月累，滴水亦能穿石。不积跬步何以至千里。

成长故事

□外语学院  杨绮琳

## 灶屋、白墙和狗

小时候在家乡住，每天都是三点一线的生活——里屋，灶房，厕所。这三个地方是不连在一起的，甚至距离相差甚远。

我不喜欢呆在阴暗的灶房里，但我喜欢很喜欢这个灶台。在我还不够灶台高时，烧火便成了我的任务，我也确实很感兴趣。在新年时我捧着“灶神符”，奶奶把它让奶奶把它贴在灶前泥墙上，就像长大后奶奶拿着“灶神符”让我贴在煤气炉前的泥墙上一样。

我很喜欢撕墙面上裂开的白块，纵使被打被骂也丝毫不知悔改。撕开长着青苔的白块，露出新的还沾着粉的白墙，倒不是喜欢看着撕开后的样子，而是很喜欢撕的过程，大概小孩子，本质是破坏王。这些被留下的“赫赫战绩”，现在来看被撕掉的墙面斑斑驳驳，比没撕开的更黑，霉

点更多，像只被封印在墙上的斑点狗。

我们家一直以来都有养狗，狗死了几天后又会有新的狗，几十年没断过。但是十几年来跟我玩的好的只有一只狗，我骑着它走过小巷，扶着它学会走路，十分温顺，但它还是走了，在某一天消失不见了，我不知道那天我有没有哭，我也不记得了。现在只有在照片看到它，才会想到“啊，我在扶着它学走路呢”。

今年是我搬到城里之后回家乡待的最长的一段时间。也是最有耐心的一次，看着这个地方，仔仔细细地回忆起了童年时光。我以为它那都没变，其实它哪都变了。灶房里的灶台被拆掉了，里屋的白墙已经可以看到里面的红砖了，家里也不再养狗了。

我自己也没有意识到，原来我早已习惯了离别。

生活所得

□计算机学院  曾瀚瑒

## 文字杂谈

文学——这名词太过崇高，换个说法，文字意味着什么呢？

往大了说对人类而言是进化史中自主演化的记录文明的方式，个人，或者说仅我自己而言，它是想要把脑海中的活动尽可能表达出来的一种体现方式，在键盘上敲打的拼音组合成字句，针管里的笔墨或自设备诞生的数据汇成流淌的思绪。

就像上面两段这样，它有时候更多只是一种当下的心情，得以存留的原因也不过是想让它下一秒宛如从未出现过就消失，仅此而已。

“一瞬间人的脑中闪过多少念头，有多少是废料，又有多少连自己也不懂究竟在传达些什么。”

专业角度来说当然有叙述议论等等相当多的分类，但大多数情况下，并非由于目的明确（例如职业作家写作）诞生的文字，像烹饪初学者不满足于空空如也的蛋糕胚于是信手涂抹的奶油，是很难使其严丝合缝嵌入权威的定义框架当中。

它们，零碎得怎么说呢，大概是一只飞得歪歪斜斜的鸟，一朵独一无二的花，一段词不达意的话，一幅不明就里的信笔涂鸦。

爱丁堡的雾染灰雁的翎羽，振翅声起，广场上无知无觉的人无需仰头，也能看见半空坠落一枚去而复返的柔光。

有人赞叹，有人不解，有人嗤之以鼻，更多的人视而不见。地面上的这些跟那只雁若有若无千丝万缕的关系，而它的飞行轨迹注定经过阴云，雷鸣，闪电，沐浴晴空万里，也要在狂风驟雨里披荆斩棘。它永远孤独，高贵又卑微，以痛苦伴愉悦，将热爱付诸自由。

这何尝不就是文字的意义。

诗海拾贝

## 夏

计算机学院  罗棠煊

清晨铺满大地的阳光，  
绿荫覆盖了整座城市；  
傍晚垂落枝头的夕阳，  
深夜悬挂夜空的繁星；  
丝丝暖风，吹不散夏季的炎热。  
绿叶写作童话，微风谱写乐章。  
这才是最熟悉的夏。

## 朋友

外语学院  辜珊珊

清晨的迷雾渐散开，  
我不经意的从梦中醒来，  
——原来是雨后的太阳照进房间里，  
映射在我睡意朦胧的脸庞。

窗外的叶子摇曳着舞姿，  
风也轻轻柔柔与它相对，  
像是许久不见的朋友，  
在说：“嗨，很高兴认识你，你好吗？

我们终于在茫茫宇宙中相遇了”  
不得不说人是一种孤独的个体，  
漫步在茫茫人海，  
只为遇见一个陪自己走一程的人，  
到站就该寻找下一个人了。  
你是否也有这样一位，  
陪伴自己很久的朋友。

他过得好吗？  
你们有联系吗？  
奔赴在不同的道路上，  
你们过得开心吗？  
如果有空，不妨停下你匆忙的脚步，  
去见一见那些许久不见的老朋友，  
打一通电话聊聊近况，  
哦，最后别忘了和你的朋友说上一句，  
感谢一路有你相伴。



青春絮语

□外语学院  张曼青

## 幸福

老子曾说过：“祸兮福所倚，福兮祸所伏”。更有常言道：“身在福中不知福”。幸福究竟是什么？

幸福是一种感觉，是一种在心灵深处妙不可言的感觉。

幸福，其实很简单。人活在世上就是幸福；一日三餐，吃饱喝足就是幸福；一屋一瓦，遮风挡雨就是幸福；心情愉悦，身强体健就是幸福。幸福处处存在，却又非时时所感。落魄时的锦上添花，患难是的风雨共济，失败时的雪中送炭；平常里细营慢造的一段惊喜，惆怅中温馨体贴的一份祝福，相聚时惬意舒心的一份亲昵……这些无不不是生活中带来的幸福浪花。

不要刻意追求幸福，也不要苦苦思索幸福的内涵。有一个哲

学家说过：“人生无所谓幸福，不痛苦便是幸福”。痛苦是真实的，存在的；幸福虽然是看不到，摸不着的，但是幸福一直在我们身边，等着我们去体会，感悟。

换个角度慢慢发现和感受，幸福是一种很美的意境，就像坐在草原，看庭前花开花落，望天空云卷云舒；幸福是一种很优雅的氛围，就像在被懒懒包围的冬日暖阳里，拿本书坐在向阳的地方，静静地打个盹；幸福是一种很淡的情愫，就像在带着疲倦归程的路上，屋门前意料不及的一串笑容。

幸福不是单一的，也不是一种形式，它是隐匿在生活中的点点滴滴，它悄然溜进生活，留下些许美好的片段。

心灵驿站

□外语学院  沈为清

## 少即是多 简单即是美

约翰·洛克菲勒说过这样的一句话“只有一块表的人知道时间是多少，而拥有两块表的人却永远不能确定”。放到当下，目之所及身之处，简约的设计和生活方式往往是最受人们喜欢的。

人与人的关系，大概恰到好处的相处最舒服。回看到我们的日常生活上，这样的例子出现的也是多的。

倘若父母的爱没有过于苛刻的要求，也没有无底线的宠溺，没有“这样不行，那样不对”，也没有体贴入微的各种照料。子女们面对父母的意见也多些听取，多些思考，多些语言交流，平时多关心一下他们的身体状况。不同辈分之间多一些理解，尊重和包容，遇到一些难以解决的问题，两代人三代人之中相互协助，分享感受，同时尊重别人的做事方法。这样的相处生活环境，家人们可以得更多的舒适感，轻轻松松享受美好的每一天。

倘若谈恋爱中的情侣，不去纠结于证明对方有多么爱你，也没有

从对方的生活轨迹和字字句句的找出蛛丝马迹，去认定对方心猿意马，一杆子否认别人。没有表现过强的占有欲处处限制对象的社交自由，而是去相信对方的道德价值，去尊重别人的生活方式。没有日复一日地询问“你爱我吗？”，“你有多爱我？”，“你到底爱不爱我？”，多一点的真诚，少一点的消磨。如果彼此没有恰当的相处和自己的生活圈。分分秒秒都要别人与你相关，那这样的感情是该有多累啊。无条件的信任，看得见的在乎，恰到好处相处的最舒服。

设计圈的设计理念几乎都提倡简单，反对过度装饰。简单是一对金耳坠或者一个金项链带着身上会显得非常优雅贵气。然而面前出现这样的一个人，全身上下几乎所有的配饰能带的都带上了，反而会给别人一种土豪暴发户的世俗感，远远没有前者的高雅脱俗，还容易遭到别人的嬉笑鄙夷。

少即是多，简单即是美。简单不是最好的，但它一定是最舒适的。

