

困难只是暂时的

佚名



从前有一位国王，拥有至高无上的权势、享用不尽的荣华富贵，尽管如此，他并没有快乐的心情。他虽然能够主宰自己的臣民，却难以操控自己的情绪，莫名其妙的焦虑和忧郁经常让他闷闷不乐、寝食难安，不知道如何排遣自己的种种不快。

于是，他召来了当时最负盛名的一位智者，要求他找出一句人间最有哲理的箴言，这句话必须浓缩了人生的智慧，必须有惊人之效，能让人胜不骄、败不馁，得意而不忘形、失意而不伤神，能让人始终保持一颗平常的心。智者想了想，答应了国王，条件是国王将佩戴的戒指交给他。

过了几天，智者将戒指还给了国王，但他强调：除非在万不得已的情况下，别轻易取下戒指上镶嵌的宝石，否则，它就不灵了。几个月后，邻国大举入侵，国王率军队拼死抵抗，但最终由于寡不敌众，失败了。于是，国王率领着很少的一队人马四处亡命。

但是敌军穷追不舍，为逃避敌兵的搜捕，国王藏身在河边的草丛中。他又渴又累，当他到水塘喝水的时候，猛然看到水中映出一个蓬头垢面、衣衫褴褛的人，不禁伤心欲绝——谁能相信这个人，就是那个曾经气宇轩昂、威风凛凛的国王呢？国王这时绝望了。

就在他双手掩面欲投河轻生之际，他突然想起了智者，想到了戒指。于是他急切地抠下了戒指上的宝石，他发现下面镌刻着一句话——这一切都会过去。

国王的心顿时震撼了，又重新燃起了希望的火花，他决心生存下去。从此，他忍辱负重、坚持不懈地努力，经过几年的整顿，重招旧部东山再起，最终赶走了外敌。

而当他率领着自己的部队再一次返回王宫后，他做的第一件事就是将“这一切都会过去”这七字箴言，镌刻在象征王位的宝座上，以此来警示自己。

大道理 站在一个更高的境界上看，生命只是一个过程，只要尽了力，不必太在意结果，所有的风景都在过程中了。况且抱有积极的心态，会扭转命运，创造出另一个结果。苦与乐都是一样的精彩，得与失有时候划分得并不是那么明显。对于困难，就更有了一览众山小的勇气。

6 公里

佚名



我们住在加利福尼亚蒙特雷半岛的雾霭笼罩着的海边，交通十分不便。这里的道路旁惊涛拍岸、峭岩高耸，虽然景色壮丽、引人入胜，但是却没有便捷的交通通道。要去北面的旧金山，得先上老的海岸公路，然后拐上 101 号多车道高速公路，如果天气好、交通通畅的话，可以顺利地到达目的地，但如果赶上天气不好、道路阻塞，就会把人急疯了。

最让我担心的是一段由两条小道改成的狭窄的双行道。在我儿时的美国南部，这种小道

通常被称为“牛道”，因为这上面总是缓缓蠕动着一些农用车辆。

我的丈夫兰迪曾经告诉我：道路和人一样也有个性，这取决于在特定的时期你如何看待它们，感知它们。兰迪是一名运动员，体魄健壮，意志坚强。他担任中学的篮球教练，热爱自己的球队，潜心训练球员。他还是一位马拉松运动员，能一口气跑数公里而不感到疲倦。在25年的执教生涯中他极少生病，但是后来他突然患上了癌症。

于是我们在另一条跑道上展开了另一种竞赛——为期4年的马拉松赛：我们奔波于家与斯坦福大学医疗中心之间，为了给兰迪做诊断、化疗、紧急救护。

去医院必须经过这些让人不堪忍受的路程——150公里，2个小时。我的憎恶之情与日俱增，我尤其憎恶那段拥挤不堪的瓶颈式的双车道。

兰迪从来没有抱怨过。他的健康状况每况愈下，我想绕过这段“牛道”以缩短我们去医院的行程。我花了数小时查找地图，并把车开到离“牛道”数公里远的地方尝试绕过它，结果一无所获。我别无选择，只能经过这条道，可是我对它深恶痛绝。所以，当我的丈夫被注射吗啡睡在车上时，我紧咬牙关，死死握着方向盘，肺都快气炸了。

有一次，我们赶赴一个约会时被堵在了道上，确信兰迪已经睡着了，我低声嘟哝道：“我恨这条该死的路。”

“只有6公里。”他说。

我转过身去，他的眼睛却是闭着的。

“你说什么？”我问道。

“这段路只有6公里长，”他的声音很平静，好像对学生一样循循善诱，“没什么大不了的。在这6公里路程中你可以做任何事。”

我看了一下计程表。他说得很对，6公里整。我却感觉它足有30公里。

突然觉得车开起来轻松多了。

6公里是易接受的。这是我们晚上步行到海边往返的距离，是他经常背着孩子攀登的那条山路长度的一半，是到我和孩子们玩传球游戏的那个公园的4倍距离，是他在大瑟尔国际马拉松赛上跑过的42公里中的一小段。6公里真的没什么，尤其是在他只有几个月的弥留时间的时候，牢骚和愤怒真是不明智的事，所以我停止了抱怨。

在去医院的路上，大多数时间他的眼睛是闭着的，我的眼睛却是睁着的。我开始真正用眼睛去看：绿色的田野有时在太阳下闪光，有时却消隐在浓雾之中；道路两旁摆放着成筐成筐的草莓和玫瑰，破旧的小屋倒映在布满水藻、苍翠葱郁的池塘里，一匹已不能自由驰骋的老白马，羡慕地注视着大道上飞驰而去的汽车。

这些景色一直在那儿，只不过以前我从未注意，兰迪教会了我如何去欣赏它们。失去一个最爱的人能让人心碎，却往往也能让人眼睛开启。

现在当这条路拥挤不堪、漫长而难行时，我会在心里将它分解成小段。我会把它切割成若干个6公里的路段。其实，你可以把任何事情分割成6公里，而且沿途你会发现惊喜多多、风光无限。

大道理 换一种心态，会看到别样的风景，换一种心态，体会到的是另一种心情。淡泊明志，宁静致远。在烦躁的都市生活中，在烦乱的生活里，在我们不断经历的坎坷中，虽然不能改变环境，但是也许可以改变自己的心情。以优雅的心态苦中作乐地生活，才能享受生命的滋味。