

生活中出现不确定性事件,该怎么办? 做好当下 拥抱变化



大
讲
堂

这段时间,宁波镇海、绍兴上虞等地出现多起新冠病例,让原本平顺了的生活又起波澜。宁波镇海实行临时性封闭管理,所有的学校实行线上网络教学,也许在这之前,你还等着学校里有趣的活动、可口的饭菜、丰富的课程呢,可是就在这一夜之间,在你始料未及,发生了;2021年12月8日浙江省公务员局发布了一则公告,为了落实疫情防控、保障民众安全,决定推迟原定于2021年12月11-12日举行的浙江省各级机关单位考试录用公务员、市级机关单位面向基层公开遴选优秀公务员的笔试工作。在这之前,多少人踌躇满志,等待在考场大显身手,蟾宫折桂……

你所预想的事情,不总是按着你设计的轨道运行,超出你预期的“不确定”总在不断发生。面对这些林林总总的坎坷,你会怎么办?怨天尤人还是从容应对?

在这里,我和大家聊聊如何应对生活中的不确定性。

主讲人

邬贤波
溪口镇中心小学



宁大教师
胡静力用手中
画笔记录“抗
疫”故事。

大家是否读过林清玄的哲理性散文《桃花心木》,此文颇似《种树郭橐驼传》,都以种树之理,寓为人处世之道。散文先是叙述了种树人模仿老天下雨,给桃花心木树苗以诸多不确定的因素,让其学会自己生长,长成百年大树。后在文末点明:不只是树,人也是一样,在不确定中生活的人,能比较经得起生活的考验,会锻炼出一颗独立自主的心。在不确定中,就能学会把很少的养分转换为巨大的能量,努力生长。

道理就摆在这儿,可大家多数时候总会抱着一种侥幸心理:没这么倒霉吧,不会发生在我的身上吧?可是“人生不如意之事,十有八九”。在国际形势复杂多变的今天,在信息技术迭代更新的时代,人生的不确定性更加多变,如何应对?做好当下。

A 首先,出现不确定的情况会成为你生活中的常态。

不确定的情况一般包括两个方面,一是自身的不确定,比如身体状况,学习能力等,可以称之为“内在因素”;二是“外在因素”,比如新冠疫情的反复、外界给你的压力或一些打击。这两面组合、排列,就会造成你生活中种种的“逆来”,不为你的意愿所控制,将时时、刻刻、处处伴随着你。当然,这些不可控的“逆来”中,有些是让你惊喜的,但有些也让你“惊吓”的。

网络中所说“不确定就是一种确定”,这句话很有道理,因为你不能预见“明天”,所以你能确定的是“不确定的情况会发生”。不确定性,是这个世界运行的唯一规律。你可以叫

它“意外”,也可以叫它“希望”。想清楚了这些,面对出现的“不确定情况”你就能坦然接受,因为这是常态。疫情影响,你密闭在家,或许在这样静谧的氛围中,网络学习能成为“一对一”的学习平台,接收的信息会更多,你会学得更好;父母不用上班,闲在家中,或许是上天赐予的温馨相聚的时光……

俄国作家别林斯基曾经说过:“生活已经不是快乐的宴席,节日般的欢腾,而是工作、斗争、穷困和苦难的经历,只有经历过数不清的逆境,才能到达成功的彼岸。”快乐的不确定,还是痛心的不确定,这都是生活的常态,不足为奇,你要做的事就是走好当下的每一步。

B 其次,做好当下,是化解“不确定”的最佳方式。

做好当下是先改变自己再改变他人。不怨天尤人之人,必是乐观通达的,也必是独立自强的人。你有运动天赋,长跑健将,运动会上定能一展风采,可是第二天因为天气,因为疫情,取消了比赛。好事多磨,没有关系,只要做好日常训练,做好准备,只要有上场的机会,总有能

乘风破浪的时候;学习上会出现状况,换了一个不对胃口的老师,一个整天打扰你的同桌,不打紧,找原因,去沟通交流,或许就能改变窘境;将来工作了,工作环境不理想,人际关系不和睦,也没有关系,你可以查找问题所在,做出改变,让变化将逆境变通途。

C 再者,自古以来人类社会的发展就是建立在改变了太多“不确定”的基础上。

孔子曰:“天将降大任于斯人也,必先苦其心志,劳其筋骨,饿其体肤,空乏其身。”史学家司马迁忍辱负重,背负父亲的理想,即使身受极刑也无惧色,在坚忍与屈辱中完成鸿篇巨制《史记》;1976年7月28日中国唐山突然发生里氏7.8级强烈地震,23秒钟后,唐山被夷成废墟,直接经济损失达30亿元人民币以上。但是坚强的唐山人没有沉沦在哀怨、悲叹、绝望中,他们经过10年的重建,重塑了一座城市,修筑了心灵的城墙。1990年11月,唐山市政府因为震后重建工作而获得了联合国人居奖;新冠疫情暴发后,中国人民面对国内、国际严峻的疫情形势,没有消极应对,让疫情肆虐,而是众志成城,共同抗疫,正因如此才有了辉煌的抗疫成果,才有了可以复制的中国抗疫经验……这些成功的背后,都是“顺受”的印证,他们在逆境中改变自己,改变命运,改变未来。

有些人喜欢生活平顺,最好连出现的不确定情况也是惊喜的,这固然美矣,哪有人愿意自己的生活像风浪中颠簸的小船呢?有些人喜欢假手他人,希望通过借助别人的力量,帮自己化解困难与危机,当然也是美事一桩,但这样的美事岂能一直复制?能一直依靠的人,只有你自己。

其实,做好当下,也是一种“智慧”。出现“惊喜”的不确定性事件时,你把握机遇,顺风顺水,大获全胜;出现“惊吓”的不确定,你以此锻炼自己的能力,锤炼自己的意志,逐渐成为智者与强者。

作家宗璞在《丁香结》写道:每个人一辈子都有许多不顺心的事,一件完了一件又来。所以丁香结年年都有。结,是解不完的;人生中的问题也是解不完的,不然,岂不太平淡无味了么?

且把逆境当作人生的调味品,喜怒哀乐愁,酸甜苦辣咸,都是人生百味。

做好当下,拥抱变化。这,就是应对人生不确定性的不二法门。