

恼一恼，老一老；笑一笑，少一少。
——《养心要语》

在逆境中安之若素

□王纯

我人生中最不顺的一段时光是在5年前，那时我的工作遭遇了前所未有的困境。无论我做什么，怎么去做，结果都是一团糟。我开始怀疑自己的能力，也抱怨生活总与我过不去，日子过得沉闷不堪。

不过我不服输，我每天都为自己写一则励志格言，力求尽快摆脱逆境。我不仅把自己不顺的原因逐条做了分析，还一一想出了对策。每天早晨，我都对着镜子给自己一个胜利的手势，希望自己早早从逆境中走出来。可是，生活总是事与愿违。有时候，困境就像捆绑在我们身上的绳索一样，越想挣脱，它反而

会勒得更紧。

那段时间，我真的像一个困在沼泽中的人，总感觉怎么做都难以逃生，坐以待毙不行，动一动就会陷得更深。无奈之下，我去找学生时代的一位老师。那位老师通达智慧，一直是我的偶像。尤其是他对待生活的态度，很让我钦佩。

我到了老师家，他正在练习书法。我把自己的苦恼讲给他听，他笑了笑，随手写下了几个字：“在逆境中安之若素。”他告诉我，逆境也是一种生活面貌，和顺境一样，都是每个人要经历的。但很多人都以为逆境是一场糟糕的意外，必须

要尽力摆脱，越急于摆脱而摆脱不了时，人会把自己推入更糟糕的境地。逆境没什么大不了的，你该做什么还做什么，坦然面对逆境，淡然对待现实，以一颗豁达的心面对生活，淡化所谓的顺境与逆境，把你经历的一切都当做生活的赐予。心态平和了，生活自然就顺畅了。

我按照老师说的，以全新的姿态面对生活。每天早晨，迎着第一缕晨光，积极拥抱新的一天。工作中遇到任何事，我不再费尽心思避免疏漏，也不再殚精竭虑逼自己成功。工作之余，我会养养花，听听歌，把日子过得舒适些，放松些。

放下了心中的负累，我感觉久违的轻松感又回来了。我不再无所适从，也不再焦头烂额，而是把心态放平和，顺其自然。

“在逆境中安之若素”，我努力做到这样。过了没多久，我的工作竟然越来越顺手。原来，很多事不刻意为之，反而更容易成功。

人生之路漫长曲折，有顺境，也有逆境。遭遇逆境是人生常态，不必恐慌焦虑，更不能绝望放弃。安之若素，淡然处之，你所承受的一切都是幸福的，有意义的。在逆境中安之若素是一种生活智慧，也是一种人生修为。

谁的颜值高

□余平

我和老婆同龄，我这人天性乐观豁达，外貌看起来比实际年龄要年轻很多，老婆多愁善感，脸部已经有了细细的鱼尾纹，看上去明显要比实际年龄大。

我常在女儿面前“自豪”地说：“我的颜值比你妈的要高一些，更显得年轻英俊！”每到这时候，老婆都要用眼睛狠狠地瞪我。

那天我刚下班，老婆就给我打电话让我去市内的一个售楼部，原来她看中了一套二居室的房子，正和女儿在那里等着我拿主意。我立刻赶到售楼部，售楼小姐热情地接待了我，倒了一杯水递给我笑着说：“叔叔，您真有眼光，我们这里的房子地段好，房型佳，配套设施齐全，升值潜力大……”售楼小姐年龄看起来和我差不多，居然叫我“叔叔”，占了人家的便宜，我心里觉得挺美的。她不厌其烦地给我介绍了好半天，还一口一个叔叔地叫着，无形中当了人家的“长辈”，总得照顾一下“后辈”吧，再说这房子我也比较看好，就有了购买意向。看得出来老婆和这位售楼小姐在我来以前也谈过了，老婆一向挑剔，竟然对这套房也很满意。我和老婆商量后就先把房子的定金交了，再准备取钱交首期款。

我们走出售楼部，老婆满面春风，女儿望着我，忽然像发现了新大陆一样对我说：“爸，你老了，我现在才知道妈妈的颜值其实比你的要高，比你显年轻。”

老婆听了这话脸上笑开了花。“真的吗？”我却不以为然地说，“女儿，你说这话有什么理由呢？”

“这是明摆着呀！”女儿振振有词地说：“刚刚那位卖房子的阿姨称呼你为‘叔叔’却对妈妈叫‘妹妹’。”



悄悄话 方华/摄

生活感悟

人走着走着就散了

□马亚伟

我们生命中很多人，走着走着就散了。就像两朵云，情意缱绻，两相流连，风一吹，就各自天涯了。

我学生时代有一个异性朋友，我们无话不谈。他结婚后，有一次我到他在所在的小城办事，在街上遇到他牵着他漂亮的妻子。我走过去打招呼，他妻子非常警觉地看着我。再后来，我们打电话越来越少，到后来节日的短信问候也省略了。多年后，我又在街上遇到他，竟然觉得很多话都无从说起了。感觉眼前这个人很陌生。我们略略寒暄几句，就各自走开。原来的情谊，已经被时间的河流冲刷得干干净净。

记得安妮宝贝在一篇随笔中记述过一段少年友情，她说：“那段少年时的感情，就如同彼此寄居的蛹。当灵魂长出翅膀，各奔东西，蛹就成了透明的空壳。”人生中，我们有多少次破茧成蝶，飞到另一方天空，把蛹留

在了原地。走着走着，很多朋友被我们丢下了。

生活是一个斑驳参差的河床，随流水逝去的，是往昔的岁月，只留下突兀冰冷的感觉，让你独自承受。据说有人统计过，人们每七年就会换一批朋友，像新陈代谢一样，旧的去了，新的来了。人生本是这样的过程。

在电视上看到过一些友情“跨越了半个多世纪”，心中总会生出些感慨。是怎样两颗坚韧而执著的心，才可以演绎一场旷日持久的友谊；又是怎样一种神奇的缘分，才可以锁定两颗心永远零距离。这样的友情，太珍稀了。

人生是一段段行程，总有一些人会陪我们一段旅程。我们被推着，一路前行。有些人被我们丢下了，有些人丢下了我们。有谁会陪你到永远？永远太遥远，遥远得我们不能掌控。有些东西，不是我们能够左右的。那么，只能是拥有哪些，珍惜哪些。

生活百科

湿衣服巧脱水

炎夏有时衣服很难及时干透。此时，只需将洗净的T恤或背心，平铺在干浴巾或者毛巾上，再卷起来一同拧干，脱水效果比徒手拧好一倍。再打开门窗通风，或者把空调打开，保持室内空气有一定的干燥度，衣服速干效果更好。

灭蚊剂和蚊香不要一起用

有人在家里点蚊香时，嫌蚊香灭蚊效果差，又用灭蚊剂进行灭蚊。殊不知，在喷雾时，如不慎将灭蚊剂喷到燃烧的蚊香上，就可能引发火灾。

喷花露水远离实木家具

绝大多数花露水都含有酒精，极易与实木家具表层油漆发生化学反应，直接导致家具外观变花。因此，在使用时最好远离实木家具。

除电话听筒异味

电话使用时间长了，听筒会产生异味，难以去除。把未曾使用过的茶包拔去吊线，放在电话听筒的槽内，过段时间，听筒便会产生清新的气味。

征稿启事

生活中处处皆是学问和乐趣，有含饴弄孙的快慰，有生活中发现的小窍门，有自家萌宠的可爱照片，如果您想与我们分享，可投稿至电子邮箱：120267128@qq.com。

彩票开奖台

全国联网电脑体育彩票“排列3”开奖公告
第15199期中奖号码：8+6+7

奖级	全国中奖注数	每注奖金(元)	本省中奖注数
直选	/	1040	123
组选3	/	346	0
组选6	/	173	392

排列三本省投注总额：352332元

全国联网电脑体育彩票“排列5”开奖公告
第15199期中奖号码：8+6+7+9+7

奖级	全国中奖注数	本省中奖注数(注)	每注奖金(元)
直选	16	/	100000

排列五全国投注总额：7754048元

中国福利彩票“乐透型15选5”玩法第2015199期
中奖号码：04 05 07 12 14

奖等	六省市中奖注数(注)	安徽中奖注数(注)	每注金额(元)
特别奖	0	0	0
一等奖	85	19	2418
二等奖	5319	892	10

六省市投注总额：613958元，安徽投注总额：113894元
奖池奖金：802840元

中国福利彩票3D玩法

第2015199期中奖号码：1 3 1

奖级	全国中奖注数(注)	安徽中奖注数(注)	每注金额(元)
单选	10683	172	1040
组选三	11796	235	346
组选六	0	0	173

全国投注总额：39499948元，安徽投注总额：998938元

中国福利彩票“东方6+1”玩法
第2015085期

奖级	华东中奖注数(注)	安徽中奖注数(注)	每注金额(元)
一等奖	0	0	0
二等奖	0	0	0
三等奖	0	0	10000
四等奖	69	5	500
五等奖	1207	113	50
六等奖	23455	1982	5

六省市投注总额：851214元，安徽投注总额：74710元
奖池奖金：58771155元

全国联网电脑体彩“超级大乐透”
第15085期

奖等	全国中奖注数	每注奖金(元)	本省中奖注数
一等奖	1	1000000	/
一等奖(追加)	0	0	/
二等奖	43	211670	/
二等奖(追加)	14	127002	/
三等奖	377	9602	/
三等奖(追加)	106	5761	/
四等奖	15024	200	/
四等奖(追加)	5020	100	/
五等奖	304579	10	/
五等奖(追加)	100628	5	/
六等奖	3161304	5	/

全国投注总额：170011903元 下期奖池：1461889590.67元

“安徽风采”电脑福利彩票25选5玩法开奖公告
第2015199期

中奖号码：02 06 07 13 19

奖级	中奖注数	每注奖金(元)	各等奖奖金总额(元)
一等奖	1	17388	17388
二等奖	30	100	3000
三等奖	461	10	4610

本期投注总额：22556元