



看乾坤倒转 悟沧海桑田 人生一切值得慢慢来

一碗汤，要掌握火候，经过一定的时间，才能散发出香味；一块地，要经过多年的耕种，才称得上是“稻田”；一个人，要阅人无数、读书万卷、行路万里，才算是人才。饭要一口一口吃，钱要一分一分赚。时间如白驹过隙，没有人可以抓住，但是我们可以好好享受。去触碰一缕春风，去抚摸一束阳光，等待晚霞慢慢落山。



慢慢体验

积累人生技能

有的人时常羡慕别人的成功，只想着自己能在短时间内变成一个厉害的人，却忽略了这个过程中需要一点一滴的积累，需要不断地打磨自己的专业技能。只有沉得住气，才能走更远

的路。
俗话说：“饭未煮熟，不能妄自一开；蛋未孵成，不能妄自一啄。”煮饭、育雏，都要经过一番耐心等待才能完成。好的人生也一样，需要沉住气，慢慢来。

慢慢吃饭

享受片刻烟火

大文豪苏东坡曾作诗介绍自己烹饪“东坡肉”的经验：“慢着火，少著水，火候足时他自美。”从诗中可看出他做菜经验十足，火要不大不小，水放得不多不少，数小时慢

炖，食材香味反复释放，汤汁浓郁回甘。苏轼一生多次被贬，他依然热爱美食、享受美食，丝毫没有受到仕途不如意的影响，而是慢慢做饭、慢慢吃饭，享受人生。

慢慢行走

发现独有美好

生活不是缺少美，而是缺少发现美的眼睛。生活的美好，在于寻觅之中，在慢慢行走中发现独属于自己的美好。一片新生的绿叶，一只慵懒的猫咪，一轮圆满的月亮，都需要你慢下来，

去接触，去发现，去欣赏。
慢慢行走，沐浴初升太阳的温暖，欣赏日落西山的绚烂。为路边绽放的绚烂花朵停留，为云雾缭绕的高山流水驻足。放空心灵发现美好事物，拥抱真实的世界。

慢慢提升

态高不碍路远

我们总是催促自己，赚钱要快，否则钱就被别人赚完了；升官要快，否则到了五十岁就成定局了，没有人提拔了。
人闲车马慢，路遥星亦辞。

只要路是对的，就不怕路远。慢慢来，逐步提升，是一种人生态度，也是一种生活品质。越是身处复杂，越是不能急躁。处理好眼前事，自然会豁然开朗。

慢慢等待

成就人生之美

为了快一些，我们过上了熬夜加班、奔波不停的生活。去过一座城市，但是不知道城市里有哪几条街，也不知道有什么美食。天边的夕阳，也没有看一眼；好不容易等到休息的日子，却一直低头看手

机，时间都在浪费……
你面对事情不同的姿态，就会造就不同的未来。往后的日子，愿我们一直保持沉稳的心境，成就人生之美。
(据《城报》焦秋利)



鸡腿：“生姜，你以后别冒充芹菜了行不行？”生姜：“我行我素。”

每次熬夜，一转头看到室友手机发的光就会特别安心，我亲爱的“猝死搭子”。

不知道你们混的都是什么圈子，反正我混的是黑眼圈。

虽然我不会做饭，但是我点了一手好外卖。

起床是一种能力，赖床是一种技术，我能力有限，但技术却很高。

胖了心情不好，饿了脾气不好，穷了心态不好，这叫我如何是好。

想挣钱的时候，感觉每条路都不通，走那儿堵那儿，全是红灯。到了花钱的时候，我去，全亮了，都是绿灯，而且还畅通无阻。

保持年轻最好的办法：多吃蔬菜，多运动，外加谎报年龄。

想买消毒机，两款看起来完全一样，但价格差了100块。我问客服：“同样的东西，怎么有不同的价格，到底哪里不一样。”

客服说：“都是一样的产品，客户可以根据自己的消费水平来决定要买哪一款。”

长这么大，唯一坚持下来的事情就是每天给手机充电。

问：西游记团队中需要裁掉一个人，你会裁掉谁？

答：唐僧不能裁，主角，没有他不能取经。白龙马不能裁，没有它唐僧就得徒步。猪八戒不能裁，没有它不能让唐僧受九九八十一难。沙和尚也不能裁，没有它没人扛行李。只能裁孙猴子一个，因为它只负责打怪，而打怪可以让猪八戒和沙和尚或者白龙马上天请神仙帮忙解决，就是走下形式、走个打怪的过场。孙猴子的功能就是打怪，功能重复了，所以孙猴子有没有都一样。

别人：玩的时候往死里玩，学的时候往死里学。

我：玩的时候往死里玩，学的时候死。

鸡汤

听过这样一句话：成年人的世界，有多少委屈和忍耐，有多少无助和辛酸，唯有回家能治愈。

一个家庭最好的气质，其实是书香气，它不仅能为单调的日子增添色彩，还能让人变得优雅而知性。

每次归程，都是为了更好地出发；每次停歇，都是为了积攒力量。

人生，不是不停地冲刺，而是一段要一步一步走下去的漫长旅行。

当你觉得很累的时候，是生活提醒你，需要停下来休息了。

好好休息，才能更好地出发，走更长远的路。

有句话说：四方食事，不过一碗烟火。最踏实的幸福，大概就是家人在烟火味里的互相守候，彼此温暖。

不管是工作，还是人际关系，都要善待自己，过好当下每一天。

人生如棋局，遇事稳得住，才能赢得最后的胜利。凡事稳得住，用一个清醒的头脑，才能面对生活的纷纷扰扰。

靠谱的人或许不是会说漂亮话的，但一定是言而有信的；或许不是实力最强壮的，但一定是有责任心有担当的；或许不是关系最亲密的，但一定是能带给你安全感的。

沉下心来默默蓄力，慢慢来，你终会等到自己的时区。