

在我妈又一次将手摔伤并且准备对我进行消息封锁的时候,我觉得是时候考虑对他们的生活多一些直观的了解了。

我咨询宽带,选定套餐,购买设备,没几天我就能通过手机屏幕看见我家院子了。

自此,我就开始光明正大地“偷窥”父母的生活。

好奇老家几点钟天黑,我打开回看,找到白天与黑夜交替的那一帧开始回放。傍晚6点22分16秒,我看到天快要黑了。到了第17秒,镜头远处的山突然变成模糊的影子,摄像头的镜头也自动变成黑白。

至于父母什么时候起床,什么时候睡觉,起床都干了些什么,家里来过哪些人,事无巨细,统统在我的“偷窥”范围内。

清晨,看到我妈正在扫院子,我对着摄像头喊一声“妈”,我妈听到声音后抬头挺身,面朝摄像头,和我聊起来,无非是今天冷不冷,早饭准备吃啥,我爸怎么没在家。

中午,看到我爸坐在走廊上晒太阳,想必是在外面干活

“偷窥”父母



才回来,我喊了一声“大”,我爸惊喜地抬头回应,说着说着,我发现他有点咳嗽,让他早晚多穿点,现在去喝点热水,免得咳得难受,我爸听话地跑进屋里倒了一杯开水出来接着聊。

下午,看到家里来了个拄着拐杖的客人,眉眼看不太清,和我爸妈聊得热火朝天。等客人走后一问,才知是前不久动过大手术的,已经80岁的前大队队长。此前长年累月不得停歇,这回做了手术,只

好专心在家静养。

晚上,爸妈不大出现在院子里,偶尔也会有村邻来家坐坐。大多时间他们都待在堂屋里看电视,他们基本还是和我当年在家一样,每天追剧两集。

有一天起床后,我发现摄像头呈离线状态,赶紧去咨询工作人员是怎么回事,对方让我刷新,问一下是不是停电了,没有的话去检查一下摄像头的插头是否插好了。

后来打电话一问,果然停了电。那天,我过得格外煎熬,隔不多久就查看一下摄像头的状态,一直到下午四点多,才来电,我心里像完成了一件大事,一块石头落了地。

身处快节奏的上海,看老家的慢生活,成为一种心理需要。

每当我感到有点焦虑时,就打开摄像头,看看我家的院子,听一听鸡叫声、狗吠声,看一看猫咪懒洋洋地晒太阳,看我爸妈与邻居坐在院子里喝茶、聊天,兵荒马乱的一颗心慢慢平静下来。

大学毕业以来,我为父母买过许许多多东西,但从来没有一件物品,抵得上日日呈现在我眼前的这方天地。它弥补了我对父母陪伴的缺失,稀释了我的乡愁,成为我日常能量的充电站。

悄然微笑
(摘自《人生与伴侣》)

箴言

房子实际上并没有这么大,使她显得大的是阴影、对称、镜子、漫长的岁月、我的不熟悉、孤寂。

博尔赫斯

人生

职业规划就好像打牌,你永远无法完全按照你想象的那样出牌。但是,你在开始之前可以先整理好牌,这对获胜大有好处。

百分之百的规划毫无用处

我的咨询者常常会提出这样的要求:能不能给我做一个30年的详细的职业规划?职业规划报告里要详细地告诉我:未来30年、10年、5年、1年我分别该做什么,每一步该如何做。似乎如果真的有了这样一份详细的规划报告,他们就可以高枕无忧地一步步靠近自己的职业目标,不用担心任何闪失了。

陈胜是个农民,年轻时却有“鸿鹄之志”。

刘邦是个小吏,当他看见秦始皇的威严时,就有了一个“疯狂”的想法:“大丈夫当如是也!”

刘备是个小贩,年轻时就立志“上报国家,下安黎庶”。

拿破仑是个调皮的学生,成绩一塌糊涂,他却说:“我具有出色的军事家素质,权力就

《论语》中
有个故事——
“子贡问政”。

名人感悟

子贡问:“怎样治理政事?”孔子说:

“备足粮食,充实军备,让老百姓信任国家。”子贡说:“如果迫不得已要去掉一项,在这三项之中去掉哪一项呢?”孔子说:“去掉军备。”子贡又问:“如果迫不得已还要去掉一项,在这两项之中又去掉哪一项呢?”孔子回答说:“去掉粮食。因为,自古以来谁也免不了死,没有粮食不过是饿死罢了。但一个国家不能得到老百姓的信任,那就要垮掉了。”

成语“民无信不立”,便出自子贡问政的故事。无信,即缺乏信任;不立,即没有稳固的基础。人民如果对国家缺乏信任,这个国家就不稳固,就什么都谈不上了。

人民对国家的信任真有这么强大的力量吗?

春秋末期的孔子说:“丘闻之,君者舟也,庶人者水也,水则载舟,水则覆舟,君以此思危,则危将焉而不至矣。”大意是:孔丘曾听说,君王就像舟,人民就像

舌形贝,俗名海豆芽,是世界上已发现生物中历史最长的腕足类海洋生物,已经存活5亿多年,被称为“活化石”。

舌形贝的体型不大,壳长4厘米,柄长6厘米,肉茎可以在洞穴里自由伸缩,靠外套膜上的三个管子和外界接触。就是这样一种有些脆弱的生物,成功地扛过了地球的

诸多变化,在漫长的历史中生存下来。

舌形贝经历了五次生物大灭绝而未绝种,尤其是二叠纪大灭绝事件。当时,约95%的海中生物都灭绝了,可是舌形贝神奇地生存了下来。更加让人惊讶的是,现生的舌形贝居然与5亿年前的祖先几乎一模一样。

舌形贝常见于寒武系以来的海相地层,至今仍未绝灭,分

是我得到的东西!”

克林顿是个学霸,17岁时因成绩优异而有了去白宫见肯尼迪总统的机会。回来后,他买了两张肯尼迪的画像贴在自己的房间,还写下一段话:“我今年17岁,我发誓这一生一定要成为美国总统,服务美国民众。”

这些人并非个个天赋优异,他们的背景、学历和运气也不一定比普通人好,但他们的

千万别做完美的职业规划

人生起飞,在很大程度上借助了梦想的翅膀。

这里的故事和真实历史的差距有待考证,但不管是中国的陈胜、刘邦和刘备,还是外国的拿破仑和克林顿,他们都没有作出“完美的职业规划”,清晰地知道自己每一步要干嘛。

如何做一个靠谱的职业规划

职业规划就好像打牌,你永远无法完全按照你想象的那样出牌。但是,你在开始之前可以先整理好牌,这对获胜大

水,水可以承载船,也可以颠覆船,君王要由此思考自身的安危,那么将永远不会处在危险

的境地。

唐贞观时期,魏征在著名的《谏太宗十思疏》中说:“怨不在大,可畏惟人。载舟覆舟,所宜深慎。”意思是说:怨恨不在于大小,可怕的只在人心背离。水能载船也能翻船,所以应该高度谨慎。

唐太宗李世民教诲太子李治时说:“水所以载舟,亦所以覆舟,民犹水也,君犹舟也。”意思是说:水能够载船,也能够翻船,百姓便如同这水,君主便如同这船。

成语“水能载舟,亦能覆舟”,简称“载舟覆舟”,便源于孔子、魏征和唐太宗谈论君与民关系重要性的故事。这些故事都深刻地说明了:得民心者得天下,失民心者失天下。人民对国家的信任程度,是决定国家兴衰存亡的强大力量,是像水能载舟覆舟一样的强大力量。

蒋光宇(摘自《思维与智慧》)

布于世界各地。中国沿海常见的鸭嘴舌形贝壳长约4厘米,宽约2厘米,柄长约6厘米,穴居于浅海泥滩。

舌形贝富含丰富的维生素C、水分、纤维素,体内热量较低,外壳很薄,肉很嫩,最好吃的是尾部的一点根。海边人一般喜欢翻炒舌形贝,价格不贵,是

比较大众的一种美食,当地人叫它们为“脚墙”。

就这样,在中国“吃货”眼中,舌形贝成为餐桌上的一道美味佳肴!

在漫长岁月中,地球发生过几次大的改变,许多生物灭绝,也有许多生物诞生。

愿“吃货”能不贪图口舌之欲,善待舌形贝这种大自然的馈赠。

任万杰(摘自《知识窗》)

有好处。我对一个好的职业规划有以下几个建议:

一、应该有一个20年的梦想,梦想尽可能大一些,尽可能抽象一点,有个大方向就足够了。你知道20年很长,可以发生很多事情,所以这个计划以你的梦想为主。

二、给自己一个7年的长期计划。这个计划主要以培养和发展核心竞争力为主。

三、瞄准一个3年内能达到的目标,并将它细分为3年的职业计划,从而详细地了解你和这个职位的差距。这个计划以务必达成的执行为主,同时给自己预备一个B计划。

四、给自己设定一个底线,比如“要是实在不行,我就做××去”。

五、每隔一个月看一看你的计划,让自己保持节奏。

六、每隔半年停下来回顾一下你的计划。

七、对新的机会和趋势永远保持警醒。

古典
(摘自《妇女·女人观天下》)

世界上最漫长的,是等泡面的那三分钟

当你饥肠辘辘的时候,会迫不及待地撕开泡面的包装袋,倒入开水,然后开始了世界上最漫长的3分钟等待。

发明泡面的日清食品公司曾经在接受电视台采访的时候,透露了一个秘密,其实,很早之前公司就可以做出一分钟的泡面了。

对泡面来说,如果想泡的时间短,只要把面条做得细一点就可以了,这样面条很容易泡烂,水倒进去烫一烫就可以吃。而且不只是日清公司,世界上其他方便面公司也早就发现了这个事实。

但为什么没有公司投入生产让大家能够更快地吃到的泡面呢?

答案就在于等待,这三分钟的等待中,你要空着肚子,忍受着泡面的香气,原本就饥饿的你就会变得更饿,这种情况下吃到的泡面,会觉得格外好吃。

哈佛医学院的神经学家汉斯·布莱特认为,“在饥肠辘辘的时候,我们用很长时间为自己烹制一顿美餐,而烹制本身构成一个愉悦的刺激过程。但是在我们享用这顿美味时,也许根本就不会体验到烹制过程中幻想到的愉悦。因此,刺激程

度最强烈的是期望过程,而不是最终期望的实现。”

在我们的大脑中,有一个系统被称为“期望回路”,它们广泛分布在大脑各个部分,就像分布在大城市中心区星罗棋布的商业办公网络一样,而位于大脑额叶最后部的伏隔核,则是这个收益预期网络的核心中转站。

在我们预见到经济收益时,伏隔核会逐渐变得兴奋。不过一旦你真正赚到钱,预期带来的热望就会冷却下来,进而产生一种不温不火的满足感。相比前面的火爆,这种满足感就显得苍白无力了。

也就是说,我们预期的快感要比实际体验到的快感更强烈。

商家似乎早已深刻地了解人类的大脑结构,等待如此让人兴奋,以至于商家不断利用我们这个特点来提高商品销量。

比如你购买刚刚发布的最新款手机,你或许需要等上一两个礼拜才能拿到货,而在这段时间中,你每天沉浸在想象使用最新款手机的快乐中,这种快乐甚至会超过你真正拿到手机的感受。

岑嵘(摘自《深圳商报》)

心中的围城

有次我去旅游,想要追逐诗和远方。到了目的地,却发现与自己的想象相差甚远。有人说,旅游就是从自己活腻的地方到别人活腻的地方。而你“活腻的地方”,竟是别人的诗和远方。

有一段时间,我特别羡慕退休的人,觉得他们自由自在。直到那次碰到前同事梁姐,她叹口气说:“退了休真没意思,人老了身体不好,三天两头生病,闲在家里又无所事

事!”我这才明白,这又是一个围城。

这山望着那山高,羡慕别人,却不懂珍惜自己拥有的。

其实,人人都有属于自己的幸福,每个年龄段也都有不同的幸福。年轻有年轻的活力,年老有年老的从容。我们无须羡慕别人,当你对着生活中的围城烦恼的时候,不妨细数一下自己拥有的幸福。

推倒心中的围城,你的世界将变得海阔天空。马俊(资摘)