

Y

有此一说  
ouciyishuo



# 你不计算时间,时间也会计算你

□安芮娴

有个读者告诉我,她上了公司裁员榜的黑名单,如果未来3个月业绩还没有提升,她可能就要被解聘了。对这位读者,我有着十分深刻的印象,因为她每隔一段时间就会跟我诉说自己的困惑。

起初她说自己喜欢读书,请我帮她列个书单,可书单列好后,她却从来不看。她说每天事情太多,书拿到手上,还没翻

几页就会被打断。后来她又说想学写作,可不知该怎么开始。

我告诉她,多读多写,再好的方法如果不动笔也不会有任何成效。可是她又告诉我,这个也还好坚持,理由同样是每天事太多。

当我问她每天都在忙什么的时候,她支支吾吾说不出所以然,只说自己每天忙得像打仗一样。

我协助她算了笔时间账,原来,她的大部分时间都被一些闲聊八卦、刷剧泡网耗费掉了。接个电话常常一聊半小时,微信朋友圈一点开就要刷完所有人的动态,有同事闲聊她就马上中断手头的工作去参与……

计划这事对她来说,是不存在的。她的日程里,压根就没有为提升业务能力和自身素质而学习的打算。就这样,时间大把浪费了,不仅想做的事一样没做成,拖欠的工作也越积越多,最终把自己推到了被辞退的边缘。

我有位拥有百万读者的自媒体朋友,她的生活、工作被她安排得井然有序,高效而轻松。这不,离月底还有好几天, she就把假期7天的更新内容提前准备好了。我惊叹于她的高效,问她如何能一边工作一边做完那么多事。

朋友发来两张表,把我看得目瞪口呆。前一张表上,详细

地列明了每天要推送的内容,哪条放音频,哪条放视频,哪条放纯阅读图文……后一张表则是她安排紧凑的日常作息,几点起床,几点晨读,几点早餐,几点上班,下班后几点做选题、写文章……都写得清清楚楚。

原来,在我们为时间的稀缺而焦虑打乱仗的时候,有些人早已把一天的24小时切割成了精确的条块点线,并赋予它们各自不同的任务,互不干扰、井然有序,既高效完成了工作,又充分发展了爱好。

有句话说得好,“赢得了时间,就赢得了一切”。高效的人生,都是从算计时间、赢得时间开始的。

N

南腔北调  
anqiangbeidiao

因为疫情,春节以来在家的时间越来越多,能不外出,尽量不外出。最初一段时间,的确不太习惯。但随着日子慢慢过去,却发现有些行为习惯是可以改变的,人与人之间,真的不需要天天凑在一起,进行全天候的紧密沟通和联络。这次疫情让我再次相信,养成一个好习惯只需三周。

疫情期间,因为工作原因,我从正月初二开始一直坚持上班到现在。若在平时,参加各类会议就会让人疲于奔命,有些会议言之无物,纯粹是为了开会而开会,但现在大量会议被取消,必须开的,也是短会,或以视频会议取代。许多工作还有人与人之间的联系,均以微信、钉钉等进行对接,沟通效果非常好。

可见,有效沟通并非时时沟通。

疫情之下的“人际沟通新模式”就像一面镜子,照出某些沟通模式的急躁和喧嚣,反衬出简约人际沟通的美好。现在,人与人之间虽不碰面,但联络不会中断,各自近况,通过网络都能实现互动,你想问候关心对方一下,轻而易举。你不想搭讪,你不出声也没人怪你。不像以前,在聚会碰面之时,必须有问有答才行,而且最好能相谈甚欢,否则就有沟通无效的嫌疑。我们太在乎沟通的形式和仪式感了。

有这样一句话:沟通越自由,人际越复杂。然后,人际越复杂,沟通就变得越困难,迫使我们不停地沟通,这是一个

# 疫情中的简约人际关系

□流沙

恶性循环。这也是我们每天把大量的时间耗费在沟通上的真正原因。

我们是不是有这样一种感叹,每天起床,一睁开眼,就开始说啊说,与你的家人说,与你的同事说,与你的领导说……但你发现,你说的那么多话,沟通效果并不好。

但疫情之下的人际关系新模式,让我们惊奇地发现,许多所谓的沟通都是无效的,很多沟通可以更加简洁和简约。

还有一句话这样说:朋友是什么?朋友就是即便多年之后再见面,两人也会心领神会。这就是简约人际关系的一种最高境界,人人为之向往。

的沟通场景,能不能向有效的、简约的人际关系沟通方向走一步?

柏拉图说:“聪明的人说话是因为他们有话要说,傻瓜说话是因为他们必须说点什么。”

哲人的话,总是让人回味无穷。



我观察老人的爱情。资历足够深厚的中国夫妻,将爱情融入生命的全程,也体现在日常的所有细节中。

早上,赖床的是老太太,老头子6点起床,到外面溜达。一个小时后回到家,餐桌前落座,热乎乎的麦片粥、烤面包端上来。吃完,二人各自读报。然后,老太太出门买菜。如果是周末,她会在上超市前去社区的康乐中心跳舞。午后,老先生在沙发上小坐,困了便躺下,醒来后身上总盖着一条软和的毛毯。



F

非常男女  
eichangnannv

# 爱情的“利息”

□刘荒田

他们拌嘴比年轻时多,老了他火气反而大起来,吵架的理由都是极小的,如电视机的声音太大、手机不知放在哪里、阳台上的兰花忘记浇水。较为严重的分歧在接待朋友方面,老先生要在家涮火锅,老太太不愿意,为的是要洗太多碗碟。老头子说我来洗好了,她不愿意,理由是他把厨房搅得满地水渍,害她费三倍时间清理。吵架,互不理睬。第二天起来就忘记了。

老来光阴消逝越来越快,转眼间,孙女上小学了,还记得满月那天被祖父母抱着照相,这一幕,仿佛发生在昨天。他们都没有提及爱,认为一天到晚说“我爱你”是外国人的过火行为。他们连“爱”这个概念也淡泊得很,习惯已够他们安心。原来,他们不过是在使用青年时热烈的恋爱、中年的同甘共苦存下的本金所产生的“利息”。如果不出现以下的状况:一方移情别恋被发现,面临婚姻存亡的抉择;一方遭遇意外或身患绝症,生命出现危机。他们就这样维持下去,直到命运摊牌的一天。

人生至此,不必牵手的配偶,以地底下不可见的根连接着。他们的姻缘,好就好在极度平凡,因平凡而无人干扰、掺和、搅局,直到生命的终点才豁然醒悟,爱情的本金和利息都花在整个美好的人生里。



# 饴糖匠:且喜含饴欢稚子 好教酿蜜作生涯

在大约3000年前的周代时期,甚至殷代时就已出现制糖的工匠,那是中国古代出现较早的饴糖。

饴糖匠是利用风干的大麦、小米、芝麻为原料。手工制糖经选料、浸泡、熬制、冷却、翻炒、压槽、拔糖、切块等步骤,要近10个小时的历练与守候才能制成。饴糖匠首先将大麦洗净生芽,待麦芽长至二指长不发绿时,淘出麦芽晒干磨成面粉备用。再将小米熬成较稠的小米饭,将麦芽粉加入,使小米饭和麦芽粉共同发酵。

发酵后加入一定数量的清水,装入淋缸,淋出糖水,倒入锅中,烧火将糖水熬成糊状的糖稀。何时需要旺火猛煮,何时需要文火慢熬,必须拿捏得恰到好处。待糖水熬制成粘稠的糖浆时就要用木铲子不断地翻炒,以加速糖浆内所含水分的蒸发,同时避免糖浆粘锅烧焦影响糖的品质。这是考验体力与耐力的时候,直到糖浆可以轻松拉出那雪白的糖棍儿时,初糖就可以出锅了。再把糖稀倒入模子里,用手粘上油,从糖稀中抽出大致



一厘米粗的糖条,沾上炒熟的芝麻,拧成各种形状,等冷却后便成祭灶糖。