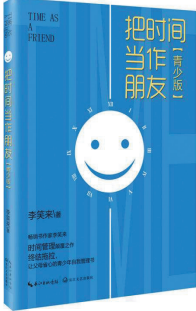


■ 读后有感

认识时间,与之成为朋友

《把时间当作朋友》的读后感

近日,看了一本李笑来的《把时间当作朋友》,给我启发很大,里面讲的是如何从管理时间到管理自己的转变。在时间长度一样的情况下,如何扩展时间的深度,是需要我们思考的。



在生活中,我们经常听到某人大声惊呼“没时间了”,产生出“最好不费吹灰之力”就能得到的幻想,因此会导致一些“既勤奋又懒惰”的怪异现象。时间是上天给我们最公平的馈赠,对于每个人都是一样,一天24小时,1小时60分钟,3600秒。人与人在利用时间上却是不一样,比如有些人在奋斗中度过,为了实现理想不懈努力。有些人在享乐中度过,浑浑噩噩走完一生。大家可以回想下,自己一天做了什么,一周做了什么,一年做了什么,等到暮年与晚辈谈话的时候,有没有什么拿得出手的事情可以炫耀。

谈到时间的管理,与之对应的就是拖延,我想这个症状大家或多或少都知道,在我们的工作生活中更是无时无刻存在着。比如,部署的工作,完成的时间取决于交办的截止时间,如果没有截止时间,工作几乎会一直持续下去,没有尽头;比如学习如何写材料,很多人都很惧怕,觉得自己不会,或者写得不好领导不满意,甚至有些人觉得少会一点技能,工作任务就会少点等想法,总之都是在思想上无限的准备中,没有在行动上付出实践。分析原因:一方面是对未知的恐惧以及过分在意外界的评价,所以会为了寻找方向而一直处于迷茫状态,导致无尽的等待。另一方面是克服困难的跨度度较长,很多人还未看到改变带来的成绩就先放弃了,一些名人传记里所写的伟大事迹,可能有意无意地放大他们成功所需要克服的困难,给了放弃努力改变的人一个借口。现在社会上战胜拖延症的药方很多,什么番茄工作法之类的,听起来实实在在,都非常有道理,但尝试几天以后就跟各种戒烟的方法一样,不了了之。

读过和没有读过莎士比亚的人都知道那句话,To be or not to be,that is the question(生存还是死亡,这是个问题)。这里头的关键词其实只有三个,一个是 to be,一个是 not to be,还有一个是 question。问题好像很简单,要不 to be,要不 not to be。如果你在二者之间不停徘徊的话,那它就变成了一个 question,而且是一个永远的 question。

拖延症似乎成了一个经久不衰的问题。一种选择就是,把它当成是我们身上众多想摆脱、而一直没有摆脱的恶习。比如说想戒烟一直没有戒掉,想减肥一直没减下来。你就把所有这些问题放在一个箩筐里,说三个字,“算了吧”,求个心安。还有一种选择就是,你真觉得这是一个生死攸关的毛病,那你就以一种决绝的勇气去战胜它。不管用什么办法,当你不再想那些问题的时候,它就只是一个行动而已。种一棵树最好的时间是10年前,其次就是现在。

这本书对我有很大的影响,让我认识到时间的重要性,以及如何更好地利用时间。从年初开始,我对每天的工作、生活都制定相应的计划,并用纸和笔写下来,可以随时查阅,这样直观化,更有利于强化执行力。同时,我对一天的时间经过进行记录,这样不仅让自己更好地感知时间,更加自律,在工作的完成上也更加有效率,每周对记录的情况进行复盘,总结自身存在的问题,面对的困难,可以为下一步指明方向。

最后,用一段书里的话与大家共勉:时间是不可能被管理的。必须看情况想明白,问题出在我们自己身上。解决问题的核心思想只有一个——开始行动,依靠积累,改变自己。

莲都 邹成

灯灯:不安静的音符

应该说,我对灯灯这位叛逆的女诗人并不熟悉。她的简历并不比其他诗人多,也许简短的几句话就包括完了,但已经足够。

我主要是读她的诗歌,能熟悉的的就是她的诗歌。女诗人对于语言似乎比男诗人更有感触性,虽然不是最好的,但在表达上都有让人惊艳的一面,比如赵丽华、宇向、安琪等,她们的独特姿态,总是会让诗坛感觉到一亮。当然,灯灯也不例外。

灯灯的诗歌,我个人认为,主要体现在以下两方面:

一、她将个体的认知与宽泛性的意象结合在一起,形成一种柔韧而温和的风格,故为人瞩目。她对于诗歌的理解方式,也许是比较形而上的。比如在《我想你》这首诗歌里,她突出的就是一个虚拟的词:“叙述”。她在创作这首诗歌的时候,就意味着这首诗歌必须假设在现实的基础之上,然后才回到生活的原点:“雨”。雨是写诗歌的人最泛用的意象,但在灯灯的笔下,却变成虚构的现实。而火车与夜,低低的呼喊,风声,黑房子,这些词构成了诗歌的氛围:孤独而无助。这种急转直下的叙述,立刻使人觉得震撼不已。可接下来的提升,却让诗歌成了内心

的呐喊:“我是不死的,我想你,我想你”。这是最直接的表达方式,也就包含了她个人最刻骨的人生体验。我虽然不大赞同这样的表达结果,但可以认同的是在这首诗歌里,她已经惜墨如金了。

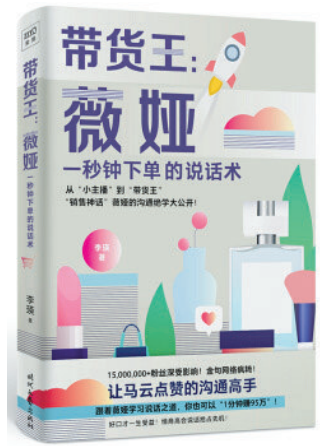
二、她将文字的内敛性与现实生活的残酷性结合在一起,使诗歌的寓意显得分外突出。我相信仔细阅读过灯灯诗歌的人都知道,她写诗歌的时候是内敛的,不是很张扬的那种。在选字择词的时候,她力求用最简约的方式来表达自己的情绪。这在女诗人里并不多见。许多女诗人对于语言的要求,似乎喜欢停留在絮絮叨叨的层面上,而灯灯喜欢简洁。这是一种最接近艺术本身的风格,但不为人所重视,其实这也是为什么大部分诗歌失去读者的一大原因。诗歌对于语言的要求是超越一切文体的,而灯灯做到了这一点,并将它与现实生活的残酷性结合在一起,形成了不可阻挡的阅读快感,使人沉入其中,不可自拔。最突出的例子就是《巷口的老人》:

但仍然有柳絮。被风带到更高的地方
巷口的老人依旧坐着。似睡非睡。他们还来不及脱卸
困顿了
他们一生的冬棉袄。很多时候
他们和下午
茫然的阳光在一起
抬起没有姓氏的脸,等待最后
时间的辨认。
把现实中的老人刻画得如此生动逼真残酷的,我认为灯灯是第一人。

我对灯灯的诗歌并不是理解得很深刻,但我认为她的诗歌,在这个语言泛滥、娱乐至上的时代,尚可一读,足矣!

松阳 毛魏松

■ 新书速递



《带货王:薇娅》

一部全方位分析“带货王”薇娅高情商说话术的宝藏图书,“全球好物推荐官”薇娅,以“一夜带货一套房”的卖货记录称霸直播平台!

在四年的时间里,薇娅是怎么从“小主播”一步步成长为“带货女王”呢?秘密就在于薇娅的说话术!

本书将深入挖掘“带货女王”薇娅的说话之道,通过分析薇娅在直播中的大量实践故事,探究薇娅如何同陌生人迅速拉近关系、打动对方、完成销售,堪称“薇娅说话手册”。



《百年大变局 世界与中国》

本书作者以观察全球维度、认识世界大势的大历史视野,从大变局中的世界秩序、世界经济、世界政治、周边格局、中国世界定位、中国外交、国家安全,历史上的“百年大变局”及演变动力、世界政治大变局中的民粹主义等方面,对“百年未有之大变局”进行了战略性和全面性的研究,并提出一系列创新理论和战略对策。这些独特见解,既为在百年未有之大变局中如何保持战略定力,如何顺应世界发展大势,如何继续深化改革、扩大开放,如何既发展自己又造福世界等重大战略问题提供了切实可行的解决思路,也为在激荡变局中重塑国际新秩序、构建人类命运共同体提供了“大思路”。