



点滴

信心和山

□ 奥古斯托·蒙特罗索

一开始,信心只在绝对需要的时候才移动山头,因此,风景千年不变地留存在那里。

当信心开始为自己广为宣传时,人们才开始觉得移山这个念头很有趣。但人们只是改变位置而不去移山,并且越来越难发现前一晚人们到底把自己移至何处。于是,问题变得越来越难以解决。

后来,人们宁愿放弃信心,因此现在看到的山,一般都固定在原来的地方。

有一回,道路发生山崩,压死了几个旅人。这时,有些人仿佛远在天边,又仿佛近在眼前,人们竟感受到一种轻微的信心。

——摘自《读者》

与谁同行

□ 徐竞草

人与人交往,实际上是彼此传递情绪与状态的过程。生活中我们常遇到两类人:一类习惯性传递焦虑,他们的言语充满负面情绪,往往让倾听者感到压抑不安;另一类则自然散发着正能量,他们的言谈积极乐观,总能给人如沐春风的舒适感。

人大部分时间都生活在情绪之中。情绪良好,状态便佳;情绪不佳,状态也会变差。情绪不仅受自我调控,更易受他人影响。因此,学会主动远离不断传递负能量的人,积极靠近那些能够给我们传递正能量的人,这个选择对初涉社会的青年而言尤为重要。

——摘自《今晚报》

刚柔并济

□ 水木然

每一个成功的人,都有一个柔软的壳和一个坚硬的核。柔软的壳,就是跟世界和平相处的能力,能理解每一个人,可以“降维沟通”,随时“向下兼容”,不容易被戳伤,并且不轻易刺伤别人。

坚硬的核,就是自己的核心竞争力,坚守自己的核心价值观,时刻被他人需要,并且知道自己需要什么。

一个软壳加一个硬核,刚柔并济,才能在社会上立于不败之地。

——摘自《意林》

快乐是职场另一种成功

□ 杭城陈杭

很多朋友和我探讨在职场里的意义,是金钱、职位还是资源?其实,这些都不是职场成功的“充分条件”。我觉得,快乐才是我们能走完、走好职场之路的最重要因素。

无论你在什么层级、什么领域工作,都会身处一个“小团体”里。在这个小团体里,有竞争也有协作,有碰撞也有妥协,无论怎样,你一定要获得大家的肯定;否则,无论你对外如何叱咤风云,你也依旧不快乐。

前段时间,一个朋友用有意思的假设诠释了以上的论断:假如你在美国白宫权力核心工作,归根到底也是一个“小团体”——领导班子。即便是在这样的中央高层,你也需要得到“团体”里其他人的认可。如果在那里,大家都不爱搭理你,就算你位高权重,相信你依旧不会开心的。

所以在任何一个小团队里,要取得成绩,要快乐开心地过下去,首要做的就是和团队里的大家和谐相处。

和领导“看上去很美”

团队的领导有时候就和父母一样,我们是没得选的。大多数情况下,管理层和被管理层或多或少存在矛盾,当然也不乏优秀的、深受大家爱戴的领导。但如果你很不幸地发现你们团队的领导是个“奇葩”的话,那你也绝对不能和他摆开架势,大战300回合。

和队友“礼”尚往来

这里的“礼”,不是给团队里的大家

送礼,而是用一种“尊重”的原则和同事去相处。这个“礼”告诉大家,千万不要和团队里的队员越“礼”。有的团队里的个别队友成了兄弟、姐妹甚至情侣,这其实是翻越了“礼”的栅栏。有利益的地方,是不能有真正的朋友的,至少没有永远的朋友。如果你在团队里和个别队友“交了心”“穿了一条裤子”,那一定是弊大于利的,很多时候将不利于工作,不利于团结其他人,同时会让你的职场环境变得复杂,变得充满各种动因。

语言传递正能量

永远用正面的语言评价同事。有一次,我负责做一个会议的背景喷绘,结果由于粗心,背景做出来后发现打错了字。于是,我连夜撤了背景,通宵赶制了出来,并在当日临展会议开始前把背景替换好。在工作总结的时候,团队的负责人就评价我这次会议最辛苦、责任感强、通宵加班等,而所有的评价里,所有关于“犯了错”“失误”的字眼都变成了正能量的鼓励。这让我深受感动,于是更加深了和团队的感情。

以上这些,都说明一个道理。职场成功首先要职场快乐。而职场快乐,不可能独乐乐、傻乐乐,需要得到大家的认可,需要得到大家的支持,需要得到大家的喜爱。

只有快乐的职场,才是孕育成功的职场。即便你在职场里没有获得名利上的成功,但一辈子和自己的“工作”快乐了一场,那也不失为一种职场成功。

——摘自《时代青年》

把任务分成三张清单

□ 李睿秋

经常有读者问我:您每天要处理这么多的事情,是如何安排自己的时间的?我会把要做的事情分成三张清单:行动清单、问题清单、甜点清单。这样可以有效地提高时间的利用率。

行动清单,顾名思义,就是我可以立刻去执行的任务。任何一项工作,我都会先把它分解成最小、最直接的步骤,再记录到清单上。这样,我就可以立刻去做,不需要再浪费时间去想。

举个例子,“确定分享会的讲稿”这件事,我会把它分解为列出分享会讲稿的大纲、确定进入讲稿的案例、撰写分享会讲稿初稿、跟对接人员沟通初稿、列出所需幻灯片清单……再把以上任务逐项写上截止日期,放入行动清单。

不要小看“分解”这一步。实际上,很多时候我们之所以会拖延,就是因为我们在一件事情的时候,需要付出努力去思考如何做。这就增加了我们的阻力。而这一点阻力,很可能就是阻碍我们行动的最后一个因素。

问题清单是一切需要在脑海中构思、筹划,而不是通过行动去解决的任务。

还是拿确定分享会讲稿举例。在这项任务中,我们可以直接执行的是什

么?是列大纲、写初稿、制作幻灯片。而需要思考得出结果的是确定分享的主题、要点等。这些都可以列入问题清单,然后在碎片时间把问题清单拿出来,让自己做一个短时间的发散性思考。当某项工作告一段落,我感到有些疲惫时,便会站起来让大脑休息一下。在这个过程中,就可以把问题清单拿出来,让大脑思考一些别的新鲜的问题,从而为大脑“按摩”,让大脑始终保持活力,而且还可以有效地利用碎片时间。

第三张清单是甜点清单。它就像餐后甜点一样,我会在里面放一些非常简单、无须动脑、没有时间限制的小事,让自己可以在状态不佳时,立刻去做。

比如,整理文档、整理笔记、搜集素材、资料归档……它们的共同特征是:琐碎。虽然不那么重要,但每次你完成它们之后,都可以体验到微小的成就感和满足感,从而摆脱低落状态,重新振作起来,然后你就又可以着手去完成更重要的任务了。由于它们是完全机械、无须动脑的,你的思维会处于一个自由的状态。在这个状态下,你可以放任它自由联想,也许会产生一些有意思的点子。

——摘自《风流一代》

去码头整点薯条

□ 侯淑荷

那晚和女儿聊天,我偶然发现,她朋友圈的签名不知道何时换成了:去码头整点薯条。

看到这签名,去年初冬我们在洱海码头喂海鸥的场景浮现眼前。一群群海鸥围绕在游客身旁,争抢着游客手中的薯条,人与海鸥和谐相处的画面,温馨而美好。出于好奇,我问女儿:“签名改成这个,有啥特别含义吗?”女儿没直接回答,而是给我发了一幅漫画。画面中,两只海鸥正在对话,一只问:“我们该飞向哪儿?”另一只答:“我打算去码头整点薯条。”提问的海鸥又说:“你没懂我的意思,我是说咱们一辈子的终极目标,活着到底是为了啥?”对方依旧回道:“去码头整点薯条。”

女儿说,刚到国外留学时,她的压力很大,想太多未来的事,晚上常常失眠,做事也没法集中精力。后来慢慢想通了,与其为不确定的未来焦虑内耗,不如做好眼前该做的事。就像漫画里的海鸥,看似憨直而幽默的对话,却无意间道出了生活的真谛——生命的意义除了有遥远的远方,也在于眼前的每一个瞬间。

眼下,很多人每天都被各种目标裹挟着:买房、升职……一个个目标如沉重的大山。即便一个一个实现了,快乐往往稍纵即逝,新的忧虑又会扑面而来。在这样的生活压力面前,女儿看到漫画里的海鸥,她的所思所悟让我想到了苏东坡。东坡一生跌宕起伏,先后被贬至黄州、惠州、儋州,一个地方比一个地方偏远,环境也愈发艰苦恶劣,但是他始终保持着豁达乐观的心态,将每一段艰难的日子都过得有滋有味。在黄州,他开荒种地,自号“东坡居士”,留下了《赤壁赋》等佳作,相传还发明了美味的“东坡肉”;在惠州,他深入百姓生活,推广农业,写出“日啖荔枝三百颗”的诗句,享受着家庭的温暖;在儋州,他开办学堂,教化民众,写下“九死南荒吾不恨”,坚持学术研究。临终前两个月,东坡回首一生,感慨万千,写下“问汝平生功业,黄州惠州儋州”——正是这些不可替代的生命体验塑造了东坡,也成就了东坡。

这幅漫画中的海鸥,专注于眼前的姿态,无怪能让今天的年轻人找到共鸣。生命的意义,不在于奔赴某个既定的终点,而在于认真对待每一段旅程。林清玄先生曾说:“一个人活在今天,只要把今天的地扫干净,把今天的心扫干净就行了,因为明天有明天的心和明天的落叶。”

学会放下焦虑,专注于当下的美好。人生的智慧,或许藏在“去码头整点薯条”这样的简单瞬间里。

——摘自《人民日报》

