

万花筒

你要有信心成为一个不可取代的人,无论是情感或者职业技能,当你出现,你就没办法被换掉。这样才是成功的人生。——易小木

父母在心里压下去了什么东西,就

会在他们子女那里浮出来;如果没有在子女那里浮出来,就会在他们孙子孙女那里浮出来。所以压不是办法。——曾奇峰

我发现一个人在放弃给别人留好印象的负担之后,原来心里会如此踏实。一个

人不必再讨人喜欢,就可以像我此刻这样,停止受累。

——严歌苓《无出路咖啡馆》

人总是害怕追求自己最重要的梦想,因为他觉得自己不配拥有,或是觉得自己

没有能力完成。

——柯艾曦 牧羊少年奇幻之旅

词语中有很多反义词,比如,高矮胖瘦,主动与被动,内向与外向。反义词似乎是一个数轴的两端,一端是正确的,另一

端是负的;而且,一端的减少,导致另一端的增加。比如,高度下降,就变矮了;减肥就变瘦了。但是幸福与痛苦却不是“反义词”,因为,痛苦的减少,不等于幸福的增加,两者不能相互抵消。——丛中

■ 谭洪岚 《明天不上班》的弦外之音



近日,一曲四川话说唱《明天不上班》在“中国好歌曲”上走红。这首歌吐槽了很多人对工作的不满:心不甘情不愿地早出晚归,让人心里添堵添乱的交通,在客户面前的忍气吞声,还有工作上的各种受限制不能自主。当你不用上班,就可以把这一切都抛在脑后,真的会有扬眉吐气、大快人心的感觉。难怪很多人把它当成减压神曲。这也让人不禁想起那个关于职业满意度的戏言:100个人里,有101个对工作不满意——多出的那一个是家属。

对于所有已经结束求学生涯走上社会的成年人,工作几乎要占据睡眠之外的大部分时间,工作方式就是一多半的生活方式。可为什么大家对工作的满意度这么低?什么能带给职场人真正的满足?

向往不上班意味着“我宁愿扔掉所有不想要的”。这背后,其实有一个更重要的问题值得关注:你真正想要的是什么?真正想去的又是哪里?毕竟,单单一诉不满是不够的。所有的吐槽都有助于发泄郁闷,释放已经累积的压力;而只有你明白了自己真正想要什么,才有助于理清愿景和梦想,明确要去的方向,才能立足当下,去创造未来。

若留意看《明天不上班》的视频和歌词,歌手本人已经给出了他的选择——不

上班,并不是要去混日子,他是要去“耍音乐”,也向往“可以活出一点真实”。这些在整篇充满喜感的说唱中,让人眼前一亮——歌手选择的是去做他真正喜欢的事,沿着这个方向走下去,就有机会彻底活出真实完整的自己。

知道内心深处真正想要什么,即便眼前的处境不够理想,照样可以一边满怀希望地培养信心,一边寻找或创造机会,朝着理想的未来一步一步扎实地走过去。不过,现实生活中不知道自己真正想要什么的,却大有人在。在我看来,国内教育(从家庭到学校)其实是缺了三门课的:一是职业规划教育,关于认识自己、了解环境、明智选择;二是情感教育,关于爱自己,以及像爱自己一样爱他人;三是生命教育,关于热爱和尊重生命。

对工作的普遍不满,自然有环境、氛围、待遇之类的原因,同时也跟很多人并不了解自己想要什么、适合做什么,以至于在迷茫中入错了行大有关系。若你正做着既不喜欢也未必适合的工作,满心觉得迫不得已,内心又没有长远的目标、清晰的愿景,难免不知道该如何找到出口,当然很容易在茫然中感觉不满和挫折。

《明天不上班》的歌手所向往的,是用自己认可的方式去做喜欢的事,活得真实。多相信这只是他自己的渴望,也唱出了众多职场人的心声。如果这同样是你真心向往的,又该怎样去实现呢?

即便当下的职业规划教育尚未完备,但你若有心,一样可以随时开始下功夫了解自己,基本如此了。周末,我们要吃点好的,菜单就变成:鱼香肉丝,麻婆豆腐。

中午下课,大批学生从教学楼出来,接着,这股人潮在食堂前面分流,大批对味道没有要求,只想早点回去睡午觉的家伙涌入食堂,而另外一小撮虽然囊中羞涩,但不放弃对美食追求的精英分子,继续迈着坚定的步伐,向着市场的方向前进。

事实上,明白自己想要什么和不要什么,近乎人的本能,就像你知道爱吃什么不爱吃什么一样简单。许多人习惯了听从



重要他人的安排,遵从社会期许,跟风流行趋势,久而久之便迷失了自己。当“应该如何”的观念压过了你内心的真实感受和想法,时间一长,在有了自主权去选择脚下的路时,反倒会迷茫。好在,人们内心的声音只是暂时被噪音淹没,并不会真正消失,下功夫去寻找去发现,自有水落石出的一天。

知道了自己真正想要什么,便可以给理想一点时间,在通向罗马的条条大道中,走出适合你的那一条。选择以热爱的事情谋生,还是选择一份可以接受的工作来养活自己,同时把喜欢的事作为兴趣爱好,使其成为生活的重要组成部分?这两条路都

很好,没有优劣之分,无非是如果选择前者的话,你热爱的事也得是你所擅长的,能够做好、做出专业水准的。

《明天不上班》的吐槽,对工作的普遍不满,可以说折射出大家都向往更好的发展。若还在挣扎求生期,是顾不上考虑人岗匹配的——那种状况下,能活下来就是第一要紧的事,但凡有份工作就是好的,没有挑三拣四的余地。然而,当基本生存需求可以满足,一份能养活自己,自己却不喜欢的工作,自然不足以令人满意。

有选择的时候,人就可以谋求多元化发展了。这时大家想要的不仅是工作,而是

好工作。至于什么是好,见仁见智。如果收入回报可以满足物质生活方面的需求,这样的工作无疑是好的机会;若工作本身有乐趣、有机会、有发展,工作氛围自由开放,那么即便眼前待遇平平,一样是具有吸引力的。

真正好的工作,是与你同频共振的工作:可以做你喜欢乃至热爱的事,可以发挥你的优势长项,可以与志同道合者齐心协力创造价值。这样的工作机会的确不太可能从天而降,而你需要问自己的是:你为认识自己积累实力而努力,为创造或赢得真正的好机会尽力了吗?

同学会

■ 李帆

穷学生

大学留给我的一个印象,那就是“饿”。汪曾祺曾借小说中的人物之口,说:“大学生的胃口,就像刀子一样。”对于男生,尤其。我记得最深刻的是,晚上熄灯后,很多男生不愿上床,像觅食的猛虎一样,悄无声息,目光炯炯地游荡在楼道里,进每个宿舍寻觅食物。有一次,有个兄弟跑到我床下,找不到吃的,就把我一大缸子凉开水“咕咚咕咚”喝了个一干二净,然后,心满意足地睡去了。

后来,大学开始收学费,住宿也很贵,对很多家庭都是一笔不小的负担。多数同学还是很紧巴,吃穿住行,能省则省。所以,还是饿。

对于一群饥肠辘辘又嘴馋的男生,找一个价廉物美的小馆子,简直是生存本能。我们找到了这么一家,就在学校背后的市场里,价格和食堂差不多,但味道好。米饭

一碗5毛,自己动手盛,至于一碗能盛多满,老板不闻不问。在我看来,这简直是天大的福利,但很多南方的同学都在抱怨:“我们那边米饭都是随便吃的,不要钱。”“一碗米饭能值多少钱。”我当时年纪尚小,阅历不够,南方的富庶,就是从一碗米饭里有了感性的认识。

至于主菜,一般是这样点的,午餐:酸辣土豆丝,麻婆豆腐;晚餐:醋溜大白菜,麻婆豆腐。顺序也可以改一下,但周一到周五,基本如此了。周末,我们要吃点好的,菜单就变成:鱼香肉丝,麻婆豆腐。

中午下课,大批学生从教学楼出来,接着,这股人潮在食堂前面分流,大批对味道没有要求,只想早点回去睡午觉的家伙涌入食堂,而另外一小撮虽然囊中羞涩,但不放弃对美食追求的精英分子,继续迈着坚定的步伐,向着市场的方向前进。

“麻婆豆腐,酸辣土豆丝。”学生是理直气壮的穷人,所以我们也趾高气昂地坐在小馆子里,坦坦荡荡地点着菜单上最便宜的菜,再跑到木质的大桶面前盛米饭。老板一掀锅盖,带着米香的热气扑面而来。盛上一勺,拍紧,再盛,最后端着一碗金字塔形状的米饭,颤颤巍巍回到座位上。

为什么总吃麻婆豆腐?当时好像没谁研究这个问题,但现在看来,这是有一定道理的。第一,在大学时代,有些人还在长身体。豆腐里的蛋白质多一些,可以满足很多人的营养需要。第二,麻婆豆腐够辣,油也多,吃起来很下饭。最后,女老板从四川招了个女婿,川菜手艺十分了得,麻、辣、烫、香、酥、嫩、鲜、活,这八个字被他活活用炒勺炒了出来。我们相信,菜单上的其他肉类,他也能做得十分可口,但只有在周末、过生日,还有过节聚餐时,大家才舍得掏钱

还有一位一直不吭声,最后问道:“你有没有点麻婆豆腐?”

当然没有,当年是没钱吃好吃菜,只能点麻婆豆腐,现在买房子的钱没有,随便吃喝的钱,还是大把的。

半晌,他发给我几行字:“从毕业以后,我就有了麻婆豆腐情结,经常要点麻婆豆腐。”

我这位同学,当年是学习最好的,后来是赚钱最多的。毕业之后,他去了青岛、北京、香港、纽约,辞职、创业,年纪轻轻就很有成就,商海沉浮,可以想象他历的酸甜苦辣,无论在事业的高潮还是低谷,点餐时他最常说的一句话就是:“我点一份麻婆豆腐。”

听上去够奇怪的,但一起的老同学可能理解。他用这种方式,时刻记着自己的青春。

也许,对他来说,能在彻底放松的状态下,和同学你争我夺,抢吃一碟麻婆豆腐,变得难能可贵。

谁知道呢,但是无论如何,我想,我要吃一份麻婆豆腐了。

实习生

■ 赵星

不敢问与怎么问

前些天同事向我抱怨,一不小心招了一个连订饭都订不好的实习生。

同事所在的部门经常开会,免不了要订会议餐。第一次,实习生把客户要的猪扒饭全部订成了牛肉饭。没过几天,部门加班,十几个人的订饭,实习生挨个问了大家要吃什么并认真地记在小本子上。一个小时之后饭终于送来了,但有人发现没有自己要的餐,有人发现自己的饭少了。无奈之下,大伙儿凑合分了一下,等加班又集体去吃快餐了。从那之后,谁也不敢再让那个实习生订饭了。

我们都相信实习生以前在学校没做过

订饭这样的事,所以现在肯定会出现各种各样的状况。但问题是,就算完全不会,她也没问过该怎么办,这让人很苦恼。

有时候实习生会表现得很担心、很害怕,不敢问任何问题,只能在自己的角落里原地打转。可如果不问,就算表面上看上去挺能干的,但最终结果凄惨,怎么办?

不仅仅是订饭,在日常工作中,你有没有不敢问的时候?比如领导很忙,很不耐烦的时候?比如领导讲了好几遍自己还没弄明白的时候?不敢问的后果是,自己花很长时间琢磨还会做得很笨,于是就有挫败感对不对?实习生的工作,干不好,很多时候

是因为不理解,特别是对工作本身的了解和理解不够。比如说,领导让你写一个报告,你不理解这个报告在整个工作流程中的作用是什么,就很难写得结构完整、条理清晰。即便领导给你完整清晰地讲过一遍,你也很难把每一个细节都记住。要知道,单纯靠死记硬背在职场上很难立足,理解才是王道。

实习生应该如何问,其实大有讲究。如果总是一会儿问一个小细节,领导肯定会被烦死,特别是之前讲过的事,如果你总是问,会给人一种你根本没有认真听的感觉,遇到这种情况,有一个很实用的办法,就是

“问全貌”。以写报告为例,耐心的领导会给你一点一点讲这页写什么下页写什么,哪里放图,哪里写字;没耐心的领导会丢给你以前写过的报告,让你照猫画虎地做一个出来。这时候你要问的问题,不是第几页这个图怎么贴行不行,而是这个报告是用来干什么的?是要向客户展示什么内容?大概的思路和结构是怎样的?这样你就会用你熟悉的思维方式来理解这个报告,而不是你从未涉猎过的职场报告。你大体明白,报告就是给客户展示我们的工作成果的,因此表述的顺序可以先说整体的效果,再说我们是如何做的,各个部分的表现如何,

“问全貌”。以写报告为例,耐心的领导会给你一点一点讲这页写什么下页写什么,哪里放图,哪里写字;没耐心的领导会丢给你以前写过的报告,让你照猫画虎地做一个出来。这时候你要问的问题,不是第几页这个图怎么贴行不行,而是这个报告是用来干什么的?是要向客户展示什么内容?大概的思路和结构是怎样的?这样你就会用你熟悉的思维方式来理解这个报告,而不是你从未涉猎过的职场报告。你大体明白,报告就是给客户展示我们的工作成果的,因此表述的顺序可以先说整体的效果,再说我们是如何做的,各个部分的表现如何,

最后总结一下好的经验与还能进步的地方。当你心中有这么一个大结构的时候,就会明白领导教你写的或者之前的范本中,每一页的内容都是什么意思,以及为什么要这么写的原因,也就能大大减少你问傻问题的几率了。

回到订饭的事情上,如果你先了解一下今晚有多少人吃饭,男女比例如何,再按照每人一菜一饭一粥估算,就能做到心中有数,不会再纠缠于到底定了几种菜,有没有定,某某订了什么来着我给忘了之类的琐碎问题。

初入职场,大胆地问与聪明地问同样重要,这也是让你这个职场菜鸟不断成长的关键。职场与校园的最大不同,不在于做事的内容,而在于宏观与微观的思考方式。掌握了这一点,再遇到什么具体问题就能做到心中不慌了。

其实,无论是几手压力,提高抗压能力,增强减压手段都是最有效的防御手段。

悲催分数

59.8分、59.95分……当这样的分数出现在成绩单上,你会有什么感受?武汉理工大学部分学生日前在网上吐槽,被这样的“史上最悲催”成绩“惊呆了”。多数网友对此表示同情,埋怨“老师太残忍了,也不让人过个好年。”打出这个成绩的老师表示,学生该科目最终成绩由平时成绩30%加上期末成绩70%而来。在学校的新版教务系统中,他只要分别输入两个成绩,学生的综合成绩就会自动生成。对于学生“多给0.05分就没挂科”的遗憾,他表示,学生实际多少分就是多少分,严格要求也是对學生负责,“真正努力去学的同学,考试一定能过关。”

确实是挺悲催的分数。不过更悲催的,是把挂科的原因归结于老师不近人情。好好学习吧,同学,学好专业知识,端正学习态度,自己给自己过个好年。

想说说吧



青春热线编辑:

我来自北方。原来在老家上学的时候,同学、朋友无论东西有多少,都会一起分享。但现在来到南方上学,大一的时候宿舍有10个人,来自7个省份,我感觉有两三个当地的舍友很自我,甚至是自私。一开始我觉得一个宿舍那么多人,有两三个这样的也无所谓。但后来,他们的一些行为让我越

zqbqrcx@163.com

为什么我乐于分享别人却不领情

来越恼火。

比如,我身为宿舍长,每天早上、中午起床都会叫醒那些还在睡的同学。可是有一次我没有醒来,他们起来就去上课了,根本不招呼我。还有,就是宿舍里分享东西。我一直习惯有东西大家一起吃,一个柚子10块钱,我买回去就一人一块给分了,可是第二天,一个当地的同学买了草莓,回去清洗,就自己留着慢慢吃。

其实这些都是小事,但是当你总在分享却总是得不到回报的时候,那种感觉不言而喻。我现在有时也会买点东西自己吃,可是总感觉吃独食心里不舒服,我还是更愿意分享,可是感觉就跟贼似的。我安慰自己,自私最终会害人害己,也不想给别人留下那样的印象。可是目前这种情况,我真的不愿意和他们分享什么了。到底该怎么办,我现在很困惑。

insistent:

你好!认真读完你的来信,我了解到你很愿意分享,愿意用自己的诚挚和热情对待别人。但同宿舍的几个当地同学并不是很领你这份情,也没有相应地用分享的方式来对待你,他们“只顾自己”的做法无异于给你的热情泼了冷水,让你开始怀疑这种付出是不是值得。无论谁遇到这样的境遇,都免不了会感到有点寒心和恼怒,我很能理解你心里的困惑。

乐于分享是一种很高尚的道德情操,既是素质的体现,更是人格的境界。但是,既然分享有如此美好的属性,就意味着现实生活中不可能每个人都具备这种素质和境界,也不是每个人都有智慧理解分享的快乐并付诸行动。这是我们需要正确理解和接纳的客观事实。尽管我一直努力却没

有得到积极的反馈,心里也一定会觉得有点委屈,但是从你来信中的描述和最后的署名“insistent”中,我看到了你依然愿意坚持分享的习惯,这是非常难能可贵的。

然而,我也注意到,你跟宿舍同学分享时有一个期待,就是希望其他人也用同样的方式对待你。这个期待没有被满足让你心里产生了困惑,也就是说,你的分享是“有条件的”,而这样的“条件”会让接受你分享的人感受到压力。

说到这里,不妨换位思考一下,假设我们身边有一个非常喜欢分享的同学,我们一定会对这个同学很有好感并愿意跟他相处。但如果我们明显感觉到,这个同学在分享的同时又很希望我们效仿他的行为,并且如果我们不这么做他就很不高兴,那我们心里会是什么感受呢?要知道,即便意识层面觉得分享是很好的行为,但如果是被