

# 忘了你曾幫助過的人

爺爺腿腳越來越不好,90歲的他已經很老瞭,如今連走路都歪歪斜斜的。以前,在農村老家,他常從東家走到西家,整天樂呵呵的,可現在,他喜歡躺在椅子上,一個人在屋檐下打盹兒,而且一躺就是半天。

因腿腳不便,爺爺出門少了,可隔三岔五,總有人來看他,來人往往開口就是:“大爺,打盹兒啊?”

聽到有人講話,爺爺眯起眼睛,費力地抬起頭,把來人從上到下端詳了半天,答道:“是啊,你是誰啊?”

“我是二黑呀!您救過我的命啊!那一年,我們幾個不懂事的孩子,到村頭池塘里洗澡,我不小心滑進了深水,同伴們嚇得連呼救命,幸虧您路過那里,把我從塘里救了上來,要不是您,我可要淹死在那個池塘里了。”來人一邊自報姓名,一邊興奮地說起舊事。

可爺爺還是盯着二黑看,彷彿他是天外來客似的,說:“二黑?哦,是二黑呀!我認識你的,你是說我救過你的命嗎?有這回事嗎?”

“千真萬確,大爺,您真的救過我的命啊!當時,您把我從水中撈起時,還是您扛着我一路小跑,把我送到醫院的呀,這事,您都不記得了?”

“不記得了,不記得了。”無論二黑把事說得多么詳細,爺爺撓着後腦勺,還是想不起來。

這件事,是我假日回老家時,父親告訴我的。父親說,爺爺近來變得特別忘事,以前很多被爺爺幫助過的人,隔三岔五來看他,見了人家,他好像不認識人家似的,總說不記得了。前些年有一次,有個年輕人開着



車子,四處打聽,幾經輾轉,終於找到了爺爺。老人回憶說,年輕的時候,他是一個討飯的,雖說是討飯,可到哪里討啊?家家都快斷糧了,誰願意給他口飯吃呢?當他討到爺爺家門口時,爺爺沒有像其他人那樣,將他打發走,而是給他盛了一碗飯,還給了他一碗米。一碗米放在現在不算什麼,可在當初,卻能救命。為

了記着爺爺的好,他特意記住了爺爺的名字,雖說這事過去幾十年了,但他一直不敢忘記,一直想來尋找爺爺。如今,他要孫子開車,特地趕了一百多里路,一起來看看當年曾幫助過他的人。父親說,那年他才八九歲,他記得有這事。可來人問爺爺時,爺爺還是張大了嘴巴,樂呵呵地說:“有這事?記不得了……”

單位里有一位同事,平時也愛幫助人,可他有一個毛病,平時總會在我耳邊抱怨某人不懂感恩。為此,他常鬱鬱寡歡。有一天,我把我的故事,說給他聽。聽了我爺爺的故事,他忽覺茅塞頓開,心中的糾結一下子沒有了。

作家鄭淵潔有一句話說:“生活中,我們需要記住幫助過你的人,也需要忘了你曾幫助過的人。”是啊,生活中,誰還沒有遇到過困難?我們幫助別人,時常也會接受別人的幫助。特別是當我們幫助別人時,有些人就會固執地認為,別人以後就應該感恩戴德,可如果不是這樣,我們就會為此悶悶不樂。以前,我見爺爺整天樂呵呵的,總想不明白,現在,我終於懂了,當你幫助過別人之後,你要學會忘了你曾幫助過的人,更別要求別人對你感恩戴德,這才是助人的初衷。

# 2022 社會語錄 犀利又扎心



01,人人都是自顧不暇的泥菩薩,別指望誰能幫你渡過現實這條河。

02,沒有人會記住你為了奮鬥而付出的艱辛與努力,能讓人記住看到的只是你頭上那迷人的光環效應。

03,你可以愛錯三五個人渣,但你不能愛一個人渣三五次,走錯路可能是運氣不好,但總往一個坑里跳就是智障。

04,你過得太閒,才有時間執著在無意義的事情上,才有時間無病呻吟所謂痛苦。你看那些忙碌的人,他們的時間都花在努力上。

05,你之所以活得累,是因為心里裝了多餘的東西,跟吃飽了撐的是一個道理。

06,生活很現實,當你啥都不是時,只能低着頭,讓別人說了算。而等你強大到一定的程度,你才有機會說了算。

07,我們誰也沒辦法,活成人人都滿意的樣子,很多事情就跟吃飯一樣,六七分飽就夠了,別死撐。

08,你所浪費的今天,是昨天死去的人奢望的明天。你所厭惡的現在,是未來的你回不去的曾經。時間殘忍,人生短暫,珍惜眼前人。

09,再難受又能怎樣,生活還是得繼續,現實就是這樣,沒有半點留情,你不爭就得輸。

除了你自己,沒有人會明白你的故事里有過多少快樂或悲傷,因為那終究只是你一個人的感覺。

10,有時候你生氣、憤怒、傷心,其實只是因為你所得到的結果和“你以為”差得太遠,你總是和自己在較勁。

11,所謂門檻,能力夠了就是門,能力不夠就是檻。人生的溝溝坎坎,多半是能力不足所致。

12,努力的最大好處,就在于你可以選擇你想要的生活,而不是被迫隨遇而安。

13,這個世界根本不存在“不會”這回事。當你失去所有依靠的時候,你自然就什麼都會了。——尼克·胡哲

14,無論你如何努力,也會有人因為你的不足而離開你。不用怪人家太功利,只能怪自己沒有足夠好到讓人忽略這些不足。陪伴無價,離開有理。

15,不必太糾結於當下,也不必太憂慮未來,當你經歷過一些事情的時候,眼前的風景已經和從前不一樣了。——村上春樹《1Q84》

16,生活不止眼前的苟且,還有看不懂的詩,和去不了的遠方。

17,永遠不要對任何事感到後悔,因為它曾經一度就是你想要的。後悔也沒用,要麼忘記,要麼努力。

18,同樣的一瓶飲料,便利店里 2 塊錢,五星飯店里 60 塊,很多的時候,一個人的價值取決于所在的位置。

19,米還是那個米,但它可以做成飯,可以燒成餅,可以釀成酒。你還是那個你,你想要成爲什麼,完全取決于你自己。

## 貴在匠氣

人與物,一旦被扣上了匠氣這頂帽子,難免有些吃力不討好的味道。

匠氣的言下之意,合乎規矩,卻又被束縛在規矩之內,而無力掙脫。一舉一動,一尺一寸,都在標準之內。精準度雖然足夠,卻容易令人得出這樣的結論:太標準,反而失去了靈氣。規規矩矩,方寸之內,得之標準;方寸之外,失了美感。

於是,匠氣之內的努力與付出,便被輕描淡寫的匠氣二字,全盤否定。照這樣的評判,唯有揮灑自如渾然天成,才值得肯定。而一旦有了標準,便有了束縛,哪怕再努力,沒有澎湃的才情與靈感,也只能是匠氣填充的造作。

有才情,有天分,自然是難能可貴。但這樣的人,萬中無一。更多情況下,追求難得或不可得的天分,還不如扎紮實實培養自己的匠氣。

一道菜,揮手之間,渾然天成,自然是極佳的。但這樣的廚子,能有幾個?于多數人而言,摒棄匠氣,培養靈氣,這是一條可望而不可即的路。更多的人,從食材的挑選到火候的把握,再到醬汁的調制,一個個細節,仔仔細細地攪,在精準中成就佳看,于匠氣中付出努力,這才是一條更適合大眾的路子。

人與人之間,也得有點匠氣。隨心所欲,不拘小節,這樣的模式只適合於靈魂完全契合的兩個人。而一個人,終其一生都不見得能碰到這樣的人。更多的人,還得在戰戰兢兢中,尋找與對方的契合點。這樣的戰戰兢兢,有各種世俗的標準,有各式各樣未能逾越的規矩。這樣的人際關係,何嘗不是一種匠氣?但若失了匠氣,由着自己的性子來,一輩子恐怕都將在孤家寡人中鬱鬱寡歡。

一個人,一樣事物,匠氣之中有時反倒說明當事者的努力。多數人的成功之路,可以用“死去活來”這個成語來形容。將“死”的標準與規矩,牢記於心,打好基礎,手下便有了精準度。在此基礎之上,才能生出如有神來的活氣與靈氣。匠氣,或許失之自然,但卻是多數人通往

靈氣的必經之路。

## 活得新鮮

有人問我,光鮮和新鮮,哪個更好?

光鮮,這個詞很有意思,像匆匆把人打量一番,悄悄地紅了眼:“你看他,鮮衣怒馬,好不光鮮!你看她,生活精緻,好不靚麗!”

也就是說,光鮮不光鮮這事,是與自己無關的,全是另一個人的心潮起伏。

新鮮,就全然不同了。這是完全屬於自己的感知。讀到一個獨特的觀點,聽到一個好笑的故事,發現一個有趣的人,心裏面都是要被驚出漣漪的。數小時,甚至數日之久,只覺欣喜。

這里的新鮮,當然不能視作喜新厭舊。活得新,其實比不得活得鮮。

什麼是鮮呢?是心中一喜,是眼前一亮。好比水平如鏡,微風吹來,沉寂就這樣瞬間化開了。日子一成不變?那就多花點心思,于小事小物中,發現樂趣。工作日復一日?那就多多“出走”,一旦發現大自然的欣欣

向榮,人也不好意思低頭沮喪。心情常在谷底?那就安靜做事,專注工作或者忙活家務,勞動本身,其實就是鮮活的。如此種種,都是“提鮮”之方。說到底,新鮮,是生活的妙趣橫生,是一個人熱氣騰騰的狀態。

這樣一說開,就會發現:光鮮,是別人眼中的美;而新鮮,是自己眼中的快樂。

那麼,與其看着光鮮,不如活得新鮮。

作者:林深

## 短文精選



### 1.無用的情緒,當斷

網上看過一個很有意思的詞,叫做“情緒成本”。說的是,你每陷入情緒一分鐘,就會損失一分鐘去解決問題。工作中最沉重的隱藏成本就是情緒成本?

碰到難搞的任務,焦慮得好幾夜沒睡好,連續一周都效率低到不行;被老闆批評了三分鐘,結果一下午都悶悶不樂,無心推進手頭上的工作;

遇到混日子的同事,開始懷疑起自己認真工作的意義……

這世上沒有一份工作不辛苦,沒有一處人事不複雜。真正阻礙我們把事情做好的,不是能力,而是自己的心境。真正內心強大的人,早就戒掉了情緒,收起了委屈。

稻盛和夫曾說過:成功不要有無謂的情緒,即使你抱怨再多、委屈再大,當下最要緊的一件事就是先把工作做好,這才是一個成熟人該有的心態。與其把精力花在內耗上,不如以積極的心態來努力提陞自己。當你學會把情緒調成極簡模式,自己能力提高了,工作也跟着順了。

2.低質量的忙碌,當捨

人的精力都是有限的,找不到自己該聚焦的點,就注定會陷入低質量的忙碌。

# 工作太累?給自己來一次斷捨離

股神巴菲特曾經為自己的私人飛行員弗林特做過人生的規劃。巴菲特讓弗林特在一張紙上寫下他的前 25 個目標,然後讓弗林特選出前 5 個必須要完成的。

最後,巴菲特告訴弗林特,以後要是不惜一切代價,避免在剩餘的 20 個目標上投入精力,要把全部的精力都放在前 5 個必須要完成的目標上。

法國作家拉羅什富科也說過:“整天只知道為瑣碎的小事忙碌的人,必然成不了大器。”

有選擇的專注,遠比瞎忙重要得多。扎克伯格每天早上都會問自己一個問題:“我現在做的,是我所能做的最重要的事嗎?”如果答案是肯定的,他才會感覺自己的時間沒有浪費。

工作需要努力,也需要巧力,永遠不要用戰術上的勤奮,掩蓋戰略上的懶惰。就像導演樊小純講的,人不

需要活太多樣子,你認真做好一件事,會解釋所有事。

任何時候,專注 20%的要事,避免 80%的瑣事。

### 3.過往的經驗,當離

看過一個感慨很深的故事。一頭驢背着鹽過橋,腳一滑掉進了河里,鹽遇水很快就化了,它頓時感覺背上輕鬆了不少。驢高興壞了,以為獲得了減輕負擔的好方法。後來有次它又背了幾袋棉花過河,乾脆直接跳進了水里。結果吸了水的棉花越來越重,驢也因此溺水身亡。

總以為抱緊過去的經驗就能如魚得水,卻忘了這世界其實瞬息萬變。你發現沒有,很多人工作上之所以一直沒什麼成長,就是陷入了這種“驢子背鹽”式的思維誤區。

通用公司董事長杰克·韋爾奇,在商界馳騁多年,屢次締造商業奇蹟。曾有人提議他將管理經驗總結成書,他卻幽默一笑:“那我得去垃圾桶里翻一翻了。”

工作數十年來,杰克從不做經驗留檔,甚至要求公司

定期清理內部文件。在他看來,過往的經驗只會成爲束縛,他更希望員工能具體問題具體分析。也正是得益於他這種“經驗歸零”的思維,通用才躲過了創辦以來的最大危機。

1981 年杰克剛接手通用時,當時的製造業利潤已經日益下降。他深刻認識到,如果依賴傳統的管理經驗,別說維持現狀了,公司還極有可能破產。於是杰克大膽拋棄了沿用數十年的公司戰略,結合當時的形勢進行了一系列的革新。在他的帶領下,通用的市值不降反增,擴大了整整 30 倍。

走老路,永遠到不了新地方。以空杯心態去學習知識,用成長思維來對待工作。不斷向外學習,向內更新,永遠是對未來最好的投資。

之前讀《麥肯錫極簡工作法則》,其中有一點受益頗深:永遠不要雜亂無章地進行工作。擺脫無用的負面情緒,才能專注自我的提陞。告別低質量的忙碌,才能擁有高質量的人生。抽離過去的經驗,才能擁抱未來的無限可能。

