

微观点

珍惜一张皮的尊严

人不管外表装饰得多么光鲜亮丽，剥掉一层皮后只剩下一堆欲望。但是，正因为如此，我们更应该珍惜那一张皮的尊严。

——北野武

睡眠的脾气

睡眠这东西脾气很怪，不要它，它偏会来；请它、哄它，千方百计地勾引它，它便躲得连影子也不见。

——钱钟书

时间与生活

时间划分愈细，感觉上过去愈快，生活上兴味愈多。故“快”就是“乐”，合起来就是“快乐”，生活的快乐称为“快活”。

——丰子恺

非暴力沟通

皮肤上的伤口的愈合最多不超过21天，但是语言暴力导致的心灵上的伤口的恢复，或许需要一辈子。

——马歇尔·卢森堡

没人管你这档事

不要以为世界上的人都在关心你的事。你是不是以为人人都在盯着你？其实，各人有各人的烦心事，没人管你这档事。

——莫言

迷茫地走在路上

我们最大的悲哀，是迷茫地走在路上，看不到前面的希望；我们最坏的习惯，是苟安于当下生活，不知道明天的方向。

——麦家

有些人的乐趣

有些人生活的乐趣就是发掘别人道德上的“毛病”，然后盼着人家倒霉。

——王小波

神回复

你为什么这么黑呀？

神回复：因为我不想白活一辈子。

大圆脸是怎样的一种体验？

神回复：有一种被岁月磨平了棱角的感觉。

我也想体验一次被人追的感觉。

神回复：买东西不给钱就行了。

矮是一种什么感觉？

神回复：所有人见到我都抬不起头来。

历史老师：你为什么交白卷？

神回复：我怕我会篡改历史。

为什么女人有体香，而男人没有？

神回复：化妆品腌入味了。

对不起，我们可能不太合适？

神回复：没关系，我百搭。

用四个字来描述你喜欢的人。

神回复：不喜欢我。

假如遇到老虎，该怎么脱险？

神回复：叫爸爸，因为虎毒不食子。

智慧树

凡事提前5分钟

一翁

这个时代的标签就是“快”——发展快、思想快、行事快，每个人都在争分夺秒地把自己嵌入刚刚好的方块里。《礼记·中庸》有言：“凡事豫则立，不豫则废。”这里的“豫”通“预”，就是预备的意思。凡事做好准备，哪怕只是提前5分钟，急躁不堪的生活就会变得从容有加。



1 | 提前5分钟，是一种态度

有位网友分享了一次相亲时的遭遇：女方各项条件都不错，他很重视这次见面，于是在家精心打扮了一下，还买了束鲜花。两人相约11点在咖啡厅见面，结果他迟到了5分钟。

女方很冷淡地问他：“是什么让你迟到了？”他解释说：“今天路上太堵了，平时这个时间出门不会迟到。”女方抿了口咖啡，若有所思地点了点头：“咖啡我请了，谢谢你百忙之中抽出时间来见我。”

2 | 提前5分钟，是一种保障

大大小小的考试经历了无数场，你有没有思考过：为什么每次都要提前5分钟发试卷？监考老师一边发试卷，一边却强调“开考铃响之前，不允许答题”。

一些考生宁愿冒着违规的风险，也要提前计算答案，还自以为抢答很机智。然而，一名资深的优秀教师曾直言：“据我多年的监考经验来看，抢答的几道题并不能为考生的成绩换来实质上的优势。”

那么为什么要提前发卷，下笔前

3 | 提前5分钟，是一种习惯

据说某知名集团内部有个不成文的规定：凡是开会，下级必须比上级早到5分钟。一次，有个公司副总参加董事会，他准点到会议室，但是所有董事都用异样的眼光看着他，他心里直发毛。

第二次，他提前了几分钟到达会议室，仍被所有人“行注目礼”。后来才有同事告诉他这个“潜规则”：会议无论大小，凡是下一级一定要比上一级提前早

到他像挨了一记耳光，又尴尬又郁闷，问道：“就因为我来晚了一步？”女方回答：“我一个小时前到的。”有人说，不就迟到了几分钟，至于吗？

女方重视这次相亲，提前整整一个小时到达，男生却连提前5分钟都不愿意。

失之毫厘，谬以千里。5分钟，在人生中的占比不过是沧海一粟。但是这5分钟，就能决定你的人生高度。若把握好5分钟，能让你每步都走得更加踏实、更加坚定。

的5分钟又能做什么？“考前5分钟要做的事情很多——检查试卷、答题卡是否漏印、模糊，文具是否齐全，如果中途才发现问题，可能前功尽弃。”这位老师强调。

提前5分钟，是深谋远虑。不懂未雨绸缪，贪图一时之快的人，往往是“大意失荆州”的常客。一位作家曾说：“零星的时间，如果能敏捷地加以利用，就能成为完整的时间。”所谓“积土成山”，失去一日容易，欲得回已无途。

到5分钟。

《电子邮报》记者曾这样描述自己和比尔·盖茨见面的经历：“盖茨的行程表和美国总统类似，很多事情都在5分钟内做出决断，而一些短会，乃至与人握手，则以秒数计算。”我们的日常生活，也许无须如此精准，但是学会提早做准备，总是百利而无一害。凡事提前5分钟，让你更接近成功。

心感悟

事出必有因

甲：“新搬来的邻居好可恶，昨天晚上三更半夜跑来我家，猛按门铃。”

乙：“的确可恶！你有没有马上报警？”

甲：“没有。我当他们是疯子，继续吹我的小喇叭。”

感悟：事出必有因，如果能先看到自己的不是，答案就会不一样。

成功的定义

同样是小学三年级的学生，有位同学将来的志愿是当小丑。

一个老师斥之为：“胸无大志，孺子不可教也。”

另一个老师却说：“愿你把欢笑带给全世界。”

感悟：身为长辈，不要狭窄地定义成功。

误解

张三在山间小路开车，正当他悠哉地欣赏美丽风景时，突然迎面开来的货车司机摇下窗户大喊一声：“猪。”

张三越想越气，也摇下车窗大骂：“你才是猪。”

刚骂完，他便迎头撞上一群过马路的猪。

感悟：不要错误地诠释别人的好意，那只会让自己吃亏，并且使别人受辱。

妙语

● 每一天都是一个新的日子。走运当然是好的，不过我情愿做到分毫不差。这样，运气来的时候，你就有所准备了。

● 等待也是种信念，海的爱太深，时间太浅。

● 现在不是去想缺少什么的时候，该想一想凭现有的东西你能做什么。

——海明威《老人与海》

● 生命中真正重要的不是你遭遇了什么，而是你记住了哪些事，又是如何铭记的。

● 我们趋行在人生这个亘古的旅途，在坎坷中奔跑，在挫折里涅槃，忧愁缠满全身，痛苦飘洒一地。我们累，却无法从止歇；我们苦，却无法回避。

——马尔克斯《百年孤独》

● 傲慢让别人无法来爱我，偏见让我无法去爱别人。

● 骄傲多半不外乎我们对我们自己的估价，虚荣却牵涉到我们希望别人对我们的看法。

● 将感情埋藏得太深有时是件坏事。如果一个女人掩饰了对自己所爱的男子的感情，她也许就失去了得到他的机会。

——简·奥斯汀《傲慢与偏见》

● 幸福的家庭有同样的幸福，而不幸的家庭则各有各的不幸。

● 水满则溢，月盈则亏，这个世界从来只有更美，而没有最美。而最靠近完美的一刻，就是最容易走向相反的时刻。

● 人都是为希望而活，因为有了希望，人才有生活的勇气。

——托尔斯泰《安娜·卡列尼娜》

● 记住该记住的，忘记该忘记的。改变能改变的，接受不能改变的。

● 快乐要有悲伤作陪，雨过应该就有天晴。如果雨后还是雨，如果忧伤之后还是忧伤，请让我们从容面对这离别之后的离别。微笑着去寻找一个不可能出现的你。

——塞林格《麦田守望者》