

本周书籍推荐



《成就 4A 经理人》

R.戈帕拉克里希南(印) 著

内容简介:
解答每一位管理者头脑中最重要的问题:你应该怎样做才能让你的老板成为伙伴而不是对手。很多人因为工作燃烧着能量和梦想,并在职业中展示能力,但现实结果未必如愿。与他人建立伙伴关系,尤其是与你的直接老板和所在组织建立这一关系已变得空前重要。作者将 46 年的管理经验通过本书浓缩为 4A——成就事情的能力、亲和力、感召力、可信用。

作者简介:
R. 戈帕拉克里希南(朋友们都叫他戈帕尔)携本书分享其管理智慧。他长年往返于印度与世界各地,具有独到的商业眼光与世界视野。



读李白与杜甫独酌

■ 滋兰树蕙

向来觉得,读李白是与读杜甫不一样的,而且是有许多的不一样。

首先是要有不同的环境。读李白的诗,最好是要在高山之巅,或是大海之畔,一碗酒下去,放声地、放肆地喊叫着,吟诵着李白的“君不见黄河之水天上来,奔流到海不复回”;读杜甫,则要在小屋里,饿上三天,关上三天,然后朗诵“暮投石壕村,有吏夜捉人”。是啊,一个是只管喊叫没有关系,一个是沉郁到了有气无力的地步。

其次是读诗前饮料的问题。读王维的诗,要喝茶;读岑高的诗要喝酒,却不能轻斟慢酌,只宜大口地喝,大声地吼——成腔成调固然好,不成腔不成调呢?依然是有用之才。读李白之诗前,只宜微醺,不能过高过量,然后开读,“与尔同销万古愁”;读杜就不同了,也要喝几口酒的,却是闷酒,就更不能多,不能高,加上前面几天的饥寒交迫,读几句,“有吏夜捉人”。

再次,便是读诗时的动作了吧。读李,只管大动作,大幅度;读杜呢?只宜有气无力。

二

独酌,当真是因“无相亲”。

第一次知道李白的这首《月下独酌》,是因为读大学期间看到的一幅摄影作品的标题,那张题为“对影成三人”的片子,觉得好,却说不出有什么好。一位老三届的同学,指点了我,说这是用了李白的诗意,有意境。于是才认真地读了这首诗。三十多年来,时时读起这首诗,也能做到每读一次能有些新的收获。

“花间一壶酒”,定是“良辰美景”,花前月下,花香、月圆、酒美,却有缺憾:没有人陪我同饮,只能“独酌”。整首诗就扣住了一个“独”字来抒情写怀。喝过几次酒,也有过几次酒酣微醺,或者有过一两次喝高的的经历的人,读这首诗,一定更有体会。因为“独”,也就更能放纵自己,醉态可掬。

可李白,怎么会“独酌”?表面上来说,他自己就讲了,是因为“无相亲”,也就是没有可以陪他喝酒的人。中国人的喝酒,向来讲究,不独自饮酒。所谓“一人不喝酒,二人不赌钱”嘛。有人说,独自饮茶的是高士的人,而毒自喝酒的,要么是酒鬼,要么是特别狠毒有手段的人。以李白的个性,是不应该找不到喝酒的人的。而这一次,却只能“独饮”了,何也?

三

说一说杜甫的那首《客至》。

这首《客至》给人的信息似乎是,平时这里没人过来。“花径不曾缘客扫,蓬门今始为君开”。可最后一联又给我们另一个信息,“肯与邻翁相对饮,隔篱唤取尽余杯”。这就是说,他平时还是有朋友的,是有人能与他一起喝酒的。但关键是“心情”“心灵”相通的朋友没有。

李白不也如此?他的独,不是找不到一起喝酒的人,而是没有与之进行心与心交流的人。

这一点,还可以结合《将进酒》来读。

戈帕尔从 1967 年起就走上了专业的管理岗位,迄今担任管理者已有 46 年之久——前 31 年就职于联合利华,后 15 年在塔塔集团工作。如今,他已经是塔塔集团董事,塔塔汽车零部件系统公司、印度农化公司和印度农业科技公司主席,塔塔化学公司副主席。他同时还担任塔塔电力公司和塔塔科技公司董事。他在加尔各答圣杰维亚学院学习物理学,在印度理工学院学习工程学,并于哈佛商学院就读过进阶管理课程。

他以客座教授的身份在印度及多个国家讲课,他的文章也被广泛发表。他讲授的课程是:企业管理课程中不能说的秘密(LWNT)。他曾任全印度管理协会主席。



《少食健康》

盛紫玟 著

内容简介:
吃了一辈子,你吃对了吗?
少食,能让肠胃暂时得到休息,也能减轻脏腑负担,让生命回归年轻态。
很多疾病是吃饱撑出来的!
错误的饮食观念和习惯犹如当头棒喝,让人警醒;
“对食物的依赖会成为食物的奴隶”,正在深刻解析;
古代圣贤、帝王、现当代名人、长寿老人最具操作性的少食秘诀现已深度揭秘。
作者经过 20 余年潜心研究和亲身实践,在“饮食方式”上打开一条新路。他认为,我们不要总盯住疾病本身,更要从根源入手,少吃点,更健康!

本书全方位、多层次、广角度地讲述了:“吃不仅是为了吃饱,还有一段品味美食、品味人生的过程。”让每一位老百姓从中受益。

作者简介:
“人类少食健康工程”发起人,“123 生命工程”俱乐部创始人,北京大管家健康科技发展有限公司创办人。最“接地气”的全民健康“代言人”。

生于饥馑时代,人生遭遇跌宕起伏,感人生之无常,叹生命之可贵。20 余载游历名山大川,寻师访友,遍涉易、道、儒、释、医、武、哲,落脚于

给中国人当孩子

■ 北美崔哥

给中国人当孩子,意味着你要背世界上最沉的书包,参加最多的考试,最早品尝压力和孤独。

你人生的所有磨难全来自一个地方——一对自称是你父母的男女同志,可他们口口声声说是你亲生的,弄得你没地方说理去。

现在,由北美崔哥列举一下中国孩子遭的罪吧——

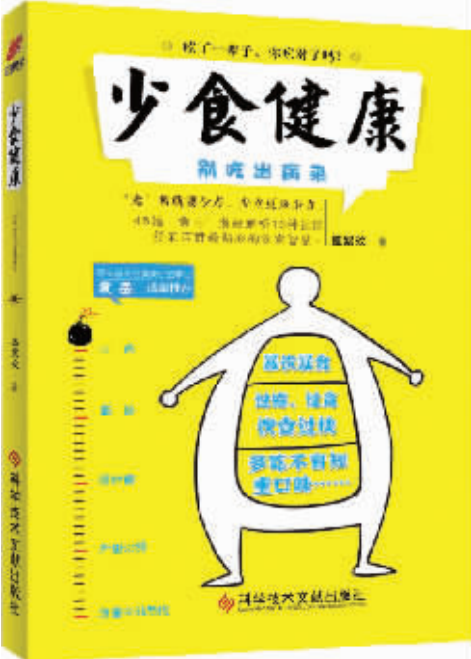
1. 给中国人当孩子,最好是第一个被生出来,要不然赶上计划生育,你再大的本事也因为没被生出来而得不到发挥。崔哥认为这是中国缺少诺贝尔奖得主的最大原因,得奖的人一般都行三,而老三大多都在计划生育中英年早逝。
2. 就算你被生出来了,中国家长也不会把你当人,他们要让你在八岁之前,把人间所有带弦的东西都学了,比如大提琴,中提琴,小提琴,二胡,古筝,吉它,逼着你学弹棉花就够够意思了。其实谁都知道,学这些玩意兴许没多大用,但是既然邻居那么难看的孩子都在学,咱也不能落后。
3. 慢慢地你就发觉,你生下来根本就不是在活自己的命,而是在活你家大人的命。爹要是没当上医生,他就逼着你当医生;妈要是没当上歌星,她就逼着你去当歌星。这就是中国人常说

俯瞰人世间

■ 李银河

2014 年 4 月 17 日,对我来说是个不平凡的日子。17 年前的今天,永失我爱。念及小波笑容笑貌,不禁潸然泪下。想起他死前的那两声呼唤,其中含有多少惊慌痛苦,真是痛彻心扉。如今,王小波的生命和作品已经成为千百万人的共同记忆,他因此而不朽。

小波的早逝令人痛感生命的短暂。这是一个真切而残酷的事实,没有力量能够改变,只能默默承受。生者的几十年时间在宇宙中也不过是一瞬而已,所有的生命也不过是一瞬而已。



生命科学。

作者对健康、人生的感触深刻、独到。如今,虽享受饱食时代下的诸多“福利”,却以辩证的观点,热爱生命的姿态、首倡“少食健康”工程,把“少食”的生活理念渗透给每一位渴望健康的读者,帮助我们提高生命品质。

的父债子还。

4. 据北美的崔哥爆料,欧美国家的家长让孩子一岁一岁地活,到哪岁干哪岁的事;讲中文的家长则是让你跳着活:比如,让你 14 岁大学毕业,20 岁读完博士,25 岁当高管,30 岁退休,40 岁就可以与世长辞了,英语里有句话叫“Hurry up and die.”(快点长大好死),就是说给中国人听的。

5. 活到 15 岁,刚把中文说流利了,好不容易有了一圈自己的朋友,正准备要接触中国社会呢,中国家长突然脑袋瓜子又进水,哭着喊着要把你送到国外去上学,让你在青春最萌动的时候漂泊海外,举目无亲,饱受着孤独,寂寞,吃不饱,听不懂,过着寄人篱下的悲惨生活。

6. 据北美的崔哥哥讲,能生在社会主义中国还算万幸呢,要是生在宋朝,那会儿的家长更邪恶,对你头悬梁,锥刺股,当妈的还用大头针在你后背刺字,刺“精忠报国”什么的,那会儿的家长一个个就像《还珠格格》中的容嬷嬷似的。

7. 在你青春绽放最需要爱情的时候,中国家长捆绑住你不许你出轨;当你鲜花开始小凋谢的时候,中国家长又恨不得你当晚就红杏出墙。可惜这时候出墙,墙外已找不到人接应了,只得又扶着梯子下来。

虽然人的肉身永远不可能飞离地面,但是灵魂却可以偶尔飞离,腾空而起,俯瞰人世间。

当俯瞰人间时,由于有了距离,所有的尘世事物变小,变轻。无论在地面上多么沉重的事情,似乎都变得可以承受了,可以容忍了,可以让它过去了。

人间有太多的痛苦,太多的烦恼,如果不偶尔采取俯瞰的角度,如何可以承受?生老病死,生离死别。即使是寿终正寝,也令人无法释怀。更不要说猝死,怎能不令人扼腕叹息,痛心疾首?只有俯瞰,才能使心情复归平静,才能有继续活下去的力量。

让灵魂偶尔飞离地面吧,俯瞰人世间。



香港,你还是购物天堂吗?

■ 何平

香港,全球十佳购物之都。

一直以来,其国际之都,购物天堂的地位无人能撼。据环球购物城市指数的研究,来香港的 87% 的游客购物,“2011 年 76% 的购物游客对价格实惠非常满意”。无怪乎,香港在这个指数中获得亚洲最佳购物城市的称号。

在香港,购物点林立,商品种类包罗万象,取价公道;拥有各式各样的露天市集、充满奇趣的夜市和琳琅满目的豪华大型商场,货品林林总总、应有尽有,令人目不暇给,堪称购物天堂。

因此,前来购物的游客至少给出了三大理由:包罗万象的商品、服务优质的商户,还有一年多次的大减价。

这里,世界各地的品牌汇聚于此,而且大部分进口货品都免税。从最新设计师的服饰、珠宝钟表、电子产品,以至传统工艺古玩……所以,无论是衣服鞋帽、视听产品、家庭电器、摄影器材、钟表、珠宝、古董、家具,甚至你意想不到的货品,均应有尽有。

在香港这个购物天堂,无论什么时候都能享受血拼之乐。尤其,趁着冬夏两季商户推出新装前进行大减价清货之际,尽情选购特价物品,或添置最新的时尚服装,那绝对是一大乐事!

据统计:2013 年访港旅客达 5430 万人次,较上年升 11.7%,其中内地游客占 75%。不过夜旅客占 2864 万,85% 来自内地。

内地游客大批入港消费被认为对香港经济复苏居功甚伟的同时,也开始引发各种摩擦,产生了矛盾和冲突。香港百姓渐渐感受到,房价开始难以负担,商铺被名牌垄断,到处人满为患,日用品价格也被推高等。内地客由此背上制造景点与交通拥挤,推高物价,对香港市民生活产生影响等骂名。

由于社会资源的暂时紧张和再分配,加上内地旅客来港后,没有做到入乡随俗。而香港人对内地同胞的过火行为,已经变成零容忍。所以,各种计较和冲突在所难

修复婚姻

■ 李隽楠

昨天是我们的结婚纪念日,我们结婚 6 年了。

每一年的这一天,我们都会近乎铺张地庆祝,你的初衷是,这样你才能记得。事实是我的确记得每一年的这一天吃了什么,先数数我们吃过的饭再喊一声,的确是 6 年了。因为贵得肉疼,真的很难忘记。谢谢你。

这样一个日子,我却想起了刚结婚时我们的一次争吵,我流着泪坐在床上想,这么快就要离婚了吗?

最亲近的人对你的杀伤力是最大的,因为其他人你可能不太会长久地在乎。

这次的争吵如何结束,我想不起来了。好像因为他要出差,我去送了他,然后他回来之后我们就翻篇了。

只是有时候吵架,我会觉得他的眼神很熟悉,很伤人。我不明白为什么。

那时候不懂,伤害过后是一定要处理的。

婚姻有时就像战场,两个人有时候是并肩作战披荆斩棘穿过风雨的战友,有时候又像是对手,吵架的时候互扔炸弹。

这些炸弹,有的爆了,有的没有。

硝烟过后,一起清扫战场,面上的东西都清理干净了,哑弹却被掩埋,越埋越深。这些哑弹里,有害怕、报复、罪恶感和怒气。

这些哑弹不经处理,就成为婚姻的雷区。双方都有,一旦被触碰,战火就又燃起了。

我们吵架的时候从来只顾着扔炸弹,战火平息时赶紧埋炸弹,但是从来不起

免。

近期以来,特区政府为了平息香港市民的不满,将“双非”孕妇来港产子配额减至零,但又发生内地水客扫清市面幼儿奶粉的风波,导致特区政府又出招,颁布限奶令,到头来又引起新的不满。对于内地来港旅客的激增现象,甚至有议员提出征收入境税:向每名经陆路入境的非香港居民征收 100 港元的入境税,可令水客数目大减,并缓解走私对市民日常生活以及交通带来的影响。

香港特首梁振英今年 2 月 11 日首度正面回应入境税并表示:“向来港旅客开征入境税不可行”。“所有政策都不能只抱着单边的想法”。他强调,旅客来港,为香港的旅游业和香港的基层市民带来大量的就业机会,“因此,我们不能够未富先骄”。

2 月 14 日,港区全国人大代表、新民党常务副主席田北辰在新民党团拜会上表示,2013 年访港旅客总人数数增至 5430 万。他于今年全国“两会”期间提出议案,建议中央有关部委与特区政府建立联络机制,调控内地来港旅客的数量增长,设定 49 个内地城市每年自由行访港旅客人数的上限,维持每年增长率在 3% 至 5%。

如今,对于内地赴港人数是否应该“封顶”,再度引起香港各界的热议。

香港保安局局长黎栋国说:“从未听说过世界上任何一个旅游城市会为旅客数目设限。”他表示,假如旅客旅游时不愉快,即使不设限制,人家也不会再来。关键是香港应该做好资源调配,保证服务质量,让旅客游港时有良好的体验。

代表旅游业界的立法议员姚思荣说,设立上限这个提议相信不会获得接纳。

田北辰则认为,调整每月访港自由行旅客的人数限额,可确保本港有足够的旅客接待能力,让内地旅客舒适享受来港旅游,同时减少旅客对本港市民生活质量的

影响。

矛盾在发展,探讨也在继续。

可是,内地游客们心里的疑惑也在增长:香港,你还是我们心目中的购物天堂吗?

扫雷的。

每一段婚姻都有争吵,那些看上去幸福的夫妻并不是因为他们不吵架,并不是因为没有伤害,而关键在于他们如何处理冲突和伤害。

真正我们坐在一起面对面地谈论那次吵架带来的伤害是 4 年之后了,我们一起去北京参加了美满婚姻课程,去之前他觉得我挺神经的,好好的周末不过,而且我们都挺好的干嘛要去,但是我执意要去甚至威逼他陪我去。那是一个建立和巩固信任的过程,我终于可以没有顾虑非常安全地说出我的感受我的想法把我的伤口揭开完全全暴露在外的时候,他帮我擦干净,包扎好了。

两天之后,我们觉得只是我们在一起谈论伤害那十分钟这趟就值了。

吵架,哪怕是那些看似已经久远的吵架会留给我们很多负面的情绪和想法,很多伤害。所以你会发现之后吵架时,哪怕是因为完全不相干的其他事情吵架的时候,当时那种负面的情绪和想法会一下子上来,瞬间让理性丧失,吵来吵去都是重复的话题。生活像陷入怪圈,隔一阵子就会因为什么吵架然后吵回原点。

日前看娱乐新闻,有个女星的老公被爆出趁她出国携辣妹出游。她的评论是:“我不担心这些看得见的东西,都当笑话在看,反而伤害婚姻的都是那些看不见的东西。”

旅行中偶遇来自四川的苗苗夫妇。他们一个是内科医生,一个是神经外科医生。但副业却是婚纱摄影跟拍。他们带着婚纱旅行了很多地方。