

时间管控高手之作

《手机看世界》第四季读后感

吴华潭

读书札记

世界著名时间管控大师马斯克，一人管理着七个企业，还要料理七个孩子，用时间拳击等五大法则高效学习、工作、生活，仅用一年时间就完成了八年的工作目标。在永康，也有一位时间管控高手，2014年退休，从2015年10月开始，就推出了第一本文集《手机看世界(第一季)》，至今已出了五本，可谓高效高产。他，就是市政协原副主席朱有抗。

才饮长沙水，又食武昌鱼。去年6月才拜读了他主编的第四本《崇鲁居》，今年3月底，新鲜出炉的第五本《手机看世界(第四季)》(以下简称《手》)又摆到了案头。像比尔·盖茨都十分推崇的时间管控大师麦克莱恩，用一只箱子改变整个世界一样，他用一个手机，看到了世界的真善美，传递着人世间的正能量。为什么他能如此高效地运用时间呢？笔者作为该书的第一批读者，阅后印象颇深，感慨良多，写此文试作初步的探秘。

采蜜工蜂的勤奋，是其高效的底色。《手》收录作者96篇美篇，洋洋洒洒15万余字，还有281幅图片，蔚为大观。全书共分6个篇章，主要包括结缘南都、情系乡贤、助力科技、欢聚崇鲁、乐游山水、拨动心弦，几乎囊括了作者近两年多来工作、生活的全部内容。综观全书，与其说《手》是其美篇汇编而来的直接成果，还不如说是作者点滴积累的时间复利。对于从事新闻工作多年的作者来说，绝大

多数以现场见闻、纪实、侧记等样貌示人的美篇，是驾轻就熟的轻骑兵，操作起来可谓炉火纯青。但毕竟是一个个字、一幅幅图在手机里码出来的，前期还有大量的准备工作，得花多少工夫啊！真正是属于工蜂采蜜千万回，燕子衔泥垒新窝的艰难工程。用他自己的话说，一年难得半日闲。可见，《手》是其辛勤劳动、勤奋写作的结晶。

拼命三郎的干劲，是其高效的亮点。退休后，作者无报酬的社会兼职较多，太极拳协会、老科协、古山乡贤等社会事务缠身，再加上崇鲁居两馆一基地建设，忙得不亦乐乎。他崇尚当日事，当日毕的工作原则，一旦有专项工作和大的活动完成，专题美篇就能在当天工作群和朋友圈里与数千粉丝见面，不管工作多忙，即使编到半夜三更也要发出来，很少延迟到两三天后才发表的。像我这样睡得早的人，往往第二天凌晨打开手机就能品尝到其新提供的精神产品。其工作干劲、节奏、效率，都让我们感佩不已。更令我们动容的是去年4月份，作者外出因意外事故造成椎间盘骨裂突出，需卧床静养调理4个月，而他身体在床、脑子在岗，没过几天就有美篇上群推出，一个多月后就组织开展各项工作，大家都称他是拼命三郎。玩命地工作与写作，就是他取得时间倍增效益的诀窍所在。

拉车黄牛专注，是其高效的依仗。太极拳协会、老科协、古山乡贤、崇鲁居活动，犹如高速运转的四个轮子，在他的带领和推动之下，一

直向前奔跑。心无旁骛干工作，专心致志做自己想做的事，除此之外，已无暇顾及家务杂事。他就这样一心一意拉着这辆车，十年如一日，不待扬鞭自奋蹄，是那么地投入，那么地专注，那么地乐此不疲。他的专注，还表现在对编发美篇的痴迷。凡做过的事，只要对社会有价值意义，就必发美篇。否则，食不知味，寝不安眠。在我们认识的人当中，还有多少人能像他那样，做好工作后，还要不辞疲惫、连篇累牍地编发美篇呢？从此意义上讲，《手》既是其工作的重要成果，也是其工作之余所附带的品牌衍生品。

厚德侠者的爱心，是其高效的源泉。作者在退休干部群体中德高望重，老有所为，能文能武，名副其实的厚德侠者。他经常对人们说，退休后为家乡做些力所能及的事，怎么做都不为过。正是如此，他之所为，上级肯定，百姓称赞。开心自己，愉悦他人，道出了他印发《手》的初衷，整本书自始至终洋溢着浓浓的爱意，体现了知行合一的境界，唯有善存于心，方能爱形于行。每当社会有呼声的时候，他总能向市领导和有关部门提交调查报告进行呼吁，每当企业有困难时，他就带队调研提供解决方案；每当弱势群体需要救助时，他就振臂一呼带领大家施以援手。这次第，怎一个爱字了得！就是外出旅游，他有一双摄像机般敏锐的眼睛，一路走下来，在其笔下，看到的都成了好风景，听到的都成了好故事。用永康话讲，即便嬉嬉搞搞，都能嬉出名堂，搞出成果。

江南四月天

林毅

余光中曾深情地写道：一到春天，便想起江南。江南的美，最美在四月。

四月的江南是五彩的。小溪边桃红柳绿梨白迎春花儿黄，蜜蜂和蝴蝶在花海里飞舞，这个春天便徒生了许多生机和活力；田园中微风吹过，油菜花海掀起了层层金色波浪，与蓝天白云相映成趣，犹如莫奈笔下一副精美绝伦的油画；紫云英如梦幻般的紫色花瓣在风中摇曳生姿，宛如起舞的少女，让人感受到一种淡淡的优雅。

四月的江南浸没于烟雨中，杜牧

说：南朝四百八十寺，多少楼台烟雨中。天气孩儿面般的忽变让人捉摸不透，时晴时雾时雨。江南的四月，雨和雾是双胞胎，雾虚无缥缈若隐若现，像一层薄薄的轻纱，铺盖着水绕着山。雨细腻而温柔，如丝如缕地飘洒在天空，落下来轻拂花枝，湿润的空气中弥漫着花儿的清新芬芳。

四月的江南恰似浪漫多姿的少女，含蓄婉约。山间云雾缭绕，湿漉漉的，给人一种走入水墨画的感觉。山中树木葱郁，花草飘香，泉水叮咚，溪水潺潺，不时有不知名小鸟从林中钻

出来，调皮地转着圆圆的脑袋四处张望，口中发出“啾啾”的叫声。

江南四月的风，是柔柔的，沾衣欲湿杏花雨，吹面不寒杨柳风，便是最真的写照。微风中夹着香香甜甜的味道，阵阵香风熏得游人醉。春天是小孩的美好时光，公园里，旷野中，他们趁着东风，放飞着手中的纸鸢，放飞着快乐和自由，放飞着梦想，让人感受到了春天的美好和生命的活力，感受到了人与自然的和谐。

多情江南四月天，愿与君逢桃花下。

每个人的黄金时代

胡又予

周末在家看了第三遍许鞍华导演的《黄金时代》，看似轻描淡写而又深刻地讲述了萧红颠沛流离且绚烂的一生。在电影的尾声，萧红写给萧军信中有这样一句话：这不正是我的黄金时代吗？听到这句话的时候，我默默在心里问：到底什么是黄金时代？是和平安稳的时代，是乱世群雄的时代，抑或是繁花盛景的时代？

黄金时代始于信仰，忠于信念，见于生活的细枝末节。在这样一个瞬息万变的时代，信仰更趋于多元化，迷失与诱惑无时无刻不在上演，坚持信仰并非一件易事，更需要莫大的勇气去跨越重重障碍。有些人选择随波逐

流，被时代的浪潮淹没；有些人依靠自己强大的信念去渡过一道道难关，在自己的黄金时代中赢得他人与社会的认可和尊重。

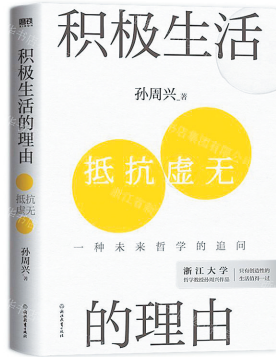
黄金时代就是人在旅途，永不止步。人生就是一场充满悲喜剧的旅行。我们经历着喜怒哀乐，看世事花开花谢，风起云涌，沿路总会有值得驻足的风景，甚至有些画面与声音会印刻进我们的生命。但短暂的驻足之后，我们终究继续旅程，去遇见更多的人，经历更多的事。我们本应感恩生命中遇到的一切，这一切通过或婉转或直截了当的方式改变我们，让每个人都拥有了独一无二的轨迹。享受这

一切，当下便是黄金时代。

黄金时代的对立面并不是黑暗时代。它不仅仅是光辉灿烂的岁月，蒙元入侵前隔江犹唱后庭花的临安，依旧是安逸祥和的繁华城市，然而属于它的黄金时代已经落幕；1944年，民族与革命似乎依旧在深冬里寒夜里举步维艰，然而此后的每一个黎明都朝着黄金时代迈进。黎明是阳光的黄金时代，乱世是英雄的黄金时代，富于挑战的工作和生活是我们的黄金时代。

我们每个人，不论何时何地，不论身处什么时代，不论世事如何变迁，都应忠于自己，忠于信仰，创造属于自己的黄金时代。

好书推荐



《积极生活的理由》

说起哲学，我们大多会觉得它很遥远，所知也不过就是“白马非马”“人不能两次踏进同一条河”“矛盾之矛盾”之类罢了。本书让我们明白，原来哲学研究的问题是和我们息息相关的，哲学并不遥远，它时刻在关注着我们的生活世界和生存空间。

本书共分为七个章节，从七个问题的视角出发，延续作者对“未来哲学”的探讨，用哲学的视角审视技术世界中的生命问题。本书的一大亮点就是直面技术冲击，用哲学思考关怀人类生活，探讨在基因编辑、大数据算法、人工智能等技术革命的冲击下，我们该如何找到生活的意义和价值。

作者通过深入浅出的方式，用通俗易懂的语言，让我们对这些看似高深莫测的话题有了全新的认识。让我们认识到虚无不是新鲜事，而是自古有之。全书充满哲学的力量，它不仅解答我们生活中的困惑和疑虑，更能让我们在虚无中找到生命的动力。正如作者所说：人活着就是要创造。在这个充满变化和挑战的时代，我们需要用积极的态度去面对生活，去创造属于自己的价值。



《有核》

这是一本中国摇滚40年风云录，忠实记录与梳理时代的声音。从1983年到2019年，从传统唱片行业到互联网新模式，中国摇滚乐经历了不同的发展阶段，整个音乐产业也发生了天翻地覆的变化。作者郭小寒和相征作为资深音乐从业者和中国摇滚乐场景的深度参与者，对这段历史进行了系统的梳理，用人物串联起每个时代。通过讲述时代的变化，牵引出摇滚乐在不同时代投射出的不同精神，以及持续不断的影响。

那些不可磨灭的摇滚英雄，一首首刻在记忆里的经典之作，满怀理想的独立音乐厂牌，遍地开花的摇滚杂志和论坛、曾经彻夜狂欢的Live House、人山人海的音乐节，发生过怎样的故事，改变了谁的人生，后来又走向了什么样的结局？

中国摇滚发展至今，每一个阶段都对应着不同的时代背景，每一个时代都拥有自己的主角。每一个时代的摇滚英雄和他们的作品，都深刻影响过听众，甚至改变了他们的人生轨迹。这部摇滚小史，也是在讲述时代中每一个人的故事。融媒记者 胡莹璐 整理