2019春节返烟等车有感

今年过年没有回家，趁下大夜回来一晚，今下午爸送我来车站，说关于购置房子一事，他说让我借钱，他说压力大的晚上睡不着。刚开始我有点惊讶。后来我想明白，我在 关于我未来的事情上，似乎从来真正承担过实质性的压力，所谓的压力也是有的，也只不过是爸妈之下过滤后所谓的压力，以及我对我自己一些小小的执着罢了。

爸妈让我到现在为止，过着至少比所处环境中大部分人好的条件和生活，这还不够吗？我竟然还无耻的想，为什么平时表面上生活如此风光，积蓄却不太多？我还压榨他们的不够多吗？

我以我没有经历的人生经验去批评、去质疑。

我没有这个资格。

2019年度下半年指导思想

今天是2019年6月19日，2019年已经过去了近一半，前半年谈不上虚度，也说不上有多努力，最大的感受是自己有了拖延症，总喜欢把事情拖到不能再拖了才去做。

距离2019年结束还剩下7-12月，完整的六个月，这六个月如何完成很关键，如果不能按计划进行，很多事情都要往后拖，这会影响我后面的学习和计划。

所以，在这个接近半年的日子里，我给自己写下一份下半年的指导思想，时时点化自己，要去做，现在去做，马上去做。

现阶段我可自由安排的时间很多，这是我目前的优势，同龄人没有我这么多时间，如何利用好这些时间将是我提升的关键，但这个优势不是借口，不能把事情今天推明天，明天推后天，日复一日，时间俱往矣。

大多数情况下，我都是因为计划没有按照自己设想的开始便放弃了整个计划，比如我决定明天早晨7:00起床看一小时书，后续更是安排了满满的一上午计划，可第二天一觉醒来却已经7:30了，这个时候我会很挫败，我的选择是继续睡觉，如此一上午便荒废了。再有这种情况的发生，必须给自己一个信号，即便没有按原计划开一个好头，现在去做也不算晚，比什么都不做强。

在这里，我不准备列举具体的计划或者目标，我只是要让自己去思考，应该怎样去做事情，并且怎样把事情做好。我的想法是给自己提一些宏观的要求，为的是给未来的一些想法做铺垫。再总结一些小事情，让自己在闲暇之时不用思考就有事情可做，而不是花费时间纠结在干点什么好之上，通过把这些小事情做好，让自己不在无聊时偷乐。因为我发现，很多时候正是有了一些小空闲，会给自己一个放松的念头，那这个空闲结束了，你还是想继续放松，那就只能再消耗你原本计划好做其它事情的时间。

要培养大的格局，大的胸怀，大的气度。要具备一个完整的思维方式，看事情更全面更长远，考虑问题更细致更入微。不要去纠结有些脏活累活你该不该做，干了一定会吃亏，但吃亏是福。

要学会沟通，你已经初步尝到沟通的美妙了，但沟通不是让你什么都倾诉，男人要有所承重。

要有耐心，不要显得急不可耐，沉下心来做事。我有个毛病——总想把手头上的事赶紧做完，去做下一件事或者去做让自己舒服的事，凡事必有意义，皆要经历一个过程。

要沉着和冷静。平时谁都可以冷静，但紧急时刻的冷静才是真正的沉重。这个时候才更需要冷静，这样才有解决问题的能力。

去大胆的接触人，人和人之间只有经过接触，才会变得和谐，一次有个印象，下一次便会更加熟悉，没有一步到位的人际关系，必须通过不断地接触和积累。所以，要接受前几次的不熟悉所带来的感觉。

保持身体健康。合理的饮食，积极地锻炼，将是一生的财富。

宏观的要求就写到这，日后想到再有所补充。

下面总结一些小事情。

平日里，先不准备读很多书，但不是不读书，而是要反复的读一两本书。

第一本书是心理学《被讨厌的勇气》，岸见一郎、古贺史健著。第二本书是陈鼓应著的《老子注译及评介》。但今日在微博里偶然看到一句关于读书的评价，大体意思是如果读书不从历史、金融经济、心理学综合来读，读书便读的狭隘了。

我不清楚为什么是这三个方面，也不确定这句话的正确与否，但她令我印象深刻，因为我把这三个方面记得很清楚。刚好手边有书，于是平日读的书要再添两本，第三本书是Pat Dorsey著的《股市真规则》。第四本书便是耳熟能详的司马迁《史记》。这样我读的书便囊括心理学、哲学、经济学和史学了。

工作中的书也很多，也难以学完，所以也准备向读少读精靠拢，首先便是《运行规程》，这是工作的基础和依据。第二是方久文著《火力发电厂燃煤锅炉工作手册》，这本书仅仅是因为缘分，既然遇见了，就读一读，既然读了，就多读几遍，上面提到的几本书也是如此。

关于健身和跑步，健身要制定合理的计划，不能损坏身体，否则是违背初衷了。跑步要坚持，很多人吐槽没有时间跑步，觉得跑步是浪费时间，我对此只能心里一笑泯过了，我也提不出反驳的理由，他们也不一定能接受，但如果跑步是浪费时间，那世界上很难说什么东西有意义。

平时也不能总是独处，要和人多出去聊一聊和走一走，你不能觉得这是在浪费时间，虽然我认为这真的很浪费时间，但你离不开这个社会，你也有需要别人为你消耗时间的时候，所以从这个角度来讲，你也不能予取予求。

大抵就是这么多，能想到的再补充。

加油！

药时代的结束，迎时代开启

今天是2019年阴历的6月19，读了阳历6月19日写的《2019年下半年指导思想》，觉得风格很喜欢。

过去几个月以来，因为脸部原因，一直在断断续续的尝试各种治疗方法，西医中医试尽，好在结果还可以令人接受。

昨天把最后一口药酒饮尽，难受的我要命。事情总是如此，当一件痛苦的事情需要历经比较长的一段时间时，在事情开始的初期，你会很痛苦，因为你要逼着自己去接受，而事情的中期乃至中后期你依旧很痛苦，可已经没有那么痛苦了，最痛苦的是临近事情结束的最后几天，你迫不及待的想要结束这段使你痛苦的经历，事情变得愈发艰难了，痛感被无数倍的放大。

然而，大多数人，做一件事，都是在这个阶段失败的，这就是古人所总结的“行百里者半九十”。你不得不佩服古人的总结很到位，因为这是极其真实的。

好在，药时代已经结束，新的时代已经到来。

我称新的时代为“迎时代”。一是与吕迎杰有关，从今天开始，她也会进入一个新的征程，暑假里从家回到蓬莱专心备战各种目标。二是迎字取迎接新的开始、迎接新的挑战、迎接新的希望之意。我觉得迎时代这个名字很好，那这么好的一个时代，我们必须做一些让我们满意的事情。

好的，这没问题。

加油！