

北京的出租車司機，也許是世界上最愛問路的司機。

每次你上車，才說出目的地，還沒來得及關門，他就開始問你，走北四環還是大紅門橋，你說隨便，他就說，這可不能隨便。你說按照導航走，他又說導航不行，導航是哪兒堵就給你往哪兒引導。

這一切讓你無所適從，好像你才是開車的那個人。

就算是一公里的路程，北京出租車司機也能給你拿出五種方案，在把你的腦子攪成一團後，他又說，其實不用多想，直走就到了。他們像電影中那些方丈或大師，專門給主角出一些沒有答案的謎題。

在北京打過車的人，應該多多少少都被出租車司機盤問過。這常會讓人產生一種路在何方的焦慮。

我之前去北京玩，打車去故宮。上車後，司機給我提供了三條路線，然後問我怎麼選。我是一個外地人，還能怎麼選，茫然無措之際，只好點一根煙，才摸出打火機，司機就說，要抽煙就下去。我便只能望着窗外遙遠的白雲，幻想自己像鳥兒一樣自由。

我有一次問司機，為什麼你們總要問路。他說是為了免責，免得客人說他們繞路，在北京打車不便宜，客人會盯着計價器，如果不慎

# 最愛問路的司機

多走了十塊錢，有些客人就要報警。所以要提供兩三條路線，讓客人自行選擇，自己負責。

我說：“有些道理，但為什麼這三條路，你都說堵車，不能走。”他說：“今天拉了這麼多客人，就你的話最多。”

一個在北京從事金融行業的朋友告訴我，在北京打車，其實是一場對抗。司機一定會問你怎麼走，無論你選哪一條路，他都會反駁你。

“司機問你路線，是因為司機太無聊了，默不作聲開一天車，像一種酷刑。”朋友解釋道。他們要問路，最好是問出一點爭執，問出噴濺的口水與執拗地辯駁，這是他們存在的證明。



“司機給了你兩個選擇，那麼正確答案一定是第三個。”朋友說，“你選第一個，他就說那裏汽車扎堆或者在修路，然後將話題延伸到對市政工程的個人意見上去；你選第二個，他就說那裏外國人多，喜歡橫穿馬路，又開始給你分析地緣政治。”

我說：“如果我直接說出正確答案呢？”朋友說：“那你就是北京出租車行業的劣質客戶。”

所以，在北京打車之前，如果不想聊天，你就要想好，當司機問你過天通苑，還是過立湯路時，你應該如何精準而鬆弛地回答對方，並在分析路況與紅綠燈數量後，適時地拋出第三

個答案。你說，不走這幾條路，不如走立水橋東山路，那里不堵車。司機聽見，就會知道你想一個人靜一靜。

我問：“這個行爲，不應該被禁止嗎？”朋友說：“在北京開出租車很不容易，你理解一下。在北京開車，客人不是領導，就是某某科技公司的老闆，前腳剛送走一個投資人，後腳就上來一個製片人。晚上拉人去工人體育館，外面燈火璀璨，客人準備觥籌交錯，但這些都與你無關，你只能開車，所以只能問路。

“整天遇到一些達官顯貴，你想要一些平等，你還不是只能問路，直至問到客人啞口無言，你才可以說，不如我帶你走。你認識路，他不認識，在他面前，你好像就顯得不那麼卑微。”我說：“如果是這樣的話，換成我，我也問路。”

我總共在北京打了六次車，每次都會被司機問路。

最後一次，我打車去北京西站。那次我實在是太煩了，上車就說：“你開，你隨便開，開到哪裡是哪裡。”司機愣了一下，扭過頭說：“哥們兒，在北京打車是很難，心里有事，就跟我說。你可以下車抽根煙，或者喝口水壓一下。”然後就遞給我一瓶礦泉水。

現在那瓶水還在我家裏。

# 年終歲初：關於極簡生活的建議（下）

此時，身體素質不如年輕人，家庭壓力卻遠高於年輕人。

這個時候，學會極簡工作，保持良好心態，避免自我消耗，更好地應對中年危機。

設置優先級，分清任務主次

為什麼總是感覺工作內容繁多，自己拼盡全力卻無法完成。那是因為沒有抓住工作的重點，沒有辦法集中精力解決問題的關鍵。分出工作的優先級，優先解決重點問題。

每日提前做好計劃，自己掌控工作節奏

面對工作總是手足無措，不知到底從哪一頭做起。這是因為對於工作缺乏提前量。提前的計劃和安排，不僅會讓自己掌握工作節奏，也會讓工作的推進變得井然有序。

不把工作情緒帶到家里

工作上的情緒一定要在單位解決，而不是帶回到家里，惹得家人不痛快。及時調整自己的情緒，平衡好工作和生活。扮演好自己的角色，及時調整和轉換，才能讓生活和工作都順利美滿。

資深極簡主義者格林漢姆·希爾踐行多年極簡生活後說：我的空間很小，生活卻很大。擁有的更少，得到的卻更多。其實，每個人真正的需求，並不太多。

去繁就簡。 文章來源：有書



定期清理朋友圈

朋友不在多，而在于精。當我們在乎圈子的範圍的同時，也需要隨時注意圈子的優質性。

如果一段關係經常讓自己不舒服，那麼把不合適的人及時請出自己的生活，是非常有必要的。

不會定期為朋友圈清理灰塵的人，會因為一顆塵土的出現，荒廢整個人生。學會享受獨處，沉澱自己

我們經常說：“你和自己的關係，就是你和世界的關係。”

人之所以需要獨處，是為了進行內在的整合，放下對他人的一味討好，懂得善待自己。

一個人回歸到生活當中，享受這個過程的同時，讓自己不斷的向上走。

5.飲食極簡

人到中年，身體也沒有年輕時候“扛折騰”。

合理飲食，健康補身，成為了中年人最熱議的話題。

重要的不是自己愛吃什麼吃什麼，而

是什麼都吃一點。魚肉蛋奶，穀物果蔬，魚蝦搭配，才可營養均衡，提高身體機能。

克制慾望，飲食有度

飲食極簡，最重要的就是要克制慾望。尤其人到中年，如果放任自己，高油高鹽高糖，那身體早晚會亮紅燈。少食多餐，適度清淡，才是最健康的生活方式。

6.工作極簡

步入中年，事業也走到了一個關鍵期。

每次坐車在高架路上奔馳，往下看兩邊的樹木，我發現上面總是掛着藤蔓，很多樹木不是老死的，也不是病死的，而是被藤蔓纏繞致死的。我就會想：如果將人比作樹木，我們看到的只是那個人嗎？還是應該包括掛在他身上的隱形藤蔓？很多人活得不好，甚至短命，會不會就因為有太多牽腸掛肚的東西，把他需要的陽光完全遮擋？

所以，每個人早上醒來，都應該檢查身上隱形的藤蔓有沒有在夜里又偷偷長了許多。藤蔓人人有，剪不斷，理還亂。不過沒關係，一定要記得每天起床時，用左手在頭上抓一抓，無論有多少煩惱纏繞着自己，都留一塊地方，讓陽光照進來。

作者：劉 壩



## 隱形的藤蔓

莽撞入洞

學校大門前不遠處有一道一尺多寬的石砌引水道。水道從東向西，一直通到了遠處的一條小河水，是排臟水用的。那時我們並不認為水有多臟，只覺得常年不息的潺潺流水很好玩。後來煤礦開工了，要建煤場、堆積矸石，施工的人就把石砌的水道用水泥板蓋上。這樣，我們學校前面的一段水道還可以看見水流，再往西就消失在煤場和矸石山下面，成了一條漫長的地下水道。

有一天傍晚我們幾個人放學回家，背着書包走到水道旁時，一個同學指着它說：“敢不敢從這里鑽進去，再從那一邊鑽出來？”

我說：“這有什麼不敢！”

其他人一齊響應。不知是誰帶頭跳進了水道，我們也就排成一行，四肢伏地，像穿山甲那樣在黑洞里往前移動。

窄窄的地下水道剛剛能容下一個人的身體，我們進去後才知道前行有多艱難：既無法回頭，也不能抬頭，只能一點一點往前挪動。頭頂的水泥板有的斷裂了，我們往下弓着身子，要使勁貼緊地面才能鑽過去。爬行了半個多小時，一直都在黑暗中，沒有一點亮光。我們開始後悔、害怕和沮喪。如果從這里退回去，那將有更大的困難：後退比前進要難上許多倍。

我的脖子疼得要命，很想抬頭喘一口氣，蹲下來歇一會兒。可是沒法抬頭，更不能蹲下。想吸一口清新的空氣更是不可能，越是往前越是臭氣熏天。我的頭一陣脹疼，在心里詛咒那個提議者。但我已經沒有力氣罵出來，只有屏氣往前挪動。

我前邊有一個人，我問他看沒看到光亮，他喘着氣說沒有。我這才想起從學校到河岸不知有多遠呢，也就是說，我們以這樣的速度，很可能要爬上大半天。天哪，這將是一次多么可怕的穿越！

恐懼來襲

然而反悔已經太晚，沒有辦法，只得往前。腳下和手下有時能觸到尖利的瓷片、玻璃之類，被割傷是難免的。但沒有一個人叫苦，沒有一個人喊疼。好幾次實在忍不住，要昂頭伸展一下脖頸，卻被碰起一個大包。即便這樣也沒

有人喊出來。這時候人人心上都壓了一個沉重的問號：什麼時候才能出去？每個人都被恐懼和憂慮攪住了。

假使前邊有一塊水泥板塌下來，我們的通路被攔腰截斷，那將怎樣？那就不管願意不願意，也必須花上雙倍力氣倒爬回去——說不定剛爬了半截力氣就使盡了。

我聽到有人輕輕抽泣。不知是誰喊：“不準哭！”抽泣聲收了回去。

我這時想起了母親，想起了我們的小泥屋。母親在等我回去呢。太陽一定早就落山了，全家人都在盼着，可就是不知道我們正在一條

又黑又長的地洞里蠕動。我太累了，而且嗓子緊得喘不過氣來。我們爬行的速度越來越慢。更可怕的是伸手不見五指的水道里偶爾有什麼滑溜溜的東西鑽過——我的腦海中閃過一道影子，立刻想到了蛇。我的心咚咚跳起來。這時候如果有一條蛇從腹下鑽過，那該多么可怕。不知怎的，我總覺得有一條蛇或更多的蛇擠成一個球，待在水道的某個角落里。

我把呼吸放得輕輕的，生怕驚動了蛇。我的頭頂到了前邊的同學，他身上的熱氣驅除了我的恐懼。我一伸腿又碰到了後邊的同學，他的一聲“哎喲”頓時讓我壯起了膽子。絕境爬行

前前後後的同學，他們在想什麼？我手腳麻木，已經完全是在機械地挪動。誰也不知爬到了哪里，前邊還有多遠，而我清清楚楚知道的，就是身上有一座煤山或矸石山。大山的重量壓在我們之上。頭頂只有一片薄薄的屏障，我們隨時都可能被壓得粉碎。

就在我緊緊咬着牙關的時候，身後的一個同學突然“哇”的一聲大哭起來。他的聲音好像某種信號，讓我不再移動。前邊的同學也停住了。“哇哇”的哭聲令人揪心。在這令人絕望的

地下，他哭着。沒有人阻止他，因為誰都想這樣哭。我把牙齒咬出了聲音，流出了淚水——好在黑暗中只聽見聲音，看不見淚水。

哭聲停止了。它的停止就像開始一樣突然。一點聲音都沒有了。

大家又開始爬行。可是並沒有移動多遠，前面的同學竟然不動了。我推他，沒有反應。我的腦袋嗡嗡響。如果前邊的同學昏過去，那就糟透了。我一遍遍推，喊，他總算動了一下。

沒有辦法，等待吧。不知停了多長時間，前邊的人才往前挪動了幾寸。接下來，他的動作慢極了，簡直是一寸一寸地往前移。當他終於挪

開了一段，我才明白，原來那里有一個半塌的關卡，上面巨大的煤矸石壓下來，水道只剩下很小的一點空隙。他剛纔正在用盡一切辦法通過，把淤積的泥沙和瓷片一點一點扒開，撲下身子往前挪動、掙扎，這才掙出了這個半死的狹口。輪到我了，又是一場拼博，手、膝蓋和脊背都破了。

從那個最狹窄、最艱難的地方鑽出後，我加快動作，想追上前面的同學。沒有一點聲音，聽不見聲息，他離得遠了。這給了我勇氣和力量。我用手肘貼住地上尖利的瓷片，不再懼怕。我不擔心後面的人，知道他們無論怎樣都得對付這個關卡，因為沒有退路。果然，後邊的幾個人也像我一樣，都過來了。

終於聽到了前邊的聲音，我追上了他。我們用咳嗽聲保持聯繫，互相鼓勵。

又爬了一會兒，我聽到了後邊傳來的吭吭聲。呼氣、咳嗽、大口喘息，響成一片。沒有一個人甘心落後，沒有一個人願意被遺落在黑

暗中。

前邊的同學最早發現了那個像豆子一樣大的光亮。那是我們的出口，我們的希望！儘管我們離那兒還十分遙遠，但已經讓人激動得哭出來，讓人張大嘴巴“啊啊”叫。

大約又用了一個小時，我們一個個鑽出了水道。

眼前是平靜的小河，它向大海流去。在這條河流面前，我們這一幫滿臉污垢、渾身泥臭、身上掛滿血口的可憐蟲，一聲不吭地默坐了一會兒。

河水平穩地流動，水面上映出了黑色的天空和燦爛的星月。我們幾個人一句話也不說，相互都沒有看一眼。一會兒響起“撲通”一聲，是一條魚打破了寂靜。沒有風，河岸邊的蘆葦一動不動，也沒有一只野物出沒和鳴叫。我們望望天空，月亮是那么亮，四周的星星像火把一樣排成一串，劇烈燃燒。我好像是第一次看到這么明亮星星和月亮，看到銀河里那些劇烈燃燒的火焰。

我們在河岸上站成一溜，默不作聲。這樣足有十幾分鐘，才不約而同地沿着河堤向南走去。我們要沿着河堤一直走上很遠，踏上歸途。

作者：張博

