



久聆管院

主编：张霞
赵凤利
副主编：朱晓婷
阎芃序
邱浩
张弦
执行主编：高慧丽

中华女子学院2015年暑期社会实践出征仪式顺利举行

为深入贯彻落实团中央、北京团市委指导精神，深化学校创新实践教育管理理念，培养学生爱国创新、勇攀高峰的精神风貌，推动社会实践活动有序开展，2015年6月23日，校团委在教图楼313教室举办了中华女子学院2015年暑期社会实践出征仪式。校团委书记张瑞芝，财务处、各二级学院（系部）团总支书记及30个校级重点团队带队老师、团队负责人参加出征仪式。

校团委老师介绍了2015年暑期社会实践活动的基本情况并就暑期社会实践活动流程和相关注意事项作了说明，财务处老师对同学们实践期间的经费报销问题作了解释，针对现场同学的提问给予了详细解答。最后，张瑞芝为实践团队代表授旗，宣布2015年暑期社会实践活动正式开始。同学们纷纷表示，将积极准备，踊跃实践，以最饱满的热情圆满完成本次暑期社会实践活动。



管院团队赴杭州暑期社会调查

文/刘晶、马岚



2015年暑假，经过近一个月的准备和研究，我们这支暑期社会实践团对杭州大学生创业情况进行了为期5天的调查，主要调查地点在浙江大学和浙江科技园。就业是民生之本，创业是就业之源。大学生就业难的问题已存在多年，更多的大学生在严峻的就业形势下选择自主创业，这既是经济发展的必然规律，也是就业压力下大壁人力资本优势的最好体现。而杭州作为出现了马云这样的创业先锋的一个地方，很快成为了创业的高产区，而我们研究的是创业，所以杭州就成为了我们研究的重点。

“吾尝终日不食，终夜不寝，以思，无益，不如学也。”这是论语中的一句话，说的是一人整夜不食不寝去思考钻研一个问题，没有什么好处，不如亲自去学习研究。实践的过程是每个人都要经历的必经之路，在这个路上，你不再是个孩子，在锻炼，在成长，跌跌撞撞，且歌且行。青春的光阴留给我们更多的是奋进的号角与激昂的乐谱，也许每天拖着疲惫不堪的身子回来，也许每天都要为了完成当天的任务而焦头烂额，也许每天都要为了收集资料而在烈日下奔波，但我们的内心是快乐和满足的。

我们实践，我们快乐。作为实践，这样的一项活动，也必须有其流程经营。从开始的确定主题，到队员的选拔从而组建一个团队再到实践的开始，分工，任务的布置以及实施，这个过程都充满了艰辛与不易。团队的建设不仅仅是简单的五个人组合起来，而是大家要有个共同的目标并为之努力。还记得第一天大家就为了提高团队工作效率方案的讨论争论不休，不论每天在外采访队员被烈日晒伤，汗珠滴落早已浸湿全身的队服，更不论每晚写报告，写日志，总结全天，为明日准备到深夜。每天的采访，吃饭，采访，总结，休息，成为了我们的主线，每天奔波于杭州市大学生创业园，我们询问着，调查着，目的只是完成实践，真正去了解大学生创业的现状，同时也在这个实践的过程中也得到成长。只因为我们知道，孵化梦想，需要汗水与坚强的臂膀，我们付出，我们收获，我们快乐。

在对大学生创业情况的调查实践中，我们感受到了大学生创业的不易，看到了他们对事业的坚持。经过我们的采访，了解到了一些成功创业者的创业历程，有艰辛，有迷茫，但更多的却是坚持与不放弃。或许，我们的实践不能反映每个大学生，但是我们每个人都希望，我们的实践能够受到更多人的关注，让更多人注意到现在大学生创业的现状。

实践活动结束了，每个人都在思考着这几天发生在我们身上的全部。少了些青春的张狂，多了些青春的踏实，少了些青春的迷茫，多了些青春的奋斗。在这个实践的过程中，我们渐渐明白了什么是奋斗，什么是团结，如何才能让一个团队齐心协力。这样的实践，这样的我们，都将成为青春中一份珍贵的记忆。

北京田径世锦赛开幕式侧记：鸟巢起跑 乘梦飞翔

来源：人民日报



8月22日，旗手手持国际田联各参赛协会会员协会旗帜入场。当日，北京田径世锦赛开幕式在北京国家体育场“鸟巢”举行。

7年前，这个燃烧着奥运圣火的赛场，见证了波尔特的“恐怖”冲刺和伊辛巴耶娃的神奇一跃。从8月22日起的9天时间，这里又将成为奇迹与传奇的诞生之地。

与7年前相比，如今的“鸟巢”已有些许不同：近4个月时间里，“鸟巢”共完成了100余项赛场硬件设施的升级改造，并取得了国际田联一级赛场认证；虽然首日比赛只有两枚金牌在“鸟巢”产生，现场上座率依然保持在八成以上，据组委会透露，本届世锦赛的57万张门票已经基本售罄。

北京奥运会不止留下一座体育场，更涵养了国人对田径运动的浓厚兴趣。如今，“鸟巢”以北的奥林匹克森林公园，早已是万千跑者心中的圣地。马拉松成为城市名片，跑步融入生活常态，有形或无形的跑道在无数普通人脚下铺展延伸。

22日，在“鸟巢”中央的草坪上，又有一条跑道在开幕式上倏忽铺就，数十名青年纵情奔跑，演绎出活力奔放的“激情赛场”。“绿色”与“人文”的奥运理念也在世锦赛开幕式得到延续。绿色基调贯穿开幕式始终，田野、青草、大树寓意着人类在体育运动中的生命力来自于世间万物。在表演中，京味童谣朗朗上口，结合燕子、沙燕风筝、京剧脸谱于一体的吉祥物“燕儿”颇有人缘，抽象概念的祈年殿、玉带桥、烽火台也依次登场。

1000多名演员，与现场观众一起“乘梦飞翔”，9团白色气球组成的云朵上下浮动，与北京的蓝天格外相称。国际田联200多个会员协会的旗帜迎风招展，没有哪一个世界单项赛事能迎来这样的齐聚。“鸟巢”之中，关于田径的梦想正在慢慢织就。

45分钟之后，开幕式画上休止符。接下来，这里将成为运动员表演的舞台。

外媒盛赞北京联合张家口申奥成功

来源：中国日报网



当地时间2015年7月31日，马来西亚吉隆坡，国际奥委会第128次全会投票决定，北京成为2022年冬奥会和冬残奥会举办城市。这也使得北京成为奥运史上第一个承办过夏季奥运会后，又将承办冬季奥运会的城市。

中国日报网7月31日综合（信莲）7月31日，在马来西亚吉隆坡举行的国际奥委会第128次全会投票决定，北京成为2022年冬奥会和冬残奥会举办城市。在北京申奥成功的消息传出后，众多国际主流媒体于第一时间进行了报道。他们盛赞国际奥委会选择北京是“明智之举”，并纷纷撰文称，作为奥运史上第一个先后承办夏季与冬季奥运会的城市，国际奥委会的选择可以说是北京乃至中国投出的重要“信任票”。

美国有线电视新闻网（CNN）第一时间发布了北京联合张家口申办冬季奥运会成功的消息。CNN评论称，作为承办过2008年夏季奥林匹克运动会的城市，北京已经证明了自己作为一个成功东道主的能力。对国际奥委会来说，选择北京堪称明智之举，因为北京本来就是非常受欢迎的旅游目的地，且又拥有能够举办大型活动的基础设施。此次北京联合张家口申奥成功，也令北京成为了奥运史上第一座举办过夏季奥运会，又将迎来冬季奥运会的城市。

英国广播电视公司（BBC）发表文章称，中国首都北京即将成为奥运史上第一个先后承办过夏季与冬季奥运会的城市。不仅如此，距离北京118英里的张家口也将承办一部分的比赛，考虑到2008年的成功经验，北京成功赢得国际奥委会的青睐可以说不足为奇。

路透社撰文认为，国际奥委会在阿拉木图与中国北京之间选择了后者，足以证明他们对中国此前的承办经验、中国的经济实力与组织能力的认可。很显然，鉴于2008年的成功，选择北京是最为稳妥的。

美联社则撰文称，在国际奥委会的眼中，北京俨然已经是一届安全、可靠的奥运会的“代名词”。不仅如此，对于中国而言，在北京承办奥运会也意味着巨大的商机。北京所在的中国北方拥有超过3亿人口，足以借助冬奥会开辟出一个新的冬季运动市场。

美国《纽约时报》网站也于第一时间关注了北京联合张家口申办冬奥会成功的消息。《纽约时报》表示，尽管包括美国在内的许多国家都有过成功申办冬季与夏季奥运会的经验，但像北京这样一个城市先后承办冬季与夏季奥运会的，却是此前从未有过。在北京申奥成功之前，还没有哪个城市能够说服国际奥委会，证明自己可以同时具备举办冬夏两季奥运会所需要的基础设施、财政资源和气候条件。考虑到这一点，北京最后能够胜出实属不易。

阅兵村女兵持枪排练英姿飒爽

来源：人民网



近日，记者走进阅兵村采访。在这个以男性为主、阳刚味十足的群体中，女兵的飒爽身影让阅兵场显得更为温馨和谐。

在9月3日纪念抗战胜利70周年阅兵式上，三军仪仗队方队将在11个徒步方队中首个出场，女仪仗队员将首次亮相阅兵场。此外，联合军乐团中，也首次出现女性副指挥和女乐手。

在阅兵村，记者见到了正在进行单排面训练的女仪仗兵，陆海空三军女仪仗兵身着裙装礼服，手握95式步枪，齐刷刷的动作非常抢眼。

据介绍，51名三军仪仗队女兵将走过天安门。在阅兵训练现场，有62名队员正在进行最后阶段的训练，她们中有11名队员将作为预备队员。三军仪仗队女兵中队中队长程诚，中尉军衔，是我国首批女仪仗队员。她当兵11年，荣立过一等功，被全国妇联授予“三八”红旗手荣誉称号。身高1.75米、端庄美丽的她在接受记者采访时坦率而自信，很有亲和力。

“女兵的训练与男兵执行同样的标准。”程诚介绍说。据了解，阅兵训练中，徒步方队要求达到站立2小时不动，正步行进200米、齐步行进1000米动作不变形的目标。“与男兵相比，女兵最大的问题是体能差。相比司礼任务，参加阅兵我们要端着6.5斤重的步枪，进一步增加了对体能的要求。体能差距给我们造成的困扰就是站不稳、走不齐，刚开始训练时，这个差距特别明显。”程诚坦言，经过两个月的苦练，女兵的体能已经有质的飞跃，差距明显缩小，与男兵同一个标准，已经完全不是问题。

为了更好地体现东方女性的美，三军仪仗队女兵可以化淡妆，这也是女兵的“特权”，符合军队条令条例的要求。阅兵训练，要经历艳阳高照的三伏酷暑天，皮肤备受煎熬，这对爱美的女兵来说也是很大的挑战。记者在现场看到，女兵们黝黑的皮肤下，是一张张端庄秀美的脸庞，透着军人特有的威严和自信。

近年，随着解放军装备信息化程度的增强，军队的岗位对体力的要求大幅降低，科技含量提升，女性细心和耐力好的优点为军营所欢迎，越来越多的女性进入部队服役，建功军营。女歼击机飞行员、女仪仗兵、女子导弹连、女子特战连、女子两栖侦察队等新型女兵接连出现在解放军各军兵种中，而航母辽宁舰从入列当日起，就诞生了首批女舰员。

2014年5月12日，三军仪仗队的首批13名女队员手持礼宾枪参加了欢迎土库曼斯坦总统库尔班古力·别尔德穆哈梅多夫的欢迎仪式，接受了中土两国领导人的检阅。这是三军仪仗队女兵首次亮相。女队员们在司礼任务中的良好表现，备受关注，广受好评。

三军仪仗队和解放军军乐团，作为国家的礼仪部队，承担着重大庆典、重大会议、迎送国宾等场合的司礼任务，被称为国家的“名片”。如今，这张“国家名片”上印上女性身影后，变的更加国际化，更加完美。国家礼仪，也因为女性的加入而进步。

冬日暖阳

忽然开始害怕回家，害怕一个人守着那偌大的屋子。宁愿一个人坐在办公室埋头工作。

曾经以为自己很强大，以为自己一个人什么都可以。可是孤独却逐渐开始侵蚀着脆弱的灵魂。也曾以为自己真的习惯了这种日子，也曾很享受这种孤独的时光，可如今为何会如此不安呢？

窗外雾蒙蒙一片，思绪仿佛还停留在刚刚踏上那片土地的那一天。现实，凛冽的寒风告诉我，已是深冬。时光飞逝，十二个月就这样悄然消逝了。不知为何，今年的冬天感觉格外的寒冷，格外的凄凉，这几天，很暖，不见天空飘雪。圣诞节平安夜，狂欢夜期待下雪的日子没有下雪。原本可以很美好、浪漫的节日，却只能空留遗憾。虽说节日年年都会有，可今年却没有了去年所期待的模样？

人们总说给别人一个机会也是给自己一个机会，可是当你失败过一次后，就再也找不到勇气，全身心的重来一次。或许你们也一样，因为爱真的需要勇气。看着身边那么多悲欢离合的故事，对爱情、对婚姻，产生了由衷的恐惧。你问我，为什么会有那么多的假如，为什么总也假如不了一个完美的结局。

我是真的不知道为何，或许潜意识里，我就是这样一个这样的人吧。要求越多，希望越多，往往失望也就越多。与其等待失望过后的空白，不如不抱任何希望，就这样任自己流落在寂寥的河流里。也曾期许着姹紫嫣红的花事，可一路行来，我发现总是事与愿违。并非不懂得珍惜，只是有些缘分注定了长短，来时如露，去时如电，守不住的终是刹那芳华。碌碌红尘中，每天都有相逢，每一天都有别散，萍水相逢随即转身不是过错，刻骨相爱地老天荒亦非完美。人生又怎能一如初见时呢？

去年前的那个圣诞仍记忆犹新，不知为何，最近又变得感伤起来。我知道，实属不该。像朋友说的一样，末日都已经过去了，还有什么可以悲伤的呢？一切过去的过不去的终会过去。末日之后的重生，我们都要努力的活着。

新的一年也即将到来，相信这个寒冷的冬日也将很快会过去。盼不到的冬日暖阳也终究会来。而悲伤的雨季亦是们成长的阶梯。

如人饮水

一个人的幸福，一定是只有自己才懂的快乐。不要跟自己过不去，不要纠结于别人的评说，照着自己舒服的感觉生活。幸福如人饮水，冷暖自知，你的幸福，不在别人眼里，而在自己心里。若爱，请深爱；如弃，请彻底。人生最遗憾的莫过于轻易地放弃了不该放弃的，固执地坚持了不该坚持的。

我们这一生，总在不断地丢弃：面对挫败，我们失去了勇气；置身迷惘，我们淡漠了激情；迫于生计，我们坍塌了脊梁。慢慢地，我们丢弃了自己，迷失在陌路的丛林中。历经千回百转之后，我们开始寻找一种叫做“自我”的东西，可又有多少人能真正找到呢？人生最快慰的事，就是重逢曾经的自己。

不去抱怨，不浮躁，不害怕孤单，世界上没有绝对的公平，公平只在一个点上。心中平，社会才会平。学会给别人机会。名次和荣誉，就像天上的云，不能躺进去，躺下去就跌下来了。不要为任何人改变，改变只因为你想。没有人值得你为他改变，在意你的人，他们会接受你原本的样子。有些人，是有很多机会相见的，却总找借口推脱，想见的时候已经没机会了。有些事是有很多机会去做的，却一天一天推迟，想做的时候却发现没机会了。有些爱给了你很多机会，却不在意、不在乎，想重视的时候已经没机会爱了。人生有时候，总是很讽刺。一转身可能就是一世。你想的越多，遇到的麻烦就会越多，反倒是什么都不想了，就一点麻烦没有。你怕的越多，欺负你的人就越多，反倒是什么都不怕了，就没人敢欺负你了。这世界总是这样，你人品好，别人都来占你的便宜。你横一点，反倒是人人都来讨好你。

若我而言，宁可倾向于平淡。强劲持久的兴奋，总是会产生负面效应。人生，其实也是这个道理。浓是一种生存方式，淡也是一种生存方式。两者，因人而异，是不能简单地以是或非来判断的，我呢，觉得淡一点，于身心似乎更有益。

学会微笑，不要艳羡他人，人活得更洒脱，也会有纠结；路走得再顺畅，也会有颠簸；缘看得再淡然，也会有不舍。人活一世，不可能什么

都如愿；聚散悲欢，不可能谁都留在身边。所谓知足者常乐，没心没肺，才能活得不累。做个善良的女子，心无怨恨，便是美丽，心存宽恕，便是圣洁；做个坚韧的女子，你不是某人的附庸和点缀，更不是某个空间里装饰的花瓶；做个奋斗的女子，走在路上的女人最迷人，有追求目标的女人最动人。

喜欢淡淡的生活。就让这一份淡淡水永远陪着我，不管外面的风风雨雨，惊涛骇浪。不管世事变幻沧海桑田。永远就这样平平静静的生活，平平安安地做事，平平淡淡的做人，不奢望流芳溢彩，不奢望艳夺人，给生活以一丝坦然，给生命一份真实，给自己一份感激，给他人一份宽容。

人最大的不幸，就是不知道自己是幸福的，对于所拥有的一切，都视之为理所当然，然后拼命向外寻找幸福。所以上天为了使我们看见幸福的能力，就经常会安排各种失去的课程，藉由失去，让我们看见自己曾经拥有的幸福。可是，很多东西一旦失去就永远找不回来了，与其缅怀幸福，不如当幸福在手时好好珍惜。

那些

你说人生有两大杀手：走弯路和爱错人。我想起那个著名的第五个饼的故事。

有人吃到第五个饼的时候饱了，于是说早知道前面的四个饼不吃就好了。聪慧如你，在听到这样老掉牙的笑话的时候，大概连笑脸都懒得赏一个。可没发现你的这句名言，其实和吃饼的人大同小异。

早知道不做前面的那份工作就好了。早知道不爱前面的那个人就好了。人生最轻松也最沉重的三个字，大概是“早知道”。当你嘴角挂着一抹自嘲的微笑吐出这三个字，我感觉不到一丝事后诸葛亮式的自作聪明，因为你的语气分明是苦涩的——早知道，意味着太晚才知道。早知道就不该犯的两个错误，你却都犯了。其实这也没什么稀奇，这世上百分之九十九的人大抵都如此。走一点弯路，爱个烂人，这本是必不可少的成长轨迹。不遵循这个轨迹的人，要么太多幸运，要么太少自由。

能够看着你一步步脱胎换骨的人亦是幸运的，而我碰巧就是那个幸运的人。二十八岁的你和十八岁的时候相比，区别绝不仅仅是多去过几个旅游胜地，或多认识了几个衣服牌子。当我来到聚会地点，看到的是已经提前抵达的你构成餐厅悦目的一景，然后，你也发现了，我，“啪”的一声合上笔记本电脑的屏幕，对我绽放出璀璨的笑容。我猜你是否知道，连那一刻的阳光都因你而变得质感了起来。

之前的你可不是这样。你还记得大学毕业的时候，我陪着你去参加招聘会，不自信的你逡巡了整个上午，才囫圇着递出一份简历；你还记得二十五岁的那个深夜，我帮你把行李从负心汉的公寓里搬出来，你抱着我在街头放声痛哭；你还记得，在我们都还很年轻的时候，我们拥有很多又很肤浅的爱，但彼时我们并不知道什么是珍惜和疼痛，只知道狠狠地刺向阿修罗的刀。当然，亲爱的，无论哪一个你都拥有我的友爱。只是那个你最希望你爱的人，只怕非得站在所有那些“早知道”的尽头等你不可。那些通往他的弯路和错爱，沿途铺成一条红毯，染红它的，是你如人鱼女儿一样脚踩着刀刃的疼痛。但没有一滴血是可以不必流的。你知道为什么吗？因为要到你准备好了的那一刻，他才恰巧也准备好。在那之前，他有他的刀刃要踩，也有他的鲜血要流，命运安排你们在这一分一秒这个际遇，才能变成对的时间、对的地点和对的人。

至于工作，更是如此。如果没有第一份工作的无聊和庸常，又怎会有你置之死地而后生的奋起和崛起；如果没有第二份工作的困扰忧思，又怎会有你如今的果敢英明；如果没有有，那些曾经难缠到你伏案大哭的上司和客户，又怎会有你今天泰山压于顶而色不变的从容。你淡淡地告诉我，没有一杯咖啡加一支烟过不去的事。

十年时间，那些令你遗憾的弯路和错爱，像时光毫不留情却暗藏疼惜的雕刻刀，将你一点点雕塑成今日的样子。在特别脆弱的时刻，你也会将“我老了”这样的话挂在嘴边，但其实我们都知道了，那只是因为累了。待这个世界给你一点点时间，一点点空间，一点点故作遗忘的留白，你又会焕然一新地站在它的面前，像游戏里的战士满血复活。最让我感觉到有像你这样的一个人的朋友而骄傲的时刻，是看你在每一次猝不及防的打击面前，在最初的错愕过去之后，一点点地，慢

慢地却是坚决地，挺直脊背。你这样的一个女人，已经坚强到足以温暖，坚硬到足以柔软。

说了这些，其实何尝不是因为你就像一面镜子，照出的是我自己的悲欢和经历。我们手拉着手站在岁月里，有时也放开手去顺应彼此的沉浮，但归根结底，是为了在洒满阳光的海面上重逢。那些走过的弯路和爱过的烂人，其实我从未想过虚伪地去感谢它们的存在。虚伪是一种自虐，正如无止境地悔不当初。我更加相信它们更像我们脸上的痣和心口的疤。无论我们愿或不愿，它们就在那里，在每一次照镜子的时候，提醒我们过去的存在；在每一道喜悦或悲伤流过我们心上的时候，改变它们的流速，让我们感觉到我们所能感觉到的。

因为它们，我们才是我们。

微笑向暖

喜欢这样的感觉，淡淡的，梦一般恬静，水一般安静。喜欢这样的日子，素雅洁净，于浅笑安然里执一缕墨香，聆听陌上花开的声音，那些牵牵念念，也便穿过红尘岁月，温软一怀恬淡。倚窗而立，临风远眺，凝眸间，总有一些情愫隐隐约约，总有一些沧桑，滑过指间流年，渐行渐远成笑靥中的落花。

习惯了在记忆深处，捡拾大大小小似曾相识的过往，哭过的，笑过的，早已渗入骨髓。常常不自觉地想，今生遇见的人，遇见的事，是不是冥冥中早已注定？人生原本就该有很多的磨难，只是，没有什么伤痛值得我们倾尽一生去背负。哭过了，才更懂得笑容的灿烂；失去了，才更懂得什么叫珍惜。

喜欢在云淡风轻的日子里，悄悄背上行李去旅行。生活中，可以没有荣华富贵，但可以没有清风、暖阳。人生中，可以没有扶摇直上，但可以没有快乐和守望。一杯茶，一片叶，一朵云，不奢侈，却足以让心宁静。将这个喧嚣的世界推到远方，暂且放下脑中的烦忧，给心灵一个休憩的窒间，让快乐随心所欲的去流浪。常常幻想绿水青山间，有一处小屋，有一条小溪，有那茂密的花丛，心累了，就在那里小憩。

其实，不是没有伤，也不是没有痛，或许经历得太多，心，才渐渐学会了坚强。把一切无法遗忘的交给时间去淡忘，把一切不能卸下的交给风去抚慰，遮盖忧伤，浅笑流年，只想让快乐多一些，只想让美好浓一些。因为一直相信，明媚着，便是快乐，快乐着，便是美好。

生命如歌，起伏跌宕，声起声落，我们每个人都是歌者；生命如茶，或浓或淡，或苦或甜，需要我们用心去品尝。记住该记住的，忘记该忘记的，改变能改变的，接受不能接受的，也许，我们无法把握未来，但我们却可以左右现在。万千世界，只做自己，我自安然。素色流年里，不需刻意，不需掩饰，指尖温婉一份岁月静好。拈一指流年，守一份安然，心，永远微笑向暖。

世上独一无二的你

人生是一场孤旅。你就是你，世上再没有第二个，就好比世界上没有完全相同的两片树叶。

世上只有相似的人，没有完全相同的人。每个人都是独一无二的。无论是走在人群中，还是只身站在旷野里，你都要承担起只有你才有的一切。别人无法完全和你分担或分享。不要依赖，更不要祈求太多，因为即使是你的影子，也会消失在黑暗中。除了你，没人能走完你想走的路。

对于每一个人来说，从生命开始孕育的那一刻起，就已经进行了优胜劣汰的殊死斗争，所以，我们每个人都是与生俱来的冠军。对于活着的人而言，胜利就蕴藏在你自己身上，每个人都是完美的。也许你并非是世界之最，但你可以根据自己的条件，按照自己应有的才能来谱写你自己人生的价值。或许你并不超凡出众，但你完全可以去做一个最好的你。

看过这样一段话“生活对于任何人都非易事，我们必须有坚韧不拔的精神。最要紧的还是我们对自己要有信心。我们必须相信，我们对于每一件事都具有天赋的才能，并且无论付出任何代价，都要把这件事完成。”当事情结束的时候，你要能够问心无愧地说：“我已经尽我所能了”。

地上本没有繁华热闹的大都市，是人们经历的多少酸甜苦辣和辛勤汗水建造的结果。

安曼的落日 | 背包里的婚纱

来源：黑天鹅图书

七山之城安曼



约旦的首都安曼，被称作七山之城，城市的最中心正是安曼城的发源地——宫殿山。

山不在高，却是已俯瞰全城，一座座土黄色的房子像火柴盒一样以同样的姿态铺展在眼前，此起彼伏，将你紧紧包围。而山上有几根酷似圆明园里的立柱，它们似乎在苍凉地展示着这里曾是阿巴斯 - 阿蒙王国的首都，历史最早可追溯至公元前 11 世纪。在这里，我们爬上一棵歪脖子树，静静地看着树下野餐的情侣在偶尔低语，无忧无虑的孩童追逐着放风筝，单身的背包客把书垫在脑后躺在古老的岩石上打盹儿，偶尔也有游人上来摆个经典的剪刀手然后满足地闪人……

那时，我们第一次深切地感受到，坐在树上看风景，就这么眼睁睁地看着时间缓缓流过，是世界上最奢侈的事情。

安曼的宫殿山



时间，如果你觉得应该花在开会、发邮件、做 PPT 上，那么这样安静地待着就是种极大的浪费。反之，如果你觉得就应该这样无所事事地度过，那么内心的这份安宁就是最珍贵的。显然，这两个上一周还被无休止的加班困扰的家伙，这一刻，满足极了。

或许是这样的无所事事让我们着了迷，第二天日落之前，我们又想上山了。事实上，宫殿山下午 5 点就要清场关门，而那时的太阳还高高挂着，离日落时分至少还有两个小时，这可怎么办呢？

于是，我们想到了昨天小男孩的指引，如果可以找到原路，那么就可以不从正门进入而偷偷留在山上了。

为了这绝无仅有的落日，我们决定冒险一次。

弯弯曲曲的山路、层叠的民居会毫无预期地挡在你眼前，除了知道个大方向外，昨天的路早就不知去哪儿了，我们只好硬着头皮走。当我们对着一面铁丝网正在犹豫要不要翻过去时，居然遇见了两个日本哥们儿。他们也为落日而来，看上去内敛斯文，却不假思索地翻过了铁丝网。还等什么，我们也翻吧！

就这样提心吊胆地爬到山顶，太阳还在散发着余热。不久后，它将把整个城市笼罩在金黄色之下，这是安曼城最幸福的时刻。



河马先森找到最佳位置，架好机器，准备迎接这壮丽的时刻，而我呢——给他放哨！

果然，一位保安大叔走了过来，躲是来不及了，我只好拿出女孩的“撒手锏”——卖萌加撒娇。

“对不起，我们要关门了，你们不能在这里久留了。”没想到大叔外表粗犷，说起话来还挺温柔。

“但是我们非常非常想看看这里的日落，我们觉得这里太美了，能否多给我们十五分钟呢？”

“但我们要关门了呀。”大叔犹豫了起来，看来有的聊。

“拜托拜托，我们十分喜欢安曼，觉得这里的落日是世界上最美的。我们第一次来这里，实在舍不得，麻烦您多给点儿时间，不要让我们留下遗憾。”这话虽然有拍马屁之嫌，但我也真的是觉得不能辜负这里的落日。

“好吧，好吧，就十五分钟哦。”也许是被我感染了，大叔居然同意了。

这是安曼人给我的第二印象，他们虽然不富裕，但宽容豁达，很多事情不那么计较，特别是对喜爱他们国家的外国人十分照顾。

得到了他们的允许，我们也大胆起来，各个角度、各个景致都不放过。坐在最高的岩石上，看太阳一点点往下沉，从耀眼夺目到红彤彤的温柔，远处的民居一层一层渐次染上金灿灿的颜色，仿佛仙女的双手打开阳光的魔盒，世界都安静了。



不知道有多少次，日出日落就在身边，却从未曾留意。记得有一次，从北京国贸的某一栋摩天大楼开会出来，心事重重地提着沉重的电脑，走上过街天桥，不用看也知道脚下的车川流不息。长年的培训让我低着头走得飞快，却在不经意间扭头瞥见那天夺目的夕阳，正暖洋洋地照在那条永远在赶时间的大街上、每个人麻木的脸上，仿佛在微笑着俯视这些忙碌的蚂蚁们，默默无言。

那时，我多想就此停下来，好好看看这夕阳，享受哪怕一刻的闲暇。可是，后面的饭局就要迟到了，明天的方案还没交，后天的聚会还没来得及准备礼物，我怎么能停下来呢？于是，就这样无数次地擦肩而过，无数次地视若无睹。

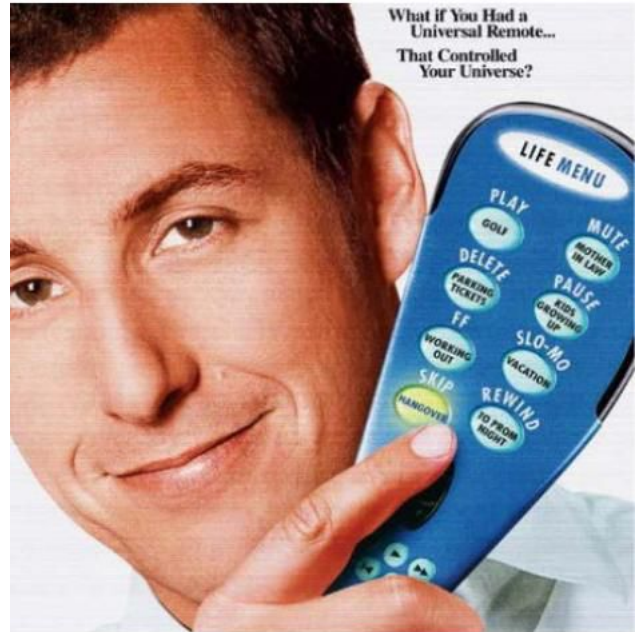
而在这里，我们跋山涉水求爷爷告奶奶，只为这一抹的心动。有时，都忍不住要笑话自己，这是何苦来？落日每天都会出现，只是地点和看日落的人不一样罢了。而最关键的，还是有一颗让自己为这平凡而感动的心。

话说，我们后来一起在很多很多地方看过日落，埃塞俄比亚的小镇山丘、肯尼亚的大草原、老挝的湄公河……从厌倦，看日落更像是一场安静的仪式，能让我们彻底放松下来，感叹身在异乡却能共享这场盛世的奇妙。

也许，正是从旅行的第一场日落开始，就注定了这一切。

电影推荐

《神奇遥控器》
情感内核：亲情



当初我在看这部《神奇遥控器》的时候，没有提前看过任何介绍和影评，因为当时我很喜欢亚当桑德勒，《初恋五十次》《别惹左汉》《最长的一码》《愤怒管理》《我盛大的同志婚礼》都不既有趣又不乏内涵的好片，亚当的表演是类似周星驰那样的冷面派，他面无表情的做各种无稽的事情，配角绿叶负责更多的搞笑戏份。

我下了亚当桑德勒全集，最后看的，就是《神奇遥控器》。

推荐影片从不剧透是我为人处事的宗旨，所以这部电影，包括我以下会推荐给你的其他，我都会尽量阐述它的内核，而不是剧情。

《神奇遥控器》有一个很棒的概念，如果你喜欢看小说，喜欢 YY，喜欢各种刺激的事物，喜欢哆啦 A 梦，那你一定会在交代遥控器使用的瞬间，就立马入坑。

《久聆管院》投稿邮箱417476865@qq.com

欢迎大家踊跃投稿，来稿请注明姓名及联系方式。

若您对本期《久聆管院》有更好的建议或发现其中有任何错误，也请您能够发邮件到邮箱，我们会送上小礼品代为感谢。