

微美文

# 关于工资的三个秘密

工资是一个非常直观的参数，所有人都会被它的数字所诱惑，但工资的背后，体现的是你劳动的性价比，是万不可用工资去交换的。

一个35岁左右的“白骨精”来找我们，她需要在两个工作里做选择。一个是年薪30万元的制片总监，一个是年薪10万元的市场策划。她喜欢后者的节奏与内容，却被前面的工资吸引。我们仔细算了一下她的工作时间：前者是每天加班，节假日无休赶节目，每天工作近15个小时，后者则是8小时规律的生活。这样算下来，两者的时薪差不多，只是那份“好工作”把三年的活放到一年来做罢了。如果加上由此产生的未来医药费，简直比“坏工作”还不赚钱。我问她，你现在最需要的是最快速度赚一大笔钱，还是按照自己的节奏做喜欢的事情？她恍然大悟选择了后者，再也不觉得亏了。

作为职业规划师，我想告诉你关于工资的一个秘密：年薪月薪是相当有欺骗性的东西，真正起作用的是，时薪——你一定要看看自己的单位时间是否更加值钱。第一条关于工资的原则是，工资不等于月薪，也不等于年薪，工资等于时薪。

第二个故事也很好玩。一个朋友结婚，和丈夫买了个北京市二环内的房子。房子有100平米，每平米3万元。双方家庭都很殷实，各自拿出100万元。这对夫妻则一起承

担了100万元的房贷。对于一对收入正常的白领夫妇，大概意味着10年的努力。因此，她的出国读书、旅游的计划也都完全搁置了。

“好羡慕你们啊，我反正是不可能了。”她和我们聊天的时候提到。“如果你现在停止工作，会损失多少钱？”我问她。“如果现在停止工作一年，你的损失应该是工资减去因为上班的消费。你的工资是12万元，上班的花销是3万元，所以损失是9万元，对吗？”她点头。一个人少了9万元，多了一年的时间，值吗？其实这里有无数的方式能让这个买卖值钱。

“也许你可以试试看，读一个在职的研究生，国内的出国的都可以。别人周六、周日上课，平时上班，你则周一到周五都休息。每天找一个同学吃饭，谈谈项目、组织班级活动什么的。一年下来积累的资源，肯定能让你获得比现在工资高50%的工作，一年后9万元也就回来了。”这次她点头，同意了。

我不是鼓励读者去辞职，我只是想告诉你关于工资的三个秘密：我们争分夺秒计算自己的工资，却很少计算自己的空白时间。其实空白才是未来能够获得巨大收益的东西。我们常说年轻是最大的资本，很多人年轻的时候全部投入工作，那么资本也就直接取现了，再无增值的可能。所以第二条关于工资的原则是，工资收入

=工资+可能性。

最后讲第三个故事。北极熊是被公认为最强悍的几种哺乳动物之一。在零下40度的低温里，北极熊能连续奔跑四十多分钟，在冰水混合物中游泳15分钟，连续20天不进食，厚厚的皮毛能抵御所有的刀和矛——这么个强悍东西，爱斯基摩人如何对付它？北极熊只有一个缺点，嗜血。猎人先杀死一只小海豹放血，然后把一把尖刀刀刃冲上倒立在桶中。让血漫过刀尖一点。血桶放在外面，冻成了冰块。一个猎熊器就此产生。北极熊看到鲜血，马上用舌头舔上去。当上面的血层舔完，舌头也就冻僵了。这时刀刃露了出来，划开一个小伤口。此时北极熊冻僵的舌头却感觉不到痛。一直到伤口越来越深，北极熊最终因为失血过多而倒下。这个时候，静待一边的爱斯基摩人跳出来，杀死北极熊。

这是个真事，也是我关于工资的隐喻，关于工资的三个秘密——我们很多人在快乐地拿着“高薪”，殊不知也许你觉得新鲜的，只是自己的鲜血。记得，做北极熊没错，但是聪明的熊懂得绕着刀尖舔，气死旁边的爱斯基摩人。

**今日女报“微”感言：**对于那些以夺取你最重要的东西——比如健康、生活、好心情、从容、家庭为代价的工资，千万别碰。  
(今日女报微信粉丝“宋柯”推荐)

# 今日女报官方微信朋友圈美文征集

最近，我们推出了“微信·悦读”版，注意，这些文章可都是来自今日女报官方微信朋友圈的原创或推荐哦！如果你也有让你深思或感慨的优美短文，或你对国学有独到见解，亦或是你也有亟待与人分享的养生心得；还有你在游历四方时拍下的好看好玩的风景，以及生活中的欢乐场景，都请投稿给我们吧！

投稿方式如下：1、扫描右侧二维码，关注今日女报官方微信，并直接留言投稿；2、您也可以拨打编辑电话0731-82333624投稿。我们将在微信平台或报纸上刊登出来，与大家美文共赏。



微国学

## 上官婉儿：唐朝文艺界“女汉子”

叶下洞庭初，思君万里余。露浓香被冷，月落锦屏虚。欲奏江南曲，贪封蓟北书。书中无别意，惟恨久离居。

唐上官婉儿《彩书怨》  
上官婉儿的墓葬出土了，结果让专家失望，没有婉儿的遗体，也没有什么陪葬，只是徒有铭文而已。其实这是件好事，一个神仙般的女子，干嘛要在世间留下痕迹呢？空墓也很好，给大家留个想念，留个悬念，这就是美。

上官家族的美和智慧是有遗传的，婉儿的祖父上官仪当年骑马入朝，经过长安城时，他的俊美和风范惊动了整座长安城。后来上官家族亡于武则天的毒手，婉儿的聪明灵秀却让武则天不忍下手，残忍地在她美丽的脸庞上留下一道刻印的同时，也留下了她美丽的生命和智慧。上官婉儿掌管文武大臣的奏表，而且还让她做决定，“多令参决”。

上官家的文艺基因在婉儿身上依旧那么璀璨辉煌，婉儿每一次有诗出手，就会成为唐朝文艺界的热门歌曲，广为

传唱。看看这首《彩书怨》，或许能知婉儿的心结。秋天的洞庭湖，树叶片片飘零，万里之外，思念夫君。秋露已浓，被窝冰冷；月亮西斜，锦屏空虚。思念之极，想演奏一首“江南采莲曲”，又屡次封好写给远在蓟北的夫君的信。

其实，写来写去，也没别的意思，只是表达长久分居的怅然。

婉儿有什么怅然呢？诗里的夫君或只是对内心深处悲伤的一个具象化而已。她承受着上官家族被血洗的惨痛，却不得不在仇家的眼皮底下周旋，讨其欢心，人格的分裂如同人在江南，心在蓟北，托言思念蓟北，其实是在反复咀嚼自己凄凉的身世。

李隆基兵起后，婉儿投诚遭拒绝被杀。李隆基旋即后悔，因为他毁灭的是唐朝的一个文化品牌，于是，唐玄宗又叫人收集婉儿的诗歌，汇成一个集子。

可惜如今只剩下三十二首，其实也不是遗憾，那么好的诗，不可在人间长留，剩下三十二首，算是给足世人面子了。

## 宋朝“雷锋”岳飞

岳飞征群盗，过庐陵，托宿市廛。质明为主人泛扫门宇，洗涤盆盎而去。郡守供帐饯别于郊，师行将毕，谒不得通，问大将军何在，则已杂徭禘去矣。其严肃如此，可谓中兴第一。

宋 周密《齐东野语》  
雷锋出差，好事做满一火车，帮着乘务员打扫车厢，给旅客打开水，充分显示了一个人民战士为人民服务的的精神。想不到的是，南宋抗金英雄岳飞也有类似的举动。

公元1135年，即南宋绍兴五年，32岁的岳飞出差去湖南，准备去洞庭湖和杨么征战。此时的岳飞，可谓已经功成名就，少年得意。论功业，他就在上一年，带领岳家军从伪齐手中收复襄阳等六郡，取得震惊天下的“襄汉大捷”。凭这一单漂亮的业务，岳飞被提拔为清远军节度使，是当时南宋最年轻的地方高级军事长官。说了这么多，就是说明：岳飞很了不起，

功劳大，地位高，深得人心。然而，南宋这么一位大将军接受使命南下的时候，该是怎么样一种风光场面呢？

让人失望了，岳大将军居然住在江西吉安一户普通的市民家里，悄没声息地住了一宿，第二天一大早，又悄没声息地起床，为这户普通人家打扫卫生，里里外外都洒扫得干干净净，接着又帮屋主洗碗瓢盆，并井有条地干完这些事，又悄没声息地夹杂在普通的副将里面，带着军队开往前线。

庐陵的地方官吏准备了盛宴迎接这位如日中天的年轻大将军，却一直找不到人，去请示也没有消息，“谒不得通”，谁曾料想到他住在普通市民家学“雷锋”呢？大家急急忙忙去问岳将军哪里去了，事后才知道已经带部队开走了。从岳飞的这种行事风格来看，岳家军“饿死不掳掠，冻死不拆屋”的军行作风不是偶然的。  
(今日女报微信粉丝“妃嫔”推荐)

# 狡猾是一种冒险

我曾读过一篇印度小说，讲的是：一种巨蟒，喜吞尸体。人若想猎到这种巨蟒，就在身上涂满油脂，装成“尸体”。当油脂散发出特别的香味儿将蛇引出洞吞食人时，人再用刀削掉蛇的头，进而捕获它。一个少年采用这种方式捕杀时，因一只小蚂蚁钻入他的鼻孔忍不住打了个喷嚏，而丧失了性命。

狡猾往往是弱类被生存环境逼迫出来的心计，而人却不同。人将狡猾的功能用以对付自己的同类，显然是在人比一切动物都强大之后。当一切动物都不能再威胁人类生存的时候，一部分人类便成了另

一部分人类的敌人。在一部分人对付另一部分人、成千上万的人对付成千上万的人的情况下，人类就更狡猾了。于是，心计变成了诡计。

一个人过于狡猾，那么，他怎么也不可能成为一个可爱可敬之人了。对于处在同一人文环境中的其他人，将注定是危险的；对于有他存在的那一人文环境，将注定是有害的。因为狡猾是一种无形的武器。因其无形，拥有这一武器的人，总是会为了达到这样或那样的目的，一而再、再而三地使用它，直到为自己的狡猾付出惨重的代价。但那时，他人及周围的人文环境，已被伤害得

很严重了。

一个人过于狡猾，无论他多么有学识，受过多么高的教育，身上总难免留有土著人的痕迹，也就是我们的祖先未开化时的那些行为痕迹。现代人类即使对付动物，也大抵不采取我们祖先那种又狡猾又冒险的古老方法了。

**今日女报“微”感言：**人，为了让我们自己不承担狡猾的后果，不为过分的狡猾付出代价，还是试着做一个不那么狡猾的人吧！  
(今日女报微信粉丝“柳芸”推荐)

# 另类招生法

颇具传奇色彩的已故教授杰罗姆·雷特文，生前是美国麻省理工学院电子与生物工程名誉教授、神经生理学家。

想要成为他的学生，是一件“很容易却又很困难”的事儿。生性浪漫的他，讨厌用考试筛选人才的刻板形式，并因此自创了“杰罗姆Style”纳贤方法：

他会跑到麻省理工学院

的图书馆，借一大堆和他的研究相关的书籍，然后故意过期不还，等图书馆通知他“有学生要借”的时候，他就会乐颠颠地跑去图书馆亲自见这个学生。这当然不是单纯的“见面”而已，他会借机考考这名同学，看看其资质如何，而最重要的是要和他有精神上的契合。在他看来，聪明的学生很多，但能跟他产生共鸣的“同类”很少。怀着这种求才若渴的心情，

一旦发现一个被他“面试”通过的学生，他一定会凭自己的三寸不烂之舌，滔滔不绝地游说对方，直到那个学生招架不住，乖乖投到他的门下。

**今日女报“微”感言：**选择伙伴，有时候不仅仅需要对方聪明，心灵上的契合反倒更容易激发创造的火花。  
(今日女报微信粉丝“董小雅”推荐)

微养生

## 酸奶养生讲究多

不少人喜欢喝酸奶，也把常喝酸奶当成一种养生的方法。诚然，酸奶有很高的营养价值，但饮用酸奶时也有一些禁忌，不然很可能适得其反。

1、只能冷藏不能加热。酸奶里有对身体有益的“活菌”，但只有冷藏才能使活菌保留下来。如果把酸奶加热了喝，这就是“暴殄天物”了。  
2、酸奶不是越稠越好。不少很稠的酸奶只是因为加入了各种增稠剂，如羟丙基二淀粉磷酸酯、果胶、明胶，过多的增稠剂虽然满足了口感，但对身体并无益处。

3、酸奶不可随意搭配食用。酸奶不宜和某些药物同服，如氯霉素、红霉素等抗生素、磺胺类药物等，它们可杀死或破坏酸奶中的乳酸菌。但酸奶很适合与淀粉类的食物搭配食

用，比如米饭、面条、包子、馒头等。

4、别拿酸奶充饥。人空腹时胃内的酸度大(pH值是2)，酸奶所特有的乳酸菌易被胃酸杀死，其保健作用会大大减弱。因此，食用酸奶最好是在饭后1至2小时。

5、喝酸奶并非老少皆宜。腹泻或其他肠道疾病患者在肠道损伤后喝酸奶时要谨慎；1岁以下的小宝宝，也不宜喝酸奶。此外，糖尿病人、动脉粥样硬化病人、胆囊炎和胰腺炎患者最好别喝含糖的全脂酸奶，否则容易加重病情。

适合多喝酸奶的人群有：经常饮酒者、经常吸烟者、经常从事电脑操作者、经常便秘的患者、服用抗生素病人、骨质疏松患者、心血管疾病患者等等。