

老城保护,莫忘传承叫卖声

近日,“聊吆喝、话老字号”主题活动在北京中轴线上演。叫卖艺人臧泉江在巴士上、前门大街、钟鼓楼广场吆喝了一路,很多游客听得津津有味。据报道,老北京叫卖虽然被当作市井文化保存,但在实际生活中,已基本听不到。臧泉江表示,连表演老北京叫卖的机会也不多了。

随着时代进步,叫卖声必然与现代都市生活渐行渐远。但老北京叫卖,不仅是商品推销的方式,也是一项艺术文

化形式,更是一种乡音,寄托乡愁。著名作家张恨水就曾评价:“我也走过不少的南北码头,所听到的小贩吆喝声,没有任何一地能赛过北平的。”

一声声吆喝,是时代见证,是京城胡同的风貌象征。把这份声音记忆传承下去,既是擦亮胡同文化不可或缺的动态名片,也是北京老城保护和更新的一部分。此次活动上,臧泉江沿着中轴线遗迹一路高唱,把北京传统民俗搬上了世界非遗舞台,助力这项传

统艺术大放异彩。透过他充满感情的演绎,游客朋友不仅感受了原汁原味的北京叫卖,也加深了对北京老城肌理和文化历史底蕴的感知。

让老北京的叫卖技艺传下去,还应多想一些创意。针对这项技艺目前演出机会少、年轻人鲜少参与传承等现实情况,文旅部门不妨把老北京叫卖作为“深度胡同游”的展示环节。1993年,老舍夫人胡絮青在南来顺参加小吃节,对小吃品质赞赏有加,但觉得缺了叫卖的氛围。活动方于是

邀请臧泉江父亲臧鸿现场表演,众人顿觉活灵活现,报以热烈掌声。可见,地道的老北京吆喝,能帮助游客沉浸式感受老北京的人间烟火、市井风情。20世纪80年代,老北京叫卖一度得到发掘和恢复,出现了一批民间艺人。令人唏嘘的是,老北京叫卖声量日渐其弱,已是无情的现实。“现在都使手机,谁还需要叫卖啊?”希望臧泉江的这句话“吆喝”,能让更多人听到。

(摘自《北京晚报》10.30 辛音/文)

人到中年才明白,最好的休息方式是找点事做。难得的闲暇时间,不要无所事事,更不要放纵自我,应当找点自己喜欢的事情做一做。这些事必须是极感兴趣的,必须是心底藏了许久的,必须是一直想做而没有去做的。

有人会读一本想看的书,有人会钓一天池塘的鱼,有人会看一晚天空的星,也有人会骑着单车漫无目的四处游荡,还有人会信手涂鸦画一幅不知所云画。这些事与名利无关,却与内心紧密相连。

在繁忙的生活中主动去找点事做,在某种意义上来说,是一个人活得有质量有意义的证明。这些事往往极小,仅属于一个人,但这些事也往往极其珍贵,因为它们只属于一个人。

常有人喟然叹息,说“不如意事十之八九”。事实上,许多事并非不能如意,而是因为人要求的太高太多,让许多事变成了负累。这些事可能也是人主动找来的,不是由内心生发而来,而是自欲望诱引而出的。此时找来的事往往会贴上“名利”标签,让人迷惑迷茫并渐渐迷失自我。

“找点事做”本身就是一件很有学问的事。这件事决定着人的情绪是否平稳,决定着人的生命质量是高是低。窃以为,找的重要性要大于做,找对了事,做起来才能身心舒畅。如何才能找对事其实也很简单,一要抛开名利欲望,二要忠于内心情感。如此一来,一件事才能温养性情滋补身心。

(摘自《牡丹晚报》连恒/文)



你喂养哪匹狼

一位印第安的老萨满在教他的孙子们医术。他告诉他们,和所有人一样,他们的身体里住着两匹相互争斗的狼。

“一匹狼制造疾病。”老萨满讲道:“它以恐惧、愤怒、忌妒和自我怀疑为食。而另一匹狼让人获

得健康,因为它吃的是爱、同情、谦恭、自信、快乐和幸福。”

这时其中一个孙子问道:“最终哪匹狼获得了胜利呢?”

老萨满回答道:“自然是喂养哪匹狼,哪匹狼就获得了胜利啊!”

(摘自《新周报》)

不结果的石榴树

是因为树龄太小吧,明年就结果了。”

第二年,母亲更用心地侍弄石榴树。可让我们失望的是,它依旧只开花不结果。

母亲仔细地想了一遍石榴树的整个成长过程,温度和湿度都合适,日照充足,而且风调雨顺,院子里的花木都长得很好,按理说石榴树应该结出果实,哪怕只有几个果实也是好的。可是花期过后,石榴树上只剩绿叶。

后来母亲听人说,有一种石榴树只开花不结果,叫做花石榴。母亲一下就释然了:“就当花养着吧!”可是我知道,当初我们都曾对石榴花满怀期待,都以为开花结果是水到渠成的事,谁承想

养生有五难,名利不去为一难,喜怒不除为二难,声色不去为三难,滋味不绝为四难,神虑精散为五难。五者不去,虽心希难老。

——善养生者养内,不善养生者养外

一个人最大的幸福,莫过于在人生的中途,富有创造力的壮年,发现自己此生的使命。

——茨威格

人们容易原谅别人的错误,却很难原谅别人的正确。

——JK·罗琳

爬山时:“累死了,再也不爬山了。”发微信朋友圈:“小小泰山,拿下!”

——毛坏般的现实人生,精装的微信朋友圈

爱,在本质上是一种给予的激情,或者说奉献的激情。

——周国平

(摘自《新周报》)

如说是

老年生活咋过,能找专人规划



随着人口老龄化的加剧,养老行业的需求也日益增长。养老规划师作为养老服务中的重要一环,正逐渐受到大家的关注和认可。养老规划师,可以简单理解成为老年人的养老生活提供规划、咨询服务的服务人员。如何成为一名养老规划师?行业前景如何?又存在哪些发展机会呢?

养老规划师吸引年轻人入局

王强是一位自称“跳槽经验丰富”、已经半只腿迈进失业大军的34岁大龄未婚男青年。最近,他对养老规划师一职产生了浓厚的兴趣。

“我以前做过房地产销售,带过老年看房团。而养老规划师的工作,除了指导置业的内容外,还有健康、保险等多方面的内容,通过专业的培训和工作经验的积累,我也可以为自己做规划。”王强称。

一家提供智慧居家养老、旅居养老等综合性服务的企业负责人介绍,公司近两年服务对象及前来咨询的潜在客户越来越年轻化,“有的人还不到30岁,就买了以后养老用的房了。当然他们的保险、理财和健康医疗观念也很强”。

实际上,当今老年人的娱乐生活,除了广场舞,还有很多新玩法——医美、健康、直

播,甚至“饭圈”领域也开始出现越来越多老年人的身影。

“能够帮助老年人保持身心健康、满足他们精神物质需求的养老行业,都会是朝阳行业,我期待从事相关的职业。”王强说。

晚年规划,不止财富

从当前BOSS直聘、前程无忧、智联招聘等平台发布的招聘信息来看,我国养老规划领域的相关就业机会主要集中在二线城市。

以北京为例,这一领域的主要职位涵盖养老规划师、养老管家、养老财富规划师、养老顾问以及养老运营规划师等,雇主以险企为主。同时,不少养老社区和医疗健康相关企业也表现出对养老规划人才的迫切需求。

从职业门槛来看,目前养老规划相关职位的学历要求普遍为大专,尽管门槛相对较

低,但相关岗位的综合月薪可达1万至5万元。

从岗位职责来看,当前以“养老规划”为关键词的大部分岗位仍带有浓厚的销售属性,工作职责包括带客户参观养老社区、组织高端小型沙龙活动、项目或会销现场接待、社区科普讲座、推荐合适的养老产品及服务、跟踪维护客户关系等。

在郑州,这一领域的主要职位包含养老理财规划师、养老金规划师、健康养老规划师等。以养老规划师为例,该职位的月薪为1.3万至2.5万元,岗位职责为根据客户的需求和情况,制定包括财务规划、医疗保障、居住安排、养老服务等在外的综合性养老规划方案,确保客户在退休后有足够的资金支持,并能享受到合适的养老服务。

相关专业人士受访时说

缺口超百万,这个行业的人才这么稀缺

新能源汽车数量不断增加,为汽修行业带来新的变化和机遇。传统汽修服务正面临向新能源汽车维修转型的挑战,新能源汽车的维修和保养需求也在持续增长。然而,新能源汽修人才稀缺,缺口超百万。

修新能源汽车比修燃油车难度要高

要想说明白传统汽修工和新能源汽修工的不同之处,还得先从燃油车和新能源车的区别讲起。燃油车主要依靠内燃机驱动,维修的重点通常集中在发动机、变速箱和配气结构等机械部件;新能源车则采用电动机驱动,维修的重点则转向动力电池、驱动电机和电机控制器等电气部件。

由此可见,传统汽修工的技术主要集中在机械系统,而新能源汽修工则需要掌握电气系统和智能技术的相关知识,两者的修理方向存在显著差异。

有约20年汽修经验的范明刚师傅接受采访时说,相较于燃油车,新能源车维修难度更高。其中新能源车最难修理

的就是新能源车的电池组,有些损坏情况是无法修复的,只能进行更换。范明刚说,许多外行人认为传统汽修工转型新能源汽修工是个简单的过程,但事实并非如此。“目前从事新能源车维修的师傅中,有些确实是从传统燃油车维修转型而来,但也有原本从事电器修理的维修师傅。甚至,曾经从事过电器修理的维修师傅比修传统燃油车的上手更快,因为他们更了解电气结构。”

新能源车专有技术大多仍在厂家手中

范明刚在采访中也坦言,目前许多新能源专有技术仍在厂家手中,没有对外开放授权。某项目总监杨悦卿在接受记者采访时表示,目前许多新能源车的电池由多个模组组成,且电池检测和控制软件主要掌握在车企内部或电池供应商手中。这使得外部及第三方修理厂因缺乏必要的检测设备和技术支持,难以进行正确的维修。

一些车企的电池检测和

更换过程需要极为专业的操作,电池模组间的隔热层和散热系统处理不当可能导致严重后果,因此通常只能由车企内部的售后服务团队来协助完成维修。

在现阶段,许多专有技术仍然集中在主机厂手中。例如一些车企的电池、车机软件和域控制器在非官方渠道根本买不到,使得新能源车主只能回到售后服务中心进行维修。

杨悦卿看好新能源车汽修工的前景。“随着新能源汽车销量的快速增长,新能源车企业的专营售后忙不过来的时候,可能会开始授权特定的维修门店,从而逐步放宽对维修技术的限制。这不仅将为外部修理市场带来更多机会,还能促进行业的整体发展。”

新能源汽修工有职业前景吗

分析人士指出,新能源汽修工在未来将是一个充满机遇的职业选择,适合愿意学习新技术、适应行业变化的人。杨悦卿说,现在新能源车企业在招聘修理工时,一般要求

示,真正的晚年规划,应是全生命周期的规划,即晚年规划所涉及的内容不仅仅是财富规划,还需要涉及身心健康、养老资源等。

在部分国家,养老规划师已是成熟职业

在美国,养老规划师被称为退休规划师。他们不仅会为老年人提供财富规划方面的服务,还会帮助老年人达成诸如生命健康、人际关系、精神需求等方面的目标。在日本,与养老规划师相当的岗位被称为介护经理人,介护经理人的第一项工作是设计满足老年人特定需求的介护方案。为实现这一目标,介护经理人会亲自走访申请人住所,与老人及其家属面对面交流。接下来,介护经理人会根据社区及周边现有的多种介护服务资源,在服务种类、内容等方面与老人及其家属商议,选出与他们的需求相匹配的介护方案。随后,介护服务机构会针对老人形成一个介护团队,共同确定最终的介护计划。

(摘自《大河报》11.1)



有所思



有所思