

程序员把车睡成“海景房”，也是一种自在生活

据报道，深圳程序员张运来，4年来的工作日晚上都是睡在车里，利用公园的公共卫生间洗漱，每晚只需花费6元停车费，每日消费仅100元上下，几年下来“省了差不多10万元钱”。

今年已41岁的张运来称，他工作日住在车里，周五晚上开车约300公里回阳江老家陪家人，周一早再开车回深圳上班。这种独特的生活方式，引发了不少网友关注，也因此上了热搜。

不租房、住车里，人们的第一个反应似乎是“被逼无奈”。诚然，一个年过不惑的中年人，在大城市里做时论台“码农”打拼，“睡在公

笨拙之美
在我老家院子的厨房门口，有棵老槐树，每年春天稍晚些，都是它抽新芽的时候。

这棵槐树生得笨拙，树干粗短，枝丫横斜，不似城市园林中的树木那般挺拔秀美。可它偏生长得最久，年年抽芽，岁岁开花，将一片浓荫洒在青瓦上、院落里。我常想，这槐树若是生得灵巧些，或许早就被移作他用，哪能在这院中安享几十年的光阴？

世人常道“笨拙”二字，语气中总带着几分轻蔑。殊不知，笨拙中藏着大智慧。就像这槐树，看似笨拙，实则深谙生存之道。它的根扎得深，枝长得慢，却因此经得起风雨，耐得住寒暑。

笨拙，有时恰是一种自护。

古来圣贤，多有笨拙之人。王羲之练字，池水尽墨，这份笨拙的执着，成就了千古书圣。陶渊明种豆南山下，草盛豆苗稀，笨拙的农事中却孕育出“采菊东篱下，悠然见南山”的千古绝唱。笨拙之人，往往心无旁骛，更能专注于一事。

今人追求聪明伶俐，事事讲究效率，处处追求捷径。可这世间，有些路必须一步一步地走，有些事必须一点一点地做。就像国丁修剪花木，快刀虽利，却不及慢工细活来得精致。老子说“大巧若拙”，真正的智慧，往往藏在看似笨拙的表象之下。

深夜读书，读到人要有“三惜”：惜物，惜静，惜笨。这三惜，惜的不是物与形，而是那份“甘守拙朴”的心气。

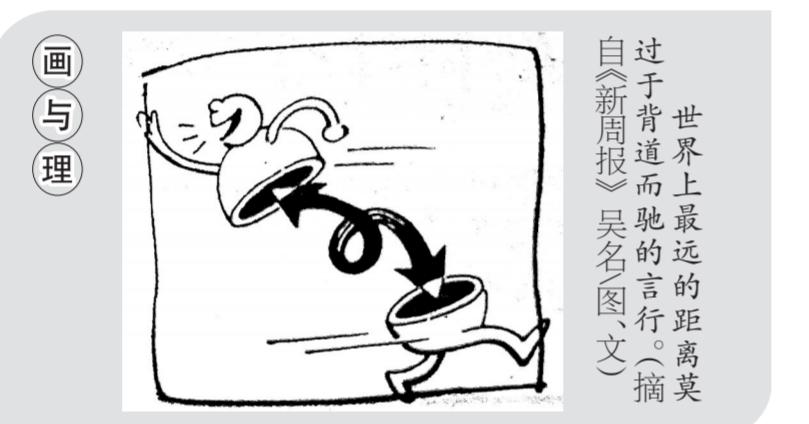
笨拙之人，或许走得不快，但走得稳；或许不够圆滑，但足够真诚。(摘自《今晚报》墨之/文)

再比如，两地奔波还要挤占好不容易才有的周末休息时间。但无论如何，这也是一种新的生活方式，它展示了一种城市生活的可能性。随着公共设施的改善，交通道路的完善，社会服务的细化，城市生活开始变得更加多元。

本质上，这也是城市样态的丰富——卫生间、健身房、海边停车场等场所，让一种更加自在的生活成为可能。这种把车睡成“海景房”的新闻，之所以这么引人关注，或许也是契合了人性深处对轻松自在的渴望：人们希望过得简单从容些，可以获得更大的生活自主。

(摘自《新京报》4.21 柳早/文)

画与理



过于背道而驰的言行
世界上最远的距离
——摘自《新周报》吴名图/文

如是说

一代人有一代人的“破烂儿”。

——我们吐槽父母囤塑料袋，父母笑我们攒奶茶杯，每个时代的“破烂儿”都是刻进DNA里的生活仪

一直忘不了那个冬季，我又一次将父母从乡下接到城里。那年父亲84岁，母亲82岁。

考虑到父母上楼困难，我付出三倍租车费，请司机将父母背上楼。母亲上楼后，我们下楼接父亲。父亲已上了几个台阶，戴着白线手套都变黑了。他分明是一阶阶向上“爬”。

我努力平复着自己的心情，努力帮父亲实现着“自己还能上楼”的愿望，呵护着父亲的那份尊严和信心。

父亲终于上了楼，坐靠在沙发上，两只胳膊搭在扶手上，掌背向上的双手在微微颤抖。

父亲看了看自己还在颤抖的双手，微笑着对我说：“力气越来越少了，如果哪天我不行了，你一定要把我的手洗干净。这辈子挑河工、出粪坑，这双手什么脏活都干过，末了我不能让别人看到我手脏的样子。”

司机的双手紧拉着父亲的右手，父亲的左手紧抓着楼梯栏杆，我的整个前身紧托着父亲的后身，就这么登一阶喘

唐代笔记小说《大唐新语》中记载了“成敬奇探病”的故事。姚崇是唐朝名相，历任武后、睿宗、玄宗三朝宰相，以清正廉明闻名。成敬奇则是一位才华横溢却行事诡谲之人，曾在大理寺任职，与姚崇有姻亲关系。

一次，姚崇因病卧床，成敬奇前往探病。他在姚崇榻前嘘寒问暖，热泪盈眶，表现得情深义重。令人意想不到的是，成敬奇怀中藏着几只活鸟。他将鸟塞到姚崇手中，请其放生，声称此举可为姚崇祈福，希望他早日康复。姚崇虽不情愿，但勉强从之。

成敬奇离开后，姚崇却面露不快，并对家人说道：“我真不知道他的眼泪是从哪里来的。”自此，姚崇再未与成敬奇往来。

历史证明，贤明的官员往往将纳谏和杜绝谄媚视为治国安邦的重要原则。亲贤臣、远小人，国家方能兴盛；若反其道而行之，国家必然走向衰败。

汉代思想家扬雄在《法言》中说：“上交不谄，下交不骄，则可以有为矣。”意思是，与地位高于自己的人交往时，不谄媚奉承；与地位低于自己的人交往时，不傲慢自大，方是有所作为的正道。这句话，为后人立身处世和治理国家提供了深刻的启示。

(摘自《思维与智慧》蒋光宇/文)

父亲的力气

一喘，登半层歇一歇，父亲左手的白线手套都变黑了。他分明是一阶阶向上“爬”。

我努力平复着自己的心情，努力帮父亲实现着“自己还能上楼”的愿望，呵护着父亲的那份尊严和信心。

这年春节，父亲回了老家过年。所以，父亲这是最后一次来我家，转年春天，父亲永远地离开了我们。

听母亲说，父亲离开时没有什么痛苦，只是觉得全身的力气更少了。他是听说我那天要回家，喜悦中松开了母亲的手。

父亲看了看自己还在颤抖的双手，微笑着对我说：“力气越来越少了，如果哪天我不行了，你一定要把我的手洗干净。这辈子挑河工、出粪坑，这双手什么脏活都干过，末了我不能让别人看到我手脏的样子。”

父亲一定是一点力气都

没有了，不然，怎会不等我呢？(摘自《今晚报》殷翠阁/文)



屋檐下



屋檐下

上交不谄

30亿元票房背后的减肥故事

今年，国家卫健委等16个部门启动“体重管理年”活动实施方案。当“减肥”成为国事，如何通过更科学更系统的方式控制体重，备受关注。



学员们在训练

“胖成这样，还跳舞？”的嘲笑。为了那个在众人眼里荒唐可笑的梦想，王章杰毅然走上了减肥道路。最终，他用150天减掉了56公斤。

还有37岁的康亚东，2019年之前，他是一位培训学校的校长，由于作息不规律和工作压力，陷入了过劳肥的困境。体重一度飙升到了124公斤，孩子们总是笑着叫他“胖校长”。肥胖不仅影响了康亚东的形象，也开始威胁他的健康。康亚东时常感到疲惫不堪、呼吸困难、身体疼痛，甚至连走路都变得异常艰难。2019年，他找到了“巅峰减重”，就像是抓住了最后一根救命稻草。终于，在训练营地的第425天，她减掉了169公斤。

四川乐山王章杰曾经胖到144公斤。他喜欢舞蹈，当他跟人谈论梦想，都会收获

“心机商标”乱象调查

还涌现出“小天才特×”“小天才酷×”等名称高度相似的店铺和商品。例如，一款“小天才特×”手表售价仅218元，已售2000件；另一款售价248元的“小天才酷×”手表已售1万件，由于和正品价格差距较大，“性价比”优势将其推上了热卖榜第8名。截至目前，广东小天才科技有限公司关于“侵害商标权纠纷”和“侵害外观设计专利权纠纷”的涉诉案件有几百起。

规避审查标准

为何市场上会有这么多的“心机商标”？京都律师事务所竞争法律事务部主管合伙人王菲介绍，商标注册流程主要包括形式审查和实质审查。一些具有欺骗性或误导性的商标能够通过审查的原因有很多：审查员对某一商标是否存在误导性或“欺骗性”的认定存在主观差异；商标申请量逐年递增，商标申请审查工作时效要求高，缺乏充分时间调研论证特定商标是否

实际误导公众；商标申请人通过拆分商标、多类别申请等手段规避审查。

针对商标的具体审核过程，一位商标审查协作中心的工作人员介绍，能够注册成功的商标肯定符合当时的审查标准，但在注册后，商标是否成为误导性宣传的一环，属于企业的自身行为，“审查员在审查时，会对商标本身进行判断，但不可能预判到所有情况”。

“像‘壹号土’商标，表面上看没什么，然而实际应用时就可能存在误导性。比如和猪肉搭配在一起很容易被消费者当作壹号‘土猪肉’，而非‘壹号土’猪肉。而这类商标很难被判定违规。”华东政法大学知识产权学院教授王太平说。

此外，有业内人士向记者表示，商标代理行业的无序发展也是“心机商标”不断出现的原因。一些代理机构以“包过”“内部渠道”为噱头招揽业务，甚至协助客户恶意抢注、囤积商标。

完善处理机制

目前市场上已经注册成功的许多“心机商标”该如何处理？

在王菲看来，并不是说商标注册成功，就万事大吉了。不管注册了多少年，如果违反法律规定，就可以宣告无效。

王太平建议，市场监督管理部门与商标局联合治理“心机商标”，维护市场秩序和消费者权益。比如双方建立常态化联合执法机制，通过协同研判线索、制定行动方案、开展现场检查等，集中查处商标侵权及误导性商标案件。行业协会则应当推动建立商业伦理公约，将“不利用商标制造认知偏差”纳入企业自律准则。

还有受访专家建议，可以建立商标注册信用承诺制度，要求申请人对商标真实性负责；对以欺骗手段取得商标注册的主体，依法宣告无效并列为失信主体；通过全国信用信息共享平台、企业信用信息公示系统归集商标违法信息，实现跨部门信用联合惩戒，提升违法成本。

(摘自《法治日报》4.24 赵丽/文)

会监督运动减肥全过程，保障安全与效率。前来寻求帮助的减肥者，一般一个月里就能减掉体重的10%。

“科学减重，市场无限，功德无限。”这是公司的经营理念，也是支撑大家一路走来的信念。“我们的体重干预管理，不是节食，也不是现在社会流行的‘打针’。”据余安奇介绍，节食减肥只会有两个后果，一是身体由于营养不良垮掉，二是容易导致报复性胡吃海喝，即越“节”越胖。减肥不仅是减掉多余的脂肪，更要注重养成良好的生活习惯，这才是治本的策略。

冯磊表示，“巅峰减重”提供的集体体质测试、运动与营养干预、心理及生活方式重建和可持续体重控制于一体的全方位健康减重解决方案。他曾做过一个计算：如果从2005年在上海体育学院创业起步算起，20年间“巅峰减重”已累计帮助超过15万名学员减重150多万公斤。“我们的目标，是帮助中国一亿人实现减重。”(摘自《新民晚报》4.27 张炯强/文)