



当代年轻人的精简生活——

快速烹饪三餐、AI整合日报

精简掉家中“吃灰”的物品、快速烹饪一日三餐、用AI迅速整合日报……近年来,年轻人越来越崇尚精简生活。将生活化繁为简代表着一种生活态度、生活智慧,要求人们遵从自己的内心,追求内在精神世界的自由和充盈。面对快节奏的生活,当代年轻人自有一套应对法则,即使工作再忙碌,也能将生活安排得明明白白。



绘图:谢菲菲

快速料理

夺回休闲时间

当代年轻人除去工作和睡眠时间,真正属于自己的休闲时间往往只有三四小时,如果你还不懂“做饭10分钟,半小时解决一顿饭”的可贵之处,仍然坚持一日三餐都要精致考究的话,那你的休闲时间基本都要在做饭、洗碗中度过了。为了精简做饭流程,小薇能冷食就绝不开火,一把厨房剪刀代替了菜刀和砧板。

AI日报

提高工作效率

写日报常令许多职场人士感到头痛,为了提高工作效率,有人想到用AI代劳的办法。李想是一家互联网公司的程序员,公司要求每位员工都必须在工作当天提交300字以上的日报,而且有一定的格式。李想工作勤恳,却不擅长文字总结,于是只好寻求AI小程序的帮助,也算是高效率工作方式之一。

短途旅行

在旅途中放松

虽然当代年轻人大多被困在繁忙的工作中,但每逢闲暇时候,总想出去走走。吴丽一开始也跟风参与过“特种兵式旅游”,后来发现,经历过一周的高压洗礼,已经没有精力应对舟车劳顿,轻装简行的周末短途游或许才是最好的选择。她经常会在周五之前订好周边景点的酒店,在旅途中让自己放松下来。

DIY剪发

主打一个“变短”

理发店的价格越来越高,动辄半小时以上的理发时间太过枯燥冗长,芸芸萌生了自己理发的念头。最近,家附近的理发店关门停业了,芸芸终于将这个想法落实了。芸芸对发型没有什么要求,主打一个“变短”就行,于是自己在网上购买了理发套装,头发长了全靠自己和家人的“刀功”修剪。

基础护肤

适合自己的最重要

晴晴以前是护肤达人,但凡说有抗氧、美白功能的产品,也不管合不合适,直接收入囊中。如此下来,钱花了不少,皮肤却并未见好,在闺蜜的提醒之下,她开始尝试最简单的护肤,每天只用最基础的护肤品,坚持一段时间以后,脸上的痘痘反而变少了。晴晴这才意识到,适合自己的才是正确的打开方式。

(据《城报》王梅娟)

段子

问:说说看,一个人能有多邪恶?

答:玩捉迷藏的时候,我都直接回家。

成年人改名非常简单,我昨天当经理的时候,别人还叫我黄总。现在我被开除了,他们叫我黄某。

和楼下早餐店老板聊养生,他问:“知道你们长期不吃早餐,有什么影响吗?”

我说:“不知道。”

他说:“影响我们做生意。”

在地铁上听到一段母子对话:

“你这么不听话,妈妈不要你了,你怎么办?”“让你受到法律的制裁。”

减肥成功后发现,丑跟胖是两码事:胖着的时候还被说你瘦了肯定好看。现在瘦了,人家只会说哎呀你瘦了。

邻居:女生书读了那么多没用,终究还是要嫁出去,还不如找个有钱有本事的男生。

我:那如果每个女生都想找有钱有本事的,你儿子不就单身一辈子?

邻居大概愣了3秒,说:那你会嫁给我儿子这样的吗?

我:不会。

我师兄两口子都是经济学博士,儿子小学语文课学习反义词,老师问“积极”的反义词是什么,别的小朋友都说“消极”,就我的小子说“稳健”。

幸福真的会词穷和表达欲变弱,而痛苦的时候会千言万语感慨万千。

妹子和我聊美甲、口红、纹眉、眼妆,我不懂,我是屌丝直男注孤生。我和妹子聊足球、汽车、枪械、军工,妹子不懂,我还是屌丝直男注孤生。

鸡汤

成熟,不是你能用很多大道理去开导别人,而是你能说服自己去理解身边的人和事。

生活就是要贴着自己的性情走,你生就是什么人就拿什么腔调,别别人去凑热闹,热闹终归不是你的。

可以委屈,可以痛哭,但不要让所有人都看到你的脆弱,请相信:没有过不去的事情,只有过不去的心情。记住:到了一定年龄要懂得把不满的心情和情绪调成静音,然后不动声色地打理自己。

别把自己想得太重要,要知道,在别人的世界里,不管你做得多好,你都只是个配角而已。

在吃苦的同时,一定要学会得到成长,不然就亏大了,你所吃过的所有苦,终将都会与你想要得到的结果成正比,苦不能白吃,罪不能白遭,一定要有所收获。

人一辈子,你得信这一条:留得住的不需用力,留不住的不需费力。来去随缘,强求不得。

感情这种事,别问为什么,心甘情愿就是最好的答案;缘分这东西,别想怎么样,风雨来袭就是最好的检验。