

微思录

@章剑华

Essential
thoughts
From
MicroBlog

江苏教育出版社
JIANGSU EDUCATION PUBLISHING HOUSE

夫：一个国家和一个个人，既不能妄自尊大，又不能妄自菲薄，更不能妄自尊大。如何做到这样？把握起来很难，做到更难，尤其是在前不前后不后，好不好差不多差的时候，实属不易。唯有继续韬光养晦，才能看得清，做得对。国家是这样，个人也是这样。

(1) | 转发 (114) | 收藏 | 评论 (20)

12月7日 05:25

有些时候，我们无法改变严峻的事实，那只好改变我们的心态和想法，尽量从另一个角度看，往好的方面想。这样，虽然事实还是事实，但事实已经不那么重要和严峻了。

| 转发 (40) | 收藏 | 评论 (22)

12月6日 22:05

活得简单才能活得自由，活得自由才能活得幸福。

(2) | 转发 (27) | 收藏 | 评论 (9)

12月6日 05:07

在我看来，所谓智慧，不在于知识丰富，不在于思维敏捷，不在于能说会道，而是超越自我的心态和处理问题的能力，让我们做一个真正智慧的人。

(3) | 转发 (55) | 收藏 | 评论 (16)

12月5日 05:55

对于人生，我们无法“看透”，难以“看清”，不可“看破”，勿能“看穿”，而应当“看开”。所谓“看开”，就是视野开阔些，态度积极些，精神乐观些，少点悲观，少点消极，少点埋怨。

(3) | 转发 (57) | 收藏 | 评论 (20)

12月4日 06:43

看到星云大师的一篇短文，说到世间五不能：“揭弊而不能揭弊，整装而不能整人，轻松而不能轻浮，自信而不能自满，随缘而不能随便。”世间之事，能为则为之，不能为则不为之，此乃明智之举也。

(1) | 转发 (59) | 收藏 | 评论 (8)

12月2日 06:27

忙要忙得快乐，累要累得欢喜，闲要闲得自在，玩要玩得开心。（周末寄语）

| 转发 (33) | 收藏 | 评论 (20)

12月1日 05:54

人必须勇于承担。既承担责任，也承担错误。既为自己承担，也为别人承担。勇于承担自己的责任和错误，是一种高尚的品格；勇于承担别人的责任和错误，是一种伟大的力量。我不喜欢那些不肯为下属承担责任的领导。遇到责任随即推诿，那不是好领导。我佩服勇于承担的人，并努力这样做。尽管还没有完全做到。

| 转发 (87) | 收藏 | 评论 (27)

11月30日 06:26

说句实话，我不大爱听好话，也不大爱听坏话，比较喜欢听直话。好话听了不自在，会起鸡皮疙瘩；坏话听了受不了，容易被伤害；直话听得进去，听得明白，并有所启发。我希望别人对我直话直说，不绕弯子；我对别人也直话直说，这样大家爽快。

(2) | 转发 (59) | 收藏 | 评论 (37)

11月29日 06:57

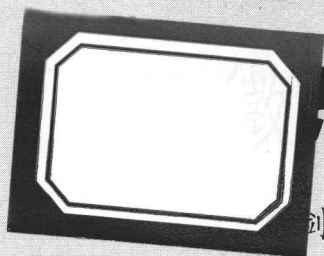
做任何事情，尽量征求一下别人的意见，并据此分析和调整，那将会有很大的益处。

(1) | 转发 (19) | 收藏 | 评论 (13)

11月28日 05:42

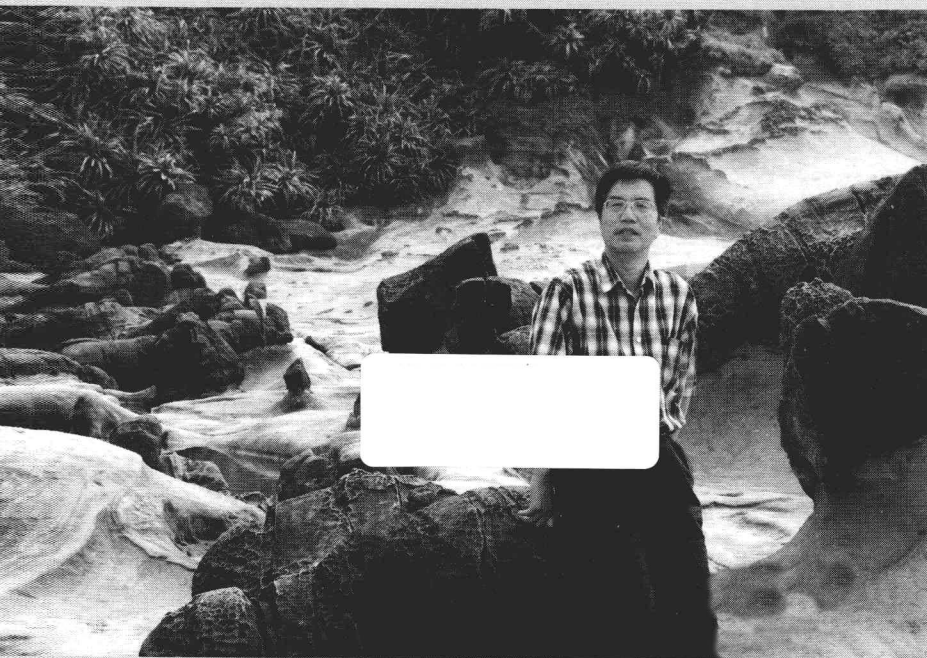
人的情绪是有周期的，难免时好时坏，总会有情绪不好的时候。我们尽量不要以压抑自己来控制情绪，而应当用释放或转移的办法。可以向亲人挚友倾吐你的不快和不安，释放自己郁闷的情绪；也可以通过全身心地投入到学习和工作中去，转移自己的关注点；有条件的话，还可以暂时找个新环境调节和放松一下自己。

| 转发 (36) | 收藏 | 评论 (18)



思录

刘华 著



图书在版编目(CIP)数据

微思录 / 章剑华著. —南京: 江苏教育出版社,
2013. 3

ISBN 978-7-5499-2728-9

I. ①微… II. ①章… III. ①社会科学—文集 IV.
①C53

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2013)第 040023 号

书 名 微思录

著 者	章剑华
责任编辑	林 茂
出版发行	凤凰出版传媒股份有限公司 江苏教育出版社
地 址	南京市湖南路 1 号 A 楼, 邮编: 210009
出 品	江苏凤凰职业教育图书有限公司
网 址	http://www.ppve.cn
经 销	凤凰出版传媒股份有限公司
照 排	南京紫藤制版印务中心
印 刷	江苏凤凰盐城印刷有限公司
厂 址	盐城市纯化路 29 号, 邮编: 224001
电 话	0515-88153008
开 本	890 毫米×1240 毫米 1/16
印 张	6.875
版 次	2013 年 3 月 1 版 2013 年 3 月第 1 次印刷
标准书号	ISBN 978-7-5499-2728-9
定 价	28.00 元
批发电话	025-83658830
盗版举报	025-83658873

图书若有印装错误可向江苏凤凰职业教育图书有限公司调换
提供盗版线索者给予重奖

微思录/微博探微

我是学新闻的，并在省级媒体岗位上干了十多年，对新闻媒体颇有感情，尤其是对新兴媒体怀有浓厚的兴趣，曾著有《新媒体时代的探索》一书。十年前，我从江苏电视总台台长的位子上调任江苏省文化厅厅长，之后逐步融入了“文化”，但媒体情结始终未了，为此我开设了“章剑华个人文化网站”，继续着我的“媒体梦”。三年前一个偶然的机，我接触到了“微博”这一新兴的网络媒体，说实话，在对其并不完全了解的情况下，我便迫不及待地开始“试水”。不试则已，一试则欲罢不能，还不小心弄出个“中国十大微博官员”的头衔来，可惜的是，综合得分在“十大”中倒数第一。得分不是很高，认识与体会倒是不少：

微博是公开的日记。这是我对微博的最早的认识。日记有三个特点：一是自己记录自己的事情和感受；二是每天写、经常写；三是一般比较简略、短小。这与微博没有多少区别，唯一不同的是，日记是私人空间，微博却是公共空间。所以，我给微博的定义是“公开的日记”。而有些人不了解这一点，还闹出了一个天大的笑话：我省有位官员，竟然用微博与自己的情人讲悄悄话，外面传得沸沸扬扬，自己却还蒙在鼓里。

微博是交流的平台。开博不久，我就意识到，微博与日记不可同

日而语。日记无法交流,而微博里有“私信”、有“评论”、有“回复”,也就是说,微博有“互动”和“交流”功能,而且这种交流功能方便、快捷,既可以点对点,也可以点对面;既可以是公开的,也可以是私下的。

微博是新兴的媒体。我把媒体归为三类:纸质媒体为传统媒体,电子媒体为现代媒体,网络媒体是新兴媒体。无疑,微博属新兴媒体,甚至可以说是“新兴媒体中的新兴媒体”。你有了微博,你就有了一个媒体。过去,媒体往往为政府或机构所拥有、所掌握,而现在人人都可以开博,都可以拥有一个媒体,都可以成为记者,都可以随时发布信息和新闻。比如我的微博,目前有粉丝 270 余万,这是一般的传统媒体所无法比拟的,我随时随地可以发消息、写评论,而且可以很快让许多人阅读到。个人能拥有一个媒体,那实在是件值得自豪而快乐的事。

既然微博具有“公开的日记、交流的平台、新兴的媒体”之功能,在微博上写些什么就大有讲究,不是什么都能写在微博上的。首先,长的东西不合适,最多只能写 140 个字;其次,不负责任的东西不能写,你得对公众负责;再就是不宜公开的东西不能写,无论是个人隐私,还是国家机密,都不能写到微博上。那么,微博上适宜写些什么呢?据我的经验,大致可以写这样几类:

第一类:与本职工作有关的信息和话题。我当了十年文化厅厅长,当然在微博谈文化的内容较多。我统计了一下,在我的 1000 多条博文中,谈工作、谈文化的有数百条。这里不妨摘录几条:

昨晚审看艺术周开幕式的节目,颇有创意。我一直认为,创新是艺术的生命。而这种创新不仅仅在于形式,在于声光电,关键的还是内容

的创新,而如今的舞台艺术往往被声光电所淹没了。(2010—9—24 06:52)

我对文化又有了点新认识:文化就是人化。文化的起点是人,目的也是人。(2010—1—2 07:01)

用文化做城市,用城市做文化。这是我昨天在扬州调研时留下的深刻印象。而现在许多地方还在“文化搭台,经济唱戏”!(2011—1—23 05:07)

我在刚刚结束的文化产业论坛上首次提出“大文化产业观”,即:(1)外延扩大。大文化产业=文化产业+创意产业。(2)内涵挖掘。确立“产业文化化”理念,在物质产品和服务产品中嵌入文化符号,增加文化含量,以提高产品的品质和附加值。(3)功能拓展。让人们在文化产品的消费中得到愉悦与教益。(2012—9—27 14:48)

第二类:对新闻事件进行评论,发表看法。面对省内外、国内外的新闻事件,以及社会热点问题和社会现象,我有时也会在微博上发表一些自己的观点。比如:

智利总统在大营救胜利后对矿工们说:“我们不可能杜绝一切事故,但我们决不会再让矿工们在如此恶劣和危险的环境下作业。”这话实在。对老百姓不要开过多的空头支票,而应实实在在为他们办些实事,改善他们艰难的生活和糟糕的环境,让他们活得有起码的尊严。我们现

在调子太高,而实际做得不怎么样。(2010-10-16 05:25)

人民日报把“给力”一词用在标题上,我很赞成。语言文字也有一个发展创新的问题。那些富有活力和新意的网络新词应当有选择地推广运用。(2010-11-11 12:48)

(时任)俄总统梅德韦杰夫在大型新闻发布会上说,尽管他和总理普京并非对所有问题都观点一致,但他们在重大问题上想法一样。我认为,应当允许所有人包括总统与总理有不同的观点和想法。“不同”不等于“不和”。“和而不同”才是正常的、健康的、和谐的。(2011-5-19 20:17)

央视主持人白岩松说:“讲真话现在成了很大的优点。”而我的感受是:“讲真话现在成了很大的缺点”。本来,一个人讲真话是很正常的事,现在怎么变成优点或者缺点了呢?白岩松为此感到极大的悲哀。我也是。(2012-8-18 05:38)

第三类:生活感悟、人生哲理。我以前经常将所写的生活感悟与人生哲理方面的短文发表在各种报刊上,后来还续集出版了《想法》一书。自从开设微博后,我就不再写这样的短文发表了,就直接写在微博上,让广大博友分享我的感悟和想法。比如:

有位外国名人说过,人必须有无法放弃、无法搁下的事业,才能变得无比地坚强。此言极是。但我同时认为,我们有时也需要放弃。放弃需

要坚强,甚至比不放弃更需要坚强,更需要理智。(2010-11-7 11:42)

在我看来:生活,过程比结果重要;工作,结果比过程重要。(2010-11-13 13:39)

在学习、工作和生活,上要,有时要善于“做减法”,把多余的东西去掉,抓住重点的内容。(2010-11-22 20:56)

当一个人与别人有差距的时候,心里难免会有点急。其实,现在的差距不是差距,因为你有时间与别人缩短差距。我们要担心的是五年后、十年后的差距,那时的差距是真差距,因为也许我们没有更多的时间来追赶日益拉大了的差距。因此,新年伊始,让我们激荡起生命的新力量,急中生智,急起直追,后来居上!(2013-1-3 06:08)

第四类:自己的生活、工作状态。为了调节气氛,拉近与博友的距离,有时我也会在微博上写一些个人爱好、家庭生活方面的内容,有时也会在微博上幽默一下,让博友看到一个全面而真实的我。比如:

女儿初次出远门,恰逢中秋月不明。欲问婵娟在何处?浪迹天涯伴汝行。(2010-9-23 06:20)

大哥二哥从宜兴参加一亲戚的婚礼回来,说到司仪不仅用普通话,还有英语翻译,而在座的都是宜兴人。我不禁大笑:时尚过头就会出洋相!哈哈……(2010-10-24 05:27)

日前看话剧《风华绝代》，被刘晓庆的演技所折服。她在人生之路、艺术之路上永不放弃、永远追求的勇气和毅力更让人钦佩。也许她的人生艺术并不高超，但她的艺术人生高潮迭起。一个人不可能样样成功，只要在某些方面、某一方面能达到高峰，那就很了不起了！（2012—12—27 05:07）

博文是一种新兴的、独特的文体。有人认为博文最大的特点是短而精。这话不错，但不全面。博文不光是短，还有其他方面的要求。我的体会是要做到“三平”：

一是平等的角度。这最重要，尤其是我们当“官”的开微博，千万不能居高临下，拉官腔、说官话，而应当以普通网民的身份与粉丝、博友进行交流，做到平等待人、礼貌待人、真诚待人。这样才会受到博友的欢迎，获得更多的粉丝。

二是平实的语言。长而空不好，短而空也不好。在短短的 140 字内，文字要通俗，内容要实在，切忌华而不实，哗众取宠。要多说些实实在在的话，多说对博友有帮助和启示的话。

三是平和的心态。原以为，我的粉丝就是我的支持者、崇拜者。其实不然。你说的对路，他就是你的粉丝；你说的不对他胃口，他就是你的“愤青”，不仅会严厉地批评你，甚至会把你痛骂一顿。这时，我们就要以平和的心态对待之，最多在必要时做些说明，但千万不要争辩，不要反驳，更不能对骂。好话听得进，坏话更要听得进，这是开博者必备的胸怀与风度。

虽然开博时间不长，但喜怒哀乐、酸甜苦辣都已尝过，而且还留下

了许多遗憾。最大的遗憾是,由于我学习与工作较忙,没有更多的时间关注和回复给我留言的全部网友。这只能请大家原谅了。

我不喜欢在微博上“微言耸听”,也不认为我的微博能够“微言大义”。微博就是微博,就是把自己所思、所做、所知的内容以最简短的方式发布出去。至于微博参政问政,应当说有这方面的功能,但对此决不要过分夸大,毕竟有很大的局限与缺陷。当然,微博确实是个好东西,我们应当接近微博、学习微博、用好微博,使之在我们的工作、学习和生活中发挥更大的作用。

微博、微思、微言,看似微不足道,但经日积月累,滴水成河,现得以辑录成书,名曰“微思录”。谨将此书奉献于博友,奉献于读者。

章剑华

微思录/目录

卷一	自己开发自己的快乐	001
卷二	压力是人生的常态	017
卷三	不怕不成熟,就怕不成长	035
卷四	将事业成为兴趣,将兴趣成为事业	049
卷五	给人们一点正能量,是我的心迹所在	065
卷六	对于对手,要应对不要敌对	077
卷七	不要错过人生里的季节	089
卷八	人生重过程,工作重结果	101
卷九	该放手时就放手	115
卷十	民主既要有增量,更要有质量	129
卷十一	文化就是人化,就是人民化	147
卷十二	愿微博成为美好的心灵花园	163
卷十三	改变、公正、年轻	175
卷十四	看护好曾经的激情和理想	195
后记		205

微思录/卷一

自己开发自己的快乐



随着年龄的增长,做事作文似乎从容了许多。快有快的好处,从容有从容的好处。从容可以把事情做得更周全、更精致,并从中获得一些乐趣。正如清代思想家章学诚所言:“天下至理,多自从容不逼处得之”。人世间最精到、最深刻的东西,往往是在没有外力压迫下从容自在、自然而然得到的。(2012-3-2 12:11)^①

淡定,是一种很高的境界。何为淡定?不以物喜,不以己悲;得意时不得意,失意时不失意;君子之交淡于水,名利于我皆浮云……如何淡定?面对大山感受其稳重,面对大地感受其胸怀,面向大海感受其力量,面见大师感受其气度……(2012-11-16 05:48)^②

烦恼是谁也躲不掉的,但决不能让烦恼一直环绕着你。消除烦恼的法宝是忘怀。为了尽快地忘掉烦恼,可以尽量使自己忙碌起来,让工作与学习填满你的时间,充实你的生活,从而把烦恼抛到脑后去。(2012-11-21 05:48)^③

我们都看不见自己,即使用镜子也看不到真正的自己。这就使得我们对自己并不了解,很多时候不知道自己能做什么,不能做什么。所以,我们应当注意认识自己,找出自己的长处和短处,扬长避短,做自己该做能做的事情。(2012-2-1 20:27)^④



博友微评

① 飞鸟和盔甲熊:人懂适度自从容。(2012-3-2 13:24)

② 王栋:能淡自定。天然之淡,难得一见;由浓转淡,更数不易。(2012-11-16 06:16)

③ 青春记忆的尾巴:有时烦恼也是因为太闲了。(2012-11-21 07:47)

④ 铁马一蹄:不患人不知,患不已知也。(2012-2-2 08:27)

人是需要经常自我反省的,但尽量不要在疲惫不堪时反省,也不要郁郁寡欢时反省。因为这时的反省容易得出过于消极的结论,甚至跌入悲观的陷阱。(2012-8-7 05:08)^①

人生在世,需要处理好各种关系,如与亲人、与朋友、与领导的关系等。而人们往往忽视与自己的关系,不知道如何认识自己、关心自己、原谅自己、鼓励自己,总是自己生自己的气,自己与自己作对。其实处理好与自己的关系颇为重要。只有处理好与自己的关系,你才会充满自信和快乐,才能处理好与别人的关系。(2012-11-15 05:09)^②

在昨晚的亚洲残运会闭幕式上,有这么一句解说词:“最大的胜利莫过于战胜自己。”对啊,战胜自己,超越自己,是人类的最高境界。(2010-12-20 05:07)^③



博友微评

- ① 咖啡因——:善于调控自己的身心,并不断在思想与实践的穿行中完善自我,即是一种最强大的能量。(2012-8-7 12:45)
忘了 zhuge:说得太好了。能自省而不失自信,检验自身却不否定自我,内心的标准很重要。唯有此,我们才能脱离众口铄金的年代,才不会迷失。(2012-8-7 06:46)
- ② 官一君:与自己相处,自己也是一个朋友,是最重要的朋友。(2012-11-15 07:21)
王栋:“人贵有自知之明”。请悦纳自己。(2012-11-15 05:17)
- ③ 活力的开心果子:每个人最大的敌人就是自己。当你面对着一项目标时,若总是在徘徊,时间就这样被无谓地消耗了。如果想超越自我,需要勇气!(2010-12-20 11:05)

有人老是为自己的过错而纠结,其实大可不必。所谓“过错”,就是“过去的错”。过去的就让它过去吧,纠结无济于事,纠正才是当务之急。假如你总是自觉或不自觉地想起它,那就对自己说:“我决不会第二次犯类似的错误了。”这样,你就会有所释然,变纠结为纠正,把精力和时间用在现在与未来的事情上。(2012-11-10 05:13)①

我在前天的微博说,不要为自己的过错而纠结。有人评论道:“不怕过错,就怕错过。”此言极是!“过错”是过去的错,而“错过”是即将的错。“错过”是真正的“过错”,应当尽量避免之。(2012-11-12 05:05)

人们总是害怕寂寞,其实在这闹腾腾的世界里,我们不妨留一份寂寞给自己。寂寞有益于学习,有益于工作,有益于写作,也有益于健康。(2010-11-24 05:48)②

奋斗,光有高昂的精神状态并不够,还要有坚定的毅力让自己静下心来,甘于寂寞,持之以恒地去做好每一件事情。(2012-6-10 05:21)③



博友微评

- ① cherry7891:正确!人非圣贤,错误总是难免。总结错误,便可得出经验,然后继续前行,我们会更加成熟!(2012-11-10 13:45)
- ② 感恩阿呆:只有内心充实,才能耐得住寂寞。(2010-11-24 07:50)
清水小幽:寂寞是使人成熟的催化剂——刘庸。(2010-11-24 07:43)
- ③ 漂在澳洲:这句话对我们年轻人非常重要,用毅力让浮躁的心沉静下来,靠修养从趾高气昂、好高骛远转变到脚踏实地、求真务实,持之以恒方能抒写人生彰华。(2012-6-10 06:41)

现在总是强调人的交往能力,殊不知,独处也是一种能力。独处利于内在整合和深层思考,利于自我消化和静化心灵,利于专注于学习和工作。同样,也利于更好地与人交往。善于独处与善于交往并不矛盾。(2012-7-18 05:23)①

寂寞是一种考验。用浪费时间的办法排遣寂寞,将使你碌碌无为而更加寂寞。只有用内心的力量去战胜寂寞,才能达到人生的新境界。我现在是寂寞的,但我是积极的、努力的。(2012-7-24 05:31)②

人人都有孤独的时候。有人因孤独而悲伤、而消沉,有人则因孤独而充实、而傲岸。不错,孤独往往是一个人待着,但这是强者想象力最丰沛的泉眼,可以让自己的灵魂拒绝凡俗的诸种诱惑,在绝对宁静的环境中与上苍万物进行心灵的对话,因而孕育出生命的激情和活力,进而创造出自己精神的热闹和事业的辉煌。(2012-11-3 05:27)③



博友微评

- ① 忘了 zhuge:善于交往是一种能力,善于独处是一种素质。前者培养亲和力,后者培养气质;前者是行动,后者是态度;前者是过五关斩六将,后者是运筹帷幄睥睨天下;前者是纵横捭阖意气风发,后者是众人皆醉我独醒。(2012-7-18 07:07)
- ② 阿格尼丝:思想者常常是寂寞的。(2012-7-24 08:24)
张海晏:寂寞的劲敌是积极乐观,只争朝夕! 早安! 忙碌已推开寂寞。(2012-7-24 06:10)
- ③ 铁马一蹄:独未必孤,读书与智者交流,写作与自己交心,思考与问题交谈,何孤之有?(2012-11-4 12:28)
李敏 nj:强者的孤独是与自己的内在对话交流,是整理自己的必要时间。(2012-11-4 08:22)

有一篇题为《放下所有的复杂》的文章说：“欲望让我变得越来越复杂。而人一复杂，就痛苦连连。现在我恨不得把所有让我复杂的事都放下。人要想快乐，不用求签，不用拜神，你放下一点，就快乐一点。”愿大家尽可能简单一点，快乐一点！（2011—8—16 20:31）^①

有心理学家提出了快乐的四个层次：假快乐、被快乐、自快乐、巨快乐。显然，“假快乐”“被快乐”不是快乐，而“巨快乐”来自人生的辉煌，但不易多得。唯有“自快乐”是自己因感到自己的进步和收获而获得的快乐，是每个人经常可以得到的。但愿人们更多地自己相信自己，自己开发自己的快乐！（2011—11—10 14:16）^②

快乐的人，总觉得自己比过去好；不快乐的人，总觉得自己比别人差。做个快乐的人吧，只要自己努力过了，只要自己比过去好！（2012—5—20 05:28）^③



博友微评

- ① 咖啡因——：有容乃大，无欲则刚。要修炼的是，以简单去面对复杂！（2011—8—16 21:18）

鱼兮鱼喜：有一位哲人曾经说过，人生就是充满欲望，欲望得不到满足就会痛苦，而满足又会产生无聊。这也许就是人生吧。（2011—8—16 20:36）

- ② 红茉莉：助人为乐，自得其乐，知足常乐。乃人生三大乐事！（2011—11—11 13:15）

思本从容：没有成功的快乐是不真实的，没有快乐的成功是不完美的。（2011—11—10 14:36）

- ③ torier：引用一段俞敏洪的微博：一个人一生的成长必须拥有三种精神：第一是能够坦然接受生命中的一切苦难和失败；第二是能够相信奋斗和努力的力量，这种力量能够改变你的人生；第三是拥有积极向上的心态和乐于助人的善精神。有这三种精神，我们离进步和成功的人生不远。（2012—5—20 12:25）