

# 赵静 ( April )



## 升降机标准组事业部

认知能量，就是当我们注意到一件事情，对它进行分析、判断，乃至记忆的时候，都是需要花费心力的。

我们很小的时候，老师和家长都教育我们，应该养成好的习惯，要有好的态度，认认真真的对待每一件事。在很多事情上，我们都奉行“差不多就好”的原则，为什么呢？说到底，就是我们会本能地节省心力。但聪明人只在最重要的事情上不放弃、不轻率，反复权衡，不怕浪费心力，而在那些小事情上，并不是太计较，这其实就是我们本能地在进行成本和收益的比

较。

作为资深业务，成本收益是我们的口头禅，可是我们的心力用在哪里是不是也应该进行成本收益计算呢。不知不觉中，你突然发现“怎么就到了吃饭的时间了”，这时候在做什么，这时候做的事情是不是很有意义，是不是在工作？

让我们更有效地使用自己的心力，保持心力专注，有效地活在当下。