

高C时刻杨震的公交车奇遇

在公交车上弄到高C小时说杨震



在一个普通的早晨，公交车缓缓行驶在城

市的主要道路上。乘客们各怀心思，一些打着鼾声，一些凝视窗外景色

，而杨震则坐在一角，手中紧握着手机，眼神专注。

他是一个程序员，对于编程而言，他几乎是有天赋的人。但即便如此，在这个充

满压力的行业中，他也时常感到疲惫和挫败。今天也不例外，他的项目

进度落后了不少，而且还要面对老板关于截止日期的提醒。



时间像流水般流逝，

每个人都沉浸在自己的世界里，但杨震却突然意识到了什么。他将手机

屏幕亮度调至最低，将它放在膝盖上，然后闭上了眼睛。在公交车上的

喇叭声、行人的脚步声以及偶尔传来的风铃声音中，他开始呼吸深长地

呼吸，以此来放松自己紧绷的心情。

他的内心世界逐渐平静下

来，这时候他想起了之前听到的“高C时刻”的概念。这是一种心理学

上的状态，当一个人进入这种状态时，他们能够更有效地集中注意力并

解决问题。当时机成熟，杨震决定尝试一下看是否能让自己达到那种状

态。

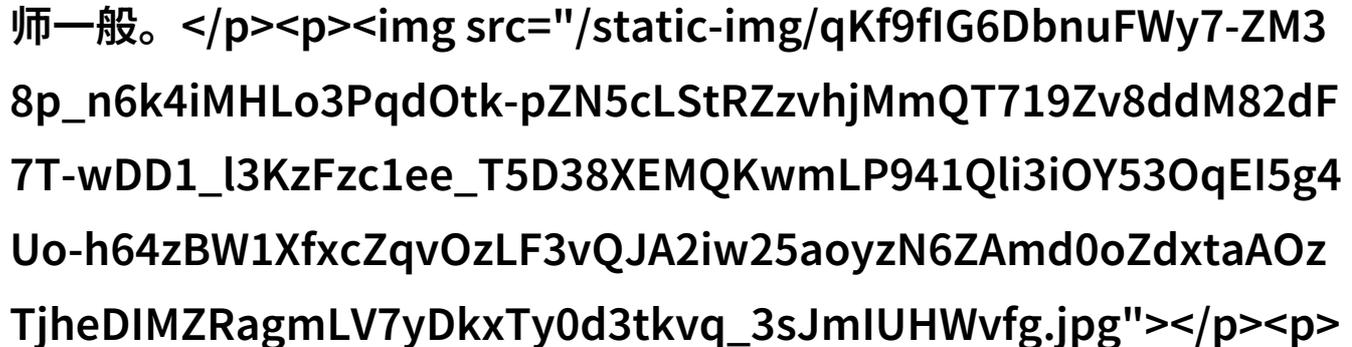


他开始思考昨晚的问题，从头到尾回顾每一次决策和行动，看看是否有什

么可以改进的地方。他用思维导图将所有可能的解决方案罗列出来，并

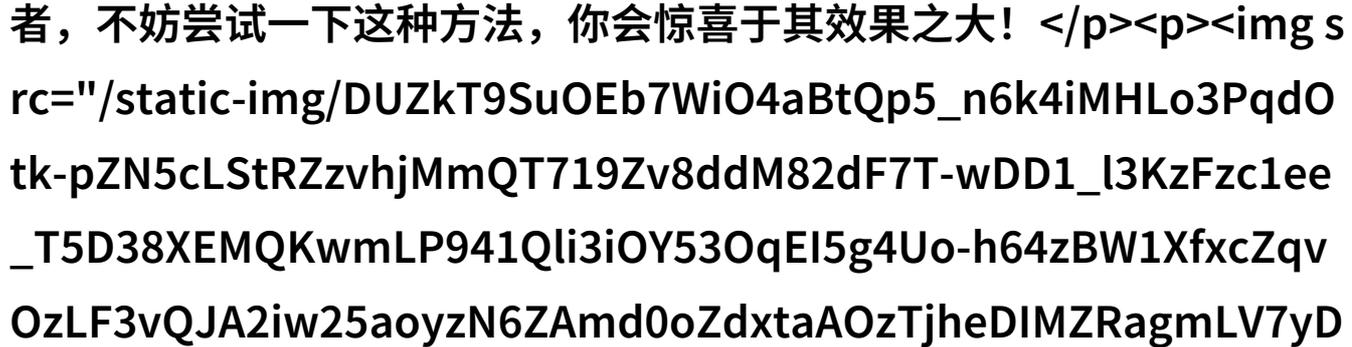
且为每一种方案设定优先级。随着思考深入，他发现自己的思路变得更加清晰，也许这就是所谓的“高C”吧？

接下来的几十分钟里，杨震没有被任何事情打扰，只是静静地坐在那里思考和规划。他仿佛进入了一种超脱尘世之外、只专注于当前任务的小小天堂。在这个过程中，他感受到了前所未有的精神净化与力量提升，就像是身处山中的禅师一般。



当公交车停靠下一个站点的时候，人们纷纷起身准备下车。而杨震依然坐着，没有动过，只是轻轻地笑了一下，因为他已经知道了答案，那个答案将帮助他重振旗鼓，让项目顺利向前推进。此刻，即使是在拥挤的地铁或公共交通工具上，“高C”也能成为一种宝贵的资源，是成功的一把钥匙。

回到现实之后，不仅仅是一次简单的心理调整，更是一次自我探索与成长。在那个充满压力的工作环境中，或许需要更多这样的瞬间，用以重燃激情，用以克服困难。如果你也是生活中的忙碌者，不妨尝试一下这种方法，你会惊喜于其效果之大！



总结：《寻找那份灵感》

[下载本文pdf文件](/pdf/663775-高C时刻杨震的公交车奇遇.pdf)