

开卷

我常对朋友说,理解是对他人最大的善举。当你坐在一个人面前,听他说话,看得到各种复杂的境况和命运,如何最终雕刻出这样的性格、思想、做法、长相,这才是理解。而有了这样的眼睛,你才算真正“看见”那个人,也才会发觉,这世界最美丽的风景,是一个一个活出各自模样和体系的人。

——蔡崇达《皮囊》

我只需在一人独处时,或是独自在夜间醒来时,想着你。我会等待,从不怀疑会再次与你相遇。我要专心。不错过你。

——惠特曼《草叶集》

你不能干涉别人的人生,就算是对方好。这是他人的人生,只有他一个人能决定他的人生。你必须顺应事实,放手成长,你没有必要医治好在成长路上与你擦肩而过的每个人,即使你成为最顶尖的医生,也做不到这样。

——马克·李维《偷影子的人》

那些与你毫无关系的人,就是毫无关系的,永远是毫无关系的。从认识的第一天开始,其实你就知道。就算是笑得甜甜蜜蜜,就算是有过无关疼痛的来往,就算你努力经营这段关系。

——刘瑜《送你一颗子弹》

成长是痛苦的,我不赞美它,但它给我阅历,给我经验,给我机会了解这世界。在经历了长期的自我憎恶和不接受之后,有一天我想,我不妨接受这个不完美的自己,接受她的分裂,她的乖戾,她的孤僻,接受她,爱她。是的,我从来没想到我还可以爱自己,是真正意义上的爱,就是说,无限忍耐,无限理解,无限的无限的爱。奇怪的是,当我体会到这种爱之后,我发现自己跟世界的关系缓和了,我甚至可以分一点爱给别人。

——绿妖《沉默也会歌唱》



妙语

●你的好对别人来说,就像一颗糖,吃了就没了。反之,你的坏,对别人来说,就像一个疤痕,留下了就永久在。

●信任就像一张纸,皱了,即使抚平,也恢复不了原样了!

●只有等价的交换,才能得到合理的帮助。

●你若成功了,吃青菜那叫养生;你若失败了,吃青菜则叫寒酸。

●假话如同台词,常常是背熟了再说;真话如同咳嗽,多数是在压抑不住的时候喷涌而出。

●当你放下面子赚钱的时候,说明你已经懂事了。

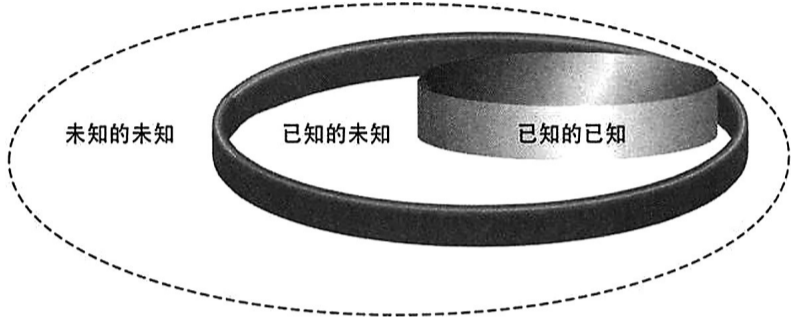
智慧树

认知水平越低,越爱抬杠

■六月安夏

现实生活中,总有些人三言两语,就能噎死你:你说吸烟有害健康,他反驳:有人抽了一辈子,照样活到八九十。

你在朋友圈推荐某本书,他挑刺:这么冷门,内容一定不咋地。不管别人说什么,这帮人总是习惯性唱反调。他们自以为伶牙俐齿,颇有见解,但在别人眼中除了刻薄,只剩戾气。抬杠,其实是一场可怕的虚假胜利;看似赢得了眼前的高下,实际输掉了长久的关系。每一次反驳背后,都暴露了低层次的认知。



1 | 与人抬杠,其实是自绝后路

王蒙曾在小说中,刻画了一个患有“雄辩症”的男人:去医院看病时,医生让他坐在椅子上。

他反问:“为什么要坐呢?难道你要剥夺我的不坐权吗?”

医生没有介意,为他倒了一杯水,说:“请喝水吧。”

这位男子继续抬杠:“这是片面,荒谬的,并不是所有的水都能喝。”

例如你如果在水里掺上氰化钾,这水就绝对不能喝。”

医生解释:“我并没有放毒药嘛,你放心吧!”

男子揪住话柄不放:“谁说你放了毒药呢?难道我诬告你放了毒药?”

医生见状,无奈地换了个话题,说:“今天天气不错。”

这位男子却更来劲了:“纯粹胡说八道!你这里天气不错,并不等于全世界在今天都是好天气。例如北极,今天天气就很坏,刮着大风,漫漫长夜,冰山正在撞击。”

医生不得不停止了和他的对话,让他回去。

在心理学中,有个概念叫“病理性诡辩”,指的是不管别人说什么,都要反驳一通,以此来提升自己的存在感和价值感。

但事实上,语欲胜人,是一种低段位的沟通习惯。不仅得不到他人的尊重,还会暴露自己的浅薄和无知。

周末和朋友吃饭,他和我聊起一位“杠精”同事。他对所有事情,都能提出“批判性意见”。

前段时间部门团建,领导召集所有人开会,给活动出谋划策。

一位女生提议:“就近找个地方,一起吃唱歌吧。”

那位同事听了,立马反驳:“就近?你这明显偷懒,思想觉悟有待提高啊。”

另一位男生说:“那么去郊区露营?顺带爬山看风景。”

这位同事又开口了:“荒山野岭有什么好看的?真是没见过世面。”

几句话下来,会议氛围降到冰点。

不过,因为暴露出刺头本质,没几日,他就被调去了一个薪酬待遇远不如现在的岗位。

喜欢抬杠的人,就如同稻田里疯狂的野草,自以为所向披靡,实则在他人眼里,早已蛮横而格格不入。

处处反驳,不光不能给自己添彩,还会给别人添堵。长远来看,其实是自绝后路。

2 | 懂得收敛,才能和别人相处舒服

作家雾满拦江,曾把人的认知,比喻成一个呈漏斗形态排布的巨大天坑:

越往下,所见越少,机会越少,越是感受到社会不公,愤怒无比。

越往上,所见越多,机会越多,越是感觉世界美丽,风光无限。

在漏斗底端的人,因为层次不够,认知局限,说话做事,往往容易走极端。而处于漏斗顶端的人,因为认知豁达,所以心境澄明,会更慈悲、能容人。

求同存异,矜而不争,才能在交往中

拉近双方的距离,成全彼此。

生活中很多事情,其实并没有绝对的对错。观点各异,往往只是因为立场不同,角度不同。

若因为认知上有分歧,便卯足了劲和对方争辩,结果除了白费口舌,还很有可能激怒别人,最终导致矛盾扩大,惹祸上身。

所以,清醒的人早就懂得了:适时闭嘴,专注自我,才能让双方从无谓的内耗中及时抽离。

3 | 克制反驳欲,学会反省

在《高纬度思考法》一书中,作者将人的认知分为了三个层次:

第一层次:已知的已知,即已经知道这些问题,并知道答案。

第二层次:已知的未知,即知道问题,但不清楚答案。

第三层次:未知的未知,是说连问题都不知道的那部分。

每个人都有各自的认知盲区,生活中

更多的,是我们“不知道”的东西。

所以,与其反驳别人,不如先向内求索。

当层次高了,认知广了,原来的“不认同”,或许就会自然而然,变为“认同”。

一个人的成熟,不仅仅体现在年龄上,更体现在言行里。心里不压事,嘴上不饶人,得罪了别人的同时,也拒绝了自己的成长。

有料

被打翻的茶壶

■晚君

从前,有一个人偶然得到一把珍贵的紫砂壶,非常喜爱,甚至夜里睡觉都要放在床头。

某天夜里,睡梦中一个翻身,他失手将茶壶打翻,壶盖掉到地上。

惊醒后,十分懊恼,心想壶盖没了,留着壶身又有什么用呢?

于是抓起茶壶扔到窗外。不想天亮后,他发现壶盖恰好掉在棉鞋上,没有丝毫损坏。

那人欲哭无泪,又恼又悔,心想茶壶没了,留着壶盖何用,便一脚把壶盖踩得粉碎。

走出门去,不料抬头就看见昨晚扔出窗外的茶壶,完好挂在树枝上……

故事看完让人感叹,既替茶壶主人可惜,又觉得这是他自作自受。

明明有两次能够挽回的机会,但他都没有抓住,一味意气用事,只能错失生活中的美好。

回头想想,谁的人生里,又没有过失手“打翻的茶壶”呢?

工作中,受到一点委屈,一怒之下拍桌子走人,裸辞完陷入经济危机;

生活中,脾气一点就着,一气之下发现自己做了个错误的决定,难以挽回。

有句话说:“人在愤怒时智商为零,这时候做决定才是最愚蠢的。”

很多时候,遇事不分青红皂白,没弄清原委,便贸然做出行动,只图一时快意,往往会导致遗憾和后悔。

在做决定前,多给自己一点冷静思考的时间,许多事情,也许就会是另一种结局。



笑一笑

心累

现在骗子真多,刚刚又看到新闻里说储户存款消失,几十万不翼而飞。

我急忙骑自行车到银行,赶紧插卡输密码查看。

还好,8块钱还在,这才松了一口气。

急死我了!

以后再也不看新闻了,心好累!走出银行,心更累了:8块钱还在,自行车却不见了……

别急

大妈早上去广场散步,看到有个老头拿着海绵笔在地上写大字,忍不住凑上去看。

老头看了大妈一眼,提笔写了个“滚”字。

大妈心想:看一下至于吗?

老头又看大妈一眼,又写个“滚”。

大妈再也忍不住了,上去一脚将老头踢倒在地……

警察来了问咋回事,老头委屈地说:“我就想写句‘滚滚长江东逝水’,刚写头两个字,就被踹倒了。”