

父母最低級的行爲,是在孩子面前口無遮攔地論人是非

不妄論人非,是一個家長最高的教養。

小時候看《蠟筆小新》,小新和媽媽上街時看到議員參選,他指着議員大聲說:“媽媽你看,那就是你常說的道貌岸然的老頭!”

眾人哈哈大笑,只有小新的媽媽和議員本人尷尬不已。雖說只是動漫,但卻足以讓現實生活里的家長們引以為鑒。

小新的媽媽最喜歡的事就是下午的時候跟鄰居大嬸一起對別人評頭論足,久而久之這些評價便全都滲透到了孩子的腦海中。小孩說話從來是不分公眾與私下場合的,張口就來,也容易禍從口出。

現實世界里,當面恭恭敬敬、客客氣氣,背地里把別人說的一文不值的人簡直多如牛毛。

在成人的世界里,也許口是心非、爾虞我詐是一件很正常的事情。但可怕的是,越來越多人將接受這種“不一樣”視作成長,並認為孩子早晚會明白的。

於是家長們毫無顧忌。孩子原本純真的世界觀也就此顛覆。

大部分的家長以為,小孩什麼都不知道,在小孩面前說什麼也無所謂,所以越發口無遮攔。其實不然,在小孩的成长過程中,父母的一言一行,都會對他們造成不可估量的影響。

一方面,孩子會成為父母消極面的接受者,充當父母的“情緒垃圾桶”的角色。孩子接受了父母給的“私下里”的說法,那就相當於被動接受了人性的陰暗面。

另一方面,孩子還很可能會成長為一個表里不一的人,在日後的各種人際關係中,他會使用過去父母用過的那些小把戲,會當面一套背後一套。也許這能幫助他獲得短期的收益,但是對於他漫長的人生來講,只會使他的人生路越走越曲折。

最好的教育,是以身作則。

父母是孩子的第一任老師,這是教育學公認的一條鐵律。孩子剛來到這個世界,就像一

張白紙,一切都是從零開始。而父母作為孩子的第一個親密相處對象,擔負的責任也就格外重大——不僅僅是養育他長大,還要教育他成人。

因為孩子對這個世界一無所知,所以父母需要拉着他們的手去耐心引導,告訴他們這是什么,那是什么。所有父母都會做的——告訴孩子一些具象物體的存在,比如這是蘋果,那是香蕉。

與具象相比,抽象的事物很難用語言去描述,但卻更重要,比如說三觀。所以父母還會告訴孩子:你不能撒謊,你不能偷東西,你要有禮貌,你要有教養。

卻很少有父母能真正做到以身作則。

家長的優秀並不在於讓孩子無憂無慮、永遠保持童真。而是能

夠以身作則,絕不會說一套做一套,父母永遠都是孩子最好的榜樣。

不隨波逐流,不妄論人非,是一個家長最高的教養。



早上跟朋友去公園長跑,我氣貫長虹地宣佈要跑 10 圈,結果才跑了一圈就氣喘吁吁,打起了退堂鼓。10 圈,太困難了。朋友勸我:先別想着一口氣跑 10 圈,就先沖着完成一圈去跑。跑完如果有點精力就再給自己定個多加一圈的小目標,說不準有意外收穫。

雖然雙腿無力,但想到只需跑完這一圈就好,我又打起精神往前跑。跑完一圈,覺得還能堅持一下,便再加一圈。當朋友說我們已經跑完 10 圈時,我簡直不敢相信,第一圈就想放棄的我,竟然完成了目標。

跑一個 10 圈不容易,跑 10 個一圈卻沒想象中那麼艱難。生活中有很多事情都是如此,看着很難,若把它拆分成若干小步,實行起來就容易得多。

我以前每天六點半起床,為了早起鍛煉,打算五點起,但連續幾天都沒起來。受跑步的啓發,我把鬧鐘定到 6 點 10 分,第二天很順利地起來了。

連續 6 點 10 分起床一個月後,我又把鬧鐘定到 5 點 50,再次提前 20 分鐘,也不費吹灰之力。後來我又提前 20 分鐘,現在可以輕而易舉每天五點起床晨練。早起一個半小時,是一個大挑戰。早起 20 分鐘,卻是可以做到的。

大目標讓人望而生畏,我們經常是嘗試一下就放棄了。小目標實現起來卻相對容易,稍微努力一下就可以做到。如果持續實現小目標,大目標也並非塵埃莫及。

每一個大夢想,都是由無數個小目標疊加起來的。

每一個小目標都能通往大夢想

有許多人,心比天高,只想着做大事,看不上手邊的小事,最終只能高不成低不就。可是,哪件大事不是由一件一件的小事堆積起來的呢?

高樓,是一磚一瓦砌起來的;莊稼,是一畝一鋤刨出來的。“不能勝寸心,安能勝蒼穹”。實現夢想的道路從來就不是一蹴而就,沒有腳踏實地的點滴行動,志向再高遠也是枉然。

我曾遇到過一個愛寫作的朋友,她覺得自己沒有寫作天分,老師便給她制定了一套循序漸進的目標。

先每天閱讀,堅持在好友群內打卡,告訴大家她看了什麼書;養成閱讀習慣後,寫讀書筆記,告訴大家每天從書中獲得了什麼感想;筆記寫得順手了,再把書里的感悟與生活細節相結合,組織成文。

我看着她一天天地成長,她跟我們交流的時候說,原來寫作也並不是那麼難,曾以為自己做不到的事情,竟然通過每天的點滴行動實現了。

千里之行,始於足下。再大的夢想,也必須邁開第一步,才能有第二、第三步,和以後的千萬步。

如果你覺得一件事情很難,或許是目標定得太高。不妨先沉下心來把目標分解,讓你的小目標變得清晰可見,再藉助小目標帶來的動力去沖刺大夢想。

人要志存高遠,但不能一頭紮進“夢想遙不可及”的困擾中無法自拔。腳踏實地,方能仰望星空。每一個能實現的小目標,都有可能通往大夢想。

變得體面是一種成長(上)

體面,是我們普通人都向往的生命狀態。可究竟什麼是體面?並不是所有人都能夠通透。哲學家馮友蘭先生說:“挑水砍柴,無非妙道。”意思是,世界上最高的生活道理往往隱藏在最細節的生活之中。

一個人要過的體面,並不需要金山銀山,也不需要萬人敬仰,只需內心的豐盈與富足。因為這樣的人能夠享受生活的平淡,不懼人生的暗淡。變得體面是一種成長,是一個人從自我接受到被別人認可的過程。當你有了下面 5 個迹象,你就開始活得體面。

1. 做好身邊的每一件事

日本的生活達人松浦彌太郎曾經說過:“成功的天賦就是做好每一件事的習慣。”

松浦大叔用自己傳奇的故事闡釋了什麼叫“做好身邊的每一件事”。他 41 歲的時候才開始人生的第一份工作,擔任瀕臨倒閉的雜誌《生活手帖》的主編。那時雜誌因為太老氣了,只能成為奶奶們身邊的讀物。但松浦上任後,並沒有抱怨事業的不順,也沒有逃避困難,而是腳踏實地從身邊的小事做起。

他每天思考的事情是教人怎樣釘好釘子,怎樣做出美味荷包蛋,怎樣收藏才最節約空間。這些都來源於生活,巧妙之處就是喚起了人們對生活的熱愛。

上天總是會眷顧熱愛生活的人。

經過一年多的運營,《生活手帖》重新回到大家的視線,成為很多人的生活寶典。不久後,還蛻變成一本能發行 100 萬冊的殿堂級生活指南。

真正的體面就是來源於生活,當一個人

關注生活,熱愛生活時,就更容易找到自己的快樂和價值。

2. 懂得管理自己的時間

李開復說:“如果你問我為什麼永遠精力充沛、永遠有用不完的時間,工作、社交、生活、興趣什麼都不落下。我想說,是因為我能管理好自己的時間。”

世界上唯一公平的是時間,那些看似“三頭六臂”的人都是善於管理時間的。

養成了超乎常人的自律,你就能享受時間紅利的正向累積,猶如做了一筆穩賺不賠的投資一樣,時間越久,收益就越高。

體面,是一份來自時間的饋贈,越愛惜它的人,越活得自在。

有一次,遇到作家李筱懿。我問她:“你寫出那么多好文章的秘訣是什麼?”

她笑着說:“其實很簡單,我每天給自己定下三萬字的閱讀計劃。”

無論多忙,她總會在時間列表上添上讀書這一項,為了這幾個小時的閱讀時光,她會讓自己提高工作的效率。

做任何事情除了天賦外,更需要的是積累。你對別人的望塵莫及,來自她日復一日的點滴積蓄。

聰明的人都懂得規劃時間的力量,善用時間,讓你可以在普通生活外開闢出更多的可能性。也許其中的一兩項努力,就會變成你的一技之長。

在這個知識就是競爭力的時代里,一技之長可以讓你拋開同齡人幾條街,讓你活得更體面。

所以,當一個人越懂得管理好自己的時間,就能越早享受時間的紅利,自然也會越活越體面。

從年輕的時候起,我就拒絕同兩種人交往

-- 摘自《洛克菲勒留給兒子的 38 封信》 文 | 洛克菲勒

親愛的約翰:

我想你已經覺察到了,你的某些思想和觀念正在發生着變化,因為你的那些朋友。我當然不反對你擴大社交圈,它可以增加你的生活情趣,擴展你的生活領域,甚或幫你找到知己或幫你實現人生理想的人。

但有些人顯然不值得你與他交往,比如,那些拘泥于卑微瑣碎的人。從我年輕的時候開始,我就拒絕同兩種人交往。

第一種人,是那些完全投降和安於現狀的人。他們深信自己條件不足,認為創造成就只是幸運兒的專利,他們沒有這個福氣。

這種人願守着一個很有保障卻很平凡的職位,年復一年渾渾噩噩。他們也知道需要一份更有挑戰性的工作,這樣才能繼續發展與成長,但就因為有無數的阻力,使他們深信自己不適合作大事。

明智的人絕不會為命運坐下來哀號。但這種人只會哀嘆命運不濟,卻從不欣賞自己,把自己看成是更有份量、更有價值的人,他們失去了使自己全力以赴的感覺,和自我鼓勵的功能,反讓消極佔據了自己的內心。

第二種人是不敢將挑戰進行到底的人。他們曾經非常向往成就大事,也曾替自己的工作大做準備,制訂計劃。

但是過去幾十年或幾十年後,隨着工作阻力的慢慢增加,為更上層樓需要艱苦努力的時候,他們就會覺得這樣下去實在不值得,因而放棄努力,變得自暴自棄。

他們會自我解嘲:“我們比一般人賺得多,生活也比一般人要好,干嘛不知足,還要冒險呢?”

其實這種人已經有了恐懼感,他們害怕失敗,害怕大家不認同,害怕發生意外,害怕失去已有的東西。他們並不滿足,卻已經投降。這

種人有些很有才幹,卻因不敢重新冒險,才願意平平淡淡地度過一生。

這兩種人身上有着共同的思想毒素,極易感染他人的思想毒素,那就是消極。我一直以為,一個人的個性與野心,目前的身分與地位,同與什麼人交往有關。

經常跟消極的人來往,他自己也會變得消極;跟小人物交往過密,就會產生許多卑微的習慣。反過來說,經常受到大人物的熏陶,自會提高自己的思想水準。

我喜歡同那些永遠也不屈服的人做朋友。有個聰明人說得好:我要挑戰令人厭惡的逆境,因為智者告訴我,那是通往成功最明智的方向。只是這種人少之又少。

這種人絕不讓悲觀來左右一切,絕不屈從各種阻力,更不相信只能渾渾噩噩虛度一生。他們活着的目的就是獲得成就。這種人都很樂觀,因為他們一定要完成自己的心願。

這種人很容易成為各個領域的佼佼者。他們能真正的享受人生,也真正瞭解生命的可貴與價值。他們都盼望每一個新的日子,以及跟別人之間的新接觸,因為他們把這些看成是豐富人生的歷練,因此熱烈地接受。

我相信人人都希望列入其中,因為只有這些人才能成功,也只有這些人才真正做事,並且能得到他們期盼的結果。不幸的是,消極的人隨處可見,也使很多很多人無法逃脫消極之牆的圍困。

在我們的周圍的人並非人人相同,有些消極保守,有些則積極進取。與我曾共事的人,有些人想混口飯吃,有些則胸懷大志,野心勃勃,想要有更好的表現,他們也瞭解,在成為大人物前,必須先做個好的追隨者。

要有所成就,就要避免落入各式各樣的陷阱或圈套。在任何一个地方都有人自知不行,卻硬要擋住你上進的路,阻止你更上層樓。

有許多人因為力爭上游,而被人嘲笑甚至被恐嚇。還有些人非常嫉妒,看到你努力上進,力求表現,會想盡辦法來作弄你,要你難堪。

我們不能阻止他人成為那些無聊的消極分子,卻可以不被那些消極人士影響,降低我們的思想水準。你要讓他們自然溜過,就像水鴨背後的水一樣自然滑過。時時跟隨思想積極前進的人,跟着他們一起成長,一起進步。

你確實能夠做到這一點,只要你的思想正

常,一定可以辦到,而且你最好要這樣做。

有些消極的人心腸很好,另外還有一些消極的人,自己不知上進,還想把別人也拖下水,他們自己沒有什麼作為,所以想使別人也一事無成。

記住,約翰,說你辦不到的人,都是無法成功的人,亦即他個人的成就,頂多普普通通而已。因此這種人的意見,對你有害無益。

你要多加防範那些說你辦不到的人,只能把他們的警告看成證明你一定辦得到的挑戰。你還要特別防範消極的人破壞你邁向成功的計劃,這種人隨處可見,他們似乎專門破壞別人的進步與努力。

千萬要小心,要多多注意那些消極的人,千萬不要讓他們破壞你的計劃。不要讓那些思想消極、度量狹窄的人妨礙你的進步。那些幸災樂禍、喜歡嫉妒的人都想看你摔跤,不要給他們機會。

當你有任何困難時,明智的做法是找一流的人物來幫你。如果向一個失敗者請教,就跟請求庸醫治療絕症一樣可笑。你的前途很重要,千萬不要從長舌婦那里徵求意見,因為這種人一輩子都沒有出息。

你要重視你的環境。就像食物供應身體一樣,精神活動也會滋潤你的心理健康。要使你的環境為你的工作服務,而不是拖累你。不要讓那些阻力,亦即專門扯你後腿的人使你萎靡不振。

讓環境幫助你成功的方法是:多接近積極的人,少同消極的人來往。每一件事情都要做得盡善盡美。你付不起貪小失大所累積的種種額外負擔。

愛你的父親
May 11, 1902
(翻譯:嚴碩)

