

高水平地讚美一個人

讚美人的技術要領，總結起來就是9個字：“輕輕地”“深深地”“常常地”。

首先，讚美人的時候，不要給對方造成負擔，讚美的表達一定要簡潔。比如，我們去聽講座，聽完想讚美一下主講人。你和主講人握手的時候，就應該把讚美的意圖表達完畢。超過了握手的時間，讚美就會給別人造成負擔了。但回家以後，你可以發個夸他的朋友圈，讓他看到。這就叫不給人造成負擔，同時又完成了深度讚美的目標。

第二個動作要領是“深深地”。不是你的話要講得多重或者多長，而是要表達出“你深深地影響了我”。曾經有一個人對羅振宇說：“羅老師，有一段話，您講完，我就把我們家裡的沙發和電視都搬走了。現在我的客廳就是一個書房，我和孩子一人一張書桌，幸福感很強。”這種讚美是在向對方說，你的一句話，影響了我的生活方式。

第三個動作要領是“常常地”。在任何場合、任何場景，我們都要給別人一個正反饋——利他也是利己。

此外，我見過一個很高明的接受讚美的方式。一天，有一個人讚美一個姑娘說：“你今天真好看。”那個姑娘回道：“謝謝你，很高興你發現了這一點。”

這句話裡有個竅門，它的結尾是開放性的，“謝謝你發現了這一點”，意味著她願意繼續跟你對話。

溝通是無限的遊戲，接受讚美最好的技巧，就是讓對話可以無限延續下去。

保留一個開放式的結尾，是接受讚美的一個好方式。

文章來源：公眾號“羅輯思維”



豎起“生活耳朵”

生活中，有沒有人、什么事讓你特別警醒呢？

我想起小時候的一件事。秋收過後，很多從地裡收回來的糧食，堆放在院子裡，切好曬得半干的紅薯干、沒脫殼的花生、沒脫粒的穀子等，左一堆，右一堆，等着天氣好的時候繼續晾曬，干透了再收進糧囤。

一天夜里，突然下了一場大雨，等我和弟弟妹妹起床，雨已經停了，我們發現院子裡的糧食都已經被油紙、塑料布等蓋得好好的。這當然是父母半夜起來蓋的，而下雨時，我們兄妹三個渾然不知。我問母親：“你和爸爸是怎么知道晚上下雨的？”母親笑着說：“大人哪會像你睡得那么沉啊，院子裡的糧食，一旦讓雨淋濕，一年就白忙活了，別看我和你爸爸都睡下了，心裡惦記着，外面一有個風吹草動，馬上就會醒。”

對於母親的回答，我當年似懂非懂，直到後來自己也成家立業，才真正明白母親話里的意思。

生了女兒後，我和愛人變得十分警覺。心中惦記女兒晚上睡覺踢了被子，着涼了，或者用小手抓自己了，有蚊蟲叮擾了，所以小床上的女兒稍微有一點動靜，迷迷糊糊中就好像有個聲音叫醒我們，我和愛人都會同時醒來去看女兒，有時候一晚上會醒來好幾次。

後來和朋友聊天，說起自己的這種變化，朋友說：“小時候，你睡得很沉，是因為心有依靠；長大後，容易被驚醒，是因為你的心裡有一種責任感，讓你時刻豎起‘生活耳朵’，保持對外界變化的警覺，隨時準備着做好工作，保護家人，承擔職責。”

作者：苑廣闊

悲觀主義者的眼光

樂觀主義者看到世上最好的一面，而悲觀主義者只看到最壞的一面。樂觀主義者從消極事物中發現積極因素，悲觀主義者只能從積極事物中發現消極因素。

舉一個例子。有個人熱衷於捕獵野鴨，去市場上買獵犬。最後，他找到一條狗，那狗竟然能在水面上行走自如，叨回野鴨。他對自己的發現感到震驚，確信沒有一個朋友會相信這件事。

他打定主意，要把這件新鮮事告訴一個朋友，那朋友天生是一個悲觀主義者。獵人帶上自己新買的狗，邀請朋友一起去打獵。

他們在岸邊等着，有一群野鴨飛過，他們開槍，一只野鴨掉了下來。狗立即跳入水中。狗並沒有下沉，而是從水面走過去，把野鴨叨回來，連爪子都沒有濕。這種情況持續了一整天，只要有野鴨掉下來，狗就穿過水面去叨回來。

悲觀主義者仔細地觀察，把一切都看在眼里，卻一句話也沒有說。

在回家的路上，獵人問朋友：“你發現我新買的狗有什麼不同尋常的表現嗎？”

“我當然發現啦！”悲觀主義者回答，“它不會游泳。”

文章來源：公眾號“孫寶成的山坡”



看懂了《殺死一只知更鳥》，才明白什麼是人最稀缺的品性

有人曾說：當你覺得人生太複雜，現實太冷漠時，不妨去讀一讀普利策獲獎作品《殺死一只知更鳥》。憑藉此書，美國作家哈勃·李成為1961年普利策小說獎得主。1962年拍成電影，1963年獲三項奧斯卡獎。

故事發生在經濟大蕭條時期的美國南方小鎮上。白人律師阿迪克斯力排眾議，為被誣陷的黑人湯姆辯護。即便最終結果令人遺憾，但阿迪克斯所表現出的睿智、寬容和勇敢，依然感動著眾人，也包括自己的孩子。

細細品味此書，你不難發現，它用最樸實的文字和最普通的故事告訴世人：任何時代，都有屬於自己的英雄主義。且，總有一些人，憑藉高貴的品行就超越了時代。

1. 做人的最高智慧：不經他人苦，莫議他人事
位於美國南部的梅科姆小鎮，是個白人居多，保守封閉的小地方。白人律師阿迪克斯，帶著兒子杰姆，女兒斯庫特，住在鎮居民區的主街上。白天，阿迪克斯去律所上班，下班便回家為孩子們讀書，和他們玩耍……一家人的日子過得優哉游哉，寧靜自得。

小孩子的興趣點總是千變萬化，斯科特6歲那年，鄰居“怪人拉德利”成功抓住了兄妹倆的目光。據說，“怪人拉德利”是個愛生吃小動物，小鎮上發生的小偷小摸總與他相關，只在夜黑風高時出來走動的怪人。

人們稱他為“住在房子里的惡毒幽靈”。這樣的傳聞就像一枚雙刃劍：讓孩子們感到恐懼，也讓他們無比好奇。

《哪吒之魔童降世》中有句耳熟能詳的台詞：人心中的成見就像一座大山，往往會吞噬人的理智。而誤將愚昧當德行，錯把謬論當真理，終將給他人造成傷害。

其實，“怪人”名叫阿瑟，多年前，他用剪刀扎傷了從身邊經過的父親。警察本打算送他進精神病院，可老拉德利極力反對。老拉德利表示：兒子只是過度緊張，並非癲狂，承諾自己可以照看好他。終於，阿瑟被允許回家。

從那天起，老拉德利開始兌現承諾：家裡的門永遠緊閉，不管平日還是周末，阿瑟也默在家二十五年未曾露面。可拉德利家的離群索居，又讓小鎮居民們藉此衍生出些驚悚傳聞來。

從街坊那聽來阿瑟的這些訊息後，孩子們行動起來：去攀爬阿瑟家的院子，去“衝擊”他家的大門……目的只有一個，引阿瑟出來。

可試探越多，孩子們越是發現：阿瑟並非傳聞般惡毒，而是善良溫潤的。阿瑟家後院的胡桃樹洞裡，總會有一些暖心的小玩意兒……那是阿瑟為兄妹倆準備的小禮物。鄰居家着了火，斯庫特兄妹倆觀看眾人救火後竟呼呼睡着……待兩人醒來，發現阿瑟悄悄為他倆蓋上

一條棕色羊毛毯。
即便經歷不堪，卻依然對世界充滿熱愛，這是一種難能可貴的能力。

阿瑟的舉動徹底打動了孩子們。

竹筒倒豆子般，杰姆向阿迪克斯說出了對阿瑟的感覺，然後一本正經地說：“我們想把這封信送到拉德利先生手上，因為總感覺他是喜歡我們的……”一邊讀著那封信，阿迪克斯一邊對兒子說：“別再去折磨那個人了。拉德利先生做什麼是他自己的事情，他的所作所為也許在我們眼裡有些古怪，但他自己覺得不出格就行。”

很多時候，這個世界不是非黑即白，只是我們站在自己的角度，難以察覺別人的艱辛和苦楚罷了。

而做人的最高智慧，便是儘量別做這兩件事：用自己的口舌去評價別人的生活，靠自己的腦子去思考別的人生。

2. 最頂級的修養：堅持自我，包容差異

春去秋來，日子一天天滑過。突然，一個勁爆的消息打破了小鎮的寧靜：白人尤厄爾狀告黑人湯姆傷害自己的女兒！更令人乍舌的是：阿迪克斯欣然接受法庭指派，為湯姆辯護。

要知道，那年頭，種族歧視觀念仍然盛行。阿迪克斯的做法，傷到了鎮上每個白人的感情，也使家人陷入一種難堪的境地。

學校里，同學沖著兄妹倆叫嚷：“你爸爸丟人現眼，那個黑鬼應該被拖到水塔上去吊死！”
兄妹倆的姑姑也一度認為自己哥哥的做法是在給家族抹黑……而鄰居杜博斯太太，更是說出了極其刻薄的話：“你們的父親為那些黑鬼和人渣打官司，他自己也強不到哪兒去！”

如此惡語中傷，終於讓杰姆忍無可忍，他闖進杜博斯太太家，一口氣將院里的山茶花枝頭全都打斷，只留下一地綠色花苞和葉子，然後憤然離去。

第一次，阿迪克斯用嚴肅的口吻對杰姆說：“兒子，我知道，因為我幫黑人打官司，肯定有很多事惹你惱怒，但是，這樣對待一個生病的老太太是不可原諒的。你必須去和杜博斯太太談一談。”杰姆乖乖去了。

回家復命的他告訴阿迪：“已與老太太達

成協議，將在一個月內每天去為她讀書。”畢竟不情不願，每次從老太太家回來，杰姆總是滿腹牢騷。阿迪安撫道：“不要只看表象，你試試去發現她不為人知的另一面呢。”

一個月後，老太太去世了，阿迪克斯向杰姆揭曉謎底。原來，杜博斯太太重病在身，長期靠嗎啡緩解病痛，對藥物已產生依賴。可自知將不久於人世的老太太想乾淨離開這個世界，便下定決心要戒掉嗎啡癮。聽杰姆讀書，只是老太太為分散戒藥注意力的權宜之計。

阿迪克斯對杰姆說：她對各種事情都有自己的看法，也許和我們有很大不同，但我依然想讓你從她身上發掘一些值得尊重的地方，她憑著九十八磅重的身軀，不依賴外力戒掉藥癮，死得無辜無挂，她當之無愧是位了不起的女士。

堅持自己的選擇，會讓你特立獨行；而包容他人的差異，更

會讓你海納百川。

正如德國哲人康德所說：我尊重每一個獨立的靈魂，即便有些我並不認同，但我能做到儘量去理解。

是啊，這世間，觀念千千萬萬，並沒有絕對的正確或錯誤。你眼中的天理難容，也許正是別人眼中的天經地義。

3. 真正的英雄主義：明知會輸，依然義無反顧的堅持

本來，阿迪克斯完全可以拒絕“為湯姆辯護”。但他深知：在這白人至上的小鎮，如果自己已不為湯姆辯護，他會被處死。所以，阿迪克斯選擇去守護湯姆這只“知更鳥”。

也正因此，暗自為父親擔憂的斯庫特才與阿迪有了不止一次這樣的對話。

斯庫特疑惑地問：“阿迪克斯，你一定是錯了吧……大多數人好像都認為他們是對的，你是錯的。”

“他們當然有權那樣想，他們的看法也有權得到充分的尊重。但是，有一種東西不能遵循從眾原則，那就是人的良心。”阿迪克斯回答到。

又一次，斯庫特憂心忡忡地問：“阿迪克斯，這場辯護我們會贏嗎？”

“沒戲，寶貝兒。”

“那……為什麼還要……？”

“總不能因為一百年前那場戰爭我們一敗塗地，就放棄爭取勝利吧。”阿迪克斯說。
上庭前，阿迪克斯鄭重其事對兄妹倆說：在我們生活的這個世界上，總有什麼東西讓人喪失理智。你們將看到，陪審團成員是十二個通情達理的普通人，可在他們和理性之間隔著一層東西，即使他們努力想做到公平，結果還是事與願違。這些事情很醜惡，但這就是現實。

開庭的日子到了，儘管所有的證據都指向尤厄爾父女在撒謊。可歷經三個小時的艱難抉擇後，陪審團依然一致裁定“湯姆有罪”。

法官宣判完畢，阿迪克斯默默離開。當他的身影出現在過道上時，令人感動的一幕出現了：法庭廊台上，後三排的黑人全體起立。並且，一位黑人還提醒坐著的斯庫特：“斯科特小姐，請起立，你的父親要經過這裡。”

第二天早上，阿迪克斯的廚房裡堆滿了鄰居們自發送來的食物。即便觀念相悖，但小鎮居民們依然用這種方式表達自己的崇敬之意。

輸贏，不是人生的全部意義。與其贏得聲名狼藉，不如輸得滿堂喝彩。
畢竟，我們一路奮戰，不是為了改變世界，而是不讓世界改變我們。

曾經，有人問“什麼是真正的英雄主義？”
羅曼·羅蘭說：世界上只有一種真正的英雄主義，那就是認清生活真相後，依舊熱愛生活。麥家說：人生海海，潮落之後是潮起，你說那是消磨、笑柄、罪過，但那是我的英雄主義。而阿迪克斯認為：真正的英雄主義，就是在你還沒開始的時候就知道自己注定會輸，但依然義無反顧地去做，並且不管發生什麼都堅持到底。

4. 寫在最後

贏了訴訟，卻顏面盡失的尤厄爾孤注一擲，在放學路上襲擊杰姆兄妹倆，以此報復阿迪。危急關頭，怪人阿瑟再次出手：他殺死了無賴，救下了兄妹倆的命。對於阿瑟的過失殺人，法官並未判他有罪，反而認為“這是為全鎮做的好事。”

最終，法官宣佈：尤厄爾先生倒在自己的刀口上斃了命。

“正義也許會遲到，但絕不會缺席。”多年以後，美國大法官休尼特如是說。

有人說，在有條件的情況下，越早看《殺死一只知更鳥》越好。看清了人性的複雜，才能更好地應對世事，活得通透；理解了人生的真相，方能更好地認識自己，處世從容。

最後，用書中的一句話作為結尾：“斯庫特，大多數人都是善良的，等你最終瞭解他們之後就會發現。”作者：一木