

一個人看不起你，才會給你這六個“暗示”，沒人說但你要懂

在生活中，我們經常會遇到有人對我們表現出輕視或者看不起的態度。雖然他們可能沒有直接表達出來，但是他們的行為和舉止卻透露出了一些“暗示”，告訴我們他們對我們不以為然。以下有六個“暗示”，可能是他們潛意識中傳達給你的信息。

第一，“嗯”、“哦”的反應。當你和某人交談時，對方只給出簡單的回應，比如“嗯”、“哦”，並沒有展開交流的意願，這往往意味著對方對你不太感興趣，對你的觀點或話題持懷疑的態度。

第二，忽略你的存在。在一個群體中，如果有人總是忽略你的存在，不理睬你或者不邀請你參與活動，那麼很有可能是因為他們看不起你，不願意和你打交道。

第三，冷淡的微笑。有時候，人們會用微笑來掩飾自己的不屑或者輕視，這種冷淡的微笑往往暗示着對方對你的不屑一顧。

第四，嘲諷性的玩笑。有些

人在無意之中，用帶有嘲諷性質的玩笑來調侃你，這其實是在暗示你的身份地位低於他們，成為他們取樂的對象。

第五，不屑一顧的眼神。眼神往往能透露出一個人的內心真實想法，如果對方看你的眼神中帶有不屑或者輕視，這就是明顯的暗示。

第六，刻意遠離你。如果有人明顯地避開與你接觸，刻意遠離你，那麼很可能是因為他們看不起你，不願和你有過多的聯繫。

當我們感受到這些“暗示”時，不要沮喪或者消沉，相反，可以從中獲得啟發。首先，可以用這些信號來分辨出那些真正願意和我們交往的人，從而更好地選擇朋友。其次，可以以此為動力，不斷努力提升自己，讓那些曾看不起你的人刮目相看。最後，更多地關注那些真正欣賞你、尊重你的人，與他們共同成長。

面對別人的輕視，不必為此感到絕望，而是要以此為契機，不斷提升自己，成為一個更加優秀的人，讓那些曾經看不起你的人肅然起敬。



有這三種行為的女人，多半命苦

人生百態，命運多舛。在社會百態的生活中，我們常常能夠看到一些女人，她們的生活似乎總是陰差陽錯，命運多舛。從這些女人身上，我們或許可以找到一些共性的行為，這些行為或許成為她們命運多舛的原因。

患得患失，心態消極
這種女人常常表現為患得患失，對生活充滿負面情緒。

她們可能過於擔憂未來，過於糾結過去，導致自己的心態一直處於消極的狀態。

患得患失的情緒讓她們無法真正享受當下的美好，使得生活充滿焦慮和憂愁。

這樣的行為不僅會讓自己陷入負能量的循環，還可能影響到周圍的人。

患得患失的心態讓她們無法更好地應對生活的波折，最終可能導致命運的多舛。

缺乏自我肯定，容易受傷
這類女人往往缺乏對自己的自信，過于在意他人的評價。

她們容易受傷，對於外界的一些負面言論或者批評難以應對，可能會因此深陷情感的低谷。

缺乏自我肯定的女人容易對自己定下過高的標準，卻總是覺得自己達不到。

這種消極的情緒和自卑感可能會影響她們的人際關係和事業發展，從而使得命運不夠如意。

缺乏積極的人生態度
中心照管不及者多矣。

大意：人的精力畢竟有限，如果在容貌上花太多的功夫，往往就不能照管到內心了。

感悟：如今是個看臉的世界，注重的是顏值，整容更是遍地橫行。這些人，真該看看王陽明這句話。好在還有一句“主要看氣質”，倒還合乎陽明心學的宗旨。

顏值是有保鮮期的，氣質卻沒有，而且還會如酒一樣越陳越香。分多一點時間，去多關照和修養下自己的內心吧。

12:好學+堅持=涵養
人須是知學。講求只是涵養，不講求只是涵養之志不切。

大意：人應當知學。求學講論無非是涵養德行。不求學講論，只是因為涵養的志向不夠真切。

感悟：諸葛亮在《誠子書》中說：非學無以廣才，非志無以成學。王陽明這句話的意思基本也是一樣，但要更深一些——學不僅關係到才，更關係到涵養。

所以人是不能不學的，如果學不下去，原因諸葛亮和王陽明也說得明白——那是你的意志不堅定，志向不牢固。

13:心正是少發怒
凡人忿懣，着了一分意思，便怒得過當，非廓然大公之體了。故有所忿懣，便不得其正也。

大意：一個人在忿怒時，較容易感情用事，有時會怒得過分，就失去廓然大公的本體了。因此，有所忿怒，心就不能中正。

感悟：王陽明這句話其實是在告訴我們：易怒、愛怒、暴怒，那都是修養不足表現。修養不足則意不定，心不正，既失去了廓然大公的本心，也違背了中正之道。這樣的心，有兩個詞可以形容：偏激、邪氣。注意和克制自己的怒氣，則正是矯正涵養之路。

14:要想快樂，須哭出來
須是大哭一番了方樂，不哭便不樂矣。雖哭，此心安處即是樂也。

大意：唯有痛哭之後才能樂，不哭就不會樂了。雖然痛哭，此心卻得到了安慰，因而也就是樂。

感悟：假如天天吃肉，也就不覺得肉香；如果天天都像過年，真到過年時也就沒有年味兒了。王陽明說的道理，完全合乎陰陽辯證之道。

所以不要害怕生活中的痛苦，那正是在為明天的快樂打基礎。王陽明同時還告訴我們，實在忍不住，就哭出來吧，發泄正是一種放鬆身心的最好方式。

15:這個世界沒有對不起你
汝若以厭外物之心去求之靜，是反養成一個驕惰之氣了。如若不厭外物，復于靜處涵養，卻好。

大意：你如果是厭棄外物的心去靜中尋求，相反只會養成驕惰怠惰的惡習。你若不厭棄外物，再到靜處去涵養，這樣就是可以了。

感悟：為什麼厭棄外物就是驕惰怠惰？因為那背後是你對這個世界的鄙夷，以及不屑為伍。而世界只是自然，運作只依造化，又有什么可鄙夷和不屑的？

所以一切都是你心的問題，你以為你是被辜負，其實不過是你的私心私欲沒被滿足，順從和將就罷了。所以，擺正心態是第一步。

16:遇到惡人，最好的辦法是別理他
凡文過掩惡，此是惡人常態。若要指謫他是非，反去激他惡性。



擁有積極的人生態度是邁向幸福的關鍵。

然而，有些女人可能長期處於消極的情緒狀態，對生活充滿抱怨和不滿。

她們可能缺乏對生活的熱情和對未來的期許，容易在困境中失去前行的勇氣。

缺乏積極人生態度的女人，往往在面對挫折時難以振作起來，可能選擇逃避問題或者沉溺于消極情緒中。

這種態度可能使得她們錯失許多機會，影響到命運的發展。

儘管這三種行為可能會讓女人命運多舛，但每個人都有改變自己命運的力量。

通過調整心態，建立自信，培養積極的人生態度，這些女人有望走出陰霾，迎接更加美好的人生。

不同的行為決定了不同的命運，希望每位女性都能夠在自己的人生道路上找到正確的方向，創造屬於自己的幸福。

生活不易，但只要有勇氣去改變，未來必定充滿希望。

王陽明心學二十句，通俗易懂，卻影響了幾個時代

靜亦定，動亦定。王陽明說，人為了生存，難免要追求一些能使自己感到安全的東西，諸如金錢、名利、地位。不過，有的人是在“良知”的指導下追尋這些，有的人卻只是一門心思地追求外物。如果我們的內心永遠訂着那些外物，必然會累得死去活來。

而心學的最大妙處在於：我們可以在身心幸福的情況下追逐外物，只要能以良知為指引，追求什麼都是可以的。

因此，王陽明心學不僅是我們身心修行的法寶，還是我們人生問題的靈丹妙藥。尤其是，下面這20種直接關係現實生活的真切智慧。

01:做事是最靠譜的修煉
人須在事上磨，方立得住，方能“靜亦定，動亦定”。

大意：人應該通過經歷各種事情磨練自己，才能立足沉穩，才能達到“無論動還是靜，都能保持心中沉淀”的境界。

感悟：王陽明告訴我們，入世做事才是人生修行的最好法門。因為如果心不靜而躁動，這些躁動就會在做事時被充分地激發出來。而要把事情做完、做好，就勢必要儘量調伏自己的心，耐住自己的性。而這，正是對心性的最好磨礪。

02:與朋友相處，懂得謙讓很重要
處朋友，務相下則得益，相上則損。

大意：與朋友相處，彼此謙讓，就會受益；彼此攀比，只能受損。

感悟：是人人都有私心，都會注重自己的利益，每個人的付出都是需要得到回報的，這是人之常情。所以朋友之間以彼此謙讓為基礎，不僅每個人的利益不會受損，雙方在互幫互助、互利共贏中還能使彼此獲得更大的利益。兩人之間的交情，也會隨之越來越深。

03:越不想看書，越要硬著頭皮看
日間功夫覺紛擾，則靜坐。覺懶看書，則且看書。是亦因病而藥。

大意：如果白天做功夫覺得煩躁不安，那么就靜坐。就算不想看書，也必須去看。這是對症下藥，也是一種方法。

感悟：膚淺浮躁的心，總是會本能地往舒服上跑。越是貪戀舒服，就越不會成長、成熟，甚至還會更加膚淺浮躁。所以要扭轉這種狀況，就要逆著自己的性子來，越不想做什麼，就越要耐著性子去做。這正是對自己心性的磨礪。

04:一點私心都不能留
克己須要掃除廓清，一毫不存，方是一毫在，則眾惡相引而來。

大意：克制自己務必要將私心徹底掃除乾淨，一點私欲沒有才算可以。有一點私欲存在，眾多的惡念就會接踵而至。

感悟：克制自己，是為自己氾濫如河的私欲築起一道堤壩，勢必要固若金湯、滴水不漏。如果留存一點私欲，就如同在堤壩上鬆開了一道口子，很容易就造成大壩的決堤。因為這時你整顆心都還是慾望主導的，只是潛伏了下來。所以克己修身，是來不得半點妥協的。

05:悔悟是人生最好的藥
悔悟是去病的藥，然以改之為貴。若留滯于中，則又因藥發病。

大意：悔悟是去病的良藥，貴在改正。如果把悔悟留在心里，那又是因藥而生病了。

感悟：人非聖賢，孰能無過？知錯能改，善莫大焉。這就是人生的常態，稀鬆平常得很。所以第一要懂得悔悟，第二要懂得改正，第三要懂得把悔悟留在心里。這就是完整的成長過程。

06:工作生活忙亂，皆因得失之心
凡處得有善有未善，及有困頓失次之患者，皆是牽于毀譽得喪，不能實致其良知耳。

大意：處理事情出現有時好有時不好的情況，並伴有困頓失序的弊端，這都是由於被毀譽得失的心所連累，不能實際地獲得他的良知。

感悟：當今社會，很多人在工作生活中都是手忙腳亂、越忙越亂，把事情弄得一團糟，自己也困頓不已、狼狽不堪。為什麼會這樣？

王陽明一語道破天機——那只是因為你的得失之心太重，只想要好的結果，恐懼得到壞的結果，於是就蒙蔽了自己那顆本來能泰然處之、平和應對的心。起伏得失本是常態，盡力而為，順其自然才是合理的態度。

07:只知逃避永遠沒出息
人須在事上磨練，做功夫乃有益。若只好靜，遇事便亂，終無長進。那靜時功夫亦差似收斂，而實放蕩也。

大意：人必須在事上磨練，在事上用功才會有助。若只愛靜，遇事就會慌亂，始終不會有進步。那靜時的功夫，表面看是收斂，實際上卻是放縱沉淪。

感悟：王陽明所說的情況，放在現在，叫“逃避”，根本就不是清靜，所以王陽明才說那是“放縱沉淪”。事情是要面對的，人是要在事上磨的，逃避是永遠沒有出息的。

08:對朋友少指責、多鼓勵
大凡朋友須箴規指謫處少，誘掖獎勵意多，方是。

大意：與朋友相處，彼此問應當少一點規勸指責，多一點開導鼓勵，如此才是正確的。

感悟：朋友犯了錯誤或者遇到難處，本就心里懊惱痛苦，規勸其實沒什麼用處，指責更是雪上加霜，無疑是在傷害朋友、毀滅友誼。只有開導和鼓勵，才是最有情有義的做法，才對朋友真的有用。所謂患難見真情，王陽明告訴我們的是基於人性和情義的交友之道。

09:蒙蔽心靈的，永遠是物欲
若無有物欲牽繫，但循著良知發用流行將去，即無不是道。但在常人多為物欲牽繫，不能循得良知。

大意：如果沒有物欲牽繫蒙蔽，只靠良知去發揮作用，那么就無時無處不是道。然而，平常人大多被物欲牽繫蒙蔽，不能遵從良知。

感悟：王陽明口中的“良知”，等同於“本心”。本心人人都有，王陽明則告訴了我們為什麼多數人不能保持和守住本心，那便是因為物欲的蒙蔽。

當今時代，這點尤其值得人們重視。被蒙蔽的心，如蒙蔽二字的含義，是陰暗而糊塗的，就算得到再多，又有什麼用？唯有本心呈現，才能清明、放鬆和自在。

10:要善惡分明，更要愛恨分明
人但得好善如好好色，惡惡如惡惡臭，便是聖人。

大意：人只要喜好善行如同喜愛美色，憎惡惡行如同討厭惡臭，他就是聖人了。

感悟：很多人都以為聖人是一種高高在上的存在，可望而不可即。王陽明則告訴我們，聖人其實很簡單、很平常，就是知道善惡，並能從善如流、嫉惡如仇。這就是大道至簡。可說起來容易簡單，又有幾人能做到的呢？

11:別在打扮自己上花費太多時間
人只有許多精神，若專在容貌上用功，則于



不到自己的一顆心狹隘戾氣，不夠寬容和涵養，又把精力放了太多在詆毀上，那么就既在加劇心中惡疾，又沒有時間精力去改善這種狀況。

那么久而久之，自然就把自己就誤了。人心不正，則事事不正，處處都會就誤自己。其中的值與不值，一目了然。

20:你只是不夠全神貫注、全力以赴
持志如心痛，一心在痛上，豈有功夫說閒話，管閑事？

大意：持守志向猶如心痛，如果心思全在痛上，哪里有功夫說閒話、管閑事呢？

感悟：王陽明這一句話說到了點子上，你為什麼在實現目標的道路上總是容易三心二意開小差？不是那些讓你分心的人和事的問題，你的注意力不集中也不是主要，而只是你的心不夠定、志不夠堅，這才是根本。

學王陽明，要牢牢記住一點：一切的問題，都是心的問題，都要從心上找原因。而這原因，往往都是心不夠定，心性不夠沉。