

# 某人没有你以为的那么好

(美国)韦伦·刘易斯 邓 笛编译



人人都有缺点,但人人又都想方设法隐藏缺点。我们需要认识自己的缺点并努力改正,也需要发现别人的缺点从而使自己不成为其缺点的受害者。如果你从某人身上发现了以下10个迹象,说明这个人可能没有你以为的那么好。记住,这个“某人”,可能是别人,也可能是你自己。

1. 不承认自己的错误,总是把错误归咎于别人。这种人的口头禅是:“没有的事”“没那么糟糕吧”“没什么大不了的”“不关我事”“我不是故意的”“是你活该”之类。如果你认识一个人很久了,从来没听他有“怪我,是我搞砸了”这类表达,那他并非是一个完美的人,而更可能是一个可怕的人,早晚会以你无法想象的方式伤害你。

2. 乱扔垃圾。如果一个人有暴力行为,可能会引起你的警觉,但如果仅是有乱扔垃圾的习惯,你可能不会太在意。请你注意,一个乱扔垃圾的人,不只是不够文明,还透露出他对别人不够尊重。表面看来,乱扔垃圾的人以自我为中心,不照顾别人的感受。其实,乱扔垃圾的人会为了自己的利益,不惜伤天害理。

3. 虐待动物。如果你发现一个人虐待动物,最好别跟这个人深交。虐待动物的人有攻击性,也许平时这种人看上去很正常,甚至和善有礼,一旦遭遇压力和挫折时,他的攻击性就会被激发出来,很可能对你造成伤害。

4. 背后说人坏话。虽说“谁人背后不说人”,但如果这个人习惯于搬弄是非,你就要注意了,因为他(她)不仅在背后说你的坏话,甚至会对你造成极大的伤害。

5. 欺凌弱小。这种人跟虐待动物的人很相似,他们对无家可归者、售货员或其他服务行业从业者态度蛮横、极不礼

貌,动辄粗言秽语、恶语相加。这些人对你或许很好,说不定还给过你很多帮助,但你仍需警惕,尽可能与他们保持距离。他们往往是缺少爱心的人,内心无比自卑,又无比高傲,容易做出极端的事情,一旦做起坏事没有底线。

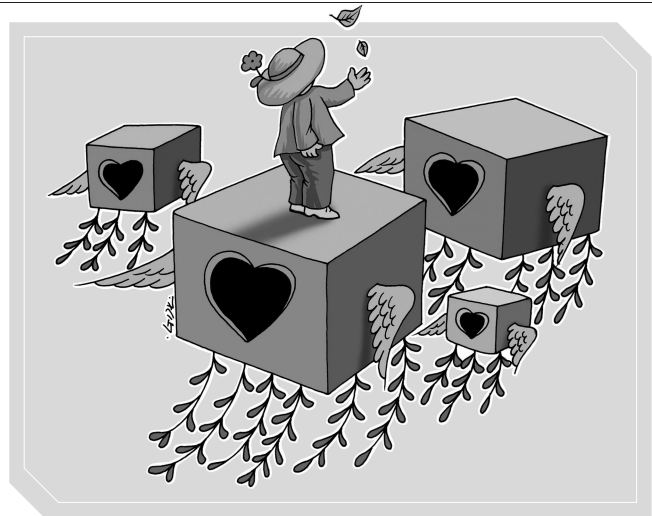
6. 习惯性说谎。有一种人什么事情都喜欢用谎话来应对,他们的谎言不是蓄意谋划的,不具备杀伤力,甚至很容易识破。对他们来说,交流就是撒谎,而不是真诚地倾听和表达。这样的人,一般来说,也不是什么坏人,但大多不够成熟,不适宜委以重任。

7. 自称为好人。自称好人的人,总喜欢用一些正能量的词汇给自己贴标签,但他们的真实用意很可能是企图操纵别人的思想。这样说似乎上纲上线了,但你不得不防。

8. 严重的妒忌心。妒忌心人皆有之,但有些人会把别人的快乐或成功当作是对自己的侮辱。有时候,别人的快乐和成功,确实会让我们想到自己的孤独、寂寞和不完美,但那些无法宽容他人快乐或成功的人,内心是扭曲的,他们往往个人主义思想极其严重,对事物发展规律缺乏认识,不能够正确看待人生价值。

9. 冷漠无礼。有些人不会说“谢谢”“请”之类的话,看似不懂客套,实质上是自私、懒惰、不会体谅人,这些人可能不是什么坏人,人们习惯用“情商低”形容他们,但我常常不客气地把他们归类为“浑球”。

10. 驾车不文明。开车看性格,停车看人品。开车时容易发火骂人,狂按喇叭的人,往往都是脾气比较暴躁的人,如果他平时温文尔雅,可能只是伪装。而一个人乱停车,说明这个人不是一个照顾别人感受的人,一切只为了自己快活,很少为他人着想。



## 积极比较,助你成长

韦华明编译 郭德鑫插图

为什么我们那么容易将自己跟别人作比较?比较在足球场上的进球数,比较读过的书的数量,比较这比较那,总是有可以比较的事物。科学家表示,比较是一种自然行为,有助于人类相互学习并取得更多成就。虽然比较对你有好处,但并不总是有帮助的,你可能会陷入比较的陷阱——在比较中,让他人作为决定了你的感受。

### 比较对你有好处吗?

贝基·希尔是一名儿童治疗师(帮助孩子理解自己感受的人),也是《打造你的自信》一书的作者。她认为,比较只会带给我们两种感受:感觉良好或糟糕。虽然有些人看到别人做得更好,会以此激励自己设定更高的目标,更加努力。然而,贝基说:“有时比较会让你觉得自己很糟糕,打击你的信心。需要注意的是,当你看到某人做得不如你好,可能会让你产生自己做得很好的错觉,这可能会阻碍你提高。”

如果你的感觉取决于别人在做什么,贝基建议:“让自己周围都是啦啦队长。”注意别人给你的感觉,花时间和那些赞美你的优点的朋友在一起。如果你关注的社交媒体账号让你觉得自己在很多方面都很失败,那就取消关注。她说:“找那些能让你开怀大笑或让你变得更可爱的人或内容。最后,关注你自己的成就以及如何提高,你能与之竞争的最佳人选就是你自己。”

### 如何做积极、健康的比较?

与其努力成为做得最好的那个人,不如以做最好的自己为目标。这意味着你看重自己的成就,而不是别人的。庆祝进步,而不是只看重最终的结果;别人是否比你更好或更快并不重要,重要的是你有多努力。设定一些目标,记录你的进步,与其说“我做不到”,不如说“我只是目前还没做到”。

## 精雕

刘晓亮编绘

华而不实,徒劳无功。



漫画思维