

把冷话加热了再说

表达情绪真是当代人沟通最大的软肋。你如果问一个人：“你这几天过得怎么样啊？”他一定只会回答你“还可以”“一般般”“没啥特别的”等等。如果有人回答我：“太糟糕了，我早晚有一天要被这些破事烦死！”我就会对她的好感度上升很多，即便她表达的是负面情绪。

恋爱中的情侣喜欢问对方：“在干什么？”恋爱技能较低的男生喜欢回答：“没干什么啊！”显然这个回答会让话题终结。这个答案的错误就在于，“在干什么”这句话并不是真正想了解你现在做的事情，而是表达一种“我想你了”的情感，你需要使用情感去回应。我们生活中没多少轰轰烈烈的大事，你需要学会把琐事加入情感表

达。不妨试试这句：“我刚吃了个香蕉，似乎坏了，胃好疼啊，肚子就像火一样在燃烧！”

在任何一段关系里，冷话都是伤人的。当一个人不会因为你袒露出丝毫的情绪时，你们距离已经无法靠近了。虽然情绪袒露太多略显矫情，但袒露太少却是陌生的信号。

当代人对情感的渴望是极其强烈的，但是他们表达情绪和情感的词汇却贫乏得可怕。遇到冲突时只会使用脏字来回应，他们大脑中没有“难过”“生气”“伤心”等词。他们并不知道，这个脏字表达的攻击性是很高的，很多时会激化冲突。大部分“说话直”的人喜欢躲在“真性情”“拒

绝套路”“正直不阿”的高尚标签里，其实他们所说的每一句话都只畅快了自己从而伤害了别人，因而导致自己的处境越发糟糕。

你发现说真话容易犯错，便不再说话；你发现你的情绪会影响人际关系，便忽略了表情；你发现手舞足蹈会影响形象，便不再做任何夸张的动作。你终于活得“规范”了，去掉了表情，隐藏了情绪，成了“套中人”。但成熟并不是个逐渐变得沉默的过程，你不需要闭嘴，而是需要过滤嘴。真正的情商高手，从不说冷话，他们会把冷话加热了再说。

（剑圣喵大师）



青鸟鸣深涧，
野果落空山。
拾得回城去，
可卖好多钱。

老树画



哈哈一笑

持家

知道什么叫会持家吗？我每次买金针菇都会放一个晚上第二天才吃，因为一个晚上的时间，它还能多长一点点呢，不信你试试！

积极的一面

小明为了减肥，花了一千多块钱办了张健身年卡。一年之后，他发现自己只去过三四次，于是很后悔。

朋友安慰他说：“什么事都要想它积极的一面，如果你没办这张卡，可能那一千多块钱都买膨化食品了，所以办卡对减肥多少还是有点用处的。”

谁的责任

“喂，老公，你在哪儿呢？”“我在公司呢。”“告诉你件事，你别生气啊。”“你说，没事。”“撞车了。”“啊！谁的责任？”“我觉得……应该是我的责任。”“那对方就一点责任都没有吗？”“对方是墙。”



网言网语

生活中的定律

苹果定律：如果一堆苹果，有好有坏，你就应该先吃好的，把坏的扔掉，如果你先吃坏的，好的也会变坏，你将永远吃不到好的。人生亦如此。

谈话定律：最使人厌烦的谈话有两种，一是从来不停下来想想，另一种是从来不想停下来。

游戏定律：无论你保龄球打得多么烂，每局都可能有一两次全中，令你满意，下次再来。

指责定律：当用一个手指指责别人的时候，别忘了总有三个手指指向自己。

旅游定律：没有比记忆中更好的风景，最好不要故地重游。

寻找定律：有时候越是急着找手机，翻遍整个房间也找不见，静下心来发一会儿呆，你就会发现手机一直就在左手里。



微语录

△向前走，就不必为了某些人的说三道四而瞻前顾后，否则纵使你好人做尽也不一定落好。你唯有勇往直前，以成功赢得尊重。这是一个强者的世界，人们不会听你说什么，而只看你做成了什么。

不解释，往前走就是了。

△一个人的时候，你还是可以好好活下去。如果没有人相信你，那就自己相信自己；如果没人欣赏你，那就自己欣赏

自己；如果没人祝福你，那就自己祝福自己。自信是成功的源泉，自省是成长的阶梯，自强是进取的前奏。自己读懂了自己，世界才能读懂你。