

成年人社交中，没人告诉你的4个潜规则

我们从懂事开始，就在与各种各样的人打交道。

成年之后，社交更是成为了生活中必不可少的一部分。

社交跟其他事情一样有着规则，一些是明着的，一些是潜着的。

了解一些“潜规则”，会让我们在处理人际关系时，更加游刃有余。

聪明人，不说硬话，不做软事

知乎上有一个很搞笑的问题：怎样培养一种看上去就不好惹的气质？

底下有一个回答却非常正经：

看上去不好惹的气质并没有什么卵用，看上去杀气很重的那种往往不是地痞流氓就是街头混混。

让人不轻视你，不忽视你，说起来很难，但其实也简单。总结下，就两点：

1. 从不说硬话
2. 从不做软事

一言不合就开怼、吵架、撻狠话，这不会让人觉得很刚很有骨气，只会觉得这个人太傻了，一点都不懂得为人处世。

真正聪明的人，从不轻易跟任何人撕破脸，待人接物永远平静和气，但决定的事情从来不妥协，该守的底线一步不退让。

费孝通年轻时曾追求过杨绛，遭到拒绝之后，便想要退而求其次地与杨绛做朋友。

杨绛当时是这么回答的：

朋友，可以。但朋友是目的，不是过渡；换句话说，你不是我的男朋友，我不是你的女朋友。若要照你现在的说法，我们不妨绝交。

费孝通当时答应只做朋友，不抱有非分之想。却在钱钟书去世之后上门看望杨绛，流露出想跟她“再续前缘”的意思。

面对老友的反尔反，杨绛并没有生气，也没有指责，反而在费

孝通离开时亲自送他下楼，然后跟他说：“楼梯不好走，今后你也不要‘知难而上’了。”

杨绛一番举动，既没有伤害老友的自尊，又坚定地表明了自己的立场，绝了对方不该有的念头。

所以，想维护自己的原则，并不只有疾言厉色一途。

哪怕真的遇到需要硬刚到底的事情时，也要记得面带微笑。

为人方正，处事圆融，才是人生智慧。

保持30%的神秘感，人才有魅力

微信里有一个纯因为工作需要加的好友，我们从未见过面，但我却对她的生活了如指掌。

不是我有偷窥的癖好，而是她一天要发将近20条朋友圈来展示她的生活。

她今天穿了什么颜色的衣服，涂了什么颜色的口红，上礼拜考了个什么证书，半年前跳槽去了哪家公司；跟男朋友是怎么认识的，某天通话说了什么，又因为什么吵架……

像做汇报一样，给周围的人展示得清清楚楚。

身边有她微信的人不少，大家都了解她，但是没一个人想去认识她。

理由很简单，人跟动物一样，都有猎奇的心理，都喜欢探究。

如果街边一幅画上面盖了层帘子遮掉了一部分，我们会好奇被遮掉的那部分是什么，从而走近想要一窥全貌。

但是当一幅画完完整整地摆在路边时，更多的人会选择目不斜视直接走过。

有神秘感，才有魅力，所以“犹抱琵琶半遮面”就显得分外动人。

记得小时候看过一个电视剧，里面姐姐和妹妹同时爱上了一个男人。姐姐对男人倾其所有，尽诉衷肠。但是男人却对妹

妹更感兴趣。

妹妹问为什么，男人说：“你姐姐就像一杯水，光一照就见底了。而你却像一口井，怎么都看不到井底。”

爱情中需要的新鲜感，人际交往中也同样需要。

没有人愿意为了如指掌的人或物上花时间，想要获得关注，最好的方法就是藏一半露一半。

不要事无巨细地展现自己的生活，更不要对身边每个人都掏心掏肺。

保持30%的神秘感，会让自己显得更加迷人。

需要费劲维持的关系，都是错的关系

“你我本无缘，全靠我死撑。”这是网上很流行的一句话，很多费尽心思维持感情的男男女女们经常用这句话来自嘲。

但事实上，好的关系，从来都是不需要死撑的。

作家刘瑜讲述过自己的一段友情：

在美国留学时，在机缘巧合下她结识了一名德国女孩。两个人一起听歌剧，一起喝咖啡，还去过对方的家里参加party。

按照这样的发展，两个人本应该成为无话不谈的至交。可事实却是，她们两个好不容易把友谊升温到30摄氏度以后，温度就再也上不去。扔再多的柴，就是眼泪给火熏出来，也不管用。

刘瑜自己承认，之所以跟德国女孩无法成为好朋友，是因为自己太消极，而她则恰恰相反：

如果说到我们系的某个教授，我刚想说他的坏话，她就说：“啊，他太棒了……”

一说到某个学术会议，我刚想说太无聊了，她就说：“那个会真是让我受益匪浅……”

说到写论文，我刚想哭诉，她却说：“我真的特别享受写论文

……”

所以每次跟她在一起，刘瑜都会觉得羞愧难当，所以渐渐地就不跟对方一起玩了。

虽说两个人的性格没有谁对谁错，但刘瑜知道这段友情继续下去只会将自己弄得越来越累。

而真正舒服的关系，相处起来应该是容易的，快乐的。

我们一生中会和很多人产生很多种的感情，有的感情渐行渐远，有的感情无疾而终，有的掏心掏肺也得不到回应。

曾经想着要和每个人都搞好关系，所以合不来的人勉强自己接触，想要走的人费尽心思去挽留。

结果后来发现，该失去的，终究还是会失去，再努力也没有用。

握不住的沙就扬了吧，留不住的关系，就算了吧。

不期待人性，就不会失望

让自己活得快乐的最重要的一点就是：不要对任何人之间的关系抱有太大的期待。

期待越高，要求也就越高。当对方没有达到自己的心理预期时，我们就会失望，甚至崩溃。

很扎心的一点是，这个“任何人”不仅有朋友爱人，也包括我们的至亲。

大学毕业之前，班里有个女生自杀未遂，震惊了班上的所有人。

那个女生是独生女，从小父母就对她百依百顺，要什么给什么，说是被捧在手心里长大的也一点都不为过。

理所当然地，她觉得自己的父母特别爱她。

因为她的专业在老家没什么大发展，所以她打算毕业之后跟着男朋友去大城市闯一闯，然后结婚定居。

她以为父母一定会支持她的，但是他们没有。

听到她打算回老家之后，她父母歇斯底里地来学校闹了好几次逼她回家，后来又改口说，去外地结婚可以，让男方家出一百万的聘礼，而且小两口结婚之后要从每个月的工资里拿出40%来当他们二老的生活费。

后来这婚事当然是吹了，她崩溃地跟父母大吵一架，问他们怎么能把自己当成一棵摇钱树。

结果父母说：“要不是为了让你养老，我们生你出来做什么？”听完这句话，她当天晚上就自杀了。

虽然最后被抢救了回来，但是精神到现在都不太好。

她接受不了的不是父母过分的要求，而是父母根本没有她想象中那么爱她。

有的时候就是这样的，以为自己是对方的心脏，但其实只是盲肠。

与其到最后因为心理落差受伤，倒不如从一开始就降低对关系的期待。

无论关系是亲密还是一般，都不要想着“他一定会xxxxxxx的”。

这是对他人宽容，也是对自己的善待。

没有期待，就不会失望。不失望，自己才能活得轻松自在。

很多人可能都会有这样的体验，年纪越大，就越不愿意跟人打交道。小时候成天想着约朋友去外面玩，长大了隔着老远看到个熟人都恨不得绕道走。

“社恐”已经成为了好多人的通病。

但是人活着，就免不了社交。再社恐，必要时也得打气精神来应对各种各样的人。

既然逃避不了，不如就学习如何把它做到最好。

掌握一些社交潜规则，既让别人自在，也让自己舒服，何乐而不为。

希望我们都既享受得了独处，也能hold住社交。

念经 许愿 放生 改善自己命运

浅谈四弘誓愿

四弘誓愿是菩萨所立，凡是大乘行者皆宜牢记和实践。即“众生无边誓愿度、烦恼无尽誓愿断、法门无量誓愿学、佛道无上誓愿成”。这四个愿，是作为一个初发心的菩萨所必须具备的基本要求，作为大乘佛法的修学者，应以四弘誓愿作为尽未来际的生命目标。

众生无边誓愿度的“度众生”是从自己先来学佛为开始，而真正的自利却必须以能利他为出发点。也就是说，凡夫信佛学佛的原因，一定是为了先求自利，而要自利则必须先自觉，不能自觉就无法真正的自利，不能自利而想要帮助他人，只是口号。

常有人认为自己没有什么能力助人。其实只要会念一句阿弥陀佛，能为需要的人做个祈祷和回向，也是助人。虽仅是简简单单的一句佛号，但我们相信：只要有心，诸佛菩萨确实有感应。“众生有尽，我愿无穷”，便是菩萨所发的大悲愿心，又名大

菩提心。“烦恼无尽誓愿断”的“断烦恼”，人们都是因为没有智慧，才会烦恼丛生，苦不堪言。

天下本无事，烦恼都是自己制造的，一般人却认为烦恼是外在的环境带来的。其实，真正的困扰，是来自各自内心的挣扎，就像俗语所言：“酒不醉人人自醉，色不迷人自迷。”人之所以会受外境的引诱、冲击而起烦恼，而产生困扰，都是由于“自我中心”的作祟，包括我贪、我瞋、我痴、我疑、我慢、自卑、嫉妒等等的习性，如果你能把自我中心的执着放下，把事实真相厘清，外在的环境就困扰不到你了。

“法门无量誓愿学”的“法门”指的是学佛修行的种种方法和观念，用佛说的无量法门，来对治众生无尽的烦恼，用种种法门来帮助他人，称为度众生，帮助自己，称为解脱烦恼。

对于个人的自利而言，只需一门深入或少许法门，即很受用，对于无边的众生，则因根器不同、时机不同，烦恼的问题也各不相同，因此，针对许多不同的需要，就须有诸多不同的法门。

“佛道无上誓愿成”的“佛道”，也就是发了菩提心必将成为佛的意思。凡夫位的众生，彼此相处，都有亲疏之别，一旦发了无上菩提心的人，就要学习佛的心量，对众生则是完全平等，无所分别，也就是无限的包容和平等的关怀。当烦恼断尽、智慧圆满、慈悲无限、福德圆满，就是无上正等正觉的佛了。

有关于学佛和念经上的问题可以咨询“大华府观音堂”。

大华府观音堂电话：301-683-8831，240-621-0416。

地址：401 E Jefferson St, Suite 108 Rockville, MD 20850

观音堂

401 East Jefferson St., Suite 108
Rockville, MD 20850



301-683-8831, 240-621-0416
guanyintangusa@gmail.com

净化心灵 超度有缘
离苦得乐 还清冤债
超脱烦恼 广度众生
消除业障 同登极乐



开放时间与活动安排

每天10:00 - 14:00 开放
每周日在观音堂以及ZOOM上
举行学佛共修活动

欢迎大众来学佛祈福