

问题：按时下班被领导阴阳「这么早就走呀」，我该怎么回应？

“如何回应”这类问题非常多，反映了一种社会性的焦虑，就是所谓的“社交噩梦”——“一句话说得不好，一失足成千古恨”。几乎人人都在怕这个，病从口入，祸从口出嘛，所以普遍在意。

问题是，“普遍在意”之后流行的解决方案有点问题——基本上是用一个小本子记满“XX话应该XX回应”这样的肘后千金方，打算烂熟于胸，及时应变。

这是错误的。

第一，这是在强烈的暗示“这个本子上有的我就不怕了，但是这个本子上没有的还能要我的命”。——你看看你那小袖筒子，你这小册子这开本、这厚度，是本子上写了的多，还是没写的多？

没写的那些岂不要成为黑暗中的克苏鲁，不得吓死你？

第二，这是在暗示本子上写了的我就要记住，记不住可要误事。没写的我不知道倒霉也就罢了，写都写了到时候没记住，眼睛闭得上吗？

问题是，你物理定律、基本化合物你都没记住，这些你能记得全吗？写了却记不住，还是成了千古恨，那不得恨的肝都发黑吗？想想急不急？

这个小本子姑且算可以解决一些问题，但跟它引起的问题相比，一进一出你的心理资产反而要受净损失。这就属于“有精彩战术细节的错误战略”——光想着奇袭珍珠港好处大大的，没想过回头轰炸东京挨原子弹。珍珠港是不是有赚头？确实是。东京惨不惨，原子弹痛不痛？惨，而且痛。

凡事要算总账——你对你的人生永远是个总账会计。

那么计将安出？替代策略是什么？

第一，做人不要以恶为业。注意看，这不是教你要善良，因为善良的标准很模糊而且很吓人，非要你善良你可能要抑郁。也不是叫你绝不能有恶——这个一般人类的智力和能力都是办不到的。这是在说你不要以恶为业，不要故意拿着邪恶当盈利模式做，唯恐自己没对手心狠手辣。你要把自己的社会价值建立在真正的生产率上，做个“虽然浑身都是毛病，好在有一点可取”的人。靠这“一点可取”，对冲这样那样的小看法。先把这一点守牢，再变成两点、三点。

第二，只有一个要害你要在意，那就是不要无视人己权界。随时随地你都要知道什么事是你的权利，什么事是别人的权利。这不是以你的期待为准绳、也不是以对方的期待为准绳。而是近处以法律为准绳，长远以自然规则为准绳。

法律不允许的，你不要乱搞，很容易被人抓住把柄借题发挥把你逼得走投无路。

法律允许的，你再掂量一下自然规律允不允许——比如法律没说你不能情绪脆弱随时发作，但是自然规律会告诉你这么搞迟早孤独终老。是这两条共同决定了什么是你和对方真实的权利。如果你不清楚，就多问。

好在一条——法律和自然规律是有内在的强逻辑的，几乎都是可以举一反三，万变不离其宗的。只不过这俩都喜欢把“宗”盖着，让你从千万条里反推。这个你

就自己多看，多推。最终管用的是那个“宗”，这个往往要简短得多，却可以覆盖极大的范围。这就极大的摆脱了这种“千金方”“一方一症”的问题。

第三，事实上是最重要的一条——你要相信在你尽力做好前两条的基础上仍然遭受的失败和损失不是坏事。

那属于“不该你得到的利益”——这倒不是说这些利益一定是不道德的，而是说命运对你有别的安排。

如果你不信这一条，你不是会以恶为业，就是会无视人己权界，这俩都是不止当事人本人会惩罚你，而且是一切知情人都要被触动，会不自觉的要有动作的危险行为——不是打算工具性的以你为猎物，就是要防御性的避免受你之害。

这种后果是战略性的，而且是传染性的、遗传性的，不要作死。

这三条你守住，那么没有千金方你也不会有大问题——但这不是说千金方没有用处，用处当然有，这是说“千金方就是唯一防线，退后一步就是万丈深渊”的问题会得到最大限度的解决。千金方你抓到固好，抓不到你也不会完蛋，不需要捶胸顿足的对“我当时”耿耿于怀，念念不忘。

最后，也是最方便的一条，就是盯着我的更新看。这不是做广告，而是我的确是现在最好的信源之一。

不信你问评论区。

编辑于 2023-12-17

<https://www.zhihu.com/answer/3168071284>

---

评论区：

Q:

A: 你这个应该发出来，有个专门的收藏夹在采集这种周边整理

Q: 已经编成了一本书的形式，有十万字，不知道该怎么发。我试试发成文章，看行不行？

A: 比如，你发一篇文章作为目录，里面指向各篇或者你自己做的收藏夹。然后在这里回复链接。我把这篇目录收进“周边整理”收藏夹

Q: <https://zhuanlan.zhihu.com/p/650628996>

---

Q: 不知道你们有没有一种感受，就是现实中的许多人，刚认识的时候可能感觉还不错，相处的时间久了，就能暴露出很多人品有问题的地方。

举几个特别常见的例子：

1.即使是身边关系好的朋友（经常一起唠嗑出去玩的），他们看到你哪里比他们强，也会嫉妒、会不高兴。而你哪里不如他们的时候，他们就会非常得意。总之这些所谓的“好朋友”就是不能发自内心的盼着你好，总想着把你比下去。

2.伤害别人以后毫无愧疚的。这个不需要多解释，就是字面意思。

3.看到一些不幸的事情，还能当成笑谈的。比如看到谁家小孩父母离异了、谁遭遇家暴了……把这类事情当成笑话看的。

4.缺乏同情心，看到别人很痛苦，没有丝毫同情，也没有帮助别人的欲望。这个需要观察自己朋友对待陌生人的方式，看看他们对痛苦的陌生人是否会有帮助的念头……但是，很不幸，我的绝大部分朋友都没兴趣帮助别人。

总之就是这几点，每次我仔细观察身边的人，得出的结论都是“这个人不善良”、“这个人很冷漠”、“这个人把别人的痛苦当成笑谈”、“这个人很喜欢竞争攀比”、“这个人见不得朋友比自己好”……

最后在现实中几乎找不到人品没问题的人。[衰]

我朋友说，我适合跟圣人交朋友，但是我这个标准也不算是圣人的标准啊，只是心地善良的普通人都能做到的事情，不明白为什么很多人做不到。

B: [吃瓜]有个问题你得想一想，如果你身边的人因为暴露了一些瑕疵而被你拉入社交黑名单，你这种行为算不算一种你口中的“人品不好”呢？参考答主以前的答案，你这种行为算不算得上给别人私自“定罪”呢？[吃瓜]

A: 这个倒真不算。

---

Q: 看不懂啊

B: 意思就是：不必在乎三言两语的得失，对错都无所谓，大方向没错即可

---

Q: 个人层面：错题本，有的人大字誊抄用来回看，力求囊括所有题型；有的人通过重做一遍来理清思路，锻炼通用方法和强烈直觉。

群体层面：拿着祖先传下来的经验和规定，有些人将其进一步的具体化、严格化；有些人将其背后的原则进一步的抽象化和泛化，逐渐推展为一个单一原则。

“这两种思想的分立与互动，是世界历史一条恢弘的主线，事实上不仅仅在犹太教和基督教身上体现。而是目力所及，无所不在。”——某答主

---

Q: 《肘后方》和《千金方》名字的由来：

肘后，即放在胳膊肘后，意为方便拿取。

千金，孙思邈认为人的生命贵于千金。

---

更新于 2025/2/7