

阿呆和他的新媒体朋友: 技术支撑传播武器库 数据打造理性运营手

WCplus作者阿呆 微信: [wonderfulcorporation](#) 公众号(点击打开二维码):[数据部落](#) 网站:[askingfordata.com](#)

加入WC社群获得工具更新推送(好友验证请备注 WCplus用户+昵称 否则通过率低)

数据来自微信公众号平台,WCplus仅作转化工具,版权或使用问题请联系原公众号。请勿将数据用于任何商业用途,WCplus对此不承担任何法律责任

我不怕陷入深渊，我只怕无人声援

原创：咪蒙 [咪蒙](#) 2017-05-10



(饭太稀 作品)

“哪怕全世界都对我恶语相向，你挺我就好。”

影响你人生幸福的最重要因素是什么？

钱？名誉？权力？社会地位？

都不是。

是人际关系。

这是哈佛大学做过的一项大型实验。

这个实验从1938年开始，对724名男性，做了长达75年的跟踪调查。

它得出的结论，让很多人意外。

真正决定我们幸福指数的，是这四项：

你和父母的关系是否良好；

你的婚姻是否稳定；

你和孩子是否亲密；

你除了家人之外，是否还有其他的社会支持。

他们还发现，和母亲关系亲密，一年多挣8.7万美元。

和兄弟姐妹相亲相爱，一年多挣5.1万美元。

所以，这项研究的负责人之一，乔治·瓦利恩特，给了一个简单粗暴的结论：

我们生命中唯一真正重要的事，就是要拥有优质的人际关系。

怎么说呢，感觉哈佛花了75年，得出了非常鸡汤的结果。

我们人生成功的关键点，居然是爱.....

是爱.....

爱.....

哦漏。

还能更俗套吗？

可是我们仔细想想，没有爱的世界，恶劣的人际关系，带给我们的负面影响，真的是毁灭性的。

我身边就有这样的例子。

她是我在深圳认识的朋友。她从小成绩就特别好，爸妈对她的评价就特别差。

她爸妈永远觉得，别人家的孩子更好。

她考了研，她爸妈说，还不如隔壁家的大儿子，在北京当快递员，一个月挣1万5。

她又考了博，她爸妈说，还不如隔壁家小女儿，考上了公务员，据说年终奖能拿好几万。

被父母唠叨太多次，她没办法，回了老家，以第一名的成绩，考上了公务员。

她想着，这下至少父母不会再碎碎念了，可以过正常日子了。

没想到一下子进入了《甄嬛传》。

你不能和同事相处得好，领导会觉得你抱团；

你也不能和同事相处得不好，领导会觉得你孤僻。

你不能实力太差，领导会觉得你无能；

你不能实力太强，领导会觉得你功高盖主。

这种微妙的分寸感，她花了三年多，才勉强掌握。

有一次，她陪领导去谈项目，领导说自己要开车，不喝酒，让她帮忙挡酒。

那天她喝吐了三次，领导还很不满意，说她只会喝酒，都不懂搞气氛，不会来事。

当天晚上，她特别郁闷地回家。因为喝酒太多，头特别痛，跌跌撞撞进了卧室，头都磕了。

她跟她妈说，能帮我倒杯水吗。

她妈说，你怎么不让我给你洗脚呢？你还有脸了，你都混了三四年了，一官半职都没当上，你看隔壁家小女儿，

才工作两年，就当上了处长.....你从小就这样，笨得要死，吃屎都抢不到热的。

真正能伤到你的，就是你身边的人。

如果，不管你付出多少努力，取得了多大成就，在他们那里，换来的只有否定。
这样的人生，是很难谈得上幸福的。

真正拥有优质的人际关系，是什么感觉呢？

实习生的师姐，有段时间，成了大家口中的碧池。

她本来就是皮克斯的粉丝，喜欢皮克斯出品的一切动画片。

她去美国当交换生的时候，认识一个白人大叔，刚好是个动画师，两个人交往两个月，就决定结婚了。

本来是一件挺简单的事，但在外界看来，她出国就是不怀好意的，摆明了就想找个当地的冤大头，骗张绿卡。
很多人都在嘲笑她。

同班同学说，跟老外睡两个月，就能拿到绿卡，这买卖真划算呀。

她好多年不联系的前男友突然在QQ上找她，问她，美国男生是不是很大，是不是超爽。

他们学校有个论坛，可以匿名发帖，有人在网上骂她。

她闺蜜联系论坛管理员删帖，管理员超有原则，说绝对不删帖。她闺蜜提着礼物，去跟管理员解释事情的前因后果，没有什么卵用。

没办法，她闺蜜只好一个个去回复，一个个去讲道理。

她闺蜜还写了一篇很长的文章，力挺她。

好歹，舆论总算不是一边倒地骂她了。

学校的事情刚刚平息，家里又出事了。

她的远方亲戚们都觉得她崇洋媚外，不正经。

她带老公回家见家长。

全家人吃火锅，她表舅妈非要盛起一大勺猪脑，让她老公吃。

本来美国人就不习惯吃猪脑的，她表舅妈根本不管，还跟她说，你老公不吃，就是看不起我喽。
空气突然安静。

她很尴尬，她老公一脸懵逼。

她妈站起来，吼了表舅妈一句，别人不吃，碍着你了？

然后把那碗猪脑抢过来，直接倒进垃圾桶。

从此之后，亲戚们再也不敢瞎比比了。

她爸妈一直都这样无条件地支持她。

小学的时候，她参加电视台主持人比赛，自己决定，自己去报名，通知爸妈一声就好；

高三的时候，她成绩特别好，突然说想参加艺考，旁人都觉得她有病，但她爸妈说，你喜欢就好。

她的每一个选择他们都尊重，都相信她做得好。

面对外界的恶意，她从来都没有真的在意过。

因为她知道，恶意都是遥远的。

而她和恶意之间，永远有一层保护网，那是她身边的人，帮她搭建的。

我的一个粉丝，他高中的时候，和男朋友手牵手逛街，被邻居看到了。

他当时就吓尿了。

因为他是gay这件事，他全家都不知道。

他特别忐忑地回家，祈祷这个邻居能善良一点，不要到处说。

结果，刚到小区，邻居们看他的眼神，就跟看妖怪似的。

他一路都接受着指指点点。

他只能祈祷他妈妈不要知道这件事。

他妈是一个脾气特火爆的人，搞不好要打断他的狗腿。

结果，他刚进门，就看到几个邻居大妈，坐在他家沙发上，正在跟他妈控诉，你儿子不正常啊，这是病啊。

他妈听了，一下子就火了，拿起地上的扫帚，举得特别高，说，是不正常，是有病.....

他想着，完了完了，这次肯定得挨揍了.....

他妈接着说，但是，不正常的，有病的，不是我儿子，是你们！他妈的扫帚指向了邻居们，直接气冲冲地，赶她们走，一点情面都没留。

本来刚才都没哭的，这一刻，他哭了。

在这样的情况下，他妈在维护他，他觉得特别温暖。

他妈跟他说，“对不起，我要是早点知道，还能早点保护你。以后谁骂你变态，我帮你揍他！”

当你觉得全世界都在与自己为敌的时候，有那么一个最亲的人站出来，告诉你，我相信你也支持你。那种力量，可以给我们和全世界对抗的勇气。

最幸福的事，就是活在这么温暖的人际关系里。

有个哈佛教授做了超有名的TED演讲，主题是《幸福的生活，基于良好的人际关系》。

他说，孤独是有害的，孤独是有毒的。

研究表明，孤独的人，到了中年，健康状况会恶化，脑功能会减退。相反，不孤独的人，活得更长。

好的人际关系，让我们保持愉悦，保持清醒，这样不仅有利于我们的健康，还会保护我们的大脑。

所以我们要避免生活在冲突中，有严重冲突的婚姻，可能比离婚更糟糕。

有些人觉得，维护人际关系很累，所以就放弃了。

其实，我们不需要跟所有人都愉快相处，讨厌的人，远离就好了。

但我们得想办法，保持身边始终有自己喜欢的人，可信赖的人。

选择你喜欢的人，喜欢上你身边的人。

因为真正能决定我们喜怒哀乐的，就是他们。

当你知道有几个人，在无条件地爱着自己，你就会有巨大的安全感。

这种安全感，足以抵御一切动荡，一切误解，一切攻击。

长按指纹
一键关注



微信号：咪蒙



微信 ID：mimeng7