## 过自己的 不管别人怎么说

由于先天基因和后天的生活经理，塑造了不同的人，大众标准，是一群普通人的共性部分，用于要求每一个人就是一种折磨

## 价值观决定了你看世界的方式，主要在于你需要什么

可以是拜金主义也可以是努力奋进

可以是自由战士也可以是自私自利

可以是乐观主义也可以是肤浅的快乐

可以是悲观主义也可以是未雨绸缪

关键在于你需要什么。

自己需要的对于自己说就是最可贵的

检验自己需要与否的方法就是看自己的心理状态

把需要建立到别人的委屈实现上，是开自己的玩笑，也是对别人的伤害，是扼杀别人的个性

## 不要盲目搞关系

和自己兴趣不同的搞人际关系，会委屈自己适应他，让“他”看起来顺眼，这样会扭曲自己的个性

## 学心理学的目的

不是教你“如何活”，是教你“发现如何活”

可以尝试如何活

## 中国式的情

通过情产生理通过道理挟持对方，让对方观念和行为能为情屈服，这种挟持通常是以“为你好”的情况出现的。  
实质是把自己好的信念推及他人，而别人可能根本就排斥这个信念。

整个中国就像一张大网，我们的行为和成就让父母开心，衣着才能让别人看着我们舒服，目的只为一个，处好关系，被邦的好累，自己不得自由

## 坚守原则

每个人都想利益最大化，人性自私，贪婪，自以为是，对自己和对别人双重标准，别人充满了侵犯，我们坚守原则才不会被欺负  
愤怒会伤害自己的身体 要付出代价，代价可能会大于收获.但对长久不利别人会找不到你的底线会欺负你

## 趋吉避凶是人的本性

追求快乐逃避苦难是人的本性，但凡可以改变，就不要放弃！可以规避，就不要放弃！不可以改变的，才用佛学安慰剂

互惠本能（美德利人利己），以牙还牙

损己利人不可取，违背感性。

## 人自以为是

都觉得自己是自己的优点，都觉得自己是正义的，罪大恶极的人可能是自尊心强和道德感最强的人

## 同情弱者但不会同情被自己欺负的人

和自己有关的人人总是看到自己的优点，总是觉得自己是正义的。  
和自己无关的人 人才会做客观的评价 同情弱者

## 感性做大部分的选择工作，理性最终筛选

## 现有感性判断 再有理性找理由说明

感性判断来源于这个人的立场，立场来源于身份，不要试图说服别人。  
想和别人沟通要在别人的观念上做推理