

# 《天下没有陌生人》#Day 08打卡#

读书笔记 原创人：冯彬 创建日期：2018年7月28日 可申请转载

今天，我来写一下《天下没有陌生人》第三章第六节的读书笔记，与大家共享。

目标简单，行动坚持，才能成就不凡。—— [作者寄语]

《天下没有陌生人》#Day 08打卡#

Part 1 暖沟通与慢沟通

Part 2 读书笔记完成情况

Part 3 反馈与建议

## Part 1 暖沟通与慢沟通

第三章的主题是 **沟通**，第六节告诉我们，伤害别人的话不要说。

- **伤害别人的话不要说。**我不太喜欢使用负面字眼，也会尽量避免使用评价性的词汇，还有一些词我在社交场合是绝对不会用在别人身上的，比如丑、贱等。还有一些容易令人产生歧视感的标签我也不会谈及，比如宗教、政治立场、意识形态.....

其实我们常犯这种毛病，容易对自己并不了解的或只看到表象的事妄加论断，甚至非议。其实，如果别人并没有违法乱纪，我们就该闭紧自己的嘴巴，管好自己就好了。

所谓“病从口入，祸从口出”，很多时候，对别人造成伤害的，往往不是拳脚相加，而是乱飞的唾沫和刻薄的言语。所以，我们一定要尊重别人，同时管好自己的嘴巴，伤害别人的话尽量不要说。

## Part 2 读书笔记完成情况

- ☑ 已完成事项：第一章的读书笔记
- ☑ 已完成事项：第二章的读书笔记
- ☑ 已完成事项：第三章第一至六节的读书笔记

## Part 3 反馈与建议

- 微信：fb1529316177
- 邮箱：[fengbin1996@gmail.com](mailto:fengbin1996@gmail.com)

感谢大家阅读这份读书笔记。第八天打卡完成，希望自己能够坚持21天，加油！  
苟有恒，何必三更眠、五更起；最无益，莫过一日曝、十日寒。  
再次与诸君共勉。^\_^