

怎样成为一个不纠结的人?

越纠结越容易做出糟糕的选择

四个工具帮你做选择



终点站 从终点倒推过程



指南针 找到人生中不变的东西



金丝雀



确立底线,并把它具象化 让生活尽可能简单,减少决策

你的人生就是你的选择

越纠结越容易做出糟糕的选择





终点站

— 从终点倒推过程



66

从整个局面发展的最后状态往回推导当下该怎么做。

-- 曾鸣

阿里巴巴集团学术委员会主席 湖畔大学的教育长



从终局出发更容易做正确的选择

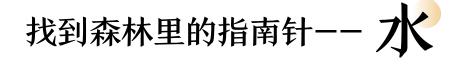
COMPASS



方法二

—— 找到人生中不变的东西

人生是没有地图的,情况随时在变。 在瞬息万变的今天,我们要抓住不变的东西。



假设有个人在茫茫苍苍的森林里面迷路了,该如何走出去?

- 水能维持生命
 - 在水边更容易获得猎物
 - 更高概率遇到能同行的聪明人
 - 溪流终将汇聚到大海,顺着水流一定能走出来



金丝雀

— 确立底线,并把它具象化



在矿井里只要看见金丝雀晕倒就赶紧撤。



WAN HAI FN



只要场地方没有按照合同中第126条,在后台放巧克力豆, 或者里面出现了一个棕色的巧克力豆,演出就取消。



坚持原则,避免陷入利弊权衡。

商人做生意 讲究诚信



普通人投资 拒绝杠杆





白衬衫

—— 让生活尽可能简单,减少决策

Facebook创始人 扎克伯格



穿灰T恤 减少服装搭配的决策时间

道家创始人



少则得,多则惑

WHILE SHIRI





什么事情是真正值得花时间精力选择的?

在什么样的环境里,跟什么样的人在一起。

你会受到巨大的影响,这是人生最大的变量。





和谁恋爱?

第一份工作做什么?

什么时候结婚?

生不生孩子?

你现在的人生,就是你此前所有选择的总和

在做这些选择的那一天,我们往往会觉得很平淡。但是,这样的一些选择往往是命运的巨变,决定了我们的一生

在哪个城市定居?

去不去创业?





扎克伯格 Mark Zuckerberg Facebook创始人

减少不必要的选择

少则得,多则惑

老子道家创始人





扫码获取 节目完整文稿和书单

