

白居易有诗云:“老来多健忘,唯不忘相思。”我如今退休,倒不健忘,眼睛虽花,但心宽了。年轻时看什么都不顺眼,而今倒好,什么都顺眼,连楼下的狗叫都觉得有节奏了。

四十岁那年七月,天热得人心烦。我跟领导为了一件小事吵起来,拍桌子走了。回到家,妻子正在厨房择菜,我气鼓鼓地说:“这地方待不下去了。”她头也不抬,淡淡地问:“你下家找好了吗?”我哑了。灶上的锅冒着白汽,大葱的味儿直冲我鼻子。第二天我乖乖回去上班,领导在走廊遇见我,点点头,我也点点头,谁都没提昨天的事。那是我第一次明白:有些气咽下去就消化了,吐出来惹的麻烦更大。

年轻时不是这样的。二十几岁住筒子楼,楼上邻居半夜回来,皮鞋跺得山响,我在被窝里咬牙切齿,第二天见面还瞪人家一眼。隔壁大姐炒菜爱放花椒,一开锅我这边就呛得打喷嚏,心里骂了无数回。单位食堂的师傅手重,菜齁咸,我端着饭盒唉声叹气。那时候眼睛是尖的,什么瑕疵都找得到,像针尖对麦芒,事事要分个黑白。

后来不知从哪天起,慢慢不较真了,也许就是那次拍桌子之后吧。我发现邻居的脚步声不再那么响了,其实人家一直那么走,是我耳朵老了,不那么灵了。花椒的味儿还在楼道里飘,我居然觉得香。食堂的菜还是咸,我多喝两口水就是。

细想是懒得看了,不是看顺眼了。年轻时眼睛聚光,看得清别人脸上有几粒麻子;而今老花,看什么都是柔光,像隔着什么。再加上折腾了大半辈子,知道什么事值得较真、什么事不值得。大多数事,都不值得。

有天早上遛弯回来,楼下的狗又冲我叫。老伴说:“这狗真烦人。”我说:“你听,它叫得多有规律,早上六点半,下午五点半,比钟还准呢。”老伴笑我:“你这人,怎么什么都往好处想。”我觉得自己的这种变化,其实是凡事朝好处想,不往坏处想了。狗叫就是狗叫,不惹你,不咬你,它叫它的,你走你的,两不相干。

夏天还是热。年轻时骂天,觉得老天爷故意跟我作对。而今坐在院子里摇蒲扇,汗珠子顺着脖子流,我不禁想:天不热,西瓜就不甜。蝉鸣得那么响,才显得午后特别静。老伴端来一碗绿豆汤,我说:“放会儿再喝,热有热的道理。”她白我一眼:“就会讲道理。”其实哪有什么道理,不过是跟日子讲和了。

老花镜搁在报纸上,字迹模模糊糊。我摘下眼镜,窗外的梧桐叶子反倒清晰起来,一片叠一片的绿。年轻时嫌它挡光,而今看它摇摇晃晃的影子投在墙上,心里觉得安稳。顺眼了,世界就宽了,早该顺眼的。

朱天禄(摘自《西安晚报》)



与“被评价”,而在AI的世界里,没有“应该”,只有“可以试试”。

晚饭时,女儿突然说:“今天我跟同桌说‘卡片是妈妈送的生日礼物,不能换’,她笑着说没关系。”我看着她嘴角的梨涡,想起豆包的建议里那句“拒绝时可以说‘这个对我很重要’”。原来豆包教给她的,不是逃避,而是如何带着勇气面对真实的关系。“这豆包还真实用。”我大方地承认道。

“好吧,这是一个很好的解决生活小烦恼的路径。不过我希望你多跟身边的同学、朋友,还有爸爸妈妈交流沟通,好吗?”我想起小时候写满了心事的日记本,那些不敢跟爸妈说起的小秘密。或许这代孩子的幸运在于,他们有一个永远不会说“别想太多”的倾听者,还有一个会给出解决路径的导师者。

人工智能不会取代真实的关系,但它像一面镜子,照见我们作为父母的教育盲区——那些被“为你好”掩盖的不耐烦,那些用“评价”代替“倾听”的瞬间。毕竟,最好的教育,是让孩子知道:无论向谁倾诉,都会被温柔以待。

黄晓静(摘自《扬子晚报》)

上的头面衣服换上工作服,通常还要往头上套个一次性帽子。空调修好了,他撸一把头发,用水摩丝造个型,就着水龙头擦一把汗洗一把脸,又换上原来那身干净清爽的衣裳。

他技术好,回头客多,还有两家固定服务的单位,业务多得很,而且据他说,他的报价要比同行高。

问他为什么能做到,他笑而不答。后来我看着他干净清爽的造型,终于想明白了,这不就是他最好的广告吗?

付娟(摘自《厦门晚报》)

工作很靠谱,没想到你还这么会生活”,这时候,你就是在传达你对他的看法的变化。而这种话,通常你只会对熟悉的、重要的人说。毕竟,你不会对路人表达你对他的看法,但如果是朋友、家人,你就会乐意把对他的看法说出口。换句话说,当你向对方坦陈他在你心中由黑转红的经过时,他不仅会有成就感,更重要的是,对方会感觉到你是把他当成了自己亲近的人。

“发现不被注意的优点”,会让对方特别感受到你对他的关注和重视。因为“努力工作、做事靠谱”在职场上是一个常见的优点,可是在这个背后,“有生活情趣”则是很少有人会看到的東西。想要夸人夸得有新意,就要留心寻找这些更深层次的东西。

胡渐彪(摘自《青少年思辨课》)

今晚文摘文章见报后,请作者及时与编辑部联系,以便寄发稿费。联系电话:(022)23602884。

AI“树洞”



包就不会,它只会安慰我,并且给出解决问题的方法。”

我这才仔细看了一下豆包的回答:“宝贝,我特别懂你这种感觉,好朋友突然跟别人玩,难免心里酸酸的,有点孤单,是不是呀?”下面还给出了4条简易的小方法。我看了觉得特别在理、实用,这豆包还真有点像心理医生了。

“可妈妈也会帮你呀。”我试图辩解,却想起自己曾脱口而出的“你应该大度点”“数学偏科就应该多花时间练习,这一点你不明白吗?”原来大人和孩子的对话,本就带着主观的“评价”

时尚维修工

只有修空调的老手艺越发精湛,让他本人一到冬夏两季就炙手可热,忙得脚不沾地。

别的维修师傅,穿着大多随意,老郑不同。他长得比小女生还白净,头发理得清爽,脸上一根胡子也不留,穿搭还很时尚,夏天一身小翻领湖蓝色或绿色T恤,配白短裤,一双品牌运动鞋里白船袜稍微露个头。他还有各个季节专门的工作服。到了现场,先粗略看一眼,之后脱下身

所以给他留点儿面子,还是真心觉得饼干很好吃。

相反,如果你用丑话当作开场白,对方反而会觉得“他都这么坦白了,那想必是真心的”。而一旦他觉得你是在讲真心话,那接下来你的“反转”,也就是“过去对你的刻板印象是不对的,原来你这么棒”就不会让对方觉得像场面话了。

而且,这个技巧中讲的“印象落差”不一定要由黑转红,只要按照

什么是落差赞美

“原本没想到,现在你居然”这个思路,说出你心里的印象变化就可以了。所以,用“好上加好”的说法,同样也能创造落差感。比如,你可以这样说:“我原本觉得你挺靠谱的,但我没想到你居然……”停顿一下,语气反转:“……你居然是这么靠谱啊!”用语气的反转吊个胃口,能加强你的情绪感染力。对方在松一口气会心一笑的同时,也会把你的夸奖给记牢了。

但如果你说“我过去只觉得你

女儿是小学生,可以说与AI共同成长的代代人。她现在的一个“好朋友”就是豆包。考卷上的作文,批改之后她会发给豆包,让它帮忙优化并分析写法;周末跟同学去玩“拼豆”,先到豆包搜索图样;喜欢画画的她还把画作上传,生成动态图。

这个被称作“豆包”的人工智能软件,早已渗透进她的生活和学习。

一个周末的午后,我无意间点开手机里的豆包,发现了她的聊天记录。对话框里,她的提问自然而然地呈现出来:“好闺蜜跟别人玩不理我了,心里有点难过怎么办?”“同桌想换我的卡片,可我也喜欢,怎么拒绝呀?”那些我从未察觉的小烦恼,正流向这个一直在线的“树洞”。

我问女儿:“妈妈之前跟你说过,你有什么烦恼困惑的事情都可以跟妈妈讲啊,我会帮助你。但你好像都跟豆包说了,这是为什么呢?”女儿想了想说:“跟豆包说比较安全,它不会像你那样紧张担忧,而且它不会因为我的问题幼稚而打击我。”

我纳闷地问:“我平时从没有打击你呀。”

“妈妈,你偶尔会的。你会评价我,比如‘你这样想是不对的’,但豆

每个星期,我都在楼下直饮水站遇到背工具包的老郑。

老郑60多岁,刚退休那会儿加入过合唱团、野泳队和棋牌室,可惜他唱歌跑调,“划水”手生,麻将又老搭花架子,故而一支队伍也留不下,像一只在瓶子里找不到出路的蜜蜂,后来他脑袋一拍:技术还在不是吗?遂发挥余热,继续干维修。

“三十年前我就挣过五百万!又都亏掉了!”这是老郑以前最爱说的话,这两年不说了。他曾在股海里钻进钻出,赤身肉搏,当真挣到过钱,又在一次次的风浪中悉数归还,

同事带了一盒自己烤的饼干分给大家吃,大部分人会说:“这饼干怎么这么好吃啊,你也太厉害了吧!”这就是平铺直叙地说出对方的优点。当然,直接夸奖对方也有一定的效果,但是还不够。

而如果你想升级你的赞美,让对方印象更加深刻,就需要使用这种说法——先坦陈你之前的刻板印象,再告诉对方,你现在看到的优点,是如何扭转了你对他的看法。这就是在靠印象的“落差”,让对方对你的称赞留下更深的印象。

比如,你可以这样说:“坦白讲,我以前一直以为你是工作狂,除工作外什么都不爱,真没想到你竟然喜欢烘焙,而且手艺这么好!真是想不到啊!”

说到底,赞美被当成客套话,往往是因为对方分辨不出来你的赞美究竟是不是出自真心。同事之间、朋友之间,如果不是太熟悉,话当然都是挑好听的。试想一下,如果整个办公室的人都跟那个同事说:“你烤的饼干好好吃啊!”那对方当然很难分辨,你是因为同事一场