

打開心胸  
多記好事

文/洪蘭 整理/奶爸

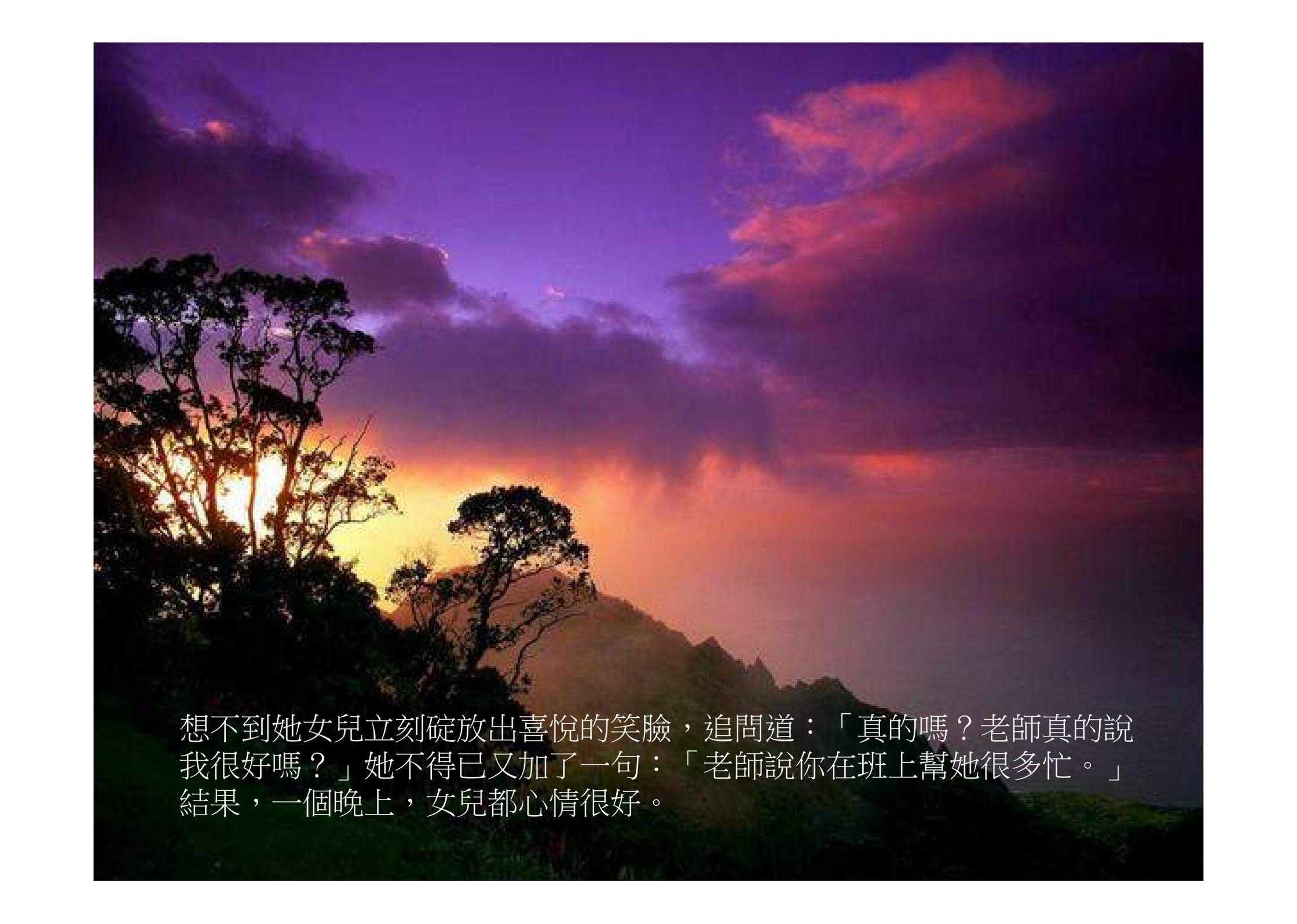




一個朋友跟我說她的女兒一向都很喜歡上學，但是升上五年級換了導師後，兩人「不來電」，每天都回家抱怨老師不喜歡她，把她學術股長分內的工作派給別人去做，老師也抱怨她女兒跟老師說話臉色不好，沒有禮貌。



孩子開始不喜歡上學，常常遲到。有一天，老師又叫我這個朋友去學校談話，她回家時一肚子氣正想發作，但是看到女兒恐懼的臉，便不忍心罵她，隨便說了一句：「老師說你很好。」

A dramatic landscape photograph capturing a sunset or sunrise. The sky is a deep, vibrant purple, transitioning into a bright orange and yellow glow near the horizon where the sun is partially obscured by dark, silhouetted trees and mountains. The foreground is dominated by the dark, intricate shapes of trees, their branches reaching towards the colorful sky. The overall mood is serene and awe-inspiring.

想不到她女兒立刻綻放出喜悅的笑臉，追問道：「真的嗎？老師真的說我很好嗎？」她不得已又加了一句：「老師說你在班上幫她很多忙。」結果，一個晚上，女兒都心情很好。



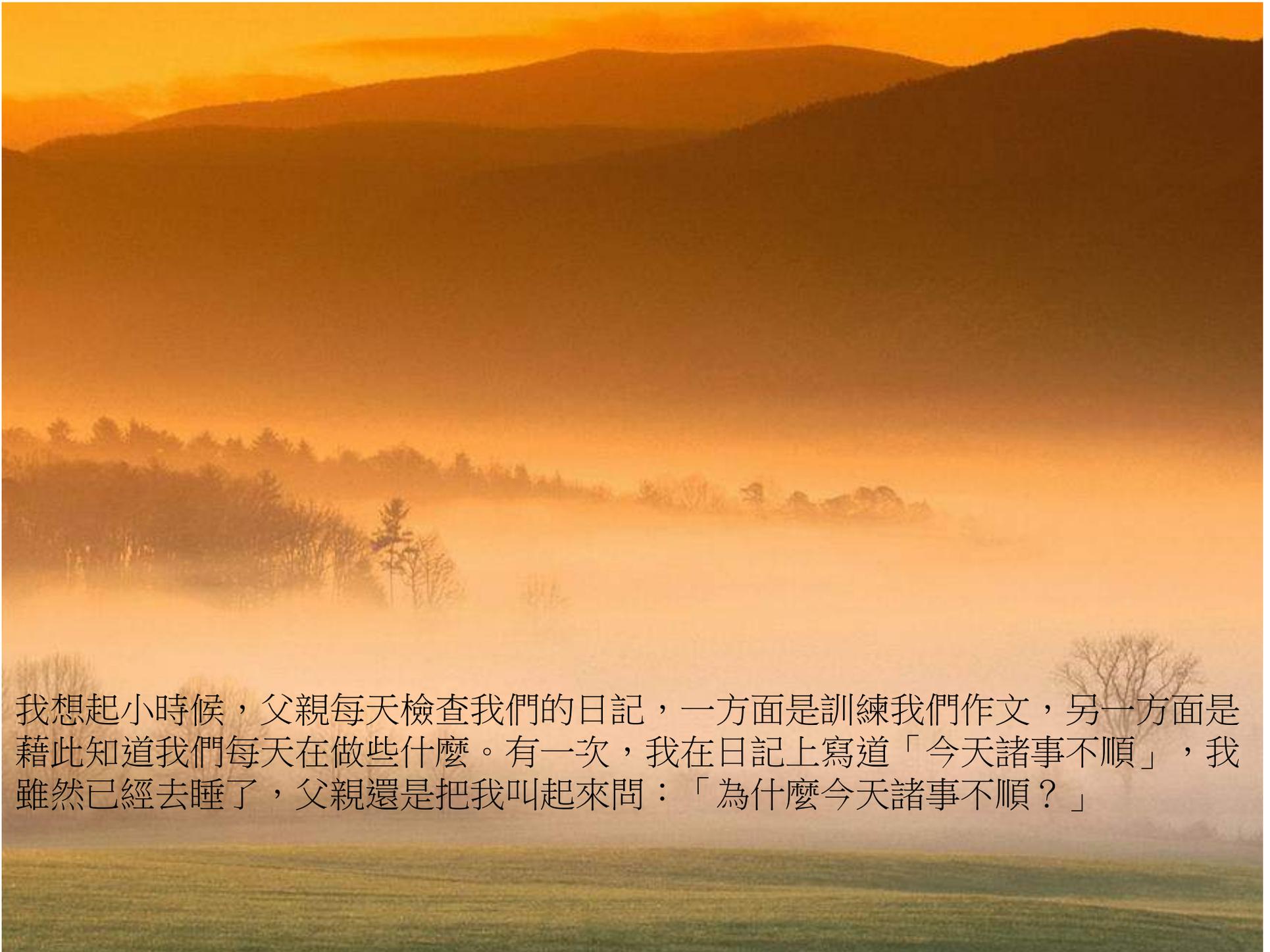
第二天上學時，路邊有人賣玉蘭花，女兒便向她要錢買了一串，說「老師喜歡香花」。老師以為香花是女兒道歉的表示，便對她微笑了一下，女兒看到老師笑了，更確定母親昨天說的話是真的，於是便很高興的幫老師做事，雙方正向回饋的結果是她的女兒喜歡上學了。她說，這是她這一輩子說的最成功的一次謊話。

A photograph of a sunset over a body of water. The sky is filled with vibrant orange and red clouds, transitioning to a darker blue at the top. The water is calm and reflects the colors of the sky. In the foreground, a large, weathered piece of driftwood lies on a dark, pebbly shore, extending into the water. The overall mood is serene and contemplative.

人際關係是世界上最複雜的一個非線性關係，很多時候，一點的誤會會造成很大的人際關係惡化，付出的代價常是一輩子的遺憾，在生活中這種例子不知道有多少，但是人都很容易掉進這個泥沼中，不可自拔。

A photograph of a maple leaf with a green center and brown edges, set against a sunset background with a bright sun. The leaf is positioned on the left side of the frame, and the sun is on the right. The background is a gradient of orange and yellow.

其實，只要一開始不要以負面的觀點去解釋別人的行為，就可以避免。



我想起小時候，父親每天檢查我們的日記，一方面是訓練我們作文，另一方面是藉此知道我們每天在做些什麼。有一次，我在日記上寫道「今天諸事不順」，我雖然已經去睡了，父親還是把我叫起來問：「為什麼今天諸事不順？」

A dark, misty forest at night. The trees are tall and thin, with some light filtering through the canopy. A single, bright light source is visible in the upper center, creating a lens flare effect. The ground is covered in fallen leaves, and the overall atmosphere is mysterious and quiet.

我回答道：「放學時沒趕上公車，等了四十五分鐘才來第二班，因為公車脫班，所以人很擁擠，我被人踩到腳，白球鞋要重刷鞋粉，明天才能通過檢查，書包帶子被擠斷，用抱著回家。」



父親問：「早上去上學時有趕上公車嗎？」我說：「有，一出巷口車就來了，到校還有十分鐘的空檔。」；他又問：「今天便當有丟掉嗎？」我說：「沒有。」（早期臺灣物質缺乏，學校蒸便當常會丟掉便當，丟的人只好餓肚子）；「有被老師打嗎？」我說：「沒有。」



父親就正色說：「那你為什麼說諸事不順？你總是記得不好的事，不記得好的事，你這樣會使你變得尖酸刻薄，人家不喜歡你。」



後來，我發現人果然總是記得不順的事，把順利的事當作理所當然，而人也真的是不喜歡總是怨天尤人的朋友。



很多時候，如果我們肯放開心胸，先不要懷疑別人的話是有惡意，我們會發現他的話的確沒有惡意，只是表達不當，聽起來不順耳而已。

A composite image featuring a close-up of a person's face on the left, a dragonfly silhouette on a hand in the center, and a large glowing sun in the background.

英文有句話 "give the benefit of doubt" ，  
當不確定時，先假設對方沒有惡意。如  
果能做到這點，人生的路會平坦許多。



**THE END**