

# 25 项美国公民修养守则

## ---孩子应该知道的



公民社会虽然崇尚关爱、正义、参与、宽容等崇高理想，但在公共生活中，却又经常因为人际间的冲突，令不少参与者对这些理想产生怀疑。美国约翰霍金斯大学修养计划中提出了 25 项守则，对于改善公共生活有相当参考价值。

### 美国的公民修养守则 1.

关注 (pay attention) – 留意他人的处境。在公众地方大声谈手机便是没有关注其它人可能受到骚扰。

### 美国的公民修养守则 2.

肯定他人的存在价值 (acknowledging others) — 插队不单浪费了排队的人的时间，而且是否定人们的存在，否定往往引发冲突。

### 美国公民修养守则 3.

向好处想 (think the best) — 先往人家的好处想，不单令自己的心灵保持纯真轻省，亦会影

向对方更真诚与您相处。在基督教文化中，有教导说接待陌生人，无意中便接待了天使。我在美国迷路、坏车时经常碰到人们积极协助。

但中国人“防人之心不可无”是根深蒂固的，我们对热情的陌生人会有所顾忌，结果是向人家浇了一盘冷水。其实往好处想不是盲目不设防，只是世上如果好人居多，就不应先假设对方是坏人，结果是大家崩紧神经做人。

#### 美国公民修养守则 4.

聆听 (listen)—当我们打断人家的说话，抢着提出自己的论点时，不单显示我们不耐烦，而且反映我们有“自恋”倾向，要将水银灯移到自己头上。打断人家说话的一种不显眼做法，是对人家说话的内容不作响应，然后自说自话。

同事告诉你刚去过云南，你却未及追问她对云南的感觉，便兴高彩烈谈你两年前在云南的游历和您对云南的观感。您的目光注视在自己的过去，而不是当下的友人。我们要学习安静，让人家有机会说话。关掉电视、手机，不要想着下一个约会的事情，让自己聆听别人的观点和感受，也让自己逃离自我中心的世界。

#### 美国公民修养守则 5.

兼容接纳 (be inclusive) — 每个人都乐于被人接纳。群体带给人安全感，甚至生活意义和方向，谁也不想被群体排斥。我们要特别小心不要孤立群体中的小数人，譬如一群人聚会时最好说普通话，不要用方言交谈而令其它人在旁边发呆。留意找一些共同话题让人人参与，而非只有小圈子有发言权；如果有新朋友加入聚会，应该总结一下之前的讨论，让他易于加入讨论；主持会议的人，应尽可能引导所有与会者发言，提高每个人的参与感。

#### 美国公民修养守则 6.

言调温和 (speak kindly) — 深思熟虑、言调温和是公民修养的核心。我们不要低估语言的力量，它可以建立也可以摧毁听者的自我。善良的说话令身边的人生活在喜乐之中。有时，要懂得在陈述自己的观点后，让对方有说话的机会。

