

慢：心高舉

筱萍與嫚麗是很要好的大學同學，兩人聊起當年往事。筱萍說：「當時學『會統』，我一頭霧水，還好有您當小老師，把我教會了。」嫚麗說：「是您很認真學。」「您教我時，常說：『這很簡單，看一遍就懂』，讓我覺得『我很笨，您很行。』這一點讓我不舒服。」嫚麗說：「真抱歉！我不知道這樣講會傷人。」

「慢」：貢高我慢，對自己的家世、學識、能力、相貌、地位、經驗等，跟他人一比較之後，產生心態高舉而輕慢他人的傲慢心理。如站上台階，高高在上傲視別人，無形中傷害他人而不知。

「心高舉」會產生什麼心態呢？

1. 自尊自大。2. 自以為是。3. 優越感：認為自己高人一等，「這件事，如果換我做，就不會發生問題。」4. 藐視一切：眼睛長在頭頂上，瞧不起別人。5. 與人作對、不受教：「你也沒比我好到哪裡，哪有資格說我？」6. 壓低別人：怕別人比自己強，故意把別人壓下去。7. 自卑而自傲：跟人比輸後自卑，而不理人，產生酸葡萄心理：「學歷高有什麼用，不見得會做事啊！」

