

问题：如何解决思维混乱、讲话没条理的情况？

有一种很简单的经典做法。就是采用“一句话+注释”的做法。

首先，把你的方案、建议、主张，总结成一句话。

接着，以逐个精确解释这句话里的每一个要素短语的方式来阐述这句话的含义。

举个例子：

“我们主张用严厉的手段打击假冒伪劣现象。”

这里面的关键词就是：我们 / 主张 / 严厉的手段 / 打击 / 假 / 冒 / 伪 / 劣 / 现象

那么接下去的展开方式就很顺理成章了——

“我们”是谁？我们的边界是什么？怎样鉴定一个人是否属于“我们”或者不属于“我们”？我们的力量是什么？我们的资源是什么？我们的 motivation 是什么？我们的盟友是谁？我们的对手是谁？

“主张”，是指我们要推动立法？还是我们要推动有立法权的人去立法？还是我们要自己直接实施？我们打算承担多少时间和经济成本？我们打算为此背负什么规模和性质后果？

“严厉手段”，什么样的手段？经济、舆论、武力、心理手段？何谓严厉？如何定义足够严厉？是以我们的能动性为限，还是以对手的承受力为限，还是以环境和社会的承受力为限？

“打击”，依靠什么样的机构，以什么程序，按照什么样的执行原则去实施这些动作？产生的财务事务如何处理？产生的工伤如何抚恤？产生的法务纠纷如何处置？经验如何积累？教训如何识别和吸取？如何管理行政成本？执行判断权由谁掌握？判断的纠纷谁来裁决？上诉机制如何？判断的失误如何救济？相关的事务有多高的处置优先级？

“假/冒/伪/劣”

何谓假？何谓冒、伪、劣？是与不是的分界线在哪？谁来负责管理这些解释的定义和定义的发展？

“现象”，何谓“现象”？包含哪些行为？行为存在的判据为何？是否包含言论，还是言论即为行为？如何衡量现象的消亡（也就是如何衡量绩效）？

按照这个框架，一切都可以最后回到那一句话上。

这也是为什么有的人话轻如鸿毛，有的人的话重有千钧的奥秘所在。

---

其实，这里面的每一个问题追根到底都是非常深的学术问题。

你说的每一句话，都如同这样还有更深的分解和解释的必要。最终它们兜兜转转会回到一些最基本的问题上——什么是应该的？什么是好的？什么是存在的？以及它是谁？而这每一个问题的答案，都是高度的分析能力和长期的阅历反省的综合结果。

高度的分析能力，你可以多看些经典著作去学，去做题，去参加研讨会请别人砥砺。

但是这份阅历急不了，所以你要保持耐心。

因为缺这个阅历，上面给你做的这个展开，换了你自己来做，你很难做得很深。尤其是写下的每个问题的答案，也会有你看不出来的千疮百孔的裂痕。是这分解的框架和分解的结果的缺陷，使得你的话缺少权柄。

但你要坚持下去，让别人吐槽，接受“我现在被说不对是很正常的”的基本认知。

千万不要因为自己“受了名门正派的学术训练”，掌握了一些套路和书面套话，就以为这组展开你就可以轻松摆平了。

你要等待阅历发生。如果你等不急，你可以主动去冒险和经历，去优先积累这些阅历。

能力和阅历兼备，你才能靠谱的做现在的这件事——尤其是你才能以一个“其实我做不到、勉力为之，随遇而安”的心态来做。

这样你才能不容易得抑郁症，你才不容易自杀，或者被你身边无法再忍受你的傲慢的人抛弃。

保持耐心，保持“学徒自觉”，慢慢弄吧。

人生最好的安排，是前半生经历了尽可能多【正直而光荣的失败】而幸存，而不是“学富五车”。

人类那点“学问”，其实根本不该占用人那么多青春的。

---

有人看出来了——这似乎就是“司法解释”的风格。

不错，因为每一次有效的沟通，本质上都是一次“临时约法”。

“沟通技能”，本质上就是【立法技术】。

所以我强烈的建议人去理解法律史、法的原理和各个文明的法律实践。

哪怕你根本不是“学法律的”——这样想是错的，只要你是人、只要你需要与人合作，你必须是个“学法律的”。不是要去掌握限行法条，而是要掌握立法技术，善于敏捷而有效的构建自己的私法。

你们可以看一下我的置顶贴，体会一下这是一种什么样的实践，以及它有什么作用。

你是你的私域的天然君主，每一个踏入你的领域的人，都预先抱着遵守你的法律（即“入乡随俗”）的良好意愿。为什么有些人很难拥有忠实的关系人？因为 ta 们立法的精神不健康，立法的技术不健全，所立的法条语焉不详、漂浮不定、自相矛盾。

这使得一切踏入 ta 的私域之人都逻辑上必然的成为 ta 王国的注定的罪人。

而 ta 又毫不仁慈。

于是人们若不想做罗宾汉，又不想做宋江，就只好做索尔仁尼琴。

所以 ta 们最终只好称孤道寡。

一个“成功的人生”，不是指“亿万家财”，“声明卓著”，而是指一个仁慈的君主以 ta 简洁、准确、稳定而又有效的约法所行的贤明的治理，以至于 ta 所行之处，必有鲜花盛开，百废俱兴。所居住的人们没有恐惧，却有面对自我的勇气和面对未知的信心。

能明白这一点，把这一点嵌入你自己的本能，你一定前途无量。

Long live the Queen/King

May your reign last,

and your strength

fail you never.

编辑于 2021-05-16

<https://www.zhihu.com/answer/1556806982>

---

评论区：

Q: "正直而光荣的失败中幸存" 这个说法简直让我快哭了出来。。。我 31 岁，自认就是一一直在践行正直而一直遭受失败的人，但是这样如果碰不到理解自己的人，真的是太痛苦了。虽然您说得云淡风轻，但是我其实经常会陷入自我怀疑，每天靠您的回答去思考人生到底应该怎样度过。希望前方就是光亮。

A: 正直需要技术的。这个也需要从失败中学习。

屡败屡战，只考虑提高正直的技术，不考虑抛弃正直的人，才最终可以得到不必惊惶的栖身之地

---

Q: 我觉得凡事都先在脑子里想一想再说会好些。生活中比较常见的话说不大清楚的，往往是这件事在他脑子里也并不是那么清楚。

A: 关键是没有时间再脑子想，应该是问应变能力。

就比如上个星期女朋友打电话跟我分手，我一时就表达不出来理不清不想分手的意思，就没有表达出更好的逻辑，结结巴巴既然成了最后的告别

---

Q: 这不就是法律条文的题吗。。

A: 这话很对——任何沟通，本质上都是一次“立法”

---

Q: 好用!!!

A: 淡定……

Q: 啊大神你回我了。。考据和总结和实践都太重要了。。前面踩过的坑。。

A: 我不是大神

Q: [开心]

---

Q: 至于抑郁症，我有一些自己的心得。我觉得主要是人的认知出了问题，而且得病的人可能身体也不怎么健康。身体不健康会影响神经和认知，认知有问题也会导致身体不健康。如果要治好抑郁症，改变自己不正确的看法是最重要的。如何改变呢？就是去了解世界历史，去了解时间和空间的无穷，就能改变自己的井蛙之见。不去了解不容易改变自己的认知，以为自己知道的就是真相了。

B: 抑郁症和人还有环境都相关吧。举个栗子，包容度高的环境里人相对不容易抑郁，而人的认知和所处环境发生偏差则容易抑郁。

Q: 我觉得关键在于人自己，不在环境。其实外界不善也不恶，但你的认知让你会有这是善那是恶的感觉，抑郁症患者常常感觉人生很没意思，这是人内心的感受，而这感受来自于认知。可能我没能力说明白，我自己感觉解释得不清楚。抑郁症患者的问题是：他没法意识到他真正的问题是什么？如果能提出真正的问题，自己就可以得出解决方案。但难点就在这个问题患病时他自己问不出来。其实也不仅仅是抑郁症患者，常人中也都有这个问题存在，搞不清楚自己真正的问题是什么。

C: (抑郁症) “主要是人的认知出了问题，而且得病的人可能身体也不怎么健康。”——我观察到的也是这样。身心是一体的，身体不好时容易产生悲观绝望的想法，不良想法使自己进一步不动，身体越加不好，恶性循环。每个人最核心的问题是：为自己负责，使自己尽可能处于信心当中。

D: 我反复的会迷茫，找不到人生目标，感觉没意思，如何调整？有时候会觉得人生太坎坷，就丧起来了，身体慢慢就崩溃了

C: 我现在想的是: 肩负对自己的责任, 永不绝望。能做什么做什么, 能做多少做多少。一息尚存, 坚信上天不会把我承受不起的遭遇放到我身上。【不过我承认, 真的很难熬。】

Q: 有时候不一定是因为找不到人生目标, 所以没意思。而是你过得不快乐, 所以感觉没意思。我的建议是可以做些让自己快乐的事。比如我的一天是这样的, 每天早上跑步 3 公里, 保持居室和身体的干净, 去附近琴行练一小时琴, 早睡早起, 吃些想吃的食物, 看些感兴趣的东西, 比如最近我在看央视的世界历史, 我觉得很有意思, 这些都让我觉得今天过得还不错。多些经历是好事, 你的一生其实是你的经历组成的, 最终你有钱了或者有名了其实并没有什么意义。

---

Q: "正直而光荣的失败中幸存" 这个说法简直让我快哭了出来。。。我 31 岁, 自认就是一一直在践行正直而一直遭受失败的人, 但是这样如果碰不到理解自己的人, 真的是太痛苦了。虽然您说得云淡风轻, 但是我其实经常会陷入自我怀疑, 每天靠您的回答去思考人生到底应该怎样度过。希望前方就是光亮。

A: 正直需要技术的。这个也需要从失败中学习。屡败屡战, 只考虑提高正直的技术, 不考虑抛弃正直的人, 才最终可以得到不必惊惶的栖身之地

Q: 谢谢。正直的技术, 是否就是“如何践行正直而减少痛苦”的方法?

A: 「家族答集」里面很多例子 (<https://www.zhihu.com/collection/378738313>)

Q: 很感谢, 非常受用

A: 具体来说, 比如你又想诚实经营又想吃饱饭,

那就需要找一种技术能让诚实经营创造利润而减少亏损

Q: “诚实经营创造利润”其实是我心中的屠龙之术, 一旦融汇, 威力无穷。不过寻求之路确实艰辛。我也能看到一些正在给自己创造利润的人, 他们给我感觉也是诚实的, 但是每个人寻得这条路的途径都不一样, 我也不知他们成功的关键是否来自于他们生命中那也许只占 1% 的不诚实经营。作为自己来说, 我只能做到怀揣一些信念, 去面对未知的选择。并没有一套明确的方法论来指导如何去寻。也许看了您那个收藏夹会有些新的感悟吧。再次感谢

---

Q: 1. “我们”指广大的消费者, 或者是国家机关。我们的力量是团结而形成的巨大合力, 资源是社会舆论, 动机是挽回假冒伪劣产品给消费者带来的损失。我们的盟友是一切支持“主张用严厉手段打击假冒伪劣现象”的人或团体, 对手就是通过贩卖假冒伪劣产品损害消费者利益的人。

2. “主张”是指就某事提出自己的理解, 所以应该是推动有立法权的人立法。我们会在可以接受的范围内承担时间和经济成本, 其成本不应该大于因为被无良厂家欺骗所带来的损失。为了做成这一件事情, 必然要牺牲一部分精力与时间, 且最终的结果是无法保证按照自己心意进行的, 这些都是潜在的风险。

3. 经济手段: 关闭运营中存在假冒伪劣商品的店铺。舆论手段: 广大消费者因为自身利益受损公开表达对无良商家的不满。严: 态度严肃; “厉” - “厲”, 山崖上的毒蝎, 形容可怕。足够严厉就是说不留情面, 按规矩办事。应该是把我们自身的能动性与对手的承受力综合起来考虑, 环境和社会的承受力也是很重要的因素, 不可以忽视。4. “打击”依靠国家市场监督管理总局, 依照 (法定??) 程序, (??) 执行原则实施这些动作, (不会了……) 5. “假”是盗版的意思, “冒”是冒充的意思, “伪”是伪装成真, “劣”是质量不达标商品。分界线看消费者不满意群体基数大不大, 国家负责管理这些解释的定义及其发展。6. “现象”指肉眼可观察到的一切。(哪些行为??) 言论是行为的一部分。衡量绩效要看是否最终为消费者满意……好吧, 保持耐心。

---

Q: 5w2h 比较速成

A: 这个适合下命令和做现场报告, 不太适合说服和说明抽象问题

---

Q: 可恶！又被答主说中了！不是没有拆解能力，而是拆到最后每个一个都是直抵本质的基本问题。现在的我根本没有解释这些基本问题的能力，个别的做到就不错了。属于能耍起来，但是离举重若轻还差的远。不过现在比较能做到随遇而安的心态了。谢谢答主给的礼物。[抱抱]

---

更新于 2023/11/12