

问题：家长可以强迫孩子去睡觉吗？

题目描述：1、我家整体比较幸福和谐，孩子们的意见大部分都会予以考虑。

2、每晚什么时候睡觉是个痛点，我觉得孩子要保证睡眠时间，老公觉得早上定点叫起来知道困了转天自然会早睡，而实际上他们转天晚上依旧各种拖。

3、家里三个孩子，各个年龄段都有，每天睡前会彼此打扰。我先生超级忙，经常很晚回家。我没有足够多的帮手，可以一人陪一个孩子，如果不是最后用强迫手段（最常用的就是呵斥），他们就会搞到很晚。转天早上又是各种痛苦的叫起床。

4、由于对睡眠焦虑，我在晚上过了十点情绪就很难稳定，经常会呵斥他们，然后又内疚。循环往复。我的问题是，我觉得对他们好的事情，就可以不顾手段的优雅去强力执行吗？如果执行不下去，我是要再换各种包装手段去做呢？还是让他们自己承受自然后果？

父母和子女之间存在着一个管理和服从管理的关系。这也是父母们挫折感最强的科目所在。

子女“不听话”，这件事堪称千古绝症。父母们着急、上火、焦虑、暴躁，耐心不断的损耗，最后总难免恶语相向，乃至直接实行肉体惩罚和武力强制。

很多人已经将这视为了一种必不可少的暴力的教育——为了让子女们学会看懂暴力（不管是智力的、财力的还是武力的暴力）的优势在哪一边、学会优势方的惹不起，从而掌握读懂空气的玲珑剔透的局势敏感性，做好“能屈能伸”、忍辱负重的心理建设，晓得“趋吉避凶”，“君子报仇，十年不晚”的智慧，需要父母来扮演那个ta将来惹不起的恶人，来个从肉体到灵魂的深刻烙印。

这个看起来是非常必要的训练，逻辑也是很直白的——世界上的好人你是不用担心的，好人不会把你怎么样，但是你显然必须学会在恶人面前委曲求全，不要意气用事，不然分分钟你就会完蛋。

“你必须学会服从比你强大的人，不然你会吃眼前亏。”

所以，作为父母，我比你各方面都强大得多，但是我却和别的坏人不一样，你触怒了我至少不会被我打死，而只会受到恰当的“教训”。

这样子算下来，不光我有权对你下令，而且在你没有学会服从强者的命令之前，我有这种教你知道厉害的责任。

这样就全部走顺了——根据这个理解，家长当然有权利——甚至是有义务——让子女适应强迫。

无懈可击，对吗？

首先，在一个根本的点上你没有说错——人如果要成为社会的人，必须要学会与其它人协作，而协作中势必要涉及到人对人的顺从。这意味着父母是必须要尝试构造子女的某种顺从机制的。

但在一个根本性的方向问题上，有一个重大的分歧——你正在构造的顺从，到底是一种服从，还是一种屈从？

屈从，是指一个人将自己对问题的判断搁置和废弃，转而以对实力——实则是暴力——的判断代替对是非、正误的判断，来作为遵从指示的前提条件。

它是一种理性的失败和对人格侵害的适应。因为它要想奏效完全依赖于让它的对象学会“按照我自己的判断来做事是不可以的”。我叫你往东，无论你因为什么理由不往东——包括你因为无知搞错了东的方向——你都是活该受到惩罚的。更不必说你对于这事是否合适的那些判断了。光是让我看出你竟然还做了这种判断，都对我构成冒犯，你都应该得到“教训”。

它的每一次奏效，都是当事人暴力和理性的双重失败。ta是一种投降。

它培养的方向，毫无意外的，是对暴力的敏感性和屈从性。

它对教育者的要求，是蛮横、无情和迅猛的暴力欲望。因为越是蛮横，越能消除子女对于胆敢动用自己的理性的妄想和侥幸，以免 ta 们在不合时宜的时候有自己的想法；越是无情，越是能消除 ta 们对有了略微亲密关系对方会高抬贵手妄想，以免 ta 们会放松警惕；越是迅猛，越是可以给予清晰的反馈，而不至于因为时间相隔太远，而让 ta 们误以为自己不是在为较早前的屈从受折磨、而是在为此时的屈从受折磨。

它的必然结果，是对暴力地位的崇拜和对这种嵌入本能的怯懦与本能中天然存在的自尊、自信的终身矛盾和挣扎。

你怎么可能用日复一日的双重失败去培养出一个成功者呢？你当然只能培养出一个失败者——一个习惯、接受、适应了失败，只懂得如何失败、不能梦想甚至不敢梦想自己可能是成功的失败者。

ta 从小学的就是独立者思考者该死、思考和判断都是拥有暴力优势者的特权，ta 怎么能不学会崇拜暴力、轻视理性、甚至仇视独立人格呢？

它所造就的人的对冲机制——也就是 ta 唯一的指望——就是“媳妇熬成婆”，去成为一个对于别人拥有这暴力优势地位的人，在其过程中享受使用自己的暴力的快感作为对位的补偿。

更为深刻的威胁，是建立屈从机制本身将会使得教育本身变得低效、甚至变成不可能。

因为 ta 的顺从根本不是出于对教导者的理性的认同，而是出于对教导者暴力的畏惧。你会清楚的看到 ta 并没有在看着算式，而是在看着你的脸色和表情揣测到底哪一个选项、哪一种回答不至于让你发火。

这个过程调用的是与逻辑思维完全不同的思考路径，锻炼的是完全不同的能力——它不是在锻炼处理信息、分析信息的能力，而是在锻炼捕获信号、反射性反应的能力。

后者的机能性不过是膝跳反应级别的——这样做的人事实上正在将子女的大脑训练成一种高级的膝盖。

并竟然将此称为一种“教育”。

而服从，是与屈从完完全全不同的东西。

服从是基于对他人的爱的信任或对自己超越性诉求的坚持，而自己选择了在具体问题上违逆自己的安逸本能。

服从是一种决定。

它不是别人的暴力比自己的贪欲更强大的结果，而是当事人自己的爱与理智比自己的贪欲更强大的结果。

它的每一次奏效，都是一种“超我”对“本我”的胜利，一种将会从胜利走向胜利的胜利。是自己作为自己的主人、勒令自己的本能服从自己的意志的成功。

它培养的方向，指向对 ta 人的爱的敏感和洞察，和人对自身目的的明了与坚持。

一个人决定去服从，只有三个理由：

第一种，ta 自己能凭借理性确认对方的指令与自己的追求是一致的。

比如，一个志愿兵确信整个指挥链与自己一样正在努力赢得整个战争，而 ta 也从理智上知道因为个人的局限，想要最大程度促成胜利，ta 最好的选择是加入部队，于是 ta 决定参军服从指挥链的命令。

又比如，一个人认为一个组织的宗旨符合自己的理想，并且相信其追求是真诚的，于是决定加入这个组织，并接受这个组织所分配给自己的主管的指令，以促成这个组织的愿景实现。

又比如，一个人认为临时的和某个企业、某个人签订契约达成合作关系有利于自己追求自己的目标，于是决定与对方签订条件清晰的契约、并决定在契约约定范围之内依约服从对方的指令。

这是人出于自己的理性而作出的服从，它建立在对指令、对发令者本身的合理性的判断之上。从根本上说，当事人是出于自己的判断而判定这样做是更正确的，所以这样做。在形式上虽然是在服从其他人，但在本质上是在服从自己的理性。

第二种，自己清楚自己没有能力判断命令本身或者发令者的合理性，但却能够凭着对爱的敏感性，相信对方对自己的爱足够可靠，于是可以在相当大的程度上抛弃自己的犹疑，转而使用另一套替代抗拒的策略来对对方的指令加以服从。

这个对爱的敏感性和替代抗拒的策略，后面会专门阐述，但仔细看清楚这一条的要害——它使得一个人可以凭借对爱的敏感性和对爱的接受，超越 ta 自己的理性极限，获得单凭自己的理性指导不会涉足——至少会晚得多涉足——的体验，从而从这些体验中获得凭自己的理性引导本不会获得——至少不会如此早获得——的经验。

这使得教育成为可能。更确切的说，这就是学习的意志基础。

如果一个人在服从之道上全无修行，把所有的服从都混同于屈从而一概视为屈辱，加以无差别的抗拒和排斥，这个人将失去绝大多数的经验增长机会，而几乎必然的沦为一个相对更无能的人，进而不断的在所流落到的团体内居于受命的下僚地位。

最终的结果，反而恰恰是要无穷尽的“被迫屈从”。人生犹如地狱，而在地狱之火中，ta 痛恨魔王，痛恨自己不是魔王，更痛恨明明在自己爪牙下的小鬼竟然不屈服。

而教育的第一个目的，就是建立起对受教育何以成为可能的这个前提条件的绝对清晰的认知和将这认知夯实成为基本信仰的经验。

这是人受教育需要学会的第一知识，它的重要性，更要先于 $1+1=2$ 和“人口尺手”。你可以学不会 $1+1=2$ ，但你不能不明白要学习就必须服从教导。

这第二种看似是缺少足够判断命令本身的合理性的理性能力的，但却是在判断下命名的人是否适格上有着理性判断的。它从本质上只是将判断的层级从具体的事务提高了一个层级，提升到了对下指令的人的价值观的判断上。

而这第一种和第二种服从，都包含了一项至关重要的要素——那就是决定终止服从的自由。

在当事人认定服从的前提条件已经不成立，ta 可以按照约定好的退出关系方式取消自己的服从。

顺便，这显然意味着任何理性的服从约定都包含了退出这一关系的正式程序，没有约定这一程序的契约是不完备的。

简单来说，这两种情况，人其实服从的是自己。因此服从完全不同于屈从，不但不是人自由的失败，反而是人自由的实现。

第三种情况，是人认识到受到管辖的原因是超越自己的选择的，从而理性的选择有意义、有原则的服从，而不是无意义、无原则的反抗。

例如，子女要服从于父母，父母之于子女的管辖权利的根源，是不以子女的选择为基础的；俘虏要服从俘获者的管理，这是不以俘虏的自我意愿为基础的；被捕罪犯要服从狱卒的管理，这不是以被捕者的选择为基础的。

但这不仅仅只涉及到人，实际上这一原则可以延伸到一切没有给人留下不顺从的选择的场合。

例如——你不能选择不顺从客观规律，你不能选择不顺从客观条件限制，你不能选择不接受客观结果。那些林林总总的看似与“施暴者”有关的，没有选择不顺从余地的情况（这包括了最开始谈论的“眼前亏”问题），在本质上与受到重力的束缚、受到墙和悬崖的阻隔没有区别。

其实在这种状况下，人仍然可以以生命为赌注去选择反抗，所以在终极意义上讲，因为人类有天然拥有、不可剥夺的选择死亡的终极自由，人类确实在根本上完全自由的。

人类缺少的并不是自由本身，而只是廉价的、足够“经济”的自由。

问题在于，在这第三种情况之下，人是否应该选择服从？这是否是一种软弱？这是一个每个人需要自己做出自己的选择的问题。

这之所以被称为一个需要做出自己选择的问题，在于它不应该被允许成为一种“共识”——即尽如不满者所大力鼓吹的那样，要强令所有人“与 ta 一起”以生命去反抗 ta 个人所认定的“不公”，否则就要遭受 ta 的“软弱”的指责。

你只能决定自己是否要以生命反抗到底，这是你自己个人当然的权利，但你没有任何权利和立场去指责拒绝与你做同样选择、甚至同样判断的其 ta 人，因为这显然构成对其他人自由的侵犯。

这不是想否认拼死反抗绝不接受的意义——真正的义之所在，死不旋踵的决心，绝对是一种高贵的因素，而且本身是一个人彻底自由的最终保障——谁也无法奴役一个为摆脱奴役可以接受丧失生命的人。

但是，这没有给一个人任何额外的道德权利去干预其他人选择的自由。你有完全的权利决定一件事情你不喜欢、也有完全的权利决定自己要不惜一死的去反抗，但你没有任何权利因为别人做不同的选择会对你的选择不利而去指责别人。这种指责，无论其势力有多强大、口号有多政治正确，本质上仍然是将自己的自由凌驾于别人的自由之上，本身就是一种被企图的奴役。

你如果假借任何名义而尝试奴役别人，那么遭遇到别人不惜以生命为代价的反抗，你不应该有任何意义上的诧异。

而撇开这些考虑不谈，你必须认识到实力的绝对差异本身是一种答案，一种自然给你的客观反馈——那意味着对方从自然手里获得了管理你的特殊许可。你必须对这种许可有某种程度上的正面的思考，而不能一概加以抗拒。否则你将直接面对自然告诉你永动机不可行，而一切的实验失败都不足以说服你放弃永动机，最终你虚度你整个人生的悲剧。只要你秉持这个将对自然限制的一切接受都一概视为失败和屈服的原则，这种永动机悲剧就会以各种不同的尺度、各种不同的形式在各种意义上无限的发生，耗尽你每一点的能动性，让你在事实意义上、在实践上与死亡无异。

你不会做成任何事，包括你自称正在做的反抗本身。

换句话说，对于自然给你的限制，你必须寻找某种形式去服从。这是一个服从的形式和艺术问题，而不是一个服从或者不服从的问题。

一个明智的人，会将一切顺从牢牢的锁定在服从的定义之内，从而反而获得避免、对抗乃至消灭一切屈从的最大优势。

这道理很简单——一个成员出于主动服从而达成积极合作的团体，将会比其成员出自被动屈从而达成消极合作的团体，无论在合作成本上还是在产出效益上都有数学上极为显著的优势，从而使前者的全体成员极大概率的免于受制于后者之手。

而即使因为客观因素的限制导致了后一种后果，其成员加入了后者的组织之后，也会因为其主动服从大大降低上级指挥的成本而飞速的上移到指挥链的顶端。

事实上，几乎任何有屈从成分的组织都有一道隐形的权力栅栏——在这栅栏之外奉行的是屈从法则，用的是绝对的实力实行绝对的强制，而在这栅栏之内则奉行服从法则，靠的是自觉自愿的主动服从集体意志。总是后一种人在指挥链的顶端——甚至直接构成指挥链的全部主体——去决定屈从部分的行动、裁决 ta 们的行为、并决定其奖惩。

而之所以会如此，同样是因为后者比前者总是拥有压倒性的实力优势。

这其实就是何以某些“降将”反而可能同样在战胜集团内身居高位的内在原因。

换言之，对于一个深知服从的力量和价值、从而自小修习并深刻的掌握了服从的技能和基础架构的构建的人，其人生体验的顺利是已经被人性的现实和客观存在的组织规律从自然规律的级别加以保证了。

而同样的保证并没有对等的许诺给屈从者。

于是，剩下的最关键的问题来了——身为父母，如何最大限度的保证子女获得服从所需要的技艺、完成服从所需要人格构建，并最终走向服从者的方向，而不是滑向屈从的深渊？

这里有一个关键的要害，也是人类教育的最大奥秘——对动机的再定义。

一个未充分发展的人，对自己的行为动机的认知是模糊而含混的，当 ta 不顺从某个指令的时候，ta 事实上无法分清自己到底是出于什么样的动机和理由而不顺从。

ta 的不顺从与其说是出于意志的，不如说是基于本能的。

到 ta 做出第一次的不顺从这个时点为止，小孩子们尚不清楚自己做出不顺从行为的原因到底是什么。

ta 们对自己动机的理解和内化，是通过对父母随后反应的观察、循着人类心理构建的既定轨道形成的。

这使得父母们可以控制自己对这不顺从行为的定性、主动的、坚定的管理自己的随后反应，来帮助子女形成对自己行为的动机解读。并靠着反复的坚持，引导子女习于特定的自我定性路径，从而达成构造行为本能的目的。

现在的问题是，父母们——更确切的说，一个上位者——应该怎么做？

作为上位者，你首先要彻底的纠正一个妄念——即认为“懂得服从”是轻而易举、理所当然的、是起码的，应该是任何一个有意识有意识、知道挨打会疼、不吃东西会饿死的人的基本认识，应该是一切人性的起点，应该是无需教育就拥有的先在自觉，应该是教育的起点之前的东西，因而推定任何不服从都构成一种令人无法忍受的轻视和冒犯，或至少暗示着一种令人不能忍受、必须以某种形式发泄的痛苦和焦虑的鲁钝。

这大错而特错了。

因为你们自己分不清屈从和服从，所以你们把服从看得太过于简单了。

你们自信满满觉得理当本能就懂的那个，不是服从，而是屈从——因为只有屈从才遵循那个“凡知道饿、知道疼就知道要照办”的规则。

你们把值得奖励的不屈从，误作了值得焦虑的不服从，并以“迫使对方放弃不服从”的名义，在事实上迫使对方放弃不屈从。

你们需要放弃一切“服从是理所当然”的幻想，充分的重新估量和认识清楚——服从精神、服从自觉和服从必要的技能都是你教育的永恒的终点，是一个难以企及、多走一步便受益一步的人格圣杯。

而绝不是刚降生在新手村，默认的道具背包里找不到就觉得惊诧的起点。

客观的说，人类之中，能达成正确的服从的人凤毛麟角，每一个都是龙凤之姿，未来不可估量的英才，你根本就不应该在任何意义上期待没有受到过十年以上有效教导的孩子默认拥有这种能力。

更不必说因此而对 ta 们实施暴力的威慑、自认为正义的惩罚了。

因为只要你这么做，你就在通过自己的行为向可以凭本能倾听这现实的语言的子女说“服从就是屈从”。

因为正是你自己在用基于这种认识的事实逻辑，在用怒吼、咒骂、皮鞭、棍棒、经济封锁、权利剥夺这种事实的语言向 ta 们的灵魂宣告这一点。

你语言上对 ta 们的理智说出截然相反的话，是不可能抵消和压倒你用事实的语言对 ta 们的灵魂的宣告的。

因为事实是神的语言。

如果你正确的认识到了服从的稀有和珍贵性，那么你就会自然而然的有以下的转变——

1) 你不会再轻易的将 ta 们的不顺从定性为不服从，而会默认定性为不屈从。

不服从是一种不成熟，但是在不能理解、不能确认爱的前提下不屈从却是正确的、健康的、甚至至关重要的本能。

注意关键词——这是【健康】的本能。

自然将人塑造成对一切声称的爱深抱怀疑、本能不屈从于一切不能理解其原理、不能预料其后果的指令，是对人类的仁慈与爱。

因为只有这深入骨髓的本能的不屈从，才能对一切不真实的爱造成无法逾越的困难，迫使 ta 们在没有造成真正恶劣的后果之前就显出劫持者、诱骗者和施暴者的真面目。

这同样的怀疑，会在人的未成熟期造成真正有爱的人同样极难穿透的天然防御，但是却能保证每一个能穿透的人都一定是拥有足够清醒的爱的自觉、足够坚定的爱的决心的。

它是一种客观的筛选“有资格得到我的服从”的天然机制。

它是被设计出来守护你的子女的。

若没有这令你痛苦万分、废力万分的屏障，你固然会倍觉轻松，你也要意识到——那些骗子、强盗因为远比你你有更高的获利期待，ta 们天生的就会比你有更显得“仁慈”、更显得“耐心”的本钱和动机。

你要记住——如果去掉这高耸入云的城墙，你不会是第一个进入城内的人。

所以这城墙固然把你阻挡在外，它也同样能在 ta 们发育出能看懂的眼睛、能听见的耳朵、能想明白的心之前把其他的魔鬼挡在外面。

而这样设计的根本原因在于——只有真正不惜一切牺牲、不惜与一切内心的傲慢、恐惧战斗到底的人，可以穿透它。

它事实上通过给你最初的困难，在无意识的测试你得到服从的资格。

你被证明没有因这完全正当的不屈服而沮丧、暴躁和愤怒，你才有获得试探性的服从的资格，你也才会获得试探性的服从。

再重复一遍，这个过程是完全健康的。

如果你一开始就清楚服从是如此曲折而珍贵的东西，你怎么会因为 ta 们的不服从而暴怒呢？这就像一个人如果确知中彩票是概率极低的，又怎么会因为抽了十张彩票都没中而暴怒呢？

一个人连服从的珍贵性这样最基本的认知也欠奉，ta 会不可避免、难以掩饰的显露出暴躁和不耐烦来，ta 即使动用自我克制、ta 的自我克制也会迅速的耗尽，最后一定会因为极其明显的攻击行为暴露 ta 没有资格被服从的确据，从而会自动被人的本能守护机制标记为不予通行。

而这一切，你的子女的理智甚至都根本没有列席参与。

ta 们受到的祝福本身，完全不依赖于 ta 们的理智，就能自动的守护住 ta 们的灵魂。

你看懂了吗？

你是在与一个远比你子女的理智更强大的东西打交道，而它的设计是如此的精巧，足以击垮你一切的迂回、伪饰和勉强，迫使你露出实地来。

这其实不是对子女的考验，而是对你的考验。

你到底是要你子女的幸福、还是要你自己的傲慢和不受挑战的安全感？

一个定意要爱的人，只会将子女无意识的不顺从，定性为本能意识触发的不屈从。

那意味着子女的本能，不是没有认可你的话的合理性，而是它没有认可你的话是出自它无置疑的爱。

这份本能没有理性识别利弊得失的功能，但却在洞察动机里的危险因素上有人类无可匹敌的超强能力。

因为那是被安排了要在分辨情况是否真的危险之前就激活全部防御本能和躲避机能的恐惧本能。

以兔子、老鼠、苍蝇的恐惧本能尚且可以轻易的让赤手空拳的人类扑个空，何况作为万物之灵长的人类自己呢？

若是这种警惕性不能高概率的觉察 ta 人极力掩饰的敌意，那就不是一个人类是否能被有效教育的问题，而是一个人类这个物种是否能存续的问题了。

所以，你不要去再讲一遍你的道理是否上下都通顺、逻辑如何合理，而要去面对事实——你有你自己没有觉察、因而也没有去除的隐藏的敌意。

这个判断不是你的子女作出的，是 ta 们的天赐本能作出的。

你当然会不服气，你也可以试试不服气，但是希望你清清楚楚的搞明白，你是在跟主宰了万物演化的自然怄气。

但建议你想想清楚古往今来有多少人跟祂呕过气，甚至恶语咒骂过、撕咬踢打过，去冷静考虑一下那些数不清的尝试有谁成功过。

坦白说，一个人不试试不服气几回、不试着踢打撕咬几回，以灵长类动物这么低等的动物的智能水平，也是一种苛求，所以你也不必过于自责愚蠢。

但是你要清楚——自然虽然不算睚眦必报，但是 ta 也是不憚对于那些选择坚持傲慢到底的父母给予最极端的惩罚的——ta 会下令让你的子女在 ta 已无法有效保障其自由的最后时刻，启动自毁机制。

客观上，你的命令没有获得子女——尤其是未成年、未获得清晰的语言表达能力的子女的主动的服从，你只有一个思考方向——

“我在哪里流露出了我不自知的威胁性？我在何处给了子女本能恐惧的理由？”

看准了，这是唯一正确的答案，唯一正确的努力方向。

你自己是极难找到那隐藏极深的傲慢和暴戾的——因为你作为一个成年人，当然已经把你自己能明显察觉、和不能正义化（justify）的傲慢和暴戾处显式的除尽了。

若非这样，你又何以会在这本能的宣判下愤懑不服呢？

但是，请你毫无确据的相信两点——

第一，你永远有去除不尽的傲慢和暴戾，任何时候被这一本能判定为仍然有傲慢和暴戾，在绝对意义上都不可能是错的。与其把精力放在为自己辩解、为自己没有被按照所谓一般标准来衡量，为自己被“苛求”而愤怒，不如以此为客观的契机去继续深挖和反省。

不错，对你是“不公平”的，但是凭什么要“公平”？

你知道你正在领受的是什么样的权柄吗？

难道是出门大街上随便抓起一个人，就有资格领受这样的权柄的吗？

你所领受的服从，其实本身是凡人领受不起的权柄，对于领受者，只要是循着正确的方向，则无论什么样的苛求都不能算是过分的。更何况，你将来会发现的，其实那所谓的苛求，不是要你成为一个完美无缺的人，而是要你成为一个无时无刻不自知不配、于是无时无刻不反躬自省的人。

第二，无论你对你于正义的理解有多么自信，但遇到这种情况而你又完全找不到自己有什么地方做错，那只有一种答案，就是你对正确的理解仍有以你目前的心智无法察觉的缺陷，它将一份实质的傲慢和暴戾掩护过去了，而绝不会是你真的绝对正义，毫无过错。

这两条，你如果不打算接受，你将永远可以轻易找到足够的理由，没有任何人可以从雄辩到可以驳倒你，任何法庭都不能判你有罪、甚至判你有错，你也永远可以找到极大量的人赞同你、支持你没有任何过错可言。

所以，这“不公平”三个字，只能由你自己放下。

你能接受这份“不公平”，并在这对所有人都不公平到永远也无法及格的标准下一而再、再而三，不是三鼓而竭，而是三生万物的坚持自省和忏悔，才是你超越世间千万人，独得 ta 的自愿服从的资格。

你所领受的权柄，原本你是不配的，唯有你自知不配，你才可以被视为配得。

这一条总结一下，就是你会发现——身为领袖，道歉比责罚强大。

那道本能的围墙，不怕你翻越，因为你无法翻越；不怕你迂回，因为它无懈可击；它也不怕你撞击——倒不是因为它坚不可摧，而是它里面的灵魂准备好了一旦城破，就同归于尽，留给你的只会是一个厉鬼。

但你如果站在门前，谦卑的忏悔，

城门就会打开，里面的灵魂就会冲出来与你拥抱。

记住，这是唯一可以让城门打开的办法。

如果你不知道自己错在哪里，为你还没能找到你错在什么地方道歉。

2) 你会停止惩罚不顺从，而学会赞许 ta 的不屈从，并自然而然的学会赞美 ta 的服从。

记住了，本能的不顺从，只允许被理解为不屈从，而不屈从是应该赞许的勇气，不是需要惩戒的叛逆。

而刚才已经解释过了，服从是罕见的成就，所以没有是理所当然，有是意外之喜。

严格的按照服从的基本要件来查看 ta 所到达的服从的能力等级，并且你应该为每一次 ta 自觉的、尤其是战胜了自己的本能而获得的服从的进步而当即的、毫无保留的给予肯定和赞美。

那么，什么是“服从的基本要件”呢？

1) 自愿声明服从意愿。也就是主动的表达了“我愿意努力尝试服从”。

2) 风险自担。也就是在服从承诺有效期间，主动免除下令者的错误责任。这也有另一重含义，也就是既然风险完全由我自担、我也就相应的有完全的权利决定什么时候停止主动服从。

我是一名士兵，我向你表示服从，那么你命令我冲锋，我就会冲锋。我自己承担冲锋而受伤亡的风险——执行风险；我自己承担你的冲锋指令下错的风险——决策风险；我也自己承担自己理解错你的冲锋指令的风险——沟通风险。

3) 判断权交托。也就是如果在我按照程序声明停止服从之前，在我的服从承诺有效期间，我是否有不服从的问题，我将判断权交给你，而不是自己保留。因为如果我将这判断权握在自己的手里，我将可以把一切的不服从都认定为服从，从而使这一承诺变得毫无意义。既然服从交到你的手中，那么对不服从的判断也就交到你的手中。而且只有你，不包含第三方。

这里可能有人会有疑问，那么军人不服从的判断为什么应该由军事法庭判断，而非指挥官判断？

因为军人效忠的对象是整个部队——甚至更高，即国家化军队的真正主人——国家。而指挥官只是国家委派的一个具体办事人员。所以军人的不服从在最终意义上应由国家判断。而国家从制度上将这一安排交由军事法庭来执行。仅在某些具体紧急条件下交给军官执行。

如果你是在封建时代效忠一个具体的领主，那么这位领主会掌握这个判断权。不应该发生你自称效忠某甲，结果当某甲认为你不服从，你去叫某乙来评理，并以某乙的判断为有效判决这种情形——这意味着你实质的服从对象是某乙。

4) 自愿接受裁决。即如果我有不服从的情形，我愿意接受你一切的裁决。我相信你的裁决全都是成立而有效的，我全部视为合理的惩戒作为激励，相信它是应该得到执行的。

无论那裁决是什么，只有一个例外——就是死刑。

因为即使我自己，我也无权放弃自己的生命，因此我也不能将夺取我生命的权利授予别人。

5) 自愿接受裁决的执行。

你依我的授权，享有对我的强制力。

注意，因为服从延续到哪一刻始终是发愿服从者不可剥夺的天赋权利，所以，ta 有权在惩罚真的落下之前宣布服从不再有效。

换句话说，一个因服从而合法的惩罚，能得以真正的实施下去，每一秒钟都要依赖于服从者的坚定的自愿。

而所谓随时叫停的权利，是与风险自担的原则不可分割的——虽然我没能坚强到能接受你的裁决被实际实施，但我绝不会反口说这是你“过于残酷”，而只会认定为是我过于软弱。

虽然我叫停，但是我该向你致歉。

抱歉我没能坚守我的承诺。

这五条，合起来构成自愿服从的全部要件。

我建议你们结结实实的将这五条多看几遍，仔仔细细的思考这样一个问题——

如果有一个人将自己如此交托到你的手里，你还有什么样的理由、有什么样的动机去故意伤害 ta?

仍然故意伤害 ta，会是一种何等样的罪恶？上天是否有可能放得过这种罪恶？

而你是否敢于再自称自己有完全的资格去承受这样的托付？

而最重要的是——如果这五条全部得到了遵守，直到最后一点惩罚也被正面的承受，这是一种何等样的勇气和成就？

你所在指挥链的上游，你是否真的在人格上高于这位下属？

这样的英勇，对其中任何一条的任何一点真实的坚持，配不配得人实实在在的赞美？

你如果真的明白，你将不会有任何的勉强。你既然并不是出于勉强，那么你也就不必忧虑你是在刻意实现某种自我的扭曲来尝试“设计”子女的人生。

你只是在遵循本来就存在的规律，顺应了本来就内嵌在人本质中的要求，实现了本来就应该实现的人的蓝图。

如果你实实在在的看懂了这篇东西，你会自然而然获得更大的“耐心”。因为你将本来就困难的事情，正确的认识为困难了——而不像以前一样，把一件本质上极其困难的东西——主动服从，误认为了它的表兄弟——被动屈从。

你也自然而然会在遇到不顺从的时候，养成用主动忏悔来突破障碍的下意识，从而避免掉“用暴力把服从问题转向为屈从问题，并无意识的用造成屈从来弥补自己未能获得服从的沮丧”这样一个极端愚蠢、然而却又极其容易犯下的蠢行。

靠着这两点，你的子女的同样的表现，将会极大概率的从不屈从造成你的沮丧，转变为因为流露出了在那五个方向上的进步而触发你的欣喜。

看清楚，同样的表现。

而靠着一次一次的提醒 ta 们“不必着急，完美的服从能力是终极圣杯，并非只有完美的服从才算及格。恰恰相反，这场特殊的考试里，每一点进步、乃至仅仅是一次没有进步的坚持重复、乃至于是一次退步之后的不放弃，都是值得全部赞美的胜利。只要参加挑战，就已经是绝对超越逃避者们的英雄行为了”，你将会把每一次的命令自然的从“不达标就会受到惩罚”的令人生畏的恐怖事物，变成一次只要积极积极参与、就会毫无疑问得到父母衷心爱戴——是的，爱戴——的机会。

ta 们会展现令你赞叹和担心的是自己的严格要求。

因为 ta 们怎么可能会不在乎你的爱戴呢？

ta 们会更忧虑你从不下令，因为那意味着你并不信任 ta 们对你的爱——那反而会引发 ta 们的自我怀疑和怨恨。

ta 们不但不会去反抗和逃避“惩罚”，反而会以你不信任 ta 们志愿接受惩罚的决心而感到沮丧。

因为犯错而堂堂正正的接受惩罚，是一种显然的荣耀，而不是一种软弱。

而 ta 们的这些强大的人格表现，会消除你一切的焦虑——没有人会不爱 ta 们，没有哪个健康的组织不想争取 ta 们的忠诚，没有哪个异性会对如此强大的战士的忠诚不动心，也没有哪个贤明的老师，愿意错过如此可堪造就的爱徒。也没有哪个弱者，不希望必须有人执掌的权力被交托在 ta 们手里。

这份服从的能力，是激发一切爱的那把钥匙，因为它就是爱的能力的本质。

这个世界，都是为了让这些甘愿如此勇敢无畏的服务 ta 人的人造的。

因为这个世界本来就是由爱凭着爱造的。

你如果看懂了，看明白了，那么你就可以下令让你的孩子去睡觉。并且你的命令会得到竭尽全力的遵守。即使它并没有实现，你也会得到别的好的结果。

命令，是专一给予谦卑者、忏悔者、爱人者的特权。是不容傲慢者、自义者、无爱者染指的神器。僭越者即为敌人，没有例外，唯有死战。

如果你没看懂、或者因为任何原因不认同，那么你最好不要随便下令，以免自取其辱，两败俱伤。

编辑于 2022-04-08

<https://www.zhihu.com/answer/1924612230>

评论区：

Q: 天呐我怎么敢塑造一个以为只要屈从暴力，就能获得宽恕的孩子，这是把未来交给恶魔。

B: 讲道理有用可以不用暴力的 没说一定用暴力吧

Q: 我还不知道如何恰当地回复你，权当强行解释吧：首先这里的讨论仅针对答主给的假设，而答主给出的假设就是建立在暴力认知上的教育，其表述的“讲道理”也在展示暴力、假设暴力、认同暴力的范畴里。其次我们讨论的“暴力”和从你的评论里推测你理解的“暴力”涵盖范围不同，我们讨论的暴力是包含了算力、体力、认知宽度、财富等等，指向社会存在个体强弱的概念。在我们的认识里，个体随着时间的推移，比较优势、强弱都是暂时的，凡是建立在信仰这种优势的世界观都是投机的、危险的。

A: 最精就是你[大笑]

C: 看来你猜到了答主未完待续的内容[思考]

Q: 说下我自己的理解以及做法。我儿子二年级,八岁,平时上完托管班以后的时间是 7 点 45 左右,接了他回到家是 8 点 15 左右,然后吃点东西,玩会迷你世界或者我的世界,游戏期间会和他联机一起玩。有时候如果我提前结束联机,他独自一人玩一会游戏就会放下手机,看会书籍,有漫画,还有科学杂志。中间会吃些零食或者主食。都由他自己选择。大概到 11 点钟,我会提醒一句时间,然后他会主动去洗澡整理下书包。然后上床喝杯牛奶,看会书籍,11 点半左右就睡觉。这样的作息和行为,是很多父母不能接受的,并且也不能理解为什么我会这么任由娃,佛系养。这里说下我为什么这么做。

我儿子以前小时候不是我带,我姑姑再带,很宠溺,保护很严重,导致他不会与同龄人正确玩耍沟通,脾气很大,很爱打架,为此我很是头痛,我接回来和我一起生活以后,开始对他有各种要求和规定,比如 9 点必须睡觉,平时不能玩手机。不看电视,回来读英语等等,如果不听话,或者学校不听话的行为,我就会对他惩罚,惩罚其中除了言语,也有动过手。后来我发现,他迫于我的强威之下,在我面前是非常听话的,但是除了在家里,在学校他就是管不住自己,如果其他大人带他出去玩,他就不得听话,爱发脾气等等。

我意识到,一切问题并未解决,只是暂时压制了而已。这个意识对于我来说,非常重要,我开始尝试理解娃娃,真正的站在他的角度去尝试感同身受,开始理解什么是爱。开始思考和理解,为

什么我要去控制他，所谓的听话的乖娃娃，真的是听话的吗？我为什么想要想要听话的娃娃。为什么我要被所谓的大众主流牵着鼻子走。我每天思考，每天看娃娃的行为，想起自己以前是怎样的一个成长过程，开始复盘，我发现，我的儿子在重复我的模式。他就像我的镜子，把我自己照得清清楚楚。

后来，我不再焦虑和困扰，充分信任娃娃，给与他足够的爱和尊重，让他去学会听到自己内心真正的声音，去创造自己的人生。我只是一个引导者，给到他一些良好的建议，选择权给到他自己。当我这样去做的时候，我发现，我以为娃娃做不好的事，其实他能做好，比如说，玩游戏，他自己其实也晓得，该玩玩，该学学，看看书，到点睡，到点起，等等。其实他能做到。慢慢的，娃娃开始有改变，晓得自己情绪不好了，想动手了，有时候虽然没控制住，但一次比一次好，晓得自己不对，一次一次的再改变。他有了察觉，能察觉到自己的行为，是不是他想要的。

其实我们一点都不了解自己。看不到自己。怎么能去看到孩子呢？

B: 十一点太晚了，早点休息

Q: 这个时间主要原因是他 8 点过才回家，早上 7 点起来到晚上 8 点，都在学校，要不然就是在托管班做作业，读英语，他自己的时间真的很少，之前回到家都是八点过以后，吃点东西就九点了，就喊睡觉了，说实话，以我自己的话，我会觉得很恼火，没自己的时间。所以我就把时间安排多三个小时出来，有他自己的兴趣和时间去探索他想要的，反而我认为这三个小时挺重要的，构成了一天中我和他密集的接触段，可以和他打关系，了解他内心的想法，等等。而时间晚对于睡眠时间这个健康与否什么的，我算了下，差不多也 8 个小时睡眠时间。就怎么说了，个人认为如果每天奏得很，行尸走肉样，活的很憋，或者慌慌张张那种，就算再多时间睡觉，也没多大意义。最后谢谢您的建议[大笑]。

C: 社会上许多专家建议的孩子的睡眠时间不是乱讲，其实是经过许多的验证的，所以所谓处于民主而让孩子晚上 11 点睡，这是什么呢？人生固然要靠自己创造，但是作为成年人，我们回想起以前走过的弯路，难道不希望当初有人甚至是父母来给出指点纠正吗？20 多年前，我上高中时住校的，学校许多强制的要求帮助我顺利的进了大学，也许但是不愿意不想服从管理，然而大部分的硬性管理制度是使我们受益的。也有同学强调自己的选择权的，反正最后起码没有考上大学。也许有人说考上大学不能算作成功或者进步，但我还是觉得有些强制的东西是必要的。如何把握平衡才是关键。

Q: 早点睡固然是没问题的，有些强制规定在某种程度上，是有点好处的。但是因为每个人情况是不同的。这涉及到方方面面，所以权衡利弊自己选择就行了，没什么大不了的，关键在于自己咋个想了。我的情况就是作为一个分享，但每个家庭怎么做怎么选择，都是自己的事情。祝好。谢谢您的回复和建议

D: 假如他经常第二天迟到怎么办？被叫家长的可是……如果有用还要茶做什么？如果说有用谁没事会对自己的孩子升级[可怜]

Q: 他是这样的，每天 7 点过起床，但经常都是自己到点就醒了，有时候我没醒，他都醒了，然后要喊我，我都喊他多睡会这样子。

D: 别人家的孩子[捂脸]对比自己家的瞌睡

Q: 爱睡觉也挺好的，娃娃睡了我又可以干自己的事情了，简直太棒了。他精力比较旺盛我觉得。然后主要是他自己要给自己压力，害怕迟到。

E: 令郎回来不用写作业，怎么说呢，相当于购物没有预算限制，一切都简单

Q: 作业在学校和托管班做完了，小学这样的，下午 2.45 放学，可以上学校托管，上到 5 点 15，托管班老师去接，上到 7.45，作业那些全部解决。辅导作业这个我干不来，主要是我不会教。我说的他不能理解，确实我水平有限，哈哈哈。

F: 我家的 10 点多睡的话，第二天就喊不醒，不情愿起。不说话自己玩，羡慕你找到了适合孩子的方法，我们的早上困。晚上不睡

Q: 要说话,自己和自己说话,可以一直说,边玩边说。估计是那种主播视频看的。有时候要喊我,喊我看喊我给他一起,我就陪他一会这样。

G: 感觉我儿子和你儿子有很多相似之处,他不喜欢条条框框的规矩,也不喜欢被管理,但是很多好的习惯就是在规矩之下养成的啊,他有时候不听,也不发表任何想法,只是一味的任由自己发脾气闹情绪,他已经 10 岁了,但很多事情都做不好,比如到处乱丢东西,不会表达自己的想法,磨蹭,我着急的时候也打过吼过,也好言好语的他沟通,他很多时候确实能听进去,可转脸就又是老样子,提醒他后,就装听不见,多次提醒后,他情绪就有点躁了,故意和我对着干。为他我真是感觉心力憔悴,不知道该拿他怎么办。他之前一直由我妈管,老人嘛,都懂的

Q: 我的理解是放手,让他成长,他有他的生命轨迹。你或许可以试试看,当你和娃娃站在一面,而不是对立面,情况会有不同,很微妙。

H: 什么都是可以灵活的,所谓强制也可以是灵活多变的形式,我不是说强制的是必须的,我是说孩子判断力有限。我家孩子通常晚上 8 点半到 9 点间入睡。形式上并没有强制,但是内核其实是强制,为什么,因为到点我们就不和他说话,和他说我们八点不睡觉,有话明天说。好像就这样效果也不错

Q: 哈哈,能,和孩子一起进步,加油。

I: 你做的真的很好。关于睡眠时间,我看到其他人给你留言劝说,我的观点倒是不一样。。我从小父母对我纯放养,家里电视游戏机随便玩,我经常玩通宵,那时是小学初中。但也由于是纯放养,我必须对自己所有行为买单,因此到了成年反而形成强大的自律。看书,健身,都是自律。带娃时的情绪控制,全都是自律。。至于几点必须睡觉,似乎不是绝对的。

Q: 这样他其实很自觉,根本不需要我提醒,自己安排好了,玩了洗了睡了。

Q: 以爱为名的伤害,用高尚掩盖私欲,传递着欺软怕硬的精神和对暴力的信仰,真的能让孩子更好地生存吗?

B: 不得不说,用恶人的姿态对待孩子,就不要抱怨年老之后孩子用对待恶人的姿态对待自己

C: 借个楼,答主不是要为这种现象辩护,只是先树个靶子,接下来要开始先破后立了

D: 一个人如果连“怕硬”的意识都没有,“欺软”简直成为一种自然或必然。答主是说要培养孩子一种敬畏精神。否则一味地强调所谓“释放天性”会培养出熊孩子,熊孩子之所以成为熊孩子正是因为缺乏敬畏精神。动物在自然界的成长也要学会警惕和恐惧。其实真正的释放天性不是让他在温柔呵护下自由成长;而更应该是营造那些自然环境中本该存在的求而不得、危险、甚至饥饿等不顺因素,让其产生敬畏、习惯抗压、学会妥协的优良品质。那些熊孩子都是在百般呵护,万千宠顺中培养起来的……

Q: 唉,这个问题是我邀约的,但我回避了几天看这个问题的答案,我在惧怕面对真实懦弱的自己,我在惧怕面对一个自己知道的,却没有力量面对的真理。我总跟孩子们说,不要急于问问题,要自己多想一下答案。可是我自己做的也非常不好。

其实我知道我对他们的语气过于粗暴,我因为自己找不到合适的路就把自己的无能迁怒给他们,他们只是因为弱小,所以天然的承受一切的指责。其实我何尝不知道,面对指责和无原则的命令时,人的本能反应是抗拒呢?我只是无能,并且爱自己胜过爱他们。面对这个回答我流泪了,也不知道为什么,可能是因为惭愧吧。我需要很多的时间看懂理解答主的回答,并需要更多的时间和勇气去改变自己。

顺便说一下,我邀约了六个人,谢谢答主的看见和回答。一般情况下,每天也会有十来个对我邀约的问题,我从来没有回答过。只是有时看见关注的人回答的热点,也去蹭一下而已。第一我觉得自己浅鄙无能,自己的生活尚是一团乱麻,很多问题也给不出什么好的答案。另一个是因为默认自己默默无闻,大多数问题必然都是系统推送的,并不算一份有诚意的邀约。在等待的过程中,我

体会到了一份忐忑和期待。答主每天的邀约想必多我百倍，我相信他会每一个邀请都仔细看过并思考过，从而从中提出对人类有共性的问题予以回答。所谓见贤思齐，法无二法。如果我想成为一个对这个世界有一点正向作用的人，我可不可以先从每天尝试回答一个问题做起，即使给不到正确的见解，至少给他人一点理解和倾听。最后，非常感谢

B: 能意识到问题，而不是一味地将责任推给孩子不听话，这已经比很多家长都强啦～若是看了这篇答案之后能够改变，你的孩子将来一定会感谢有你这样的父母的～加油鸭～

C: 允许你扔完鞭炮🧨后跑开，但记得一定要回来📖

D: 当你发现自己的问题时你就很厉害了，可悲的是那些装睡的人

E: 其实基本没有人在装睡，而是真的意识不到自己的问题，我觉得装睡是指我知道我这样做对你不好，但是这样做我舒服，我还能占据道德制高点，不受外界指责。但是绝大多数人是觉得你真是不懂事，我对你这么好，你还不领情。他们不是装睡，是一直在死机的状态

Q: 当家长很不容易。

一要是个 leader，懂人性会决策；

二要是个 lover 或者 believer，是爱的信徒；

三要是个 master，在某一领域有所深入有心得。

或者说，这几种角色需求都是一个 believer 在面对孩子成长问题时，

因实事求是而不得不在相关领域去学习掌握的硬核内容。

想当好孩子的父母吗？学习吧！

不只是为孩子，也为在爱的同时，你自己找寻到的存在与真实。

不得不如此，唯有如此。

Q: 只有入睡困难的父母才需要强迫孩子睡觉，好比讨厌吃青椒的人不知怎么劝别人喜欢上吃青椒。我见过精力旺盛的小孩被关在家里一天看电视，然后到点就勒令睡觉——这种如果都有人会不明白为啥睡不着，只能说对人的身体规律无知到令人发指。其实，在健康的家庭里，夫妻的影响力是第一位，你们要有活在闪光灯下的觉悟，一言一行都在行使教育。想孩子早睡，演示出早睡的好处来；想孩子听话，任何时候别露出“压抑自己强低头的怯懦”来……总之，你活明白了，你的子女也就能看明白，根本不用讲很多大道理。

B: “活在闪光灯下的觉悟”太精准了。我自从发现小孩会模仿我的言行后，改正和收敛了很多坏习惯，脾气小了，说话也不咄咄逼人了，但有什么用呢，孩子的父母还是该怎么样怎么样，他们在家能抱着手机玩一整天，晚上十二点还不睡觉，让孩子别玩，早睡。怎么可能？他们只会讲道理，言传身教他们做不到的。

Q: 没活明白的父母很难搞的，劝过好多人，最后也只剩一句:开心就好

C: 活在闪光灯下的觉悟，哈哈。我们家小朋友写字很潦草也不注重美观，和她提了2点要求，她直接来了一句，我看爸妈写字也是这样啊。这。。。下次签字再也不敢写连笔草书了。还得和她约好，要她随时提醒我写字要端正。然后才有底气重申前面的2点要求。

Q: 感谢您！我理解了服从和屈从的差别！我知道了孩子的反抗本能是对的，是我的傲慢和威胁性挡住了她对我的信任，先有真正无私的爱，才配得到她的服从。不是我在教她，是我在接受考验，要我反省自己

A: 你的娃很幸运，你不必担心 ta 将来没有出息了。

Q: 作为一个从小被教授屈从的人来说，我发现很多时候都存在一种“自己很无力”的误会。实际上，大部分时间都是自己做出了选择，然后为自己的选择负责这样一个事情，但是却下意识的把自己代入被迫者的视角，很少去正视自己在其中发挥的主动性。包括答主之前某篇中提到过一种连尊重别人都要付出力气的人，对 ta 们来说，尊重也是一种屈从。如果能够意识到尊重是一种自发的给予，服从是一种自发的选择，也就是代入了“我掌控我自己的人生”的视角之后，就能摆脱这种无力感，反而能够更轻松地去适应“低”的角色。如果真的能明白，这世界上不会再有人格的高低之分，每个人都将是 ta 自己世界的王，每一次辜负都会被视为是惨烈的。

Q: 今晚有那么一刻，我差点以为自己坚持不下去了。晚上八点多我在开车，后面坐着三个孩子。一整天没有看见我的小儿儿子，因为焦虑而撕心裂肺的哭着，大儿子搂着弟弟，小女儿双手堵着耳朵，崩溃的躺在后座。下午，阿姨通知我厨房洗菜盆漏水了，不知哪里漏的，家里到处都是水。我联系了水电师傅，但对方不承诺什么时候才能到。我边开车边盘算，不知家里变成了什么样子。那时，我们还都没吃晚饭。大儿子一直在后排安慰我说，妈，没事，你好好开车，我拉住弟弟。

停车后，我抱着大哭的小儿子，望着崩溃的女儿，此时，老妈躺在医院的病床。老公，刚下飞机还在公司处理事情。我，束手无策。大儿子跟我说，把快把电动车钥匙给我。过了一会，他跑回家骑回了车，用自己上课老师奖励的棒棒糖哄好了弟弟，骑电动车带妹妹兜风，几分钟后，孩子们的情绪就都好了。我在想，这是上天送给我的天使吗？

今天大儿子早上七点半起床，八点出上三个小时的户外课，中午核酸检测，下午跟我跑办事，晚上还要穿着十来斤的击剑服上两个小时的课。然后还要录科睿的采访视频。这样密度的排课，几乎每天如此。最近感觉大儿子一下子长大了好多，今晚七点多我接到他时，看他小脸红扑扑的，每一根头发上都滴着汗珠。递给他一瓶水，一下子就喝完了。我说，你中间怎么没打水呀，儿子小声的说没时间。然后，他轻叹了口气，跟我说了一句，妈，我好累呀。我搂着他的肩，慢慢走出剑馆。在车上我问沉默的大儿子，你在想什么？这个温柔的男孩子说，我想姥姥了。

当大儿子帮我把最难撑过的那个点撑过后，一切都变得好起来。一进单元门，水电师傅已经等在那里，找到了漏水点，看我孩子多还跑出去帮我买配件。过了一会，钟点工阿姨，因为担心我忙不过来，带着自己的女儿也从家里过来帮我收拾。又过了一会，快递师傅送来了我们路上定的窑鸡，另一个快递师傅送来了广西朋友寄过来的芒果。又又过了一会，我家的爸爸也回来了。

爸爸回来了，气氛一下子就不一样了。科睿的视频其实要求蛮多的，有父母采访，孩子自述什么的。累了一天的大儿子是很抵触的，忙忙叨叨一天的我也想算了，要不把机会让给别人吧，好麻烦呀，自己麻烦，还得说服小崽子配合…更忙更累一天的老公，跟我说，你带两个小的去洗澡吧，我来搞定。过了一会，爷俩果然搞好了，传输了过去。我看着视频里侃侃而谈的儿子，颇为不相信自己的眼睛。我在想，我这个男人还是挺靠谱的，每次在我觉得自己马上要搞砸的时候，他都能把活儿整的漂漂亮亮的。

自从姥姥生病住院以来，今晚可能是最困难的一晚，却也是最平静、愉快、有爱的一个晚上。我没有催促孩子们去睡觉，而他们也果然睡得很晚。我想自己慢慢接受了一件事，没有一个人，包括自己的孩子，天生应该服从我。他们都有着自己意志和灵魂。但，如果我努力去做，去小心翼翼又全心全意的爱他们，也许有一天也会收到他们的爱，那时真正的服从也就开始了，而不是出于我的淫威的屈从。也许他们会愿意试着把心交我保管一两个瞬间。人生的路，漫长而又多变。路的终点如何是真的不知道，一城一地之得失也的确看不清楚，我们只是和自己爱的人，被爱的人，一步步控制自己的脚步，小心而坚定的行走着。一切，都会好起来的。

Q: 在暴力的屈从下长大的孩子的确会形成对暴力的膝跳反射，即长大后面面对上位者的威胁和暴力时没有任何抵抗力，它能即时唤起这个人的本能恐惧，这就是膝跳反射，他的反暴力的城墙已经全线坍塌，上位者可以依靠暴力直插对方心脏，这样的人太容易被伤害和利用了。另一方面上位者也很清楚你这是屈从不是服从，你是被动的不是主动的，你是弱小的是好惹的，所以你的屈从并不会得到上位者的重视和尊重。

相反的，在爱的滋润下学会服从的人，长大后面面对暴力时并不会引发那种本能恐惧，他能淡定的面对恐吓，识破那只是纸老虎，他可以循着理性选择主动服从。另一方面上位者知道你不是因害怕他才顺从他，而是自己主动选择了服从，这种服从是强大的是有力量的，这样的服从会得到上位者的青睐和重视。我好像把我的困惑解释通了，答主我理解的对吗，好希望得到你的回复

A: 不光是能识破纸老虎，关键是有爱的人所在的有爱的团体是一个强大得多的团体，ta 们不欺压对方，对方自己都要烧高香了。

Q: 讲到服从我就想到公司一位新来的同事，同样 95 后，但是他服从起来毫不费力，表达自己的异议又不引起反感，被上级呼来喝去也不愠怒，只是该回应回应该做事做事，一股敬意油然而生。

Q: 结合实践思考本篇内容，无比认同。大娃四年级，作为家长，教育理念方面从一开始就坚持两条指导原则：其一“亲子关系第一位”，其二“孩子没有错，错的永远是父母”，并不明白这两条背后的原理，但直觉认同，所以坚持贯彻。

自己本身是在屈从那一套环境中长大的，行为上下意识沿用那一套，实践中就是不断产生冲突和挫败，好在有前两条指导原则，所以总体上是在不断调整与纠偏。实践也帮助我更深刻地理解了这两条原则：“亲子关系第一位”实际上在帮我提升爱的能力（管理自身和经营关系），“孩子没错，错的永远是父母”令我保持谦卑与警觉。怎样不把自身的恐惧投射给孩子，在我看来是最难的课题。

B: 觉得这两条不仅适用于亲子关系，也适用于一切人际关系。严于律己，宽以待人。

Q: 是呢，理是相通的，可以看成是自身的修炼，各种问题说到底都是自身认知、学识和修养的层次问题。

Q: 看完了你的话，我内心大受震撼，我知道我原生家庭的教育方式不对，我知道我小时候遇到的老师教学方式不对，我知道即使长大了，我的心里也还是缺了一块，不能信任别人，容易盲从，缺少创造力和表现自己的勇气，却无能为力；一直想把过去的痛苦释怀，想把心里缺的那块补齐，却始终毫无头绪。。。幸好 17 年前的自己，站在窗子前犹豫了一下，没有跳下去，幸好我还没完全舍弃自己独立思考的能力，幸好在这里遇到了你。总之感谢你的分享，我想，不知道怎么做的话，现在至少有一个努力的方向，理解服从和屈从的含义，并在实际生活中运用。谢谢你，醍醐灌顶的一番话。

A: 看完我的全部答案

Q: 没有学过服从这一课的，常常会把外界的反馈当成压迫和规训，看不见这充斥天地的爱。

Q: 答主，遇见你简直太幸运了啊！你哪里是在教我们如何做父母，你是在教我们如何做孩子，做下属，做朋友，做伴侣，做一切角色好不好！！这篇解开了我几十年的一个困惑，每一句都无比赞同，但却是在吃尽了苦头才略微懂得一点点皮毛，并不明白背后的道理，今天你给讲透了。要是早一点遇到你该有多好？？

Q: 每句话我都能看懂，但我还是不知道怎么做啊，悟性不够咋办

B: 大概意思就是说，管教娃的时候孩子不听话要心平气和，因为在他不明白前因后果之前这很正常（甚至该夸他勇敢，这是长大后敢质疑权威的伏笔）；如果孩子十分顺从配合默契，首先恭喜你们生到宝，这是个有大智慧的娃娃（答主说没有十年功力难成），接着你们要对这份“服从”诚惶诚恐，因为这是无条件的信任，上位者保持谦卑才会有良性循环。再接着未完待续

Q: 哈，谢谢，这通俗多了

Q: “教育是一棵树摇动另一棵树，一朵云推动另一朵云，一个灵魂唤醒另一个灵魂。”

Q: 书生气十足。作者如果无钱无权，所生儿女大概率要倒一辈子霉。

A: 可怜

Q: 就是既要知然，也要知道所以然还能做到的才是合格的家长，
这个概率……低到不敢想了……

A: 看懂了，就做到了。因为这种做到不需要百分之百的成功率。
百分之一的成功率，都有天壤之别。

Q: 那这种做法是否能反向使用呢？就是长大的孩子对家长进行沟通？？

A: 你需要先对自己的下属、子女取得足够的经验才行

Q: 然而士兵恐怕不享有随时叫停的权利，恐怕也会被处死刑。。。

A: 士兵的机制不一样。

Q: 非杠，纯粹求一个回答，

如果说人有识别真正爱的本能，那么很多骗子为何能成功伪装成真爱行骗？

A: 等待太久，饥渴难耐

Q: 那么在真正爱稀缺时候，培养自己对自己的爱是一种可能的替代吗？

A: 不可以。只能提高自己爱的能力。爱其实不是靠精选出来的，是靠自己成全出来的。

你自己爱的能力越强，别人爱你就越容易也越放松。那时你的选择就会非常之多

Q: 明白方向了，谢谢你，最近一直在反复读你写的东西，收获很多。

B: 真爱，是装不出来的。哪是行骗的人“厉害”，那是上当受骗的人自己“厉害”，“厉害到”帮着骗子自己骗自己那是真爱。

C: 很多人还不懂得自尊自爱，我不知道 JH 的体系下到底怎么处理自己的问题的，因为他很少详细地叙述，我自己的经验，不自爱的人匮乏程度常人很难想象，这个时候给出去的几乎不可能是 caritas，这个逻辑我相信是可以自洽的。

D: 你可以试试答主的主页搜自私，爱的能力

E: 爱自己是因为匮乏，这并不是真的具备了爱的能力，而仅仅是出于对“被爱”的渴望。因为得不到他人的爱，于是试图用“自己的爱”来作为替代品。但是爱实质上是一种互动的能力，试图用“自己的爱”来替代“他人的爱”，只是在逃避“没有人爱我”的现状。只有提高自己爱别人的能力，才能真正打破这一现状。

F: 好问题。由于人的有限性，在这里它具体表现为没有正确的审视自我的方法。如果只爱自己，所获取的关于爱的认知往往是自我欺骗，常沦为低水平的自我重复/自证预言，也可称之为自恋。因此，爱需要外界的反馈，爱的能力只有在与人互动（爱人及被人爱）中才能得到真实有效的砥砺和最大程度的精进。

其次，爱本身具备创生性，越是给予越能创生，越摄取越虚空，你通过爱 ta 人的过程提高了自我创生的能力，也顺便洗涤修复了自我。

关于创生这点可参考：

拓展阅读——自视：

C: 其实把自己也可以当作爱和服务的对象，并不是说爱自己就只爱自己排除 ta 人，而是从自己开始，来自自己的反馈是更加清晰明确的，正视自己的感受，善待自己，会是理解其他人的基础。最难的其实是底层逻辑的改变，当价值观转变为以 ta 人的快乐为自己的快乐时，爱自己就会表现为利 ta，所以并不是爱自己出了问题。

F: 有道理。似乎是两条路径。一条见自己，见天地，见众生。一条见天地，见众生，见自己。殊途同归，最终都是与一切和解，包容万物。爱的能力得到提升。层逻辑的改变确实需要一些契机。这是每个人独特的际遇。

Q:……这段话有错别字，看不太通

A: 哪里？

Q:……

A: 前后多复制一点，不然一万多字没有搜索功能很难找

Q: 请教一个阅读理解地问题：

“这第二种看似是缺少足够判断命令本身的合理性的理性能力的，但却是在判断下命令的人是否适格上有着理性判断的。它从本质上只是将判断的层级从具体的事务提高了一个层级，提升到了对下指令的人的价值观的判断上。”

这段话里的“适格”是什么意思？

A: 资格合适

Q: 百度百科查到了，法律术语

Q: 但却是在判断下【命名】的人是否适格上有着理性判断的。这里应该是【下命令】吧？

读了好几遍。生怕弄错。

A: 段落序号，具体定位？

这样很难找

Q: 第二分界线以下的第 20 小段。

(感谢你的文字！很有帮助！努力学习实践中！)

Q: 想起来了，看见回复以后感觉脑子有点沉沉的，脑子又长出来了，感觉累。

绝对是要出事了，我发现我现在又变成一个传声筒了，说什么好像都有别的意思，但是有话是必须说的。接下来我先不说话了，这样可以保护所有人，因为我发现祂说话口气好像很凶，我会害怕。我最好还是听祂的，我老觉得就是因为没听祂的话阳奉阴违才会和我的朋友闹矛盾，我当时也好愧疚，所以我最好还是乖一点吧。为什么说的话好像又全有别的意思，我不说话了。

A: 不要这样处理和上帝的关系。一切实事求是，定量分析。

也就是分析上帝是什么意思，都要从朴素的客观规律出发，而不要从“白胡子老头对我有什么用意”这种私人角度出发。

更新于 2023/11/5