

问题：经过一段时期摆烂后，很难再重新开始学习了，该如何处理？

你这么想——如果你冷启动成功了，你就可以永远摆脱“意外熄火”的恐惧。

你想想看这是多么大的自由。

一般人过于执着于毫无波折的过程，这本来就是一种不自知的病态。ta 们自以为这样是最好的，但却没有意识到这种由“一熄火就点不着了”、“一减速就加不起来了”的迷信所塑造的“千万不能熄火”甚至“千万不能减速”的恐惧令 ta 们付出了多少代价。

迷信这个东西的人，常年处在一种“生死一线”的危机状态，对一切可能造成哪怕暗示性的危机的人都有刻骨的仇恨。你让路慢点导致 ta 绕了两步，你能平安回家说实话都要感谢 ta 的不杀之恩。

你想想——减速就加不起来了、熄火就点不着了，这是多么严重的打击？这是人生啊，事业啊，前途啊、爱情啊……多绕了两步，你影响了 ta 整个下半生，你该不该死？

而这带来了一个巨大的问题——这样的人人缘极其不好，与人合作，人憎狗嫌。魔鬼跟 ta 开个会，夜里都要偷偷抹泪。仓颉为了不用跟 ta 说话，宁可发狠发明汉字。

咋交朋友？咋谈恋爱？咋合作？

只有坚信就算减了速，我要提一脚油门就提起来了、就算熄了火，哪怕上坡路，我也能冷启动的人，心里才有这么一份基本的平安。你有这个平安，你身边的利害关系人才能不用提心吊胆的过日子，这日子才能过。

而这个经验，跟你说通是没用的，在你真正完成一次冷启动之前，你仅仅知道冷启动很重要、自信自己可以做到冷启动，都是不够有效的，你总还是要恐惧，总还是要暴躁。

问题是，你又不能为了测试冷启动而故意踩一脚刹车——毕竟，能不减速、不熄火，当然还是不减速不熄火的好。

现在天赐给你这机会，可以说第一个用意就是让你过了这个科目。考完上坡停车起步你才能拿 C 照啊，结果你在这痛苦啊、沉迷啊、哀嚎啊、抱着方向盘哭啊。

考官都傻了——这位考生，你搞什么飞机？点火啊，你们驾校没教吗？

难道你打算一辈子不停车、不上坡、不在上坡路上停车吗？

这一科考过了，你心脏病都会好，血压都会下降，约女神出去玩的成功概率起码翻倍。

一身先天罡气护住全身，诸天妖邪都要望而却步退避——因为 ta 们最大的魔法就是拿“这样你会减速熄火”来摄人心魂，让“聪明人”做鬼祟事。

ta 们为什么对这些鬼怪言听计从？

你这只不过是可能慢、可能绕，那些“无论如何都不能松油门”的可怜人，总在弯道冲出护栏。

不会上坡停车起步，自驾万里游只是一种美丽的 ZS 行为。



这种路，你开一辆只能加速不能减速、熄火就抛锚的车去跑？

把握良机，认真练习。

别看你练了这个科目在“学习”上“落后人一步”，但你在人生上超出了没机会提前考科目二的人整整一科。你科目一要补修，但科目二现在就能过掉——科目二过不了科目一白给。

分清楚好歹，天予弗取，当心下雨天被雷劈。

编辑于 2023-10-31

<https://www.zhihu.com/answer/3270819585>

---

评论区：

Q: 冷启动过程，最重要的是抑制住绝望，以及很难确定锚。

要克服住中途试图要向其他人投去目光的比较冲动

更要克服自身的自满和懒惰

核心其实就是脑袋里不要有进度条，只有事情。吃饭想，闭眼想，梦里想。睁眼就做，要睡觉也舍不得闭眼，先弄完这个再睡。（乃至需要自身强行设置睡觉点）如此很快你的作息也会被规律，匹配到最合适做此事的状态中。念念不忘，必有回响。大多数都存在信念不够，还没有到真正渴望的地步那个原因。

B: 真实的，脑袋里千万不要有进度条，千万不要盘算“还有多久能完成，赶不赶的上”，只要执着于此，那就是一而再，再而三地熄火。

脑子里只有事，不想别的，本来就是全速前进了。既然已经尽力，进度这种东西就交给天意。

---

Q: 冷启动和学扎实，是两个必须掌握且越早掌握效果越好的强大技能。

刚拿到驾照的时候开手动挡面包车，最怕在等红绿灯的时候熄火，怕拦了后面人的路被疯狂按喇叭催促，但越心急反而越掌握不好油门和离合的联动。

学会随时能起步，在任何地点任何情况下随手都能启动，这才能说你真正会开车了，无惧任何地形，大不了猛踩刹车到熄火嘛，熄火了再打着启动就行。

学扎实也是同样的，那种朝着目标一路过关斩将解决问题直达终点的经历，能让你以后学习任何东西都事半功倍。第二件打八折，第一件当然随便买双袜子先达成这个成就拿到打折的奖励再说。

---

Q: 面试官：这就是你 gap 了一年的原因吗？

A: “这是我来面试的原因。”

---

Q: 通篇没讲如何冷启动成功，为什么不讲？我猜是因为讲了之后，只会得到无数的误解。

A: 一般都不是因为不知道怎么做，而是因为没动力做。

---

Q: 后半段大概意思是讲，该减速的时候要减速，不然会错过很多美丽的风景。

A: 这种路没刹车岂不是找死

---

更新于 2023/12/5