

问题：你是什么时候认清现实的？在此之前有过什么美好的臆想呢？

你们有没有想过这样一个问题——

为什么“认清现实”似乎总是一种“迎头一棒，在沉重打击下梦想幻灭”的意思？

为什么它不能是“没想到现实远比我害怕的样子美好”？

为什么不是？

仅仅因为“年轻人肯定没经验，总是要先遭遇失败，失败当然总是会受到沉重打击”吗？

魔鬼就在这里了——凭什么“失败造成严重打击”，就一定会导致“幻想破灭”呢？

你们有没有想过——

在遭受这个失败、受到这个沉重打击的时候，如果有出乎意料的救援，以至于转危为安，这个必然到来的沉重打击就不会导致你的乐观崩溃？

失败来临，自由落体，但却出乎你意料的被接住了，你得到的结论就不会是“社会多么险恶，我清醒了”，而会是恰恰相反——

“世界比我想象的更安全。”

你是因为没有那个“被接住”，结结实实的摔碎在水泥地上了，所以你的乐观才会崩溃。

而你在思考这个问题的时候，甚至都没有想到过还有这样一种“失败并不带来绝望”的可能性。

你崩溃，你绝望，并不是因为你失败——这种失败人人都注定会遇到，但却并不是人人都因为这失败变得消沉绝望。

而是因为你失败时，没有被挽救。

为什么没有被挽救？

两个原因。

第一个，通俗点讲，是因为你把“路人缘”败光了。

人非草木，皆有恻隐之心，尤其是看到有小孩子做蠢事，多少都会愿意伸手拉一把。别看有时候只是一句“没事吧”，但这句“没事吧”后面常有做出牺牲的准备。

而拯救你需要什么呢？其实只需要恰当的人几个“没事吧”级别的举手之劳——尤其是在问题出现的早期。

除了这对方发起的“没事吧”之外，还有一大堆人是你可以主动去求助的，只是你因为“这样那样的原因”，不肯开口而已。

为什么不肯开口？

因为你做这这件事的目的，就是想要证明“你们所有人都错了”，不是吗？

你看到你为什么会摔得粉碎了吧？

搞这种“我要证明你们所有人都错了”的事业，咋还能求助呢？搞这种事业，任何人的主动帮助，任何人要给你出主意，都是在破坏你自证伟大的事业有效性，形同在你的皇冠上撬宝石。

没骂一顿，憋着还笑脸相迎，已经都算宽宏大量了，不是吗？

自己去向人求助，更是把皇冠送人，简直不可想象，不是吗？

你选了这种项目，一起步就先把所有的安全绳都剪断了，等你从那万剑铸成的铁王座上掉下来，你摔个嘴啃泥，该怪“世人太冷漠”吗？

第二种，就是你选的是永动机项目。

要“证明自己”嘛，大概率成功的普通计划的有啥意思，难道用炒个蛋炒饭、做个小板凳来证明自己不残疾？

要搞就搞反重力的，黑魔法的，“现实扭曲”湿湿碎啦。

这种是真的全人类来帮，把整个地球搞破产也搞不定。

谁帮也没用，谁帮谁破产，而你却认为只有这项目才能“证明我自己”，而且“再不证明我自己，我就感觉不到我活着了”。

你想想，这个配置会是什么结果？

世界的保护其实已经很周全了，第一你不要搞这种“证明所有人都错了”的项目，第二你别选挑战自然规律的项目。

你不搞这两种——实际上这两种往往是同一种——自寻死路的项目，你将有很大的概率将从“必然因为经验不足而遭遇的首次失败”得到“世界出乎意料的安全”的结论。

现在，问一下你自己——

你为什么对“证明你们全都错了”有如此迫切的需求？

归根到底，是因为你要惩罚 ta 们未对你尽爱的义务，不是吗？

何以见得 ta 们没有对你尽到爱的义务？

因为尽到爱的义务的样子应该像广告、电视剧和网文、社交媒体上演的、写的那样，是吗？  
是吗？

是吗？

凭什么就“是”？

凭什么？

这些人算什么东西？凭什么这些人为了赚钱写的最能赚钱的东西就等于真理？

你看懂没有？

你陷入你现在的绝望，是因为你拜在了拜在财神门下的人的门下。

拜财神都拜成下线，简直笑出泪。

还是泪出笑？

这个世界上的爱只有一种，而且是不容人误认的。绝不是什么鬼扯的“各人有各人的理解”。

你可以“个人理解”，理解错了就给你迎头一锤，让你个人再理解。

游戏规则都设计成这样了，你说正确的理解到底谁的理解？

是你的个人理解吗？

——是锤子的个人理解。

做父母的，你们一定要记住——

你不可能避免子女遭受 ta 的首次失败，

但是这个失败带来“世界一片漆黑”，还是“世界出乎意料的安全”，你有努力的空间。

避免子女因失败而绝望，这是你们对子女的关键责任，远在避免 ta 们失败之上。

后者甚至一开始就不应该是你追求的目标。

把这些答案看完。

编辑于 2022-12-20

<https://www.zhihu.com/answer/2808740846>

---

评论区:

Q: 自从有了更清晰地表达事情这个好习惯之后, 抑郁的程度明显降低了, 大目标大任务难度高, 小目标小任务难度低, 永动机任务不合常理注定失败。清晰地表达任务, 学会拆解任务, 带来愉快等级的上升。

---

Q: 自己把安全绳割断, 蒙上眼零重力飞行, 直到被袍勾住了衣角才发现——其实是自由落体。  
Holy crap.

---

Q: 想到梅西前几年的连续失败, 直接崩溃退出国家队, 也是因为他身边不断有人连续'拉'他一把, 所以今年他是世界冠军了

因为他是个 goodman

---

Q: 觉得你的答案对我挺有帮助, 有什么办法可以让我长期的在有需要的时候看到这些答案

B: 这个用户有在做 app, 里面的文章很齐全。Caritas APP 2.0 版本发布 - idealclover 的文章 - 知乎 <https://zhuanlan.zhihu.com/p/556201282>

---

Q: 我的经验不足, 必然会遭遇或迟或早到来的首次失败, 所以我必须做好面对它的准备, 而我不知道它何时到来, 会以何种形式出现, 所以我只好静静地等待, 当它真的出现时, 我能比上次做的不同, 更加淡定从容勇敢一些。

A: 善哉

---

更新于 2024/3/14