#情绪的价值#

问题：情绪到底有没有用？

情绪一般有两个作用：

第一个，是自然而然的给人划定底线。

这个举一个现实的例子——比如父母恪守对子女爱的原则。既然恪守爱，自然会对使用武力极其谨慎保守，总是希望通过和平友好的沟通、阐述、示范来解决问题。如果没有这类有效的途径，则往往诉诸耐心和等待。

这有一个天然的副作用——儿童如幼兽，常常不知死活的把这些温柔看作软弱而加以利用。

比如拖延，被抓住，说明了拖延的坏处，也点头说知道了。

然后又拖延。被抓住，再次换了不同角度说明了拖延的坏处，也点头说知道了。

然后又拖延。当妈的哭了，自责自己无能，小崽子也哭了，说妈妈你别哭了，我不会再拖延了。

然后又拖延。当妈的不知道怎么办了。只能自我压抑，思考还有什么可用的办法。实在想不到，也总不能不做任何干预，既然没有新办法，也只好老调重弹，时不时又自责落泪。

小崽子一次次的“明白了”，“妈妈别哭了，我再也不了”，然后一次又一次的拖延。

越拖越严重。

越拖越熟练。

渐渐的已经学会了一些套路——总之老妈发作了，就陪着“明白了”“不会了“一番，老妈哭一阵“自己总会好的”。

没啥。

接着半夜玩游戏也来了。

撒谎说老师没布置作业也来了。

“忘了带作业回家”也来了。

我实话讲，以现在这种被圣母化的教育理论——显然我对此是嗤之以鼻的——这个情况除非你非常幸运，否则大概率出现，而且一出现就根本无从避免。

可能出在拖延上，可能出在网瘾上，可能出在撒谎上……路径不同，模式一致。

它总是要把父母逼到一个情绪崩溃的极限——总是会的。

这个时候，父母所有可供理性运转的能量都被耗尽了。

耗尽了，一毫升也没有了，一滴也没有了。

都不说“理性”了，连记忆都会消失。

大脑一片空白，等恢复记忆的时候，都回忆不起刚才说了什么，做了什么。

这段记忆空白里子女看见的东西，就是铁底线。

到了这根线，再责怪父母是没有意义的。不是说要怪小孩子“作”。严格说，小孩子是没责任的，因为小孩子们根本不知道自己在做什么。

ta们不知道自己这些自然而然的追寻快感的本能反应会如何损耗父母的能量——别说小孩子了，其实就是成人，能清楚掌握状况的也是寥寥无几。

所以，父母们也罢，孩子们也罢，你们要意识到这就是一种天然的教育的预定过程。

父母会忍，你们会作，ta们会忍不住，你们会遭遇瞬间的地狱。这种地狱般的恐怖，是父母自己无力替你们完全避免的。

不是ta们不够爱——恰恰相反，那是因为ta们太想爱，所以才会一次又一次的宁可先容忍你们早该受到迎头痛击的“切香肠”行为。

其实也不尽然，那也混有ta们自己的软弱。ta们害怕你们的痛苦对ta们的折磨，也疑惧怕自己不够正确的坚决反而把你教坏，更怕留下你们永久的心理创伤，也怕这个“圣母化”的世界对ta们指指点点。

但不管如何，那就是他们的天然局限。这天然局限总会让你们踩过线，你们总会不自觉的把父母们推到悬崖边。

ta们总是要狂暴发作的，这个概率大到近乎必然。（例外的往往有特殊情况，例如父亲是海员、边防军这类特殊职业，很少在家，没有机会积累心理挫折，而且常怀前就有，回家基本都是在搞感情贿赂。）

只有到这个时候，你才会知道这是真的不可以。这到了父母自己可以做主替你宽免的极限了。

因为这之后，本能的情绪会接管ta们软弱的理智，开启“自我保护模式”，尝试无差别的镇压一切在场的挑衅因素了。

你一切的借口、一切自认为的合理、一切的操纵父母的有意无意的小花招，在这里都没有意义了。

这里就是铁底线，你觉得合理也罢，不合理也罢，到这里已经没有任何可回旋、游说、讨价还价的余地。你必须把这条底线当作类似“重力加速度是9.8，不能再小”，“圆周率是3.14，不能按3算”一样的无可回旋的事实来接受了。

其实，父母只是一个举例，情绪的铁底线作用广泛的存在于一切人际关系之中。

人的底线，其实在绝大多数情况下都并不是自己口头声明的底线，那只是自己对底线的【理想】，只是一个黄色警告或红色警告。

事实上，每个人都会在这根底线被触动时，出于软弱（或名为软弱的“爱”）开启忍耐模式，积累负面的情绪能量。

真正的铁底线总是由最终情绪失控的事实来划定的。

情绪失控的瞬间的指标才是真正的底线。

这就是情绪不可替代的作用。

那么问题来了——铁底线是不是高一些更好呢？

第一，这其实由不得你。这种客观底线其实是被上帝替你划定的，你自己都不知道到底在哪里。往往自己是跟外人同时发现的。发现的时候你甚至会比对方更惊讶，足以改变你自己对你自己的认知。

你都不知道的东西，你怎么去管理高还是低？

第二，你的铁底线对ta人构成绝对拒止。左一根右一根，东一根西一根，它们围出了别人在你身边的容身之地。又窄又多，你当然“不吃亏”，但若这容身之地太小，你身边也将人烟稀少。

一个人活在荒岛上确实“不吃亏”，但也没有占便宜啊。

所以，了解自己的情绪，想办法压低自己的情绪底线，本身就是一种对他人容身之处的扩展。

这是一门规划的艺术——精心管理的底线体系，会很好的保证积极的人在这里自由自在，如鱼得水，如鹰飞空，但却令心怀恶意的人寸步难移，自然找不到能产卵的水洼。

“等一下，你刚才不是说情绪底线要发作了你自己才会知道吗？那怎么管理？”。

挺聪明啊你这小机灵。

来，给你一杯不明液体要你测量它的相变曲线。你在一个大气压下烧啊烧，50度，没沸腾，80度，没沸腾。

你确实找不到到底多少度它会沸腾，但是截止这里，你没有获得任何可以利用的知识吗？

你知道了“一个大气压下，80度不足以令该液体沸腾”了啊。你已经可以拿它去干80度的活了啊。

第二，精心管理你的界限，不是指管理你的底线，而是指管理你的已知安全区。我不知道全部的底线在哪里，但我知道已知的安全区的边界在哪里，也知道我自己设定的警戒线在哪里。

过了警戒线，不但要亮黄牌，而且还会要拦停过线者给ta断然的处罚。

这是父母们——或者不如说大部分人——最容易犯错的地方——ta们在黄牌时往往只警告，不处罚。

到了已知安全区的边界线，要红牌警告，要给更严厉的处罚——大部分人到了红牌，仍然不敢给惩罚。

我的王国，我的规矩。

我后果自担，独断专行，不受上诉。不能接受的可以自行离开，但不接受质疑和抗拒，必受驱逐。

你要入境居留，不尊重我的主权即为对我的侵略，不要跟我谈仁慈不仁慈——这不是“仁慈”这个议题下的案子。

过了安全区的边界呢？

我明确的告诉你——别看前面有处罚，那都是安全的。只是罚罚分、上学习班的事，罚完上完你可以继续上路。

过了这条线，我没有能力保证你的安全。

因为这条线外哪里有山体滑坡，哪里有落石，哪里有突发山洪，会造成什么样的损伤，我自己都不知道。

当然，为了我的王国的长治久安，不断的进行国土治理，去铺路、固坡、筑坝、挖渠，是我永远会继续的基础建设。

但是，凡没有探明和治理过的地方，没有安全保证。

而且我不能不客观的、坦率的告诫你——我是非常有能力的人，显而易见的足智多谋，而且显而易见的能力强大，我如果失控，可能会造成超出你想象的严重的后果。

这不是吓唬你，只是正常的逻辑顺推。

你觉得恐惧也没有用——这个我只是明确的告诉你了，实际上别的人不告诉你、不说这话，这个危险同样的客观存在。

因为这不是人类可以选择的东西，是客观存在的危险。事实上，我能清醒明白的告诉你，意味着这个危险是有一定的监管和控制的。

那些不说这些话——甚至鼓吹ta们“就不会这样”的人，不但会，而且会比我发作得轻易且暴虐残酷得多。

都是醉驾，知道自己是醉的至少油门踩得保守点，是那些满嘴“我没醉”的王八蛋总是撞死人。

这不是威胁，只是客观风险提示，跟路边插了块“熊出没”的牌子没区别。

大灰熊，不要作死。

而那些黄牌、红牌的处罚，是帮你安全快速行驶，是爱。

罚你的时候还给你敬礼了好吗。

（未完，歇会儿续）

编辑于 2022-06-25

<https://www.zhihu.com/answer/2543721659>

---

评论区:

Q: 哈哈哈，你性别女。我媳妇描述的和你差不多，能被孩子气的升天。

A: 你这笑得很欠媳妇揍。[大笑]

ps：我们惑星人木有性别

---

Q: 能把“驱赶出境”当作对方越过警戒线的处罚吗

A: 取决于你

---

更新于2023/10/28