

问题：人的责任是什么，怎么去承担责任？

人的责任非常简单，就是快乐健康的生活。

就这？

就这。

为了说明为什么就这，要先解释一下什么叫快乐健康的生活。

第一条，就是你不能以恶为业。

因为以恶为业，从掠夺、盗窃中获得生活来源、享乐的本钱是受诅咒的。第一，会给人自己蒙上惶惶不可终日的恐惧；第二，会招来自然规律层层嵌套生成的惩罚；第三，会诱导子女效仿，带来深远的家族灾难。

因此，快乐健康的生活，从根上就跟“以恶为业基础上的纵情享乐”是不兼容的。

第二条，它不能是你自己叫苦不迭的。

可能有某些外人觉得你这活得很艰苦——比如觉得你得每天去照顾果树 / 修补渔网 / 画图修 bug 简直忙个不停——但你自己必须真的觉得快乐，有那种发自内心的放松、满足，宁静。

不是装的，不是强压着不抱怨但整天阴沉着脸，而是举重若轻，自得其乐。

第三条，你要对未来产生足够的乐观。

也就是你有某种信念，相信即使未来发生变故，包括死亡的风险，也不足以夺走你的乐观和信心。这也许是对自己学习能力的自信，也许是对自己承受痛苦的自信，也许是对自己雄厚的亲情友情爱情关系的自信，也许是对自己高超技术水平的自信，也许是对自己雄厚资产的自信，也许是对自己受到上天保佑的自信，但不管真的假的，你有了某种你自己心知肚明不可能被证伪的、即使死亡也不能打破的乐观。

不以恶为业、快乐、乐观，这三条加起来，就是“快乐健康的生活”。

现在我们来谈为什么这就是人的基本责任。

因为第一，如果你做不到这个状态，不管是以恶为业也罢，还是怨毒愤懑也罢，还是信心不足也罢，世界就会不断地用事实的打击和无形的威吓来惩罚你，本质上就是在通过这些打击告知你“你的责任没完成”。

只有你做到了，这个世界才会开始和你相安无事——注意，这不是说以后就没有世事无常甚至飞来横祸了，而是这些东西对你将会从“令人怨恨的灾难”“令人恐

惧的威胁”降低为“福兮祸所伏，祸兮福所倚”的遭遇，甚至“终于可以安全退出游戏了”的如释重负。

这个客观的现象在告诉你——这里就是“止罚线”，这就是“止罚条件”。既然如此，做到这一点就成了天然的“责任”。

第二，你会发现你所追寻的一切关键理想都和这有重大的、本质的关联。

例如子女的教养问题。

许多父母都没有意识到“辛辛苦苦教你，就是为了让你不要走我的老路”根本就不是一种爱，而是一种刻毒的诅咒。

因为这意味着父母用半生的呕心沥血在向子女灌输着一个事实“像我这样的生活是不值得过的”。

说这种话的父母在沉醉在伟大的牺牲感、圣徒感中享受的同时忘了一个可怕的问题——

这话在逻辑上可以必然地推出“你如果活得跟我一个水平或者甚至还不如我，那么只要你没有子女需要‘呕心沥血避免ta走老路’的话，你就可以去死了。”

你仔细的把这话默念个一百遍，用尽你全部的不服气，仔仔细细的嚼碎了，慢慢咽。

你说的是不是就是这个意思？

“如果不是指望你可以过上不同的生活、比我好的生活，我现在的的生活早就痛苦到令我一秒都不能忍受了。我对我自己早就绝望了，只是因为你还有希望，所以我在苟活。”

这样一个示范，换到子女学业不佳、刚毕业找不到工作、青涩得找不到恋爱对象或者失恋、失业而尚未婚育的时候，对ta们意味着什么？

那是成千上万的“你为什么不在现在就去死”。

你算算——这时候ta自己不觉得自己能比你过得好，你收入再微薄，你至少有收入，你工作再不体面，你至少有工作，你再也不讨人喜欢，你至少有人愿意和你结婚，愿意和你生育后代。

这一切ta都没有，而且ta正筋疲力尽、丧尽信心，接受了你自己强调了一百万遍的“你完全赶不上我当年”的“现实”。

ta唯一的“优势”，就是ta现在没有一个必须“呕心沥血”好去“避免重走我的老路”的子女。

ta可以选放弃、选死亡。

而这不折不扣的是你花了二十年拎着耳朵教育的结果。

因为你——作为ta的秘密偶像的你——过得不幸福，过得不快乐，过得怨声载道，过得绝望想死。

你看懂为什么“过上健康快乐的生活”对你的是重大的责任了吧？

因为你过得健康快乐，就可以对子女形成最基本的“就算是我爸/妈这个水平和条件，一样可以过上欢声笑语、宁静乐观的一生”的钢铁一般的见证。

抬头见低头也见，眼睁睁看了二十年、四十年、六十年的见证。

这就是子女手里的丹书铁券、免死金牌。是 ta 们不以恶为业的最大信心来源，是 ta 们面对无常的最大有常。

你自己说，这是不是你的责任？

你可能要说——这只是对家庭，对子女的责任啊，还有对国家、对社会、对历史的责任呢？

也就这？

也就这。

因为这个世界上所有的问题，都来自对“可以不以恶为业的健康快乐生活”的信心的动摇和绝望。

那些犯罪的人为什么非要犯罪不可？因为 ta 们对可以不犯罪而获得这样的生活有根本的绝望。因为 ta 就没有见过——或者至少见得不够——不以恶为业而又健康快乐的见证。

ta 们放眼望去，看到的要么是不以恶为业但怨声载道，要么就以恶为业穷奢极欲，而不以恶为业又健康快乐的，似乎都是某种天赋异禀、凤毛麟角的人间龙凤。

90%的不以恶为业怨声载道，9%的以恶为业穷奢极欲而最终自毁，1%的不以恶为业且健康快乐，就会导致源源不断的 90:9:1 的局面自我反复。因为这个比例本身就会教育、诱导下一代重复这个比例，看到问题了吗？

如果这个比例能达到 3:1:6，甚至哪怕 6:1:4，人类所有的战争风险、暴力问题、地缘冲突问题……都会得到巨大地、根本性地缓解。

努力过上不以恶为业而健康快乐的生活，见证这是可行的，示范它如何可行，就是在拯救人类，就是在消灭邪恶、维护银河系的和平。

这就是你的责任。

就这。

你做到了，你就可以毫不羞愧，毫无保留地说“我尽到了一个人的责任”。

你可以不接受反驳。

---

至于怎么承担这个责任，那就只有看这几千个答案了。

尤其是爱发电的答案不要漏。

这至少也是一个几百万字才能勾出轮廓的问题。

<https://afdian.com/p/436e280e7c8c11efa09152540025c377>

---

评论区：

Q: 我离婚了。

但是我仍然努力工作，努力教育孩子，努力生活。

既没有放纵自己说这么大的人生转折，我应该消沉一段时间。

也没有波及孩子：爸爸仍然是爱 ta 的爸爸，只是爸爸妈妈不再相爱，不能再在一起。离开爸爸我们也可以很平和，快乐，和以往上千个日日夜夜一样。

更没有自怨自艾，觉得自己被全世界辜负，所以要报复世界。

确实很受伤，但也只是凌晨三点醒来，听听歌，回忆一下过往，然后平复心情，睡觉。

不管什么时候，做一个健康快乐的人，并把这份韧性带给孩子。

B: 祝你今生过的幸福

C: 祝你和家人健康平安

---

Q: 去年读了陈嘉映的《何为良好生活》，一开始以为这类文字都是所谓鸡汤，但是经过阅读到现在关注答主，越来越能感受到这类文字的力量，良好的、让人感到快乐的生活模式意味着高度的自我认同，意味着职责与能力的统一，这不是毫无根据的说辞，这些文字总能让人在迷茫时坚定向善。

---

更新于 2025/3/21