# Asddasdasd第七章 真正的解决方案

## 7.a 万事皆可提前准备

May 19th, 2008 | by 李笑来 |

我在做教师培训的时候，经常被新教师夸奖说，“李老师，你在台上随机应变的能力太强了！”这样的时候，我不敢谦虚——因为他们完全夸错了，我自己太清楚自己的应变能力有多差。

我必须解释。之所以可以“显得”游刃有余，是因为之前做过太多的准备。之所以做那么多的准备，就是因为曾经出过丑——想象一下，在台上突然发现自己说的某句话竟然有不曾想到过的歧义，是多么窘迫的事情？所以，在准备任何一个讲演的时候，我都花费很多的时间认真考虑自己的每个观点，每个事例，甚至每个句子可能引发什么样的理解和反应，然后逐一制定相应对策，才可以心安理得地上台讲演。

甚至，我有严重的“课前恐惧症”——很多人并不相信。每次上课之前的五分钟左右开始，各种症状开始并发，手心发痒，头皮发麻，眼皮抽搐（有时候左眼，有时候右眼，有时候两只眼），后背可能开始冒冷汗（冬天也一样）……通常要到开始讲课差不多五分钟之后才能彻底摆脱这种恐怖的状态。——从我第一次上

台演讲到现在已经快十五年了，从来没有一点改善的迹象，只不过，我已经比较习惯它了。

并未能够克服恐惧，却也还好做到了习惯恐惧。然而，就算是退而求其次的习惯恐惧，都需要努力和挣扎。努力的方法就是课前做很多很多的准备。我甚至为此多多少少产生了一些强迫症的症状——准备的内容必须足够多到实际讲课时间的两倍以上，才会心安。不过，这样的恐惧倒也成了动力，因为我的很多课或者

演讲都最终有了两个或者两个以上，乃至于很多的版本。这样的准备使得我一旦进入状态，就肯定无所畏惧。知道了结果，就可以做到在开始的时候，任凭恐惧陪伴。

再次，是我父亲那句话帮了我，他说，“相信我，你并不孤独”。我之所以认为自己可以想出办法解决对演讲的恐惧，就是因为我知道很多人都害怕当众演讲。有人曾做过一个调查，询问人们最害怕是什么。最害怕是什么？那应该是死亡了，是病痛，是失去亲人吧。但出乎意料，人们最害怕的是当众演说。调查报告写道：“一般地，人们害怕当众演说甚于害怕死亡”[1] 。害怕死亡的理由自然不必说，人们害怕当众演说，却未必一定知道害怕的原因——很简单，准备不足，所以害怕。

我曾因为觉得自己缺乏“急智”而自卑过相当长一段时间。后来是因为读一本前苏联克格勃特工的自传才改变了看法。现在早已找不到那本书，也不记得主人公完整的名字。隐约记得他的真名好像叫什么什么年科，姑且就称呼他为“年科同志”吧。

书中提到“年科同志”有一次被一群美国特工追杀，手中的左轮枪已经没有了子弹，只能靠奔跑摆脱厄运。逃跑的过程中，他从一段长长的大理石台阶冲下来，跑着跑着，他突然停下来做出了一个常人无法想象的动作。他蹲了下来。这个时候，追赶他的美国特工因为高度和视角的关系，无法射击到他的位置。而他蹲下来的这个动作，为他赢得了宝贵的七八秒钟，在这段时间里，他得以不慌不忙地从口袋里拿出子弹装进左轮枪，然后向后连射几枪打得追赶他的那些特工慌忙寻找掩体自保，而他最终成功逃逸。

“年科同志”后来的回忆里说，当时之所以可以做出一个那么“令人震惊”的动作，实际上是因为提前在脑子里演练过不知道多少次，也设想过不知道多少种逃跑时可能发生的状况——他从一开始就知道自己早晚有一天会遇到那样的追杀。他说所有的高级特工都明白一个简单原理：任何动作演练到一定的次数，就都可以做到甚至在无意识的情况下都可以准确完成的地步。而他只不过是把这个原理应用到了极致而已。

所以说，大多数事情都需要提前准备，也都可以提前准备。认识到这一点本身就几乎是一切改变的起点。

1. 关于这个调查的出处，我已经找不到了。有趣的是，在整理这本书稿的时候，正好看到刚刚发行

的电影《美国黑帮》（American Gangster），其中罗素•克劳扮演的“Richie”在对白中就提到

这件事。 [↩]

## 7.b 提前准备的好处

May 19th, 2008 | by 李笑来 |

提前准备的好处往往只有那些提前准备的人才可能真正体会。然而，无论多么麻烦，只要允许我多啰唆一点，我就可以做到让那些读我的文字的人哪怕从未真正提前准备过什么事情，也都真正能够明白提前准备的种种好处以及“意外”的好处。为了说清楚，必须先从一些貌似并不相干的事情开始说起。

所谓“灵感”读书的过程中，一个格外有趣的现象是，当你意识到你需要，想去找关于某个特定的领域的书的时候，好书会自动出现——或者是朋友送你的，或者是你在书店或者图书馆里随手翻到的，或者是在网上闲逛看到不知道谁写的帖子里提到的，甚至可能是早就存在于你的书架上你却一直没时间看的……

我最近的遇到的这种情况格外多。在我整理这本书期间，在朋友的书架上发现了一本他都不知道从哪里搞来却从来没打开看过的，给我许多启发的Thomas Sowell 的《Knowledge and Decision》原版；在我自己书架上的早就看过好几遍的《The Tipping Point》、《Mean Genes》以及好几本其他书中，“发现”

了许多特别好的例子；在书店闲逛随手拿到的是书中几乎随处都有内容可以验证我过去很多想法的《少有人走的路》，在机场书店（书店在机场里总是不伦不类，除了杂志之外很少有好书）里看到的包装和设计都很差但仅凭作者的名气就可以保证读完不会后悔的毕淑敏的新小说《女心理师》——里面有个特别好的类比以后的篇幅中会提到……

我讲作文课的时候，总是有学生向我抱怨，“老师，我找不到例子，怎么办？”最初我总是很耐心地告诉学生，“例子这东西，就跟钱一样，是攒出来的，不是想出来的。”还有的同学问，“老师，我怎么找不到像你上课举的那样精彩的例子呢？”，我就回答：“继续找。凡事儿都只不过是靠积累。”

今天想来，这样的回答未免过分简单化了。然而，好几年的时间过去，直到有一天，我在讲一道GRE 作文题的时候，我才意识到自己的过分简单化。讲那道题的时候，我提到这样一句话：“我们的社会倾向于遗忘那些重要的人物——事实上，所有的社会都可能如此。”于是，我就必须向学生举例说明“哪些重要的人物被遗忘了呢？”我问学生，“有没有人可以说出三个，对我们的社会来说非常重要，却被遗忘了的人物呢？”一听说“三个”，课堂里几百人，少数几个刚刚犹豫了一下才举手的同学又慌忙地把手放下了。

举例说明“哪些重要的人物被遗忘了呢？”岂止不容易，甚至差一点就不可能。你想啊，你是整个社会的一分子，整个社会都遗忘了，作为一分子的你又如何知道呢？就算现在直接用google 在互联网上搜索，都不知道从哪里开始。随后，我就一口气提到许多比如陈寅恪、张志新、蒋彦永、高耀洁，等等一连串的名字。每提到一个名字，我就要请所有没听过这个名字、或者听过也不知道那是什么人的同学们举手，结果每次都是绝大部分同学举手。

就有同学当堂发问：“老师，那你是怎么知道的呢？”我告诉他们，“原本我也不知道，甚至我也不可能知道。”但是，我跟他们只有一点是不一样的，这些题目和刚刚那个句子“我们的社会倾向于遗忘那些重要的人物——事实上，所有的社会都可能如此。”是我很久以前记录到我的笔记本上的，所以，后来有某一天

读到关于刚才那些人的文章，尽管当时的阅读基于其他的什么原因或者目的，与写作文无关，但是，一下子就想到那个曾经记在笔记本上的那个句子，于是，那个句子边上就又多了另外一个“被整个社会遗忘的重要人物”的例子。

我记得我小时候读那些博学的人写的书，常常导致自己非常自卑，很纳闷“他们究竟是如何做到连这个都知道的呢？！”比如，有人 提到那个说“我自横刀向天笑，去留肝胆两昆仑”的谭嗣同在一百多年前还写过这样的文字：“详考交媾时筋络肌肉如何动法，涎液质点如何情状，绘图列说，毕尽无余，兼范蜡肖人形

体，可拆卸谛辨，多开考察淫学之馆，广布阐明淫理之书，使人皆悉其所以然。”另外一则我现在已经找不到出处。是说以《大亨小传》享誉的美国小说家费兹杰罗（Scott Fitzgerald）因为自己的阳具尺码“太小”而苦恼，海明威得知之后就拉着费兹杰罗到男生厕所去瞧真相，还不够，就干脆带他去参观罗浮宫的艺术

品，说，“你那伙哪会输给任何一尊男体雕塑的下体？”好人做到底，海明威还给费兹杰罗详细地讲解了透视学的基本原理，告诉他，很多男人都觉得自己的那物比不上别人的大，其实只不过是在观察自己的和他人的时视角不同而已。费兹杰罗这才开始可以像正常人一样生活。

现在看来，他们不见得一定是什么都知道之后才写出来的。很可能是为了写出来，才去搜索、积累，才发现了那些令我们惊奇的内容。当然，如果我没猜错的话，他们自己也经常被自己的发现吓一跳，要不然怎么会有“文章本天成，妙手偶得之”之类的慨叹呢。

所以，素材积累固然非常重要，然而，如果提前确定一个方向或者目标，那么就甚至可以积累很多原本不可能想象的素材——惊喜连连。再后来，当我写现在这篇文章之前的那么一个星期左右的某一天下午，闲来无事，就拿出过去的读书笔记翻来翻去，突然发现那里面有这么一则：

我们都可能有过这样的经历。在鸡尾酒会中，所有的人都在以差不多同样大小的声音三五成群地相互谈话。你正在与某个或者某些人交谈，在你们正在谈话的相当长一段时间里，除了与你交谈的人们所说的话以及你自己对那些人说的话之外，其他的声音事实上都被你忽略，等同于并不存在。但是，如果另外一群人的

谈话中突然出现了你的名字，甚至可能在他们事实上离你并不是很近的情况下，你都会瞬间捕捉到那个声音，就好像它突然冲进了你的耳朵一样。而奇怪的是，

之前的相当长一段时间里，那些人一直在以同样大小的音量，在与你现在同样的距离之外进行交谈，但是你却完全不知道他们在说些什么，那个声音在此之前的部分全部被过滤掉了。这就是所谓的“鸡尾酒会效应”（Cock-tail party effect）这个名字是柯林奇瑞（Collin Cherry）于1953 年第一次注意到之后命

名的[1] 。当时科学家们正在想办法为机场解决空中交通控制时所面临的各种问题。那个时候，控制员要从控制塔通过大喇叭得到飞行员的声音信息，从众多飞行员的嘈杂的声音中分辨出特定的飞行员的声音使得空中交通控制非常棘手。

我终于有了更清楚地解释。“对特定信息的注意力”会使我们拥有神奇的能力在哪怕非常嘈杂的“噪音”中一下子挑出我们需要那些的“我们所关注的信息”。索性，我在Wikipedia 和Google 上做了更多的功课。原来现在科学家们对所谓的“潜意识”也有了更多简单明了科学解释。我们大脑中的灰质中储存的各种信

息只有很少一部分（很难超过12%）是有序储存的，这部分被我们称作是“有意识的”。而更多的信息，或者信息碎片，是非有序储存的，甚至很难有意识地直接调出，这些往往就是被我们称为“无意识”或者“潜意识”的部分。梦境的存在，就是潜意识存在的最基本证据。

而随着信息输入越来越多，大脑就需要越来越多的灰质细胞。科学家们已经发现使用两种或者两种以上语言的人，有更多的灰质细胞。而颅腔的大小是有限的，于是，灰质细胞的增加，最终会导致灰质密度越来越高。于是，灰质细胞之间就越有可能由神经元连接起来。于是就有可能产生我们所说的“融会贯通”的现象——那些原本可能貌似毫不相干的信息现在有机会被联系在一起了。所以，所谓知识渊博的人，就是那些存储于脑中的信息量超常地多的人，这些人总是可以“融会贯通”，于是，超常地充满了“智慧”。

这样看来，很多人讨厌死记硬背是肤浅的。亚里士多德曾经说过，所谓智慧就是记忆力，应该是他自己尽管当时无法全面解释，但于他来讲却又是朴素而自然的体验。有些知识领域就是相对更需要所谓的“死记硬背”，比如，历史，地理，外语什么的。其实，“死记硬背”有另外一个令人印象截然相反的同义词——“博闻强识”。

我个人认为以下这种情况是完全有可能的。每天我们都会有意无意接受并于大脑灰质细胞中储存大量的信息，尽管大量信息以潜意识的形态存在，我们甚至无法有意识地调出，但它们就好像是鸡尾酒会中无序而又嘈杂的“噪音”，但有时我们“对特定信息的注意力”会使得我们“神奇地”捕捉到那些于“我们所关注

的信息”相关的某些信息——这种情况，很可能就是我们常说的“灵感乍现”。如果是这样的话，凯库勒的关于蛇的梦境就有了合理的解释——关于苯环应该是怎样的问题，他关注得太久，他的潜意识里应该有多少貌似无序而又嘈杂的“噪音”呢！终于有一天，“鸡尾酒会效应”出现了——表现为，他梦见的那条色彩

斑斓的头尾相连的蛇。

所以，不要无谓地相信什么“突然闪现的灵感”的存在。灵感这东西就算存在，也不会是平白无故出现的，肯定是有来历的。只不过是我们经常说的“量变到质变”的那一瞬间突然绽放的铁树之花。

可能出于同样的感受，李敖曾戏谑道“妓女不能靠性欲才接客，作家不应该靠灵感才写作”。尽管李敖后来的为人颇有些令人失望，但是，他的博学却是实实在在的。李敖看书的方法颇为独特但也很容易就看出其机理以及好处。李敖在凤凰卫视2006 年1 月19 日的《李敖有话说》[2] 里是这样介绍他的读书方法的：

我李敖看的书很少会忘掉，什么原因呢？方法好。什么方法？心狠手辣。剪刀美工刀全部下来，把书给分尸掉了，就是切开了。这一页我需要，这一段我需要，我把它分类分出来了。那背面有怎么办呢？把它影印出来，或者一开始就买两本书，把两本书都切开以后排出来，把要看的部分切开。结果一本书看完了，这本书也被分尸掉了。这就是我的看书方法。

那分类怎么分呢？我有很多自己做的夹子，夹子我写上字，把资料全部分类。一本书看完以后，全部进入我的夹子里面了。我可以分出几千个类来，分的很细。好比说按照图书馆的分类，哲学类，宗教类；宗教类再分佛教类、道教类、天主教类。我李敖分的更细了，天主教还可以分，神父算一类。神父还可以细分，神父同性恋就是一类，神父还俗又是一类。修女同性恋是一类，修女还俗这又是一类。

任何书里有关的内容都进入我的资料里来。进入干什么呢？当我要写小说的时候，需要这个资料，打开资料，只是写一下就好了。或者发生了一个什么事件，跟修女同性恋有关系，我要发表对新闻的感想，把新闻拿过来，我的资料打开，两个一合并，文章立刻就写出来了。

换句话说，我这本书看完之后，被我大卸八块，五马分尸。可是被我勾住了，这些资料我不凭记忆来记它，我凭用细部的很耐心的功夫把它勾紧，放在资料夹子里。我的记忆力只要记这些标题就好了。标题是按照我的习惯来分，基本上都翻译成英文字，用英文字母排出来，偶尔也有些中文的。

今天我把看家的本领告诉大家，李敖知道的那么多，博闻强记，记忆力那么好。我告诉大家，记忆力是可以训练的。记忆力一开始就是你不要偷懒，不要说躺在那里看书，看完了这本书还是干干净净的，整整齐齐的，这不对。看完了这本书，这本书就大卸八块，书进了资料夹，才算看完这本书。

今天我为大家特别亮一手，把如何看书的招告诉大家。不要以为这本书看完了，干干净净的新的算看过。那个不算看过，因为当时是看过，可是浪费了。你不能够有系统的扣住这些资料，跟资料挂钩。可是找我这个方法，可以把你看过的书，都把它的精华抓出来，扣在一起。这就是我的这种土法炼钢的治学方法。

有了这样精巧的勤奋，李敖那火花乱溅的“灵感”之丰富多彩从何而来就清清楚楚了。

于是，按照这样的理解，所有的成功本质上都是一样的。先花上相当的时间和精力去锁定一个方向或者目标。确定它是现实的、可行的之后，运用心智的力量在这个方向上再投入更多的时间，再更多一点的时间。把时间当作朋友，一路前行。当时间陪伴你足够久的时候，你的耐心就能从它那里得到回报。不知所以然的人会说，那是“运气”，或者那是走了狗屎运的人才会有的“天赐灵感”；而我们知道的是，如果那回报真的来了，只有一个名字，叫做“必然”。

### 所谓“能力”

了解了所谓“灵感”的实质，就可以触类旁通地理解另外一个词——“能力”。我一直认为，在学习、工作上，一个人在某方面的能力究竟有多大，几乎直接取决于此人能在那方面过提前多久进行准备。很少有人真正提前足够的时间去做准备。只要观察一下任何一所大学四年级的学生群体就轻松可以找到无数前仆后继的失败样本，以及永远是少量的成功样本。

太多太多的学生之所以开始着手准备托福、GRE 考试，准确地来说，并不是因为他们在冷静的思考之后最终“选择”了出国留学的这条路，而是仅仅是因为突然发现工作并不是很容易找到、而对国内考研的前景也不甚乐观。事实上，这些学生只不过是基于与“病急乱投医”一样的心里，把“出国”当作一根救命稻草而已。

然而，“出国”这根稻草于他们来讲，确实只是一根稻草而已，根本无法救命。我曾在新东方的教书经历让我见过太多太多学生的失败，仅仅是因为时间规划上的失误——当然这实际上也是人生中可以遇到的最大的失误；而他们却把失败的结果理解为诸如“命运的不公平”之类的托辞，其荒谬和令人惋惜的程度超乎想象。

### 出国

让我们来看看基本的时间表。如果，一位学生想要出国，希望在明年的秋季入学，那么，他最好在今年的年底之前递交所有必须的材料，包括各种考试的成绩单、个人陈述、推荐信等等。这样的话，他为了能够按时提交材料，起码要在今年6月份前后考完GRE 的作文考试，并且在10 月份前后考完GRE 的其他部分。托福考试么，最迟也要在今年10 月份考完，当然，比较理想的是在今年年初就已经拿到成绩。而托福考试也好，GRE 考试也好，以我多年的教学经验为基础，我坚定地认为，一个拿得出手，换得来名校高额奖学金的成绩，需要至少两年时间的认真准备——并且还需要在此之前的基础相当地扎实。

个人陈述和推荐信，在整个申请过程中的作用相当大，有时候甚至超过托福、GRE考试。这些文书的写作，要耗费大量的时间精力。哪怕找到像我这样有几百个成功案例的所谓“专家”付费进行辅导，我也会需要至少一个月左右的时间与申请者反复沟通，然后才开始第一稿的撰写，而后还要经过多次的修订。并且，越是优秀的学生，要花费的时间精力越多，因为，一个人越优秀，所面临的风险越高。可是我的经验却是，学生往往到了年底才发现自己根本写不出像样的个人陈述和推荐信，然后当他们一路打听找到我帮忙的时候，我只能说，“抱歉，这个case我做不了”——这不是给我多少钱可以解决的问题，而是对他来讲时间早已殆尽。

每个环节都可能出现差错。很多学生直到大三下学期期末结束的时候，才反应过来应该准备托福、GRE 考试，那么接下来的所有行为，都只不过是“临时抱佛脚”——看见什么都当作佛，也不管那“佛”的脚是不是感染了脚气。

### 速成

理论上讲，所有的“速成班”、“强化班”都只不过在贩卖和满足幻觉而已——当然正因为如此这种课程才会拥有巨大的市场和高额的利润。临时抱佛脚的人却不知道自己早已选入了荒谬的漩涡，每天忙忙碌碌而又实际上碌碌无为地度过，直至最终结果出现都不知道自己究竟错在哪里；许多年后，对自己说，“年轻的时候，我也努力过……”

也有很多的学生，结束了“速成班”、“强化班”的“学习”，才发现不仅有更多的功课要做，最要命的是，所有的考点全部报满，根本无法订到考位。在学习上多努力一些，还是有机会的。可是，没有考位，是没有办法解决的——除了后悔之外。完全可以想象的是，那些稍微幸运一点，已经获得考位的学生中，仅仅有20%不到的学生最终可以获得有意义的成绩，其他80%的学生，只不过获得一个“考试经历”而已——究其原因，我不相信这是智商的问题，这种考试也无法衡量智商；只有一个合理解释：准备不够充分，换言之，时间投入不够，再换言之，没有提前足够的时间进行准备。

### 死循环

其实，不仅在留学的这个选择上如此，面对任何其他选择的时候，包括考研、求职，大多数人的失败与慌张都是基于同样的机理。准备不充分的人面临的困境，就好像是个手铐，越挣扎就被箍得越紧。面对最后期限，无法不产生无比的焦虑。而这些焦虑产生的唯一作用就是分散注意力，使得产能低下到极限；反过来，产能的低下和时间的紧迫所产生的唯一作用就是更加焦虑……恶性的死循环。

这些人不知道，无形之中，时间已经成为它们的敌人；他们更不知道的是，时间原本无善无恶，是他们自己变成了时间的敌人，或者是他们把时间变成了自己的敌人。每时每刻，这些人还以为自己在跟别人竞争，殊不知，另外的那些人其实根本与世无争，只是因为提前了起点，就有了机会把时间当作朋友——谁能想象出来这世上还有什么样的靠山会比时间更强大呢？时间的敌人从来都不知道自己被谁打败了——对他们来讲，生命的终点立着个他们看不到的墓碑，上面刻着“死因不详”。

举个极端的例子，甚至不夸张地讲，连男人的性能力都可能提前准备。所谓的性能力，往往与心肺功能紧密相关。于是，一个男人如果在二十五六岁的时候不管从什么渠道得知了这一点的话，那么他就应该坚持每周至少长跑三四次。几年之后，一不小心过了三十岁，他就会发现在他的朋友同事都被工作压垮了身体，了无生活乐趣的时候，他竟然仅仅因为一个万事提前准备的良好习惯，可以做到一枝独秀。

有些学者的结论可能会招致猛烈批评，事实上也却是经常如此。比如说，有些学者经过大量的调查，最终得出的结论是“很大程度上，财富决定智商”。这并不是胡说，尽管很难令人接受。生物心理学家马克.罗森茨威格曾经做过一个非常著名的试验：

选择一批遗传素质差不多的老鼠，将它们任意分成三组:第一组3 只老鼠处在“标准环境”，即被关在铁笼子里一起喂养；第二组老鼠处在“贫乏环境”，即被单独隔离起来，只身处在三面不透明的笼子里，光线昏暗，几乎没有刺激；第三组处在“丰富环境”，即十几只老鼠一起被关在一只宽敞明亮、设备齐全的笼

子里，笼子里设有秋千、滑梯、木梯、小桥及各种“玩具”。几个月过去了，罗森茨威格惊奇地的发现，处在“丰富环境”的老鼠最活跃，看起来非常聪明，而处在“贫乏环境”的老鼠最为安静，几乎给人一种傻呆呆的感觉。然后，实验人员将老鼠的大脑进行解剖分析，结果发现三组老鼠在大脑皮层厚度、脑皮层蛋白质含量、脑皮层与大脑的比重、脑细胞的大小、神经纤维的多少、突触的数量、神经胶质细胞的数量以及与智力有关的脑化学物质等方面存在着明显的差异。“丰富环境”组的老鼠优势最为显着，而“贫乏环境”组的老鼠处于绝对弱势。想象一下富裕家庭能给孩子创造的环境吧，再对比一下贫困家庭能给孩子创造的环境。所以，整体上来看（注意，个别的反例并不完全说明整体上的问题），贫富的分化甚至可能造成巨大的智力差异。

环境对个体的成长有着巨大的甚至难以逆转的作用。有人因此有了“血统论”、“出身论”之类的看法。这些人只不过是因其心智能力低下才会产生如此荒谬又如此肤浅的看法。然而，现象确实存在，只不过解释过于简单、幼稚、粗暴、粗糙。“龙生龙、凤生凤，老鼠的儿子会打洞”。“爹是英雄儿好汉”。“虎父无犬子”。“有其父必有其子”。印度影片《流浪者》里的法官说：“贼的儿子还是贼”。英语里的谚语说，“苹果不会落到离(苹果)树很远的地方”。所有这些都是对环境的力量造成的结果的朴素观察。

学者们认为，贫穷，从整体上来看是“永存之困境”（persistent problem）。无论这世界发展成什么样子，都不可能彻底根除贫困，因为最终，所谓的贫困是相对的。然而，从个体角度出发，贫穷并不是无法摆脱的符咒。任何一个个体，事实上都有机会运用心智获得解放。

不妨想象一下，一个人养成勤奋并节俭的习惯，即可以做到既“开源”又“节流”，就可以开始积累财富——当然不可能一夜暴富。但是，一生的勤奋和节俭，即一生的开源和节流，等于与时间做了一辈子的朋友。而他的孩子如果也即勤奋又节俭，那么，会积累指数级增长的财富。事实上，今天地球上所有控制巨大财富的家族都经历过“白手起家”的过程。在荒蛮的年代，“耐心”的作用可能被其他因素掩盖，但是，在比过往任何时代都高度文明的今天（尽管依然有很多地方令人失望），“耐心”已经成为最重要的、最有力量的因素。即便是古人都早就注意到“穷不过五幅，富不过三代”——请注意前半句。

可是，多少人有耐心做两代人、甚至三代人才能完成的计划呢？答案是，极少数。不过，需要注意的并不是究竟有多少的人如此行为，而是，确确实实就有这样的人存在！如果你认真思考之后觉得你自己不是那样的人，那就不要抱怨，因为，那前途是你主动放弃的。即便是在战国年代，都可以出现吕不韦这样的人。某种意义上，是他们超常的耐心，也就是被我们称之为“心智力量”的具体表现之一，使他们积聚了大量的财富。“一夜暴富”总是确实存在可能，但，那要依赖也只能依赖那些心智发达的人乐于接受但却绝不奢望的一样东西——运气。

就是有一些人竟然可以制定长达几十年乃至一生，甚至跨越几代人的计划，而后一丝不苟地执行下去——当年读《基督山伯爵》的时候就觉得故事中的人物牛就牛在这里。后来看斯蒂芬金的小说改编的电影《肖申克的救赎》也再次觉得这样巨人必然存在于这世界的某个角落。很少有人学会这样的技巧，只是因为不大可能运气好到身边就有这样的巨人，无法直接凭借“体验”和“观察”获得切实的“经验”和好处。

尽管心智成熟的我们往往会避免基于比较的快乐，但没有任何理由拒绝基于比较的相对成功。

所以，突破刚刚提到的“恶性的死循环”的最基本方法就是，比别人更早一些开始准备，早一点，再早一点。想想吧，有些人可以提前一两辈子开始准备一件事情。越早一点，你与时间这个朋友之间就会变得越亲密一点；与你更加亲密一点的这个朋友会让你的每一天都多那么一点点的从容；那多一点点的从容，会让你爱上时间这个家伙。不要怪我啰唆，不啰唆不行。说来说去，是我们早就提到过的道理。

### 准备

于是，我们看到的是这样的结论，浪费时间是可耻的，而浪费青春不仅是可耻的，更是可悲的，并且只能是无可挽回的。朴素点说，人必须努力。如果大家都努力的时候，那你就最好早点开始努力，并且更努力才好。人们总是说，笨鸟先飞，其实，有很多鸟之所以先飞也许并不是因为它们笨，相反，更可能是因为它们更聪明。

如果啰唆竟然真的起了作用，哪怕招人厌烦也居然可能是令自己愉悦的厌烦。教书的经历使我养成了在必要的时候甘于啰唆的习惯；而其根本原因，只不过是我发现了耐心的好处；了解耐心的好处，就不得不需要投入大量的时间——与投入的时间相比，聪明、勤奋之类的因素实在是微不足道。

1. Cherry, E. C. (1953) Some experiments on the recognition of speech, with one and with

two ears. Journal of Acoustical Society of America 25(5), 975–979. [↩]

2. http://dv.ouou.com/play/v\_38d7f4baf30ff.html [↩]

## 7.c 成功的核心素质——耐心

May 19th, 2008 | by 李笑来 |

早就说过，所谓的坚持不懈的本质是时间的投入。因为人们在做一件事，为了成功坚持不懈的时候，最终会发现大多的努力其实不过是简单而又貌似枯燥的重复。毕淑敏在她的小说《女心理师》里说：“一杯咖啡最重要的是什么？是水。一杯咖啡里98%都是水”。而那些简单而又貌似枯燥的重复就好像咖啡里的水一

样重要。所谓的耐心，就是甘于把时间投入到简单、枯燥但是最终会意义非凡的重复当中去。尽管，前面已经有过相当的篇幅说耐心的重要，现在依然有必要继续啰唆一下关于耐心的方方面面。

毫不夸张地说，一个人有多大的耐心，他的成功几率就有多高。反过来，没有耐心的人终将一事无成。不仅现实中如此，连故事中都是如此。仔细注意以下就会发现，所有惊心动魄的精彩故事的主角都是充满了耐心的人，《基督山伯爵》中的爱德蒙•邓蒂斯，《肖恩克的救赎》中的银行家安迪，《越狱》中的迈克尔• 斯科菲尔德……这不是编故事的人胡说八道，而是，只有这样才最真实。

仔细观察一下，所有不利于成功的负面的品质都是缺乏耐心的体现，或者说是缺乏耐心的结果。“急于求成”、“急功近利”几乎是所有人的本能，“速成”是几乎是所有人的愿望。《圣经》里说上帝创造了人类，而事实上应该是人类创造了上帝才对。所以，上帝才有了人的最基本特征，做什么事都“速成”——创造这个世界仅仅用了六天时间就搞定，然后他就跟所有人一样迫不及待地休息去了。今天，中学课本中就印着：“据推测，地球已经存活了46 亿年。”

懒惰，是缺乏耐心而不愿投入时间精力去做任何事情。

短视，是缺乏耐心而不能运用心智去展望未来。

草率，是缺乏耐心而不愿投入时间精力去认真地调查研究。

肤浅，是缺乏耐心而不能运用心智深入思考。

夜郎自大，是因为缺乏耐心而拒绝观察外面的世界。

而所有的成见与偏见，都是因为缺乏耐心而不愿投入更多的时间、精力去认真分辨每个个体的特征而宁愿用粗暴简单的分类方法替代思考。

我个人真正清醒地体会到耐心的好出，是做老师这个行当两年之后。由于课堂上常常几百人，学生的年龄层次跨越太大——十六岁的、二十六岁的，一直到三十六岁的，并且知识背景有着天壤之别，所以，自己在台上说出来的每句话都可能被理解为许多个版本。

讲的课多了，就经常会有一些学生在课间或者课后来电邮与我讨论一些我在课堂上提到的话题。偶尔，我发现我的一些话被理解到格外扭曲的地步。这样的时候，没有经验的我往往火冒三丈，暗恨并且暗骂那些人实在是“智力低下”。少数的时候，遇到曲解我的学生一些纠缠，甚至需要克制才可以不发火，但估计表情早就扭曲了。有次，在网上看到某个blogger 签名是这么写的：“我按我的想法写，你用你的智力读，千万别认为我有误导你的兴趣。非要认为自己被误导了的智力半残者，对不住您了。”觉得太有道理了，觉得自己没机会与那些曲解我的人这样说，实在是太可惜了。

有些道理是突然醒悟的，在此之前，需要时间。突然有一天我惊醒了，发现自己原本的态度和想法是不对的。就算是我的某些话被曲解了，并且确实是那些少数学生自己的问题，那也不意味着说，我不可以多做一些工作，提前想办法避免那些话再次出现如此被曲解的情况。我只要多一点点的耐心就好——分析一下他们为什么会那么想，而后做出相应的修正和补充就好。有时候多一点点的耐心并不意味着要多花费太多的时间，甚至可能是举手之劳而已。于是，我的想法改变了我的态度。每当我的话被曲解的时候，我就尝试着把自己的不耐烦先放到一边——没过多久，就开始没有任何不耐烦的感觉了——然后冷静想想。想法改变了态度，而态度反过来会改变看法。耐心一点一点地投入，最终的结果是，我发现过去是我太过肤浅，太过粗暴。我发现过去的一些想法不再像过去想得那样完整全面，那我就去补充；过去的一些想法不再像过去认为得那样逻辑清晰，那我就去修正。再次体会到，教是最好的学习方法——我多对学生一点耐心，最终竟然是自己获得的更多。

两年前，我读到一本书，《The Tipping Point: How Little Things Can Make a Big Difference》 ，作者是Malcolm Gladwell[1] 。在这本讨论“口碑——病毒性传播”的书里，Malcolm 提到两位人脉超常强健的人物。

第一位是来自达拉斯的叫Roger Horchow 的成功商人。他像别人收集邮票一样搜集朋友。他记得六十年前与自己玩的小朋友；记得他的好朋友小时候的住址；记得他大学时的女朋友在三年级时留学海外期间迷恋的男人的名字……在Horchow 的电脑里，有一个名册，里面有1600 个人名、地址，以及相应的备忘，备忘里写着第一次遇到这个人时的详细情况。“如果我在跟你聊天的时候，偶尔提及了你的生日或者结婚纪念日，那么我就会把日期记到这个小本子里。而后在那个日子，你就会收到我的礼物。”

另外一位是叫Lois Weisberg 的女人。Lois 的惊人之处在于她觉得每个人都很有趣。Lois 的朋友谈起Lois 的时候说，“Lois 天天说的话都是这样的：‘噢，你知道吗？我刚刚遇到一个特棒的人！你甚至会爱上他！’”Lois 的另外一个朋友说，“Lois 总是能在你身上看到连你自己都没有看到的东西。”Lois 有一种不可思议的、离奇的本性，可以使她与她遇到的每个人都成为好朋友。记下所有见过的人，需要很大的耐心；发现每个人的优点，更需要耐心。最近读得另外一本书《少有人走的路》[2] ，心理学家斯科特•派克提到所谓的真爱，就是耐心，而所谓的耐心，本质就是时间的投入。无论是谁都起码应该对自己更耐心一点。任何与我们共享了某段时间的人，不论我们喜欢也好讨厌也罢，都已经成了我们生命中的一部分，对他们还是多点耐心罢。我们做的每件事情，都因为时间这位朋友的存在，成为我们生命中的一部分，无法剔除，对它们也还是多点耐心罢。

耐心究竟从何而来呢？首先，所有的耐心都来自于了解。有个马拉松运动员，叫山田本一（1984 年和1986 年的世界冠军），似乎能够告诉我们答案。他在自传中如此说道：

“每次比赛之前，我都要乘车把比赛的线路仔细看一遍，并把沿途比较醒目的标志画下来，比如第一个标志是银行,第二个标志是一棵大树，第三个标志是一座红房子，这样一直画到赛程的终点。比赛开始后，我就以百米冲刺的速度奋力向第一个目标冲去，等到达第一个目标，我又以同样的速度向第二个目标冲去。四十几公里的赛程，就被我分解成这么几个小目标轻松地跑完了。起初，我并不懂这样的道理，我把我的目标定在四十几公里处的终点线上，结果我跑到十几公里时就疲惫不堪了，我被前面那段遥远的路程给吓倒了”。

我在写作课上，反复强调最重要的一件事是“You’d better know exactly what you want”其实也是这个意思。耐心不是凭空来的，是需要了解支撑的。但是这里已经出现了一个死循环：了解本身也是需要耐心的，没有耐心的人是没耐心深入了解任何事情的，于是，最终他们对任何事情都没有耐心。

关于耐心，还有另外一个故事。早年美国有专家做了这么一个实验，把一些只有四岁的孩子各自单独留在屋子里面并给他一块棉花糖，告诉他大人要离开十五分钟，在这段时间如果他不把那块棉花糖吃掉，等大人回来的时候将给他另一块棉花糖。而对于一个只有四岁的孩子来讲，把他关在一间什么也没有的屋子里，他的所有注意力都在那块棉花糖上了，十五分钟的时间是那么漫长，那块棉花糖的引诱是如此的大。研究发现，可以忍着不把棉花糖吃掉的孩子长大以后大多数人都成为了成功的人士；而急着把棉花糖吃掉的孩子长大以后大都平平无奇。

这个故事的关键并不在于最后有多少孩子最终长成成功人士，关键在于告诉我们，四岁的时候，每个人的耐心程度竟然就已经大不相同了。也许耐心是天生的——尽管我个人并不相信。更可能的解释是，每个人天生的耐心程度大致相同，只不过，来自于周遭环境以及身边成年人的行为模式等等的因素短短四年的影

响，已经使孩子们的耐心程度千差万别。如果说，人与人之间千差万别，那么，这个例子告诉我们四岁的时候就有了明显的不同。

我自己就不是个天生耐心很好的人。但，多多少少，在一些方面显得比周围的人有更多的耐心，也因此收益颇多。仔细回想，这跟我很小的时候学弹吉他有相当大的关系——感谢我的父亲在我11 岁的生日那天送我一把木吉他。尽管最终弹得也不是很好，但是，那样的练琴经历告诉我，哪怕为了弹会弹好一个小节，都可能要练上几十遍，再加上后来的自我欣赏几百遍才行。多多少少，是因为有这样的经历，我做事的时候不怕重复。如果说，天分是那2%的“咖啡粉末”，也需要那98%重复作为“水”，才可以成为一杯清香的咖啡。

1. 他还写过另外一本有趣的书，Blink: The Power of Thinking without Thinking [↩]

2. The Road Less Traveled, by M. Scott Peck [↩]

## 7.d 越早醒悟越好

May 19th, 2008 | by 李笑来 |

从每个人的感受出发，时间并不是匀速的，而是加速前进的。这不是什么“相对论”。爱因斯坦确实曾用这样的一个比喻解释相对论：“一位先生和一位漂亮女孩在一起呆上一小时，他会感觉像一分钟；但如果让他在火炉子上呆上一分钟，

他会感觉比一小时还长。这就是相对论。”但是，爱因斯坦想要说明的并不仅仅是“观测者对时间流逝的感知，参照系是至关重要的”，而是更进一步的“观测者的精神状态也许是对时间流逝感知的一个附加因素”。然而，对爱因斯坦来说是想当然的所谓“观测者对时间流逝的感知，参照系是至关重要的”的这个事实，即，我们刚刚说的“从每个人的感受出发，时间并不是匀速的，而是加速前进的”，对很多普通人来说，却是从未认真考虑过的。

只要你正在阅读这段文字，没什么意外的话，就可以推断你的岁数致应该超过12 岁。因为普遍来看，12 岁前后，就是抽象的文字理解能力真正开始发展的阶段。于是，当听到老狼的《同桌的你》中的歌词不可能没有共鸣——“那时候天总是很蓝，日子总是过得太慢”。你也肯定有过罗大佑有过的感受——“什么时

候才能像高年级的同学一样有着一张成熟与长大的脸？”经验的存在会大大提高理解能力。可是，小的时候我们觉得时间那么缓慢甚至令人难以忍受，怎么现在就“光阴它匆匆似流水”了呢？

心理学家可以用特别简单、准确而又非常精巧的方法清楚地解释为什么随着年龄的增长每个人都会觉得时间越来越快。

对一个五岁的孩子来讲，未来的一年相当于他已经度过的一生的20%；而对一个五十岁的人来讲，未来的一年只相当于他已经度过的一生的1/50，即2%。所以，从感觉上来看，随着年龄的增加，时间好像越来越快。

对任何一个正常人来讲，对这个事实的提早认知也许是最重要的事情之一了。可惜，这是一个需要很长时间才可以真正亲自体验到的经验，大多数人只有到了三十四岁的时候才真正有深刻的体会。可是，到了那个时候，这种“经验”对自己来说已经根本没有什么机会起什么作用了——因为最好的时光早已消逝。于是，

这种特殊的经验无论多么丰富准确都不大可能给经验获得者带来什么解脱，能带来的反而更可能是更加厚重的枷锁——懊恼将时时刻刻伴随在其后他们做每件事的过程中。无奈之下，这些人无一例外地想把这种宝贵的经验传授给子女，结果往往是几乎无一例外地像他们自己的父母曾经尝试过的那样以一败涂地告终

——懊恼之于，又平添了无尽的烦恼和怨恨。

反思能力，几乎是人类特有的能力。因为人类拥有了反思能力，才慢慢拥有了另外一种能力，类比能力。而类比能力是一个人所拥有的理解能力高低之关键。于是，我们理解新事物的时候，往往通过反思类比现有的经验。类似的现有经验的存在，极可能会大大提高我们对新事物新思想的理解效率。

### 现存经验

“少壮不努力，老大徒伤悲”这句话流行了千百年。很令人怀疑的是，这句话在这千百年的过程中究竟多大程度上增加了“少壮努力”的人数，或者多大程度上减少了“老大伤悲”的人数。这么有道理的话，为什么总是并不起作用呢？合理的解释是，需要太长时间才可以获得的经验很难传递，就是因为缺乏现有的经验作为支撑。而想让一个孩子去真正理解“时间终究会越来越快”的这样一个道理之所以无比困难，就是因为他们不仅没有“类似的现有经验”，还恰好有着相反的“现存经验”。

事实上，我的观察是，几乎所有失败的青少年教育，都是因为粗暴简单而又愚昧地无视孩子们所拥有的“现存经验”和“现存经验的作用”而造成的。如果，你是教育失败的受害者，恭喜你，也请你谢谢我——这真的不是开开玩笑而已——因为刚刚的那一点点的文字已经给了你一个难得而又宝贵的“重生的机会”。如

果，你已经为人父母，拜托，一定请你回头反复阅读刚刚那一点点的文字，仅仅多一点点的耐心，就可以开始尝试着运用你的心智，你和你的孩子都将仅仅因为你刚刚这几分钟的努力和挣扎获得解放。

教育孩子的方法特别简单。在某一天，做一件让他印象无比深刻的事情。可以是讲一个故事，也可以是一次郊游，更可以是买一件让他惊喜的礼物——反正一定要让他印象极度深刻。而后，你自己在日记里记录清楚这件事情，当然包括时间、地点与事件，而后千万要妥善保存。大约两三年之后，在他有一天开始觉得并抱怨时间太慢的时候，把那个记录翻出来，给他看，让他体会。这么做的要点只有一个，耐心。首先，起点最好应该在大约七岁前后；其次，重点应该起码两三年之后。而后再过三五年，再提醒一次。这样的体验，不仅将使孩子永生难忘，还会影响他此后一生对时间的精确认识。早晚有一天，你的孩子将因此对你无比感激，充满崇敬。因为他终将明白，这种宝贵的“相对优势”根本就不是可以用金

钱衡量的——只需要大致看看我们自己身边有多少人对此茫然并无所知晓你就很容易想象这个结果了。

接下来要理解的是另外一件更重要的道理，就是这小节的标题——“越早醒悟越好”。更早的时候，我们已经讨论过人们之间心智力量的差异，究竟会带来怎样的人生差异，时间质量差异——只有这四个字来修饰才是准确的：“难以估量”。其实，科学家们早就给了我们非常合理而又清晰的解释。法国物理学家、数学家亨利彭加勒[1] 用他的混沌理论告诉我们，初始条件的一个极小的差异将会导致最终结果的一个极大的差异。前者发生一个微小错误，后者的错误就会十分巨大。事实上，某种意义上，即便是线性关系也最终表现相同，两条射线从同一点出发，即便方向上相差一点点，那么在两条线无限延伸之后，两个射线的终点之间也将有无限的距离。古人说“失之毫厘差之千里”就是对此类现象的朴素观察。

而上个世纪60 年代早期，麻省理工学院的气象学家爱德华洛仑兹[2]) 更是用“蝴蝶效应”（Butterfly Effect）形象地说明了混沌学的核心内容——“对初始条件的敏感性依赖”——“地球上某一地方的蝴蝶是否会拍动翅膀，甚至会影响到另一个地方是否会发生飓风。”还有人以冰球的运动轨迹来说明“对初始条

件的敏感性依赖”。如果最初冰球放置角度发生了哪怕微乎其微的变化，那么在撞击次数增加的时候，最终位置的差异会呈指数形式增长。

所以，在真正能够理解混沌理论的人的心目中，所谓的命运就有了另外的解释。初始条件的差异，造成了最终天壤之别的结果。人们大多对此缺乏完整的理解，又由于自身感知的局限，只能把那些遗憾归结为 “谋事在人，成事在天”，者“命中有时当须有，命里无时莫强求”，或者是什么“造化弄人”等等。可是有这样的感受或者想法的人并不知道他们曾经有过改变结局的机会，只不过时间无法倒流的属性已经把一切变成了不可更改的既定事实。

小时候，读苏东坡的《留侯论》中的文字，“古之所谓豪杰之士，必有过人之节，人情有所不能忍者。匹夫见辱，拔剑而起，挺身而斗，此不足为勇也；天下有大志者，卒然临之不惊，无故加之而不怒，此其所挟持者大，而其志者远也。”读过了之后，只是羡慕那些豪杰之士，竟然可以达到那样至高的境界，无法想象他们究竟是怎样做到的。而现在看来，这样解释倒也简单：那些豪杰之士都是早已醒悟了很久的人。所以，他们可以运用心智的力量忽略眼前的纷纷扰扰，专注于别人看不到的许多年之后的精彩。

过去已经过去，无法更改。未来却可以更改——通过改变我们今天的起始条件。当我们真正运用心智的力量认真而又正确地反思我们生活中遇到的所有的尴尬，最终我们会发现其中的大多数肯定是因为我们过去曾经做错过什么，或有意，或无意。那么，为了将来的正确，我们今天就要做到尽量不出错。今天任何一个小错误，都有可能在将来被无穷地放大。这样的认知，几乎会改变我们的一切。生活就是选择，而所谓的选择，只不过是一个人所拥有的观念对之衡量后的结果。一个人所拥有的观念，说穿了，就是心智力量的最终体现。开启自己的心智，就等于重生。然而重生并不直接等于幸福。知易行难。想到“想”居然是要通过“想”很多遍才能学会的，多不容易啊！在没想到之前，“想”又有什么乐趣可言呢？然而，想到之后，却马上要用最直接的方式面临痛苦——接受现实需要勇气，因为现实不是我们最初以为的那个样子，也不是我们任何时候向往的那个样子。现实难以接受的同时，更难接受的是已经在现实中浑然不知地浸泡了许多年而面目全非的自己。

所以，很多人害怕思考，常常说，“想那么多干嘛，多累啊？”然后用天下最累的方式生活而不自知。大哲学家罗素曾观察到这个现象，并为之奇怪，慨叹道，“很多人宁愿死也不愿思考 。”[3]

如若重生，就可以恰当运用心智与时间作朋友，与他一起用耐心打造新的人生。没有人能够阻挡你开启自己的心智。最神奇的是，一个人的心智的开启，竟然只需要一个挣扎的念头而已。但仅仅这一个念头却又是天下最困难的事情之一。但，还是挣扎一下吧，因为无论如何，反正我们早晚要为自己的过去买单，逃不掉的。爱因斯坦说，“用当年我们制造它们的思路，我们根本无法解决任何麻烦 。”[4]

越早醒悟越好。

1. Henri Poincaré，1854 – 1912
2. Edward Lorenz (born May 23, 1917
3. Many people would sooner die than think. In fact they do. — Bertrand Russell
4. We can’t solve problems by using the same kind of thinking we used when we created them.

— Albert Einstein