

**(售价2000元的李笑来付费社群)
家庭教育课.md**

好的家庭教育

以下为正文：

好的家庭教育

文档介绍

前言：

第一部分：观念

1.1第一个观点，尊重产权。

1.2第二个观念叫崇尚生产。

1.3第三个观念，直面困境。

1.4第四个基础观念叫做决策担当。

1.5第五个基础观念叫痴迷改进

1.6第六个概念是健康第一。

2.why

2.1为什么判断力最重要？

2.2发展论者更重要

2.3家庭教育什么最重要？

2.4家长的责任究竟是什么？

2.5衡量家庭教育的关键究竟是什么？

3.心态or心力（心智的力量

3.1乐观

3.2简单。

3.3专注。

4. 启发

4.1推理革命：贝叶斯定理

4.2进化机器

4.3再次迭代组成完整家庭并完成一次家庭迭代

前言：

这套新的课程叫好的家庭教育，副标题是理性构建高净值家庭。这套课程我会先在这个我们的定投人生课堂讲一遍，然后我会做出修订，然后才会对外公布正式版。那么这套课的话大约是这个6加5再加6，差不多16节到18节。

第一部分标题叫观念，讲六个基础观念。第二部分叫理论，就是第一部分的一些基础观念的理论基础。然后第三部分叫做心态。讲三个心理状态被我称之为心力，心的力量，心智的力量，你要保持这种状态需要心力对吧。然后第四部分叫递归，有三个小节构成；总体上的课程结构核心内容应该是六个这个观念，然后三个心态再加一个行动。

然后我会先把这课在我们的定投日课堂重讲先讲一遍，然后对外发布。随后跟这个定投改变命运是一样的。就是这个内容背后会衔接一个社群，也就是说我这个课：好的家庭教育，这个课我依然像我其他的课堂一样会持续迭代的。当初我们的定投改变命运也是迭代了好几回，大家可能还有印象。然后在那个新大群里面，应该是我差不多一周或者是两周或者是一个月集中答疑一次。是这样的一个内容和社群的构想。然后我们定投人生课堂，这个目前还暂时没有对外开放的这个计划。然后对在座各位来说。这个新的课程好的家庭教育是免费的。所以等我们建了这个新的大群的时候，只要你在我们这个什么课堂里对吧，理论上来讲，只要你申请，你都可以进那个大群。

现在还没确定很多的细节，比如说课程的售价。其实核心是在考虑给大家这个分销机会的时候返利有多高，然后返利有多少？这个如果仅从我个人的角度出发的话，最省心的方法就是给出版社直接出版。但是我觉得对大家来说，可能有一些人参与这样一个产品的分销，也是有意义的。并且新的课程的分销很可能远比当初我们的定投改变命运的课堂分销有意义很多倍。为什么呢？因为定投策略这件事情毕竟是你的投资，毕竟不是适合所有人的。那么好的家庭教育却可能面临更大的市场，面临更广阔的学习对象，所以它可能是一个更好的这个**分销标的**。我猜我也希望是。所以以后这个定投人生课堂对外开放可能会无限延期，就算有一天开放也不是对外开放，是我们已有的社群当中的同学想参与就进来。那可能是这种情况，

但对于我们这个定投人生课堂内的同学们。有一次的变化就是定投人生课堂的这个分销渠道等于没有了，事实上已经没有了很久了对吧？我最初的时候设计这个社群的时候，是希望我们的同学们有一个额外的场外赚钱通道的。那么现在如果我的这个新课叫 好的家庭教育，质量确实过关。然后反响的确不错。然后大家觉得实实在在有用，那么它就应该是一个更容易销售、更可能更多地销售的产品。所以也希望大家多提意见对吧。然后这个多做笔记。然后这个课程有一些这个特点，等我讲完之后再说。

然后在每节课听完之后，希望大家自己罗列一个列表，就是听了这些课之后，我要改变哪些行动，改变哪些决策，我原来什么样地方做的是不对的？（不聪明的）不符合课程内容的，我什那样地方做的是对的，符合课堂内容的对吧？如果不符合的不对的，那我应该如何去纠正？我纠正的时候可能会遇到怎样的困难对吧？这些都请大家做笔记，然后到最后我会找个时间统一的收集起来，也会成为我们进一步改善这个课堂内容的依据。这个就是前面讲到的这个一些需要注意的地方，以及这个课程的来由对吧，以及它的设计目标辅助设计目标等等。

第一部分：观念

好的家庭教育-----理性构建高净值家庭

在第一部分中，我们要分别讨论六个基础观念，这是任何心智健全的个体理论上都应该拥有且理论上无论是谁都可以习得养成的基础观念，每一个都至关重要，每一个都必不可少，并且相互关联，缺一不可。

1.1第一个观点，尊重产权。

人们普遍忽视经济能力的教育与学习，看起来不太相关但很可能是因为赚钱真的太难了吧。们不仅忽视经济能力的教育与学习，甚至还会反过来妖魔化它，还要向自己、向家人、向孩子灌输一个非常流行的说法或者观念，说金钱不是万能的，这其实也是一种妖魔化，只不过是粉饰过自己之后。对于经济能力的妖魔化，这句话和你有钱了了不起啊，事实上没有区别。上个世纪 90 年代的时候，作家王硕的这句话补上了一句说金钱不是万能的，到没有钱是万万不能的。瞬间，很多人有了恍然大悟的感觉。事实上金钱从来都不是万能的。但王硕补上的后半句的确才是真相。

为什么呢？因为每个人都一样，从生到死都是消费动物，我们每天都要吃喝拉撒睡，不要误以为有吃有喝就够了，这里面睡是很贵的，甚至是最贵的，它需要一个完好的房子，不是吗？不要误以为拉撒是不花钱的，下水排污是现代化城市市政管理中非常重要的一个构成部分。很贵的，与交通一样，是需要财政支持才能够良好运转的。另外一个说法是衣食住行。那请问哪一个不需要花钱呢？所以首先就不要妖魔化经济能力，也许那么做是贫困反向限制认知。但更重要的是如果那么做只能让一个人终生贫困。

这里有一个细微的重点，**我们崇尚的不是钱本身，我们真正崇尚的并且应该崇尚的是经济能力**，这是一个很重要很微妙的例子，用来说明一个人脑子里的概念清晰有多么的重要，并且对自己的影响有多么的巨大。钱和赚钱或者赚钱能力它不一样，这不是一回事。很多人基于种种原因不自觉地鄙视钱，然后概念不清地鄙视与钱相关的一切，不仅鄙视钱，还鄙视赚钱，甚至鄙视有钱人，又鄙视资本家，甚至鄙视经济社会。

小孩子的观念总体上都是家长灌输的，不管是有意还是无意。在一个人成长过程当中，父母对孩子说的话里毒性最大的是这样一句话，将来我们的这一切都是你的，反正他有各种变体，再比如说等我死了，这些不都是你的吗？我的父母从来没有对我说过这两个句子，因为他们并不富有，没有什么值得留下来给子女的。但即便是他们很穷，也说过骨子里同样逻辑的话。比如我们这么拼命，为啥？不都是为了你们吗？我们家两个孩子，我还有个弟。

于是从一开始就错了，一个正常的人，从一开始就要有正确的产权观念。什么是产权观念，很简单，就是：**什么是我的什么不是我的，是我的我要且我要保护，不是我的我不要，不能去争，不能去抢，不能去偷，不能去骗。**你想想看吧，等到成年之后，不是我的我不要，这样简单的一个句子，竟然可以成为一个人是否善良，是否正直，是否靠谱的最根本判断依据。

我认识的一家人，两口子都特别拼，从外地来北京讨生活。孩子读初中的时候，他们已经在三环边上有一栋商业楼了。厉害。结果这男孩有一天突然迷上了游戏，然后就除了游戏什么都没有兴趣。这劝呀骂呀，无论怎么生气都没有用。最后有一天孩子被骂急了，坐在那里默默地说了一句话，你们的不早晚都是我的吗？那我天天打游戏，我也饿不死的，这当爹的当时气火功心，上去就给了一巴掌，结果孩子一点也不生气，很平静。那你就打死我吧，等你们把我打死了，看你们咋办，这些东西留给谁，然后默默地回屋接着打游戏去了。

另外一个也是身边的例子，这次是个女孩，这女孩的父母花了不知道多少钱，一路把孩子养大，又是走后门花钱上重点大学，又是参加高价补习班，又是留学美国。孩子 22 岁了，从国外学成归来。然后在父母的帮助下找了一个银行的安稳工作岗位，月薪 8000。有一天孩子回家说要买块表，多少钱，30 多万，父母真的很累，说花那个钱不太值当吧，结果孩子把自己关在屋子里，不出来，不吃不喝也不去上班了。大概意思是说同学同事都有这个价位的表，我没有，那我就没有脸出门。到最后父母妥协了。显然在此之前，他们妥协过无数回。

这些都不是什么孤例，你肯定听说过，甚至弄不好家里就有这么一个让你作为父母头疼的要死的主。这样的子女其实都是父母自己从小培养成这样的，他们从来都是想要啥就有啥，自己没有想过要的父母也弄来不少，反

正家里所有东西都是他的，父母们也天天这么说，我们这么努力不就是为了你吗？这些将来不都是你的吗？所以在他们的意识当中，我想要的就得有，我想要的，你竟然给不了，那就是你的错，到了这个地步，你再觉得子女不讲理，子女不听不通情达理已经彻底晚了，压根就没有任何解决方案了，无解。

更为常见的是，父母离世之后，子女们争抢遗产的例子非常普遍，根源还是一样的，争抢遗产的子女们都认为那是他们的，至少有他们一份，甚至在此基础上还很正当，各自都想要个公平，于是体面都不要了。所以从一开始就要明白什么是我的，什么不是我的，谁买来的是谁的，这是多简单的一个事。

我们家里的所有玩具小朋友都知道不是自己的，怎么知道？教呗，听不懂道理怎么办，反复说呗。那些玩具是谁的，是妈妈的，为什么？因为那些玩具都是买来的，买这些玩具的钱都是妈妈和爸爸赚来的，然后妈妈去买的，爸爸委托妈妈去管理的，我们用我们的时间精力赚来的钱买来的这些玩具。其实不仅玩具了，孩子成年之间所有的用品和花销都是妈妈的。这没错吧。然后那些玩具其实是妈妈借着他们玩的对吧？所以妈妈态度也很简单，你们好好玩，相互不能争抢，不守规矩的话怎么办？妈妈有权利收回属于他的东西，就这么简单。**不要误以为小孩子不懂事，这小孩子不懂事都是大人允许的，都是大人教的**。这句话很重要。再重复一遍，小孩子不懂事都是大人允许的，都是大人教的。即便是在他们说话都不利索的时候，经过反复讲解，然后他们反复试错，他们都能理解得非常清楚。很快他们就学会了简单的规矩，比如不能争抢别人的东西，如果想要别人手里的东西，那可以商量着去换。如果人家不愿意，那你就没有办法，哭闹解决不了问题。然后他们甚至很快会意识到，在家里的兄弟姐妹之间是好商量的、在外面别的小朋友是干脆不肯商量的。于是你就会发现他们干脆不去尝试，省得麻烦。于是呢从来都与外面的小朋友相安无事，这是简单道理，朴素的规矩，却也是极为高大上的一套重要法律的基础。私有财产神圣不可侵犯，这实际上甚至是人类文明的最重要基石。对于这个例条的理解，决定了一个人是否足够体面。你仔细想想看吧，是不是这样？

这个基础打下来了，那孩子会自动的思考下一步。那怎么赚钱呢？谁不想有自己的东西，然后拥有自己东西的唯一方法就是通过努力赚到钱，然后去买东西。那他当然会想，怎么赚钱？你想想看，人类拥有的所有能力都是源自于这种自发的提问。遇到一个问题，解决问题的欲望就出现了，没有

问题就不会解决问题。这问题越大，解决问题的欲望就越大，解决方案只能是满足解决欲望的结果。

只要孩子开始认真思考这个问题，父母就解放了。因为孩子们已经在走向独立的路上，并且已经迈出了第一步。对吧？这个独立最重要的方式就是经济独立，所以只要他肯思考今天怎么赚钱呢？他对它好奇，那这个时候他们就已经在走向经济独立的路上，并且迈出了第一步。怎么赚钱是一个需要终生思考的问题，而赚钱能力也是一个人最基础的保障。什么兴趣、爱好、幸福、满足、甚至自由、平等、什么独立、民主等等都是建立在赚钱能力之上的。说的准确一点，那就是都是建立在经济基础之上。

需要提醒的是，不要误以为男女有别，在这个基础上，女生更应该重视赚钱能力，否则在一个事实上的男权社会里，生存不知道要吃多少亏。并且这是个事实上的男权社会。所以人们会忽视另外一个事实，尽管社会结构可能还是事实上的男权社会，但是社会的发展、科学基础的发展、社会的进步早就使得女性赚钱能力可能更强。我所说的是通过正当正常的渠道和方式赚到干净的钱。

好了，这节课要说清楚的是个体必须经济独立。一个人经济独立的最基础观念就是产权观念，说白了就是从一开始就要明白什么是自己的，什么不是自己的。**而所谓的体面真的很简单，就是一句话不是我的我不要，这同样也是对产权的尊重。**另外我和妻子早就商量过了，我们不会给孩子继承家里家产的机会的，那不好；给子女留下钱，会让他们从一开始就变得无能，甚至留下的钱越多，他们越无能，不仅他们无能，甚至连他们的子女可能都会深受其害。甚至我们也不想给子女留下任何组织机构，给子女留下组织或者留下机构会让他们自然而然地无法团结，甚至组织机构越大，子女们互相残杀的可能性越大。

1.2第二个观念叫崇尚生产。

从历史上来看，赚钱的方式无非以下三种，第一个是发现，第二个是生产，第三个是贸易。最初的时候，原始部落里的人都被称为什么？hunters and Collector 就是猎人和采集者，他们在外面寻找可狩猎的动物，或者寻找可食用的植物以及果食。那个时候人们不生产，可能也不懂得如何生产，他们只能靠发现。时至今日，发现依然是获取财富的重要方式之一，

只不过需要更多的知识，需要更多的技能、更多的资源才有意义。在今天，你在野外抓只野兔子不再是什么了不起的生活，你得发现一片油田一个金矿什么的好像才非常厉害。

自从进入农耕时代，生产就成了获取财富的最主要方式；到了工业时代更是如此。到了信息时代，生产越来越重要，基本成为了最主要的获取财富的方式之一。只不过随着时间的推移，生产资料越来越复杂，甚至越来越抽象。请问专利的生产资料是什么？是纯粹抽象的思考。最初的时候生产资料是很简单且很实在，比如土地和种子。再后来生产资料开始复杂起来，与之相对的社会分工也越来越复杂。

有一篇著名的文章叫铅笔的故事 I pencil 1758 年出版，值得每一个家长与子女分享。里面有说：成千上万的人卷入了生产铅笔的过程中，没有一个是想要一支铅笔而去干自己的活。他们中有些人从来没有见过铅笔，也从来不管铅笔是干什么，每个人都把自己的工作仅仅看作是获取自己所需要的商品和服务的一种办法。而我们生产这些商品和服务则是为了获得我们要用的铅笔。每次我们到商店购买一支铅笔，我们都是用我们的一丁点劳动来换取投入到铅笔生产过程中，成千上万人中的每个人提供的极小量的一些劳动；更让人叹为观止的是，铅笔在源源不断地生产出来，没有一个人坐在一个中央办公机构对这成千上万的人发布命令，也没有军警来执行这些无人发布的命令。这些人生活在不同的地方，讲着不同的语言，契合着不同的宗教，甚至可能彼此愤怒。然而，所有这些差异并没有妨碍他们合作生产一支铅笔，这是如何发生的？亚当斯密在两百年前就给了我们一个答案。很重要的一篇文章，然后写得深入浅出，然后人人都能看懂对吧？这篇文章对任何一个正常人去理解现在的复杂化世界里的复杂的生产过程都有巨大的帮助。对吧？从小就要看，以后就开了天窗了。

复杂的生产过程，到了信息时代，一个重要的趋势发生了。刚才我们也提到过，抽象的生产资料越来越多，越来越复杂也越来越重要。因为抽象的生产资料会因为生产资料越抽象，收益也越来越高。文字工作者、艺术工作者、计算机、科学家与程序员、发明家。你看越来越多的人从事生产的过程中所耗费的最多的生产资料是自己的思考，并且相对来看他们收益更高。你看我自己就是这样的。我常常进行文字创作，在撰写书籍设计课程的时候，我的生产资料是零成本的文字和有一定成本的思考时间，它都是非常抽象的生产资料。于是好像我的收益远比那些用土地和种子作为生产资料的人更高。很可能是因为我的生产资料没有限制，没有天花板。在我

们的定投人生课堂以及有另外一个小群叫人生最重要一课。我们这里逐步深入学习的是什么呢？如何成为一个靠谱的金融工作者？为什么我们必须学习这种技能呢？很简单，因为我们的主要生产资料有两个，一个是钱，另外一个时间是时间，无论是哪一个都是极为抽象的生产资料。**发展规律告诉我们说，生产资料越抽象，收益就越高。**

除了发现和生产之外，另外一个财富获得的方式是从事贸易。你想，贸易的核心是距离产生收益。从这个层面上来看，贸易也是一种生产，只不过它主要生产资料非常抽象。你想主要生产资料之一是距离，而不仅是食物本身。如今的文章里慨叹说物以稀为贵，可是为什么有的物更稀少啊因为那些物品的产地在很远很远的地方。所以生产者可能早就应该悟出另外一个重要的事情，那就是生产出来的东西卖得越远越划算。请你认真思考一下这句话所带来的更多的启示。从历史上来看，贸易从来都是少数人从事的，因为远行从来都是少数人肯定做的事情。最主要的原因可能是所谓安全感带来的影响。地球上两个民族不惧远行，一个叫犹太人，另外一个叫吉普赛人。这两个民族从来都不愁生活，因为他们中很多人会很天然的从事贸易，所以从小就带着孩子游历更多的地方，比上什么重点中学、重点大学，要重要千百万倍，让他们不可能惧怕远行，**从小就灌输行万里路绝对比读万本书更重要的道理。**

你要相信见多识广才能找到工作机会，这是亘古不变的道理。我自己能有亲身体会。在整个读书过程，我是一路转学过来。4岁的时候我就被一所朝鲜族学校的老师拉到教室上课。5岁的时候在一所汉族小学里正式入学，重新读一年级。三年级的时候，从海林县总小学转到延吉市北山小学。初二的时候从研究市四中转到延边二中，小学读了三所，中学读了两所。虽然这好像不是什么行万里路，但是见识到了更多的同学，见识到了更多的老师，见识到了更多的学校，见识到了更多的地方。虽然很多好处难以述说，但毫无疑问对我来说有巨大的帮助。最起码在我需要的时候，我绝对不会对换个城市生活或者甚至是换个国家生活，这个患得患失，纠结不清，我是绝对不会的。

从另外一个角度，我比我身边的人更擅长销售，其实你想销售也是贸易的一部分，贸易的一个细分。这比我小的时候转学很多次，生活过很多地方有极大的关联，虽然不是很容易建立起来的直接关联，但肯定有极大的关联。

创造财富的方式最主要的有三种，刚才我说了发现生产贸易，那么接下来放大财富的方式；就是你可以创造财富，然后你有收获。**然后这个放大收获的方式主要有两种：一种叫组织，另外一种叫积累。**

其实这人力的组织结构在过去的几千年里，并没有太多大的变化，古时候人群常见的划分是这样的，长工短工地主，你都不用猜这里面地主赚钱最多为什么？因为地主是在那个组织里拥有最重要生产资料土地的角色，你再看看今天，我们现在的工业社会、互联网企业还是一样的他们组织结构是这样。你看企业主其实跟地主是一样的角色，高管跟长工是一样的角色对吧？职员跟短工是一样的角色，没变。那这里面属于赚钱最多的。理论上当然应该是企业主，不排除企业主也有破产的情况。正如古时候地主也一样，动不动就破产一样。为什么企业主赚钱最多呢？因为它是在那个组织里拥有最重要生产资料的。比如企业生产方式、企业组织结构，企业无形资产及企业有形资产对吧？所以它就是那个组织里拥有最重要生产资料的角色。所以赚钱最多。

组织是突破个人能力局限的方式，个体局限很多，但组织可以更庞大更有效，于是创造财富的量级就更大。所以成为组织者从来都是个体突破的最重要方式之一。一个组织里的人赚钱多少肯定是有差异的，关键差异来自于哪里呢？很多人常常会肤浅地认为是在组织里的地位决定。可实际上关键在别处。你仔细想想看就明白了。就是你先看一个组织是否成功，取决于什么？一个组织能否成功，核心看两个方面。第一个方面是这样的，这个组织的目标设定是否**合理**。第二个方面是这样的，这个组织的行为方式是否**有效**。于是在任何一个可能成功的组织里都是一样的。什么样的人最赚钱呢？这样的人最赚钱，就是那些能够完全理解组织目标设定的人，以及那些能够在行动上以最有效的方式保持一致的人。

讲到这里，你会突然冒出各种疑问，比如说你会想这太难了，我都搞不定咋讲给孩子，别着急，首先你不一定要通过讲课让子女明白这个道理。更为重要的是你要先能够看透本质，才能逐步通过实践开悟。等到你真的开悟了，你自然会找到适合你自己的方式去影响子女。

那为什么在组织结构里，短工或职员处于对底层赚钱最少，很重要的原因是这样子，他们没有目标，他们不追求效率。所以他们不理解组织合理目标的设定，但他们也不用去关心组织的行为方式是否有效。他们只是在完成别人的要求，完成别人要求他们完成的工作，还不一定做得足够好。所

以需要组织者投入时间、精力、人力、财力、物力去管理，所以他们必然赚的钱最少。于是就很自然，不是吗？（记忆承载：知道自己在做什么，经知道怎么做，重要的多。

第二个才是更为关键，就是犹太人比吉普赛人更重视积累。刚才提到的犹太人和吉克萨人，他们的相同点是什么？他们都流浪四方，他们都重视族内的信任。为什么犹太人和吉克塞人相比可富出了太多呢？就是犹太人更富有嘛，吉普赛人好像没那么富有。所以犹太人和吉普赛人相比，那可是富有太多了。他们的核心区别有两个，第一个是犹太人比吉普赛人更重视教育对吧？第二个才是更为关键，就是犹太人比吉普赛人更重视积累。所以你看到了积累有多么的重要。财富呢？可以通过发现生产贸易来创造，但不管用哪种方式，都是可以用经验去放大。**事实上把财富这个概念如果没有积累的话，就不应该存在。**你想这原始部落里面是没有财富概念的，主要是因为他们获得东西没办法保存对吧？就算有办法保存也相当有限。我想他们没有冰箱的，没有冰箱他们捡来的果子或打来的兔子都是要马上吃掉的，否则明天就不能吃了。所以这里面更关键的是这样一句话，**存不住的资源不叫财富。从这个朴素的角度去看，所谓的财富就是能存起来，以便将来使用的东西。**

经济的发展事实上依赖保存技术的发展。工业革命开始之后，经济发展速度大幅度提升。其中有一个隐秘且重要的根源，那就是工业的生产资料保存更容易，更长久，又生产资料越抽象，越没有保存成本和保存压力。

好了，让我们回顾一下。首先创造财富的主要方式是发现生产贸易。其次放大财富的主要方式是组织和积累。结果你会发现在任何一个家庭里，这五样东西都无所不在。你看夫妻之间首先是要相互寻找，相互发现，然后才能结成夫妻的。这夫妻生孩子也是一种生产。天然的生产在英文当中都叫 produce 夫妻之间，子女之间，父母子女之间天天都在贸易。这个沟通交流就是交换思想，每个人都要见多识广，否则就无话可说。而家庭自身是个组织，不仅每个家庭都需要积累，其中的每个个体都需要积累。

虽然大家都知道，我在很多地方都讲过，我比较来是崇尚生产，不仅我如此，我们全家都是如此。而我作为家庭组织者，有很多目标。虽然主次不同，其中有一个目标不仅仅是把子女们培养成独立个体，而是更为具体更为明确的目标就是**每个人都应该成为生产者。为什么在这一堆要素当中，把生产摆在第一位呢？**原因非常简单，因为懂生产的人更会发现、更有能

力发现，懂生产的人更可能做好贸易、更可能懂得如何创建组织。当然8更明白积累的重要性。所以呢不仅要成为生产者，还要生产出别人没生产过的东西，那就叫创造。虽然很多的时候创造可遇不可求，但你想任一个个体都是一样的，人在漫长的一生当中总是会遇到不少的创造机会，不是吗？

1.3第三个观念，直面困境。

1997年的时候，我在韩国的全南大学读研究生，专业是宏观经济。当时第一本教材是克鲁格曼的宏观经济学。在那么厚的一本书前言的最后一段，仅仅一小段提到一个事实。**什么事实呢？就是乌托邦是不需要经济学的**，因为研究经济学的前提是承认物质的稀缺性(Scarcity)。反过来如果不承认物资的稀缺性，那么如果物资是无限丰富的，那也就不需要经济学了。我不用多说。你也能明白当时我所意识到的震撼。后来我在把时间当做朋友里提到过这个事实。

历史上面对物资稀缺这个困境，有两个著名人物都做出了同样的选择，就是逃避。第一个是第欧根尼，他说那我不消费了还不行吗？既然物资是稀缺的，于是他离开了自己富裕的贵族家庭，跑到市场上乞讨。后来还嫌弃过前来的国王，挡住了他的阳光。另外一个姓马。马老师说。现在物资的确不够丰富，但是将来物资会极度丰富，人们甚至可以按需分配。你看这其实还是逃避，通过幻想逃避。其实物资稀缺属于永恒不可解决的问题，叫permanent problems。我将这个概念翻译成无解困境。后来当我开始琢磨如何把所有子女都养成生产者的时候，所能想到的最重要的基础观念。其实就是这个，就是这世界上的物资永远是稀缺的，永远是不够用的；东西不够用，钱不够用，时间不够用，视力也不够用。这有用的东西总是不够用。从另外一端看过去，物资是稀缺的，可欲望却是无穷的。于是，从小就要让孩子们知道它不是什么东西只要你想要就可以有的，想得得不到，是人生常态。

你的是你的，我的是我的，别人的是别人的，你有的我不一定有，我有的你不一定有，你我有的别人不一定有，别人有的你我一定不有。就是这样，有时候想得到别人手里的东西，那还可以尝试着去换。可是即便价值对等，人家就是不愿意，那也没办法。为什么因为私有财产神圣不可侵犯。（#财产不是钱，那就是有产阶级唠）私有财产神圣不可侵犯，是面对

物资稀缺而必然产生的冲突而建立的文明法则，这是个相当有效且意义深远的文明法则。

我见过的大多数小朋友跟父母上街的时候，看到喜欢的东西就想要就会要求父母买。而父母们也通常情况下不假思索地尽量满足。小朋友们只要被满足一次，那下一次不满足的时候就会闹得非常厉害，因为对他来说也确实非常痛苦。我见过一个小朋友，就他妈妈说孩子很喜欢恐龙，于是他家里恨不得是有一个恐龙玩偶店的，整个地下室里全是各种各样的恐龙玩偶。这个小朋友最喜欢做的事情、最常做的事情就是炫耀他的恐龙玩具收藏，家里只要来人就带他们去看，还有另外一个小朋友，据他爸爸说孩子很喜欢小汽车，于是家里各式各样的汽车模型，爸爸也很高兴。因为孩子几乎认识所有别人并知道的汽车品牌等等等，这样的例子其实随处可见的。可是请问这有什么意义呢？这么做只是向小朋友灌输了，你想要父母就得给，这种错误做法，而小朋友积累的也不过是我想要就得有的错误想法。然后基于这些错误养成的，就是习惯来拿着实际上并不属于自己的东西炫耀，这哪有一点点实际的好处呢？当然在眼前当下可能看起来都很幸福，这就是在给孩子挖坑，这也是在给自己挖坑，挖的还是越来越深的坑，欲望是无穷的，不只是小孩子，其实任何人都是如此。

总有一天，家长和孩子都会遇到必然买不起的东西或者必然无法满足的欲望，请问到时候怎么办？到时候只能越来越痛苦。我们的处理方式是，你喜欢就多看一看吧，看差不多了咱就该走了，从来不会因为他们喜欢就给他们买。作为家长，只需要给他们买必要的东西，吃喝拉撒睡绝对没问题，衣食住行没问题，这是父母的责任。你吃饱饭了你还想吃冰淇淋？对不起，你可以不吃，不一定要吃，没必要吃，对健康也没有什么帮助，甚至只有坏处。虽然它好吃，但就不给你买。

这撒娇也是一种交换方式。但你撒娇了，周围交换的另外一方就不愿跟你换，你就是没办法。虽然我们家小朋友很少自己提出要什么东西，甚至压根就不知道有什么东西非要不可，这不同的应对方式带来差异是非常大。你喜欢恐龙，有很多这方面的书，你可以去研究书，这个东西在我们家必须不能限制买。你喜欢小汽车是吧。有很多这方面的书，学习和研究都是无止境的，必要的有趣的可积累的，你爱怎么折腾怎么折腾。但是在书之外的花销，在书之外去花钱，对不起，自己想办法；搞清楚，想要和必要不是一回事，want 和 need 是非常不一样的。

这是很多人终生都没有学会，始终没有认真考虑过，甚至干脆没有听过没有想过的事实。虽然这个事实非常简单，归根结底，其实这也是很多严重不幸产生的根源。成长中遇到的最大陷阱之一就是父母总是只展现给孩子们这世界他们认为美好的一面，刻意回避一切不好的、丑陋的、遗憾的，或者她们认为不适合孩子知道的那一面。父母们以为这是保护，相当于自己在给孩子们充当铠甲。所以呢要经常与孩子们讨论坏事，都发生了什么，怎么发生的，为什么发生的，如何才能避免，如何想才能更好等等。与此同时也要经常与他们一起分析坏人，分析坏事，你想坏人的出发点是什么，他们怎么走上这条路，如何避开他们，万一就是遇到了他们又应该怎么办等等。

有学者研究过历史上所有的空难，就是飞机失事的空难。后来发现空难幸存者都有一个共同的性格特点，就他们非常乌鸦嘴，你想那么可怕的空难也有生还者对吧？之前平时肆无忌惮的开玩笑，哪怕晚上要坐飞机，也可能讲下午炸了飞机的段子。你知道的，绝大多数人是忌口的，他们要是不小心说了不吉利的话，马上就要呸呸或者被要求呸呸。但恰恰因此那些乌鸦嘴在极端事件发生的时候，他们大脑不会像那些平日里忌口的那些人瞬间进入死机状态。他们平日里肆无忌惮的乌鸦嘴相当于是做了很多极端事件的预演，于是他们大脑在那种极端事件发生的时候竟然还可以继续运转。于是他们相对于别人，尤其是相对于那些忌口的人有更多的生还机会。所以这一切是没什么用的，关键的时候是不能救命的，还可能耽误事。

于是明白一个道理，不要用蠢话去糊弄孩子，这邪不压正是肯定的，但是可能需要很久之后，这才是事实。邪恶可能猖狂很久，正义可能总是迟到对吧，这不是不报，时候未到也肯定是对的。但的确有坏人能够逃脱罪责。童话肯定有童话的重点意义，但我们也不能只依赖童话，尤其不能用童话欺骗自己的子女。

很少有人意识到法院案例是个特别好的资源，关键在于它非常系统、非常全面。它能让我们看到这世俗世界里整日里人与人之间发生的各种坏事，哪怕是好人之间也会产生各种令人无奈的坏事，但又必须面对，但又必须处理。中国法制出版社有一套特别好的系列书籍，叫做年度案例，到今年2022年，已经23册了。理论上除了在我这里之外，在此之前也不大可能在任何家庭教育课程当中，看到这方面的推荐。但是我可以告诉你这是绝对必须的，这不只是给孩子看的，这是家长们必须看的。准确的讲是每一

个成员都应该认真阅读。家长阅读过后可以在需要的时候，必要的时候挑选一些案例与孩子们分享，关键在于这些案例是确实发生的，它绝对不是杜撰的。在这些案例里面不存在童话，不存在一厢情愿，不存在胡思乱想，胡说八道。这物资稀缺，只是无解困境其中的一个而已。

将来如果你的家里子女众多，那作为组织者，你很可能希望至少有那么一两个是专门研究法律的。但实际上不管怎样，所有人都要有基础的法律知识、基础的法治观念，这是任何一个家庭都必要的竞争力的组成部分。尽管很少有人清楚地意识到，更为关键的是，这是一种基础的面对无解困境的解决方案。这物资稀缺，只是无解困境其中的一个而已。你想啊，犯罪也是其中的另外一个而已。这人生经历当中还会遇到很多无解困境。这世界上还有很多的问題永恒存在，永恒不可避免，甚至永恒不可解决，比如灾难，比如战争，比如冲突，比如激烈，比如贫穷等等。重点在于不要让孩子误以为自己生活在童话之中，不能让他们在遇到实际上必然再遇到的坏人坏事的时候突然进入死机状态。

更为重要是对无解困境的理解。这是一个人拥有真正有勇气的基础，也是一个人真正勇于承担责任的基础。这样勇气这样的责任感和那些一厢情愿的没有任何人事储备基础的所谓勇气，所谓责任感是截然不同的。这不仅仅是孩子，事实上整个家庭中的每一个成员都应该如此，都应该拒绝生活在童话之中。这种观念建立的越早越好。

1.4第四个基础观念叫做决策担当。

(权衡、决策、执行、担当)

如果听过的话，愚蠢的父母与子女的对话数不胜数，其中几乎最愚蠢的可能就是这个：说爸爸妈妈跟你生个小弟弟或者小妹妹好不好？然后孩子说不要，这样的父母得出个结论，说得等到孩子同意才能到下一个孩子。那上一代的父母是不会问孩子这事的，该生就生，那当然形式也不让生，再上一代的也不会问这问题的。但最近一代的父母据说是学习了，进步了，说是要尊重孩子，要尊重孩子的选择，要尊重孩子的选择权利等等。反正呢都觉得得跟孩子商量，他们觉得这是更对的，这是更高级的。我在这里呢，不是说上一代父母或者上上一代父母他们就做对了，他们的确做对了，但不一定基于正确的理由或者一定不基于正确的理由，我也不是说直

接一棒子打死，说这最近一代的父母全都做错了，他们的是做错了，但是基于看起来合理的理由。那请问到底哪出问题了呢？

那做出任何一个重要决策，大概都有以下几个环节构成，第一是权衡，要在众多选项当中进行比较。第二是选择，就是选项之间是排他的，最终只能选择其中一个。然后是执行选择之后要完成一系列的任务才能获得最终的结果。最后有个关键叫担当，无论哪一个选项都是由机会成本构成的。选择之后，在执行的过程当中以及最终结果出现之后，在任何一个时间点都有可能，发现当初的选择可能跟随着一些不良后果。

这里首先麻烦的是第一项就是这个权衡。因为你想权衡需要认知尽量完整，信息尽量完整，同时也需要决策者有足够的判断力。而第二项选择并不难，如果第一项权衡做好了，选择几乎是呼之欲出的。然后第三项更为麻烦对吧，因为你要完成一系列的任务对吧？但是最为困难的是最后一项，因为所有的决策都有机会成本，这个机会成本是在第二个环节选择之后逐步展现的。就你选择的时候可能感受不到这些困难。但是一旦开始执行，你就会发现机会成本逐步展现。随着时间的推移，那个成本或者简单讲就是那个没想到的坏处可能越来越大。最要命的并不是那个没有想到的坏处越来越大，而是另外一种情况就是那坏处看起来越来越大，可实际上长期来看却是好的，更要命的可能是反过来就是那好处看起来越来越大，可实际上长期看来可能是坏的。我相信在这里我不需要举很多的例子，甚至压根就不需要举例子。因为作为成年人，你早就在生活当中经历过刚刚提到的任何情况很多很多遍。然后如果你未成年或者如果你心智不成熟，举例子你也想象不出来为什么会出现任何情况。

那不管怎样，当这一代的父母去问孩子，爸爸妈妈对你是个小弟弟或者小妹妹好不好？这时候那孩子无论是在哪个环节都无法胜任，他根本就不知道该权衡什么，他也不知道应该怎么权衡，他完全没有判断。在这件事情上他更不知道每个选项之间竟然是排他的，当然他们在选择之后也无需执行，看到没有？即便是选择回答可以，具体执行还不是他们；这里最为关键的是他们压根就无力承担任何结果，这就不承担结果，不是无力承担而是就不承担结果，想承担也无力。那开头的时候，之所以说这种对话是愚蠢，是因为这样做的父母只是在生搬硬套一些所谓的教育理念，这尊重孩子肯定是没错。这样的对话不是在尊重孩子而是在很多层面上铸成了大错。单说其实最关键的一个层面，那就是**养成了对选择不负责的习惯**，再重复一遍这么做会养成对选择不负责的习惯。你琢磨一下，这吓不吓人？

让我们先说一下做决策的时候需要遵守的类似宪法地位的**三个原则**，第一个原则是谁承担后果谁做决策。第二个原则是共同承担后果的时候，谁执行谁决策。第三个原则是共同执行的时候最有判断力的人做决策。

你仔细想想就明白了，在哪都是一样的，任何事情也都一样，没有原则就做不好事，这更高级更有系统的原则能带来更好的决策。人生就是决策的结果，人生呢不是性格决定命运，而是判断力决定命运。之前提到的法律案例，你以后等案例看多了你就明白了，被抓住的犯罪分子其实都是一样的，都是判断力出了问题，所以决策出了问题，做了自己承担不了后果的事情。然后被迫承担后果；反过来也一样，所有犯罪的受害者也是一样的。其实你一样是判断力出了问题，所以决策出了问题，做了自己承担不了后果的事情。你看无论是犯罪者还是犯罪的受害者，很可能都是这种情况。

当然啦，我们不是说受害者有罪的话，绝对不是，这个判断力是一切能力的核心与基础。这一点我们会在整个课程当中反复强调，再说一遍，**判断力是一切能力的核心与基础，它最难习得，也是人们最少磨练的能力**。我们常见的常说的所谓的巨婴，本质上来讲就是在岁数不断增加的同时，判断力却依然寥胜于无的结果。这节课一上来举个例子，就是某些父母完全缺乏判断力的表现，所以他们才会生搬硬道，所以他们才会自以为是，所以他们做错了却不自知，所以他们做错了却洋洋自得。这是我们对所谓学校里的教育完全不以为然，甚至干脆就直接鄙视的重要原因。因为他们在最重要的事情上从来都不起作用，偶尔就算起了作用，也绝对是副作用。判断力是在不断做决策，在权衡、选择、执行、担当过程当中磨练出来的。尤其是在担当过程当中磨练出来，你没担当过，你没吃过亏，你没有过压力，你是不会有真正的判断力。

那回顾一下，刚刚提到的三个原则，第一谁承担后果，谁做决策。第二共同承担后果的时候谁执行谁决策。第三个是共同执行的时候、最有判断力的人做决策。

也就是说如果一个决策要由孩子来承担后果，那么就应该由孩子自己来做决策。我再重复一遍，如果一个决策最终要由孩子自己来承担后果的话，那么就应该由孩子自己来做决策。通常情况下，父母仍然会自以为是地认为，虽然是由孩子未来承担结果，但多多少少是共同承担后果的，也就是要共同执行的。并且自认为自己的判断力比孩子更强，所以一不小心就会

越线。在最初的时候更有判断力的人要做的事，就是在权衡的环节提供更多的选项，提供更多的判断标准，并且帮助做决策的人分析各种机会成本，在选择的时候确认依据的合理性，在执行的时候对于无条件的支持，需要担当后果的时候，该安慰就安慰，该辅导就辅导。但是最为关键的是要学会逆来选受，谁让你当初那么选择，对吧？人生都是选来的，所有的好和坏都是自己选。其实这里的核心涉及到经济学的第二个基础原则。第一个基础原则就是我们之前说过的物资的稀缺性，由此带来的推论是我们必须进行选择。为什么呢？因为物资是稀缺的。于是第二个基础原则就是所有的选择都有机会成本，物质稀缺是经济学的第一个基础原则。第二个基础原则就是所有的选择都有机会成本，或者说所有的选择成本其实都是机会成本。

第二，关于机会成本的理解越早开始越好。然后我们就学会了人生最重要的态度之一什么呢？就是不抱怨不后悔。反正人生要经历无数次选择，每次选择都有吃亏的地方，总结经验，下次决策的时候进行改进就好了。你现在是大人，所以你自己的事要自己决定，并且你要自己承担后果。这句话非常非常重要，越早开始向孩子输出越好。其实我告诉你，不夸张的讲会超出你的想象的，3岁的时候你就可以对孩子讲出，甚至再早一点点也没有关系，对吧，我再重复一遍，你现在是大人，自己的事自己定，自己承担后果。当然还有下句话，下句话就是：**要是不知道该怎么判断的话，那我们来一起琢磨琢磨。**

如果遇到孩子没资格做决策的事情。比如说生个小弟弟或生个小妹妹，就不要让他做决策，虽然可以告诉他，甚至会不可避免地让他旁听，旁观权衡、选择、执行和担当的过程。最重要的是，万一在他们不自量力非要参与决策的时候，给他们讲清楚为什么他们不应该在这件事上做决策。开始就尽早的告诉他们决策原则，就是上面提到的那三个决策原则。于是他们在做决策的时候，对判断力本身就有了判断力，你想对判断力本身就有了判断力，这是不是太重要了？这三个原则对整个家庭的组织结构也是影响巨大的。

人们通常情况下并不把自己的家庭理解为一个需要治理的组织对吧，就算少数家庭意识到了治理的必要性，也不过是使用最为直观最原始的制度，家长制。家里总要有个说了算的人，并且常常是有且只有一个说了算的人。这样事实上没有原则的组织机构只是结构，随着时间的推移，都有很多不良症状出现，家长的判断力可能不够用。这个决策者大多数情况下并

不是执行者，更不是担当者。别说决策质量，干脆就是混乱。错误一个接一个的发生，到最后盘根错节，到时候谁都没办法，谁都焦虑，谁都无可奈何。然后大家都不情愿，但没办法，无奈共同承担一个最坏的结果，于是到最终只能相互发牢骚，相互抱怨，甚至相互怨恨。

除了刚刚提到的三个原则之外，还有两条纪律要遵守。**第一条：绝对不做承担不了后果的决策。第二条：无论发生怎样坏的结果，家人之间要互相支持。**绝对不做承担不了后果的决策，这是条铁律，也是可以养成的习惯。对于这个习惯的养成需要很多的输入。那最佳的输入是什么？是通过观察别人犯错。之前提到的，人人都在阅读法院案例，就是通过观察他人出错，进行自我学习、自我改进的例子。而日常生活中也随处可见人们做出自己承担不了后果的决策的例子，随时可以拿来作为案例分析，无非总结和学习，然后拿来进行自我判断的依据。再进一步就是无论你怎么小心，无论你怎么认真，总会遇到不好的结果。正如之前我们讨论无解困境一样，意外也是无解困境之一。这样的时候家人和路人是不一样的。因为家人中的每一个个体都处在一个由血缘关系和爱维系在一起的组织当中，除了家庭之外，没有任何组织是这样的。所以这样的時候家人之间首先要相互支持，共度难关。在问题出现的时候，追责不是没有意义，但是即便是追责也是为了总结经验，获取教训，以便获得进步。惩戒，只是手段绝对不是目的，任何时候都是一样的。出现问题的时候先解决问题再说，我再重复一遍，出现任何问题的時候都是一样的，先解决问题再说，这问题不解决就没有了下次做出更好决策的机会。必要的话即便是追究责任，这样也是要明白，追究责任是为了下次决策的时候做出更高质量的权衡、选择、执行和担当，**追责本身绝对不是目的**。

我们已经有了这样的观念，我们要直面困境。我们知道这世界有无解困境，虽然到最后，问题总是源源不断，所以你就明白，人生就是解决一个又一个的问题的过程，并且总有一些问题永远解决不了。同样道理，坏人坏事总是要不断遇到，并且永远可能遇到，遇到的时候把他们解决好，然后继续过好我们的日子，是每个家庭成员追求幸福的核心。

1.5第五个基础观念叫痴迷改进

很多事情都是值得做一辈子的。除了吃饭睡觉之外，读书、健身、投资、帮朋友、陪家人，请问哪一件不是值得做一辈子，并且一辈子都要做的事

情。顺带说读书、健身、投资、帮朋友、陪家人，是我们定投人生课堂的堂训对吧， slogan，也是我们实际上真正崇尚的主要生活内容。

那有没有什么办法能把那些值得做一辈子的事情，要做一辈子的事情全都抽象成一项呢？当然有。抽象归结起来，我们这一辈子都要做的值得我们做一辈子的，其实只有一件事情，那就是两个字叫改进。改进这个词的同义词其实很多的，比如说改善、改良等等，总之就是通过改正而变得更好。用一句比较流行的话来说，就是总有一天要变成更好的自己，这不就是改进的目标。这个进字也好，善字也好，良字也好，都是更好的意思。但他们都跟在另外一个字的后面叫改，也就是说先得改，然后才能进或者善或者良。为什么呢？这个意思是说，最初的时候总是错的。换句话讲，最初的时候错了才是正常的。最初的时候错了没什么大不了的。

从根本上来看，最近流行的父母崇尚的鼓励教育其实错得离谱。这个不管孩子干什么干成什么样，都夸都拼命地夸，只能夸不能不夸。你说我到底是夸你还是夸你还是使劲夸你。这就是最近一代家长的选择，其实非常可笑。该批评的时候不批评，该批判的时候不批判，只能让孩子失去判断力。我们反复讲判断力的重要性，判断力是最重要、最基本最核心的还记得吗。更为可怕的是，该批评的时候不批评，该批判的时候不批判，那么做甚至会剥夺判断力发展的机会和可能。在我们讲，哪怕相互嘲弄都是正常的。你说在家里不被嘲弄到外面被嘲弄更惨。其实，哪怕是嘲弄也是可以分为善意的和恶意。善意的嘲弄很正常甚至很好的，那是增进友谊的最有效手段之一。善意的嘲弄是需要准备和练习的。我不会说：哎，你怎么搞得这么难看？我会这么说：怎么可能比我小时候搞得还难看。或者是说：哼，这都快赶上我小时候的笨样子了。善意的嘲弄基于两点，一是客观评价，二是更为重要的，就是剔除自我优越感，尤其是得让对方感受得到：自己没有因此获得优越感，这是很重要的。但是你仔细想想看：就这么简单。善意的嘲弄和嘲弄之间没有什么太大的区别。如果没有下一步的话，也就是说善意的嘲弄必须和建设性意见组合起来，才真正有效。跟随着建设性的善意的嘲弄常常是必要的，因为首先必须接受做得不好甚至做错了的这个事实，然后才有改的机会，然后才有所谓的改进、改善或者改良。请记住这个公式一样的原则，**批评 + 建设性意见 才 = 有效**，意见在哪都一样的。如果你提不出建设性意见，那么批评也好，批判也罢，甚至是善意的嘲弄，其实哪一样都不应该存在的。因为那样的意见不仅根本无效，也实际上毫无意义，只能带来坏处。

不懂这个公式的人一辈子都是讨厌鬼。我相信你身边有无数这样的人甚至弄不好你自己也可能就是这样的人。并且你别着急否认，反正我自己承认的，我自己原来有的时候是那样的讨厌鬼，不仅令人讨厌的讨厌鬼，还是格外令人讨厌的讨厌鬼。当然了你来上课了，所以无所谓，因为你知道错了知错就好，因为只要知错就有改进的机会。请问我们所有人不都是这样一路走过来的，也就说我必须承认我也曾经是个讨厌鬼。然后我逐步改进，变得没有那么令人讨厌对吧？到有一天，甚至变得压根就不令人讨厌。请记住，做错了做得不好真的没有关系，反正大家刚开始的时候都是那样的。（徐慢慢心里话：是这样的，没关系。

然后要**百分之一百二的相信一个事实**，就是凡事一定有改进的方法，请允许我重复一万遍，**无论是什么凡事一定都改进的方法。**而改进的方法通常隐藏在重复做的过程当中，大多数事情都一样的，做得多做得久就好了。并且如果肯仔细观察，仔细体会的话，你就会发现很多关键的细节的确难以描述。这也是为什么那个道理被反复引用：人们说很多东西书本里你学不到的。那是，刚才我们讲的就是这样的，那些东西都难以描述了，怎么可能被描述在书本里呢？所以只能靠反复重复去体会。一旦改进或者是改善、改良发生。那另外一个事实就浮现了，就是滞后的自己比之前的自己更好。现实当中发现说，人们常常可以被划分为两种人格，一种人格叫进取型人格，一种叫固守型人格。

固守型人格通常在做比较的时候，是拿自己的现状和他人的现状做比较的。一旦他们发现自己的现状不如他人的现状，就会非常理性地做出以下选择。既然不如人家，那就算了不做了。而进取型人格也会进行比较。但他们比较是基于之前自己和之后的自己，所以他们总是可以体会到改进之后带来的快乐。然后又因此自然而然地期待将来更多改进之后的自己。于是主动、自信，自驱力都自动来了。也就是说进取型人格就好像一片肥沃的土壤，在它上面可以长出很多好东西。而固守型人格就好像是一片贫瘠的土壤，在那上面啥都长不出来。所以家里的家庭里的每个成员都应该选择成为进取型人格。注意这是可以自己选的，它不是天生的，如何才能做到呢？很简单，前面其实已经讲过了，就是养成个观念就好了，就是对改进上瘾。所以我们说这个观念叫痴迷改进对吧，你要对改进上瘾的。在改进的过程中，包含着所有学习所需要的重要环节和常见思考工具。你看试错这个东西已经完成了，主动性必须已经拥有了，调查研究是必须要做的，那做记录是自然而然的，那注意力集中是不由自主的，那意外惊喜和收获时常出现，百思不得其解，也是非常常见，很久不见任何进展之后突

飞猛讲其实一点都不奇怪，这些经验都是可以被积累的，可以被反复使用的。

人们总以为或者是误以为兴趣是最好的老师。其实早在十年前，把事情当做朋友。那本书里我就分享过这个观察，人们常常并不是因为有兴趣而做得好，而是因为做得好才有兴趣。逻辑真的很重要。逻辑差的人干啥都干不好的原因在于说无论他们遇到什么问题，都不可能琢磨出正确的答案。为什么呢？他们判断力没有，于是吃一辈子亏也不知道问题在哪里。如果一个人从一开始就对改进痴迷的话，那么他学啥都有兴趣，因为无论干什么都会遇到改进的机会，都能享受到改进的乐趣。遇到问题无法解决，遇到瓶颈无法突破就是无法改进。事实上，无法改进才是中途放弃的根本原因。最重要的是在改进的过程当中，积累是必然的过程和结果。那我们反复强调过，一切都靠积累，这财富靠积累，这技能靠积累，你的实力靠积累，友谊靠积累，亲情靠积累，信誉靠积累。你想，连人品都靠积累。积累是一切重要事物的放大器，积累是最重要习惯没有之一，积累的人一直在积累。可惜绝大多数人终生都没有积累，只因为他们从小就没有养成积累的习惯，也没有体会到过积累的好处。反过来，对改进上瘾的人，你不需要刻意的总是会不由自主地积累。**因为改进本身就是积累。**积累的结果之一，就是自然而然地养成长期观念。时间的推移，在没有积累的人身上只留下了岁月的痕迹。但有积累的人身上，这岁月的痕迹是最为不足道的。积累不断累积并且会产生复利效应。在定投改变命运中我们看到的是复利效应是在财富方面、投资层面上我们所追求的效应。没有复利效应，我们就没有办法突破财务的束缚，没有办法在经济上、财富上自由。然而事实上复利效应无所不在的，你读书读多了自然就越读越快，你写字写多了自然就越写越好。你长期持续锻炼不仅是身体好，更重要的事。因为体力强壮，精力旺盛，所以工作时间相对可以更长，工作效率可以相对更高，尤其是你会变得有更多的时间可用在积累的效果之上。所以体力带来的智力变化其实难以估量。

对于**长期**的理解几乎是人与人之间最本质的区别。人与其它动物最不一样的地方在于说人类不仅可以相互沟通，还可以使用语言进行相对无比复杂的沟通，更重要的是还可以使用文字跨地域、跨时间甚至跨种族地沟通。语言文字存在与否决定了另外一件事情就是知识散播、知识储备的时间长度。别说个体了，就算是人类整体在理解知识、总结经验、自我改进的时候，所需要的时间远远超出一般人想象。你看经济学家们整天叨叨的说，个体自私的决策可能带来集体的好处，又或者说贸易自由是经济发展的基

础。这其中的哪一个不是提出了上百年，这到今天依然没有被各国政府 100% 尊重。你看知识的传播，知识的积累它就是很耗时间的。同样的道理。人在一生当中所见所闻、所学所思越是重要，越不是药到病除的，总是需要很长时间的实践，很长时间的历练，很长时间的磕磕碰碰，最后才能像酿酒一样得到成品。这就是为什么学校里的教育看起来那么丰富，却总是最终那么没用。因为正如之前我们提到过的，这学校里的教育在最关键的地方总是失败，把学生关在校园里十几年，每年收那么多钱，却竟然 99.99% 的人 完全不具备任何长期观念。很多父母不惜花重金甚至不惜搭上自己的时间，就是自己生命中当中的好大的一部分，带着孩子上这个补习班，报那个兴趣班。可结果到了小学四年级之后，也就是小朋友十一二岁之后就再也不在朋友圈里晒娃了。为什么？因为到那个时候，早期过分投入的家长们都多多少少的意识到了，多多少少的清醒过来了，"发现"自己的孩子正在义无反顾地走在通往平庸的路上。你说要怎么说那些家长才能明白过来呢？所谓的天分或许有点重要，但远不如由痴迷于改进而逐步养成的长期观念更重要。他们非常的重视前者，而对后者一无所知，这就是他们这一生成功的根本原因。这逼着孩子学这个学那个当然没有用的。但如果你竟然有办法能帮他们做出一些改进，哪怕是很细微的改进，请一次机会都不要错过。更为重要的是你自己就应该痴迷于改进不是吗？所以痴迷于改进是最重要的基本观念之一。

1.6第六个概念是健康第一。

调查表明，大约只有 1/5 不到的家长真正重视子女的体能训练。究其原因，大体上应该是脑力比体力更有价值，这个观念已经深入人心的缘故。然而这是格外肤浅的理解带来的错误决策。

首先，体力多少会限制脑力的，一个人是否精力旺盛，决定了一个人是否能够在任何有意义的事情上倾注足够多的时间和精力。而在一件事情上倾注的时间精力越多，那件事就做得越好。研究表明，注意力集中的能力也天然与一个人的体能有关。我们常常听说有些人四肢发达但头脑简单或者另外一些人体弱多病却成就悲凡。然而请注意这绝对不是普遍规律，真正普遍的规律是四肢发达的人更可能成就非凡。

另外一个重要考虑因素是体力的提高与发展的极限是很年轻的时候就发生且完成的事情。而脑力的提高与发展是终生且无止境的事情。20 岁之前培

养的体能可能用来一辈子支持脑力的发展。体能维护成本其实很低的，只需要每天运动 15 分钟左右到一个小时之间。并且由于小时候养成的习惯，这点运动量毫无负担的。但是如果小时候没有养成习惯，这点运动量会成为一生的负担。也就说如果小时候没有养成运动的习惯，那么终生都会因此吃亏。就算是后来意识到运动的重要性，也会一不小心就中断、断裂。你到健身房里看一看就知道，这个缴费人群中，通常中年人占比更高，但是他们也是去的最少的。就到了中年必然会意识到锻炼的重要性，但钱又不是最重要的因素，在那个时候，于是连钱都不能够约束他。

在运动种类中最简单、最有效、成本最低且最安全且最值得终生坚持的就是跑步，每天半小时到一小时的跑步几乎能解决一切问题。从小就要跑越小开始越好。小朋友和大人不一样的地方在于说，小朋友跑上一年就能接下来跑上一辈子。从小就有一个一做就是做一辈子的事情，实在是太宝贵的人生经验了。这值得一提的时候，跑步是最锻炼肺活量的，而肺活量其实是一个人的否足够健康的最重要指标之一。如果有时间、有精力、有机会，我建议所有人都学一学搏击术，尤其是女孩子，强调这个，尤其是女孩子，有能力保护自己非常重要。终其一生人总会遇到需要保护自己的时候，也总是会遇到需要保护别人的时候，只要有健康的身体，学一学搏击术并不难，什么拳击啊跆拳道都可以的，随便哪一种练一练总比没有练过强一万倍。而值得推荐的是巴西柔术。巴西柔术这个是目前已知的肉搏术当中最靠谱的一种技术。尤其要注意的是，不要受所谓传统文化影响，认为女生羸弱一点没有关系，这是大错特错。女生一样要健康，女生一样要有好的体力，这对他们将来的学习、工作、生活尤其生育都只有好处，没有坏处。喜欢羸弱女人的男人都是男权主义的病态。并且实际上不懂得家庭教育的核心本质，实际上他们的喜好也是错误家庭教育的结果而已。事实上女生更应该注重体能训练，因为他们将在一个事实上的男权社会生活一辈子，真正意义上的尊重女权，男女平等，等着吧，不知道多少年之后，反正现在不是，反正这一代的下一代的社会依然不是。

长期持续运动是一方面，另外一方面就是饮食结构，我不建议各位相信中国文化里的关于养生手段什么，基本上都不靠谱。至于各种什么大补的食物：蜂王浆、虫草、燕窝、山药等等，以及各种乱七八糟千奇百怪的民间大补食谱，例如什么小公鸡汤、海马汤、什么田七、党三四不汤之类的，都是最好别碰的东西。这些东西的所有好处都只是民间传说，反正没有任何科学依据。专门提一个重点的例子：茶。我们其实并不知道喝茶特别不好，有两点要格外提醒：首先中国人是地球上所有国家里胃癌患病率最

高的，研究调查的结果是什么呢？就之所以这个地方的人胃癌患病率最高，是因为中国人喜欢喝热水。注意不是温水是热水甚至是开水。而喝热水的主要场景就是喝茶。另外一个，你再想想看，这茶是碱性的，对胃非常不好。就你看看你家的茶具，用一段时间就有茶垢的，你觉得你喝到胃里的茶就没有茶垢吗？那个胃里的茶垢，胃能受得了吗？太可怕了。其实中国人原本也不是非要喝热水的，这个喝热水，只不过是最近几十年的新习惯。这个新中国成立之后，有一段时间医生奇缺，然后又是闹饥荒，又是闹流行病什么的。那流行病里比如说有血吸虫病，这都是当时公共设施不完善以及医疗资质资源不够造成的。于是有一段时间人们不敢喝生水，这个血吸虫病流行的日子里，人们必须将水烧开了才敢喝。从此之后，那个暖壶就应运而生，从此生生不息，暖壶这个东西只在中国有卖。

好了，我们再接着说。就成长期的孩子饮食结构应该注意什么呢？就是有两点最重要的，你注意了就足够了。第一是多吃动物蛋白而非植物蛋白？。第二是尽量降低糖的摄入量。很多人不知道一个事实，就是这个中国人的平均身高在 15 岁之前，可能是比 15 岁前的欧洲人更高的。比较遗憾的是，这个中国的孩子在 15 岁前后就开始长得慢了，一般到 17 岁前后就停止长高了，就不再长高了，不再长个了。然而欧洲人就能长到 20 岁甚至 21 岁，就是 21 岁还在长个。你想他们多长好几年。到最后，欧美人的身高比中国人身高平均多出七八厘米，你只要稍微多读一点营养学方面的论文，学术文章注意不是市面上的那些通俗的里面，以讹传讹的内容非常非常的多，你要看一些科学论文，你稍微读一下这个营养学方面的论文。就明白**豆制品影响身高发育？**（类雌激素？雌激素）。豆制品就植物蛋白，大豆蛋白里面有一种特殊的物质叫大豆异黄酮，它的结构等同于雌性激素，进入人体之后，其实发挥作用和雌性激素是一样的。如果孩子从小吃太多的大豆制品，比如说什么豆浆、豆腐、豆奶等等等等。那么这个孩子一般是长不高的，然后比较可怕，中国人的豆油消费量是地球上最高的。

过去，日本人平均身高比中国人还矮，平均矮个三四厘米甚至五六厘米，怎么回事？其实关键原因还是来自于他们的饮食习惯，他们从小就大量地使用纳豆，这个纳豆是什么呢？纳豆是这个发酵过之后的纳豆，然后发酵过的大豆，里面大豆异黄酮的相对含量更高。荷兰人 130 年前的男性的平均身高是 1 米68。那我们看大概 130 年前，我们还是清朝，也有统计的，男性的平均身高是 1 米67，那人家 1 米 68 这边 1 米 67 没什么区别。那现在荷兰的男性平均身高是 1 米84，女性平均身高是 1 米 70 你就明白，差别会很差别很大对吧？差别非常非常大。而且这差别不是存在了 2000 年

的，就是存在这 100 多年。原因就因为就是过去的 100 年前，全球各地的人的饮食结构发生了很大的变化。欧美人在饮食结构当中，动物蛋白的摄入量在不断地提高，因为事物也在发展对吧？然后动物蛋白摄入量是最主要的构成部分。到今天，所以他们的饮食结构变成这样。而东方人这个尤其是中国，植物蛋白占饮食结构当中的更大组成部分。可问题在于说植物蛋白会让骨骺线提前闭合的，尤其是大豆蛋白。而奶制品和牛肉制品啊这种高脂肪高蛋白的组合很有利于延长生长年限，延迟骨骺线的闭合，所以欧美人才能长个，长到 20 岁甚至 21 岁。而东方人饮食结构当中，动物蛋白的摄入量不是主要构成部分，植物蛋白才是主要构成部分。你想，他不管吃啥还放豆油对吧？然后这个植物蛋白有个作用，它会让骨骺线提前闭合的，尤其是这个大豆蛋白。而奶制品和牛肉制品这种高脂肪高动物蛋白的组合，很有利于延长生长年限，延迟骨骺线的闭合。到最后欧美人要多长四年，那整个长到 20 岁甚至 21 岁。这些科学研究并不是封闭的，全世界都在学习。日本人，从上个世纪 70 年代开始，普遍接受了营养学方面的研究成果，开始刻意减少青少年豆制品的摄入量，转而增加奶制品的摄入量。韩国人也是如此的。今年你在日本韩国 80 后 90 后的身高 1 米 8 甚至 1 米 9 以上，其实已经非常常见了。中国又在改革开放之后，也普及过提高奶制品摄入量的饮食结构。我是 1972 年出生，上中小学的时候，学校开始发间就是课间有个零食，其中就是有牛奶的。但是我们这一代人的平均身高没有发生什么太大的变化，这个估计是跟中国的食品质量，你懂的，有关系对吧？那牛奶喝了好几年，你压根没起什么作用。好了，刚才一个重点是什么呢？就是你要孩子在成长期当中要提高这个饮食结构当中提高这个动物蛋白的占比。然后豆制品少吃。

然后第二个重点是什么呢？第二重点就是降低糖的摄入量。这个糖进入体内会引起血糖升高，进而诱发胰岛素分泌。而体内的胰岛素增加会强烈抑制生长激素的分泌。不仅如此，糖是人发胖的主要因素，体重虚高也是抑制骨骼发育、身体长高的重要因素。反正糖这个东西就没啥好处，除了使人上瘾之外，就没什么好处。大家可能还记得在计划经济时代，烟酒糖茶是放在一块卖的。烟酒糖茶，为什么？你想想就明白了，因为它们都是令人上瘾的故事。然后都不是啥好东西。但是非常遗憾的是，亚洲人的糖的摄入量就是非常高的。为什么呢？因为他们的饮食结构当中主食是米饭面条各种粥。亚洲人和欧洲人的饮食结构里最不一样的地方除了豆制品之外，还有个就是亚洲人是吃精米精面的。所以亚洲人糖尿病并发率比欧洲人高出很多，精米非常好吃，那当然了，甜，但实际上缺少了很多的营

养。比如缺维生素 B1 也叫硫烷素，这个精米食用量高的另外一个结果就是蛋白摄入量相对降低对吧？就精米使用量提高的另外一个结果就是蛋白摄入量会相对降低。历史上亚洲人是在这方面吃亏，其中日本人在这方面吃过最大的亏，就是前 54 年就是相当于公元前 676 年武天皇颁布了肉食禁食令，这个内容就大概是 4 月初到 9 月底不能吃肉，管它是牛肉马肉狗肉鸡肉，都不能吃。然后日本人还有一定的这个偏执对吧？到最后的結果是什么呢？就是日本贵族居然直接放弃了一切四脚兽类的肉，他们就算吃也只吃鸡肉，到最后他们干脆开始只吃鱼，这吃鱼就半素食对吧，只有穷人才吃低贱的肉。就演变到后来，日本的士兵们也不怎么吃肉，一般只吃大米和咸菜。现在回头看，这直接导致了历史上日本人身高极矮的结果。对吧？在中国，我们历史上叫倭寇对吧矮。在江户时代德川第五代大将军德川当即的身高只有一米四二，你知道吗？只有 1 米 42，越是贵族越是矮小，因为贵族是不吃肉的，只有贱民才不得不吃肉。然后与此同时，这个精米的制造工艺却越来越精湛，并且精米越来越贵。再后来就有一种病在皇族成员当中先流行起来，肯定不是近亲结婚导致的遗传病，也不是传染病，他染这个病的人越来越多。什么病呢？这个病叫脚气，这个脚气不是我们现在说的香港脚，不是现在说的那种因为感染了真菌，而发痒的那个脚气；过去那个脚气是什么呢？就是患者刚开始就是感到疲倦，然后下身软弱，全身没有力气，然后开始抽搐呕吐，后来无论怎么调养情况都不会见到好转了。随后他们的脚开始溃烂肿大，走起路来非常的难受，浑身疼，直冒冷汗。再后来病情会更严重，到最后他们会变得口齿不清，失去触觉。然后肌肉瘫痪，严重的直接就是卧床不起了，然后会导致就虚弱到无法进食，然后直至死亡。当时比较奇怪的是什么呢？这种怪病跟痛风一样，偏爱缠上有钱有势的人，尤其是住在城里的人，而穷苦的百姓几乎不会染这种怪病的。那时候就是这种日本脚气。又被取名为江户病，江户就是当时日本最繁华的地带，又有钱又是势容易得这个病，所以它也叫江户病，好多这个名人名将都是得这个病死的，比如说日本的第 115 代天王，比如说江户幕府的第 13 代德川家的第 14 代等等都是因为这个病被折磨死的。然后比较大规模的是什么呢？就是仅在 1878 年到 1892 年间，这个日本海军每年就有 1/3 应征入武的水兵因为这个病而病倒。后来是一个叫做高木的日本军医。发现了解决方案，就是在饮食当中增加大麦和肉类的摄入量，然后就治愈了，就没有这个病了。就在饮食结构当中加入大麦和肉类的摄入量，就没有这个病了。对此有贡献的还有个荷兰医生在印尼的爪哇岛，在荷兰的一个殖民地，他发现吃精米饲料的鸡也会得脚气，就是刚才我们说的那种脚气。而吃糙米饲料的鸡就不会。所以你看这个饮食结构

影响实在是太吓人了。所以就大量食用精米精面。其实是长期来看对身体非常非常不好的对吧，于是多吃肉这对身体是有极大帮助的。当然这个观念在中国可能也有很多不同的声音。但是我们在这里只是分享一些科学依据。然后到最后因为判断力很重要，你自己判断的对吧。但是我们简单地说，就是低碳水饮食就是正确的，你不能完全没有碳水。但低碳水饮食一定是正确的。然后如果你就是喜欢只吃精米精面一定要补充维生素，至少现在补充维生素很便宜的。这个比如说有个产品叫善存，可以补充维生素B族对吧，所以你是特别喜欢吃精米精面的人，那么你就一定要补充维生素，这个是很重要的一件事情。

总结一下，今天其实我们跟大家讲健康第一，一共就两方面，一个是建立运动习惯。第二个是改良改善饮食结构。而改善饮食结构当中一共就两个重点，一个是提高动物蛋白的摄入量对吧？第二个是什么呢？降低糖的摄入量，就这几点做好了。大体上，长期来看一个人的健康就是更有优势的。

2.why

第一部分我们讲了六个基础观念，这六个基础观念并不是随意罗列的。其实首先要考虑家庭教育的核心关键在哪里，而后再用一种简单和系统的方法去分析、去思考、去评测，进而得到那六个基础观念。如果说第一部分我们讲的是什么的话，就是what。第二部分我们主要讲的是 why 就是为什么。第二部分的第一节我们先讲

2.1为什么判断力最重要？

人们经常说，尤其是上一点岁数的人，更是经常慨叹的，说选择决定命运或者说选择比努力更重要。这其实是大量观察与实践之后得到的结论。类似的箴言呢数不胜数。比如女怕嫁错郎，男怕入错行，其实这也是在慨叹选择的重要性。那究竟是什么在决定选择呢？换言之，在我们承认选择很重要甚至比努力更重要的基础上，我们仍然要继续发问究竟有没有什么比选择更重要的？如果没有的话，那么就是选择最重要。如果将来有的话，弄不好，最重要的就是那个东西。什么更重要？是个好问题，它总是会让我们找到更为关键甚至最为关键的依据。这个问题的优质答案常常会成为优质判断的优质依据。这个问题甩出来之后，很多时候答案好像完全是因为这个问题的存在而突然浮现一样。你看当我们问有没有什么比选择更为重要的时候，这个答案呢其实几乎是呼之欲出的，那就是判断力更重要。因为所有的优质选择都是基于良好判断力的。判断力是一切选择与决策的基础。错误的判断力，不良的判断力甚至是缺乏判断力，会直接导致一个人在任何重要决策上出现各式各样的失败。最终一个人的成就也好，生活质量也罢，全部归结于此人的判断力强弱，于是我们就意识到了，一切有效的教育其实都应该是有助于提升判断力的。反过来如果有什么教育竟然对提升一个人的判断力没有帮助。那么那个所谓的教育就是无价值的，除了徒劳和浪费之外毫无意义。

在计算机领域里，可以找到一个类比格外的准确且又生动，这个计算机程序之所以很智能，核心就在于它不仅可以根据部就班，不知疲倦地完成任任务，还可以根据不同的情况执行不同的任务。这里针对任务这个词提到了三个动作，分别是按部就班，其次是不知疲倦，最后一个是根据不同情

况。这三个动作其实分别对应结构化编程理论的三个要素，这三个要素分别是**顺序、循环、分支**，这个叫结构化编程理论 skt 是出自 1966 年的一篇文章，你知道吗？这篇论文事实上真的非常重要，非常神奇。因为这篇论文论证了一个事实，从数学角度去论证了一个事实，也就说只需要这三个要素就能写出天下所有的程序。或者你反过来讲，天下所有的程序无论多复杂，无论功能多么强大，都是由这三个要素构成的，并且都是由且只由这三个要素构成的。这篇论文对普通人的启示是什么呢？就是天下所有问题的解决方案，事实上也都是由且只由这三个要素构成。然后人也一样，只要你会这三样东西，你就能干一切事情。首先你会按部就班做事，然后你不知疲倦，最后你竟然会根据不同情况执行不同任务，那就能干天下所有的事情。计算机之所以智能，就是因为它可以理解并完成含有分支结构的程序，即可以根据不同的情况执行不同任务。你看跟人一样，对计算机来说，同样最重要的是判断力。

判断本身并不难，在计算机科学里用小学生都能理解的逻辑概述或称布尔运算即可以完成。判断之所以难，难就难在判断依据上，判断依据是否足够完整决定了判断质量。我随便举个例子，请尝试思考并回答以下每位家长都事实上非常关心的问题。这个问题就是名校真的重要吗？我甚至都没有问，名校真的很重要吗？你看回答这个问题显然是需要判断力的。不仅如此事实上需要很强的判断力。然而绝大多数父母在这件事上都挺想当然的，倾向于认为废话当然重要对吧，或者即便是辩证的有一些想法，但是也不确定。那现在我们就问真的吗？首先我们不能用孤例，就是单独的并不常见的例子去回答这个问题。比如说李笑来就不能因为自己不是名校毕业，但最终生活得还不错，就拿自己做例子去证明，其实名校根本不重要，不能这样。经济学家塔斯特尔和艾伦克鲁格在 2011 年的时候，用了一个相当聪明的方法做了一项研究，认真回答了这个问题，共享了他们的判断力。当然了也分享了他们的判断依据，他们收集了两组学生的数据进行比较，然后再去得出结论。这第一组数据是被名校（大学？）录取了并接受了该名校系统教育的学生。而另外一组是被名校录取了之后却没有去读名校的学生。这两组数据相同的变量是这两组学生同样优秀。而控制变量也就是区别在于他们是否接受了名校的教务。这个这项研究真正聪明的地方就在这一点，他用这种方法找到了两组数据，然后进行比较。然后接下来的比较过程虽然繁琐，但实际上并不艰难，甚至可能有点简单。结果很明确，这两组学生的平均收入基本上没有什么实质性的差异。许多年之后，也就是说名校的作用在他们的身上产生了差异，几近于零。最后这两位教

授总结说，请明白你自己的动机、雄心和才能，决定你的成功，而不是你毕业证书上的大学名称。另外他们也指出另外一个事实，就是一个好学生几乎可以在任何地方获得良好的教育。你看判断本身并不难。想出判断方法，找出判断依据是门学问。当然这也是我们终生要磨练的技能。另外一个更为微妙、更为隐蔽的难点在于你作为家长，即便是拥有良好的阅读能力以及理解能力，通过阅读这篇论文或者听说这篇论文之后，当场你或许会点点头。几分钟之后，当你回到家里看到自己孩子的时候，你会发现你自己并没有真正的勇气应用这个极度优雅、极度漂亮的研究方法研究出来的结论。无论如何，你还是希望自己的孩子去读个名校。毫无疑问，已经为人父母的你判断力依然很差。在此之前，你可能没有意识到判断本身并不是判断力的全部，因为优质判断还需要勇气去执行了。

在第一部分当中，我们讲到六个基础观念，尊重产权、崇尚生产、直面困境、决策担当、痴迷改进、健康第一。其实这里面无论其中的哪一个，都不是你所常见的家庭教育课程里所强调的重点。其中有那么一两个可能也被其他课程所强调，但其背后的原因和理论基础都是不一样的。彻头彻尾的不同，这六个基础观念其实都是源自于同一个问题的，经过这同一个问题的反复拷问而后得到的结论。什么问题呀？就是什么更重要。你想为什么要从尊重产权开始讲起呢？因为在人的一生之中，最重要的能力就是自给自足的能力。所有人都一样，从一出生就是消费动物，至死都是消费动物，而人类的后代包括你我的后代也是一样的，还是消费动物，一个时时刻刻都在消费的个体，如何才能为自己的消费负责呢？到最后都是一样的，人们所面对的绝大多数生活问题，的确都源自于无法满足自己的必要消费，或者更多无穷无尽的消费欲望，仅此而已。没有什么比自给自足更重要的。其他的一切，什么理想、幸福、境界、什么个人成就感呐、社会责任感呐等等等等，其实都要建立在自给自足的基础上。又比如你仔细看看这里面为什么竟然没有包括终生学习、终生成长，一切都靠积累、长期观念之类的东西。我们一直强调他们很重要。其实你仔细想想就明白了，痴迷改进是更重要更基础更核心的原则。你想一个痴迷改进的人怎么可能不终生学习呢？一个痴迷改进的人怎么可能不终生成长呢？每一次的改进都是积累，从一开始就不断积累的人如何缺乏长期观念呢？所以你看，痴迷改进其实也是同一个问题，就是那个问题什么更重要？这个问题反复问反复问到最后找到的最重要的东西。再比如你可能会惊讶于，在这六个最重要的基础观念里，我竟然没有把你以为格外重要的**安全**放进去。再一次，这同样也是反复问什么更重要带来的结果。我们不是说安全不重要，

而是说有比安全更重要的东西，你想想看就知道了。能够直面困境的人，那就是知道这世界有永恒不可解决问题的人，叫无解困境。那他们怎么可能在做事的时候不考虑意外发生呢？懂得决策担当的人如何不考虑执行过程当中的风险呢？事实上，每一次承担责任都是对应风险的演练。终生都奉行健康第一的人是不是很自然地避开了很多风险呢？话说回来，第一部分里的每一个基础观念都是判断力最重要的实例论证，就提高判断力是终生教育的最核心内容。这一辈子学任何东西都有一个辅助目的，那就是继续以此提升自己的判断力。也就是说痴迷于改进的我们当然要痴迷于改进我们自己的判断力，因为他最重要。然而你也看到了，对于提升自己的判断力，最重要的竟然只是一个小程序。这个问题就是什么更重要。这个问题是你和你的配偶、你的子女、你的父母都应该整天都在思考，有空就在讨论，有机会就要论证。经常要总结的最重要的话题。别看只有这一句话而已，别看只有这五个字而已。它其实就是任何人的判断力的引擎，它就是会不断推动判断力的发展。

2.2发展论者更重要

你听说过康威生命游戏吗？这个游戏又被称为康威生命棋，是英国数学家约翰-何顿-康威在上个世纪 70 年代发明的细胞自动机。最初于 1970 年 10 月份发表在科学美国人杂志上。大家点开这个图片（[wikipedia:Conway's Game of Life](#)），就能看到个动画。这个游戏是在一个二维巨型世界里，用每个方格去模拟一个细胞的状态，这个细胞要么是活着的，要么是死着的。那具体规则怎样的话，我在这里就不讲了。大家可以在这个链接上去看，人家说的比谁都清楚。反正结果就是一个只有一些格外简单规则的游戏，最终会演化出无比复杂令人眼花缭乱的结果。刚开始的时候，那些细胞看起来没有什么规律，然后看起来生死是随机的，但是随着反复的迭代（注意迭代这个词我们后面会深入讲解）有些模式就出现了，比如上面那个 GIF 图片里，就是康威生命游戏中一种可持续繁衍的模式，叫高帕斯机枪；然后它像一个高帕斯机枪，但是与此同时不停地'制造'什么呢？就是看起来像是滑翔机的东西。今天你打开一下 Google 去搜索 game of life 你就可以在浏览器页面右侧看到一个计算机模拟的康威生命游戏。然后它会一步一步迭代，会让你看到很多种变体。这是一个非常令人痴迷的小游戏，大家也可以在网上多找找。这个小游戏是目前一个叫做复杂性科学，就是 science of complexity 这个领域里频繁被引用的一个数学案例，它用来向人们展示发展的核心本质就是：复杂的结果并不一定需要复杂的设计，很多

复杂的结果更可能源自于简单的规则反复迭代，而不是复杂的设计。另外一个细胞自动机的例子是：兰顿蚂蚁（wikipedia:Langton's ant），它也其实只有两个规则。同样，我会给你个链接，你到链接上去看，这是很神奇的。如果从一个全白的背景，在一开始的数百步，这个蚂蚁留下的路线会出现很多对称或者重复的形状，看起来是类似混沌的随机，但其实它是个假随机，看起来是随机，实际上并不是。然后蚂蚁行进了差不多 1 万步之后会出现，以 104 步为周期，无限重复的高速公路朝固定的方向移动。在目前试过的所有起始状态，蚂蚁的路线最终都会变成高速公路。但是目前尚且无法证明这是无论任何起始状态都会导致的必然结果。还有另外一本书叫 growing artificial societies: social science from bottom up (1996) 有能力的同学可以去读一下原版，中文版我也没有找到。这本小说很有趣，也是讲复杂科学的。然后仅用一些格外简单的规则就模拟了社会的发展与演化。所以它叫人工模拟社会。这几个极为简单的规则在几万次迭代以内就能看到这个社会里出现了交换，出现了借贷，甚至出现了有中介的金融机构等等，真的非常的神奇。

整个这些我提到的都是复杂性科学领域当中的重点例子。那整个复杂性科学领域的调查研究，都向我们传递一个事实，简单而确定的事实就是发展的潜力是无限的，发展的潜力是无限的。那与之相对的，设计的潜力事实上是有限的。反过来，当我们需要一个复杂系统的时候，最佳实践可能不是去着手设计整个复杂系统，事实上不是可能不是，而是压根就不应该是，因为我们的能力有限，所以我们根本无法设计出并制造出完美的或者即便不完美但极为复杂的系统，我们做不到。如果一定要设计，那要设计的不是整个系统，而是驱动发展的基础规则，也可以被称之为算法。而后任其无限迭代持续发展，然后它会最终发展出来的复杂系统，甚至不是我们人为可以理解的，也不是我们最初可以想象的到的。你想象一下大自然就是一个复杂系统，它已经被证明为是发展出来的，而不是设计出来的。事实上这也是复杂性科学领域得出的最重要结论之一。这里给大家说一段议事。就是当年改革开放的时候，邓小平于 1992 年南方谈话当中有一句箴言，叫发展是硬道理。这句话曾经被广告牌放在全国各大城市的路边。这句话在国内实际上并没有被人们真正理解。其实这句话背后是邓小平同志对复杂性科学领域的深入理解。这点呢民众们并没有想到。到今天复杂性科学在中国的普通民众脑海里是一个并不存在的概念。这个复杂性科学的开端源自于 1984 年美国新墨西哥州有个叫圣达菲研究院的创建，1980 年出版的第三次浪潮的作者托夫勒也是复杂性科学的牛顿。这个第三次浪潮

1983 年在中国内部发行，然后那个时候有个词叫内部发行，就这个书印出来不是卖给老百姓的，是一些高官才能看到的或者说政府部门的人才能看到叫内部发行。第三次浪潮，1983 年在中国是内部发行。然后邓小平同学也是这本书的忠实读者。到了 1984 年，这本书公开发行，当时局级以上的干部人手一本。然后这个若干年后 1992 年邓小平同学南巡的时候，讲话就提出了发展是硬道理。到今天，中国的媒体也从来没有把这句话与复杂性科学背后的关联联系在一起。但事实上，这的确是邓小平同学这个深入学习当时最为先进的一个领域得到的启示。

那复杂性科学究竟是什么？并不是我们这里要讨论的话题，我们只是需要从这个领域里获得我们需要的启发，我们需要从这个领域里获得的启发其实很简单，就是复杂系统有两种生成方式，一种是设计一个复杂系统，另外一个发展出一个复杂系统。这长期来看发展优于设计。长期来看设计不仅有局限，甚至干脆就不可能。这些跟我们正在讨论的家庭教育有什么关系呢？你仔细想想，其实关系太大，这涉及到我们几乎最根本的选择之一，**就是在家庭教育这件事情上，我们到底应该做一个设计者，还是做一个发展者呢？**或者说我们应该做一个设计论者，还是做一个发展论者呢？在我们开始讨论并且深入思考这个问题之前，我猜你是一个设计论者，为什么呢？因为大多数人天然是个设计论者，你仔细想想，对于家庭教育，绝大多数家长万分之 9999 都是设计论者，而非发展论者。这父母们总是先靠自己预设一个目标，然后一切的行为都是为了追求这个人为设计的目标而努力的。结果就是每个人都希望自己最终成功，到最后几乎没有人不失败不示弱。我们的教育无处不在无所不是设计论者留下来的痕迹。比如最普遍的例子就是人们习惯于从小就教育孩子，树立远大理想。无论是父母还是老师，无论是家里还是社会上都是如此。当一个小孩子大声宣布我要成为一名科学家的时候，如果你是父母，你一定会自豪。如果你不是那孩子的父母，大概率你可能只是笑一笑，因为你知道结果几乎肯定不是那样。这样的例子其实无所不在。2022 年冬奥会就火了一个人叫谷爱凌，然后滑雪培训就火了。2022 年年初，上海有个青少年冰雪冬令营，参与家庭来自于上海徐汇区，报名费用是 7 万元人民币左右，但几小时之内就爆满。你猜这些父母，更可能是设计论者还是更可能是发展论者。毫无疑问，他们更可能是设计论者。设计论者看重的是目标，发展论者看重的是方向，实现目标和持续发展有很多细微但至关重要的区别。你看目标适用于短期，方向是适用于长期；目标适用于设计，方向适用于发展。然后实现目标在于执行，你看持续发展是靠基础；实现目标更多看重步骤，持

续发展重视选择；这是这个目标和方向的区别，同时也是设计和发展的不同。当我们制定目标，实现目标的过程不可能是无限长的，你想要懂得直面困境的，我们早就知道意外必然存在。所以实现过程拉得越长，计划就越不靠谱，目标就越不现实。所以短期目标才是合理的。长期不能靠设计目标的；要靠什么？要靠发展的选择方向进行发展。发展的核心在于就好像我们之前提到的生命游戏和人工模拟社会一样，重点是首先要有基础规则设定，而后是无限迭代，然后久而久之就会发展演化出一个很久之前完全不可能想象的复杂结果。也许 20 多岁初为父母的你还不能明白，但是你到了 50 岁，你就会恍然大悟的，别说你的子女了，你这一辈子做了太多你无法想象到的事情。就是在此之前你无法想象到的事情，同样那些你所谓儿时的梦想在多年时光展开的过程当中，你早就经历了，知道他是如何被证明为荒唐不禁的。我自己就是这样的，我相信我不是一个特殊的案例。我 28 岁的时候惊讶于自己竟然做了一名英语老师，这在之前是有不可能想象的。38 岁的时候惊讶于自己无论如何攒不足 100 万美元，这同样是在之前想象不到的。以前我一直认为我赚钱会很快。48 岁的时候惊讶于自己竟然已经在投资领域里获得了难以想象的成绩。对吧？2020 年的时候就是这样，我满 48 周岁。现在在回头想，18 岁的时候我有过的想法常常是羞愧难当。我的那个日记可是一直妥善的保存着的。一路走下来，所有的设计最后都不了了之。万幸的是什么呢？万幸的是幸亏一直在发展。而发展的结果绝对是 18 岁的我无法想象的，更不用提我的父母在我出生的时候，用他们那个有限的想象力所想象的一切了；一个人的成长过程与生命游戏也好，人工模拟社会也罢。不同的地方在于虽然有同样的起初的起始规则，但我们的基础规则不是一成不变的，基础规则本身也可能会不断演化的。因此我们未来的发展性、复杂性更高，可能性更多。

请注意，我们并不是要完全否认设计论的重要性，这设立目标，制定计划，然后克服困难，应对意外，最终一步一步实现目标，这是极为重要的能力，也是生活当中必须的一部分。因为长期就是由无数个短期构成的，只是我们在说关键在于当我们面对长期的时候，设计论常常是不适用的！

（这后面要跟上一个感叹号）对于设计论的必要性、局限性的理解，对于发展论的必要性和其优势的理解，会直接影响你选择并进行家庭教育的方式。更重视发展论导致的最大差别就是消灭父母的一厢情愿。父母们必须明白的，你们的子女将来从事哪方面的工作，喜欢做什么样的事情，愿意在哪里生活等等，其实都是发展出来的结果。**父母的一厢情愿除了没用之外，如果有用的话，一定是副作用，一定会成为子女终生的负担。**当然我

也与大家分享了我的选择，我选择出来了六个最重要的基础观念。然后我相信任何一个深入理解这六个基础观念的个体，最终都会发展得不错。至于最终发展成什么样，我无论如何都不会提前知道，都不可能提前很久知道。但是我知道另外一个事实：就是痴迷于改进的她们从一开始就在不断的积累，而积累本身就是发展也是发展的最重要的驱动力。不是吗？然后他们为了在存在着永恒困境、无解困境的世界里生存，就要不断改进自己的方方面面。为了改进就要学习，为了长期就要锻炼，为了自立就要生产，为了担当就要注意安全。你想这样发展的时间越久，变好的可能性越大，变好的程度越高。虽然无法提前知道最终结果，但无论怎样，结果出来都应该是惊喜。所以你看基础观念真的格外重要。为什么呢？因为你从另外一个角度看，这个目标分胜负、方向论生死，没有基础观念，发展就没有好的方向甚至全无可能。明朝的时候，有本小书，书名叫 增广贤文，其中有一句话其实是发展论者的清楚写照，这句话说：**但行好事，莫问前程。**面对长期的时候，这是最佳的策略。

2.3家庭教育什么最重要？

你看我们现在又要问了什么最重要，什么最重要，就是不停地问什么更重要，然后找不到更重要的了，那么那个就是最重要的。那在家庭教育当中什么最重要呢？我的思考结果是夫妻关系，我再重复一遍。**家庭教育当中最重要的其实是夫妻关系。**这家庭是社会最小组织单位，一个人是没有办法构成家庭的对吧？一个家庭起码是由一个以上的个体构成的。就起初的时候必然是两个理论上没有任何血缘关系的人构成了家庭主要成员，然后才是有子女的，才有血缘关系的。然后有些家庭基于种种原因破裂了，比如离婚，比如丧偶，于是才有了什么单亲父母单亲子女单亲家庭等等。这里有个重点，在正常情况下，夫妻关系是家庭众多成员当中唯一的非血缘关系。

这个我在很多地方分享过，我在年轻的时候，曾遇到一位长者，教会我一个基本的人的判断原则。他说你看一个人是否值得交往，主要是看对方的夫妻关系。因为夫妻之间是唯一没有血缘关系的亲人。一个人要是对配偶都不好，怎么可能对你一个外人好呢，这真是一个受用终生的简单道理。所以到今天为止我交朋友都是尽量去选择家庭关系和睦的朋友。

为什么说家庭教育最重要的竟然是夫妻关系呢？父母尝试着教给孩子的一切，尝试着为孩子做的任何事情，事实上都没有比夫妻关系重要。**从大概率上来看，子女就是父母的复刻。**这母亲瞧不起父亲，那就很奇怪了，女儿竟然也会找到一个自己后来怎么也瞧不出的丈夫。这个父亲要是殴打母亲，很奇怪的儿子也会通过热烈追求找到一个自己后来动不动就想打一顿的老婆。很多人到了四五十岁才“惊讶”地发现一个令人震惊的事实，自己正在跟子女吵架说的话原来在二三十年前自己与父母吵架的过程当中，说过或者听过；父母关系不融洽，甚至关系破裂，绝对是子女成长过程当中的噩梦，甚至是子女终生都躲不掉的阴霾。

特殊案例，我个人就出生在成长在一个父母关系不和睦的家庭里，小时候家里隔三差五就要打一架，别说口不择言了还动手呢互相动手。那个时候我就暗暗下决心，绝对不要活成他们的那个样子。后来我和我老婆 20 多年没吵过架，当然我亲弟弟就与我是完全的反面，完全是我父母的复刻版。在她大女儿不到十来岁，小女儿刚刚五岁五六岁的时候就离婚了。之前就说过，当我们研究家庭教育系统的时候，不能拿孤例说事，我这一个人从一个夫妻关系不和的家庭里走出来，变成今天这个样子，实际上并不说明问题。更大概率来看，夫妻不和的家庭子女普遍面临一个问题，那就是与他人的交往能力差。与他人的交往能力差。人首先是消费动物，然后就是社交动物。于是与人交往的能力真的是非常非常非常重要。另外我们之前讲过，财富创造靠什么？靠发现、生产和贸易。那财富之后的放大器有两个，一个叫组织，一个叫做积累；而一个人无论是创建组织还是参与组织，都需要与人交往的能力，这是一切好事发生的基础。没有这个能力可谓寸步难行。夫妻关系不和的家庭里长大的人通常难以与他人建立真正的信任关系，甚至他们从来都没有见过真正长期良好的关系，连同在一个屋檐下的父母都做不到长期和睦。他们怎能相信接受或者自己排除万难去维护一段长期信任关系呢，很难做到。生活中呢无论是谁总是会不断或者间或遇到坏人和坏事，请问有谁不是这样呢？但我自己在过去的每个十年当中都有生活越来越好的感受。其中一个重要原因就是不仅我和妻子之间的长期亲密关系维护得足够好，我和身边的朋友也是关系越来越久。乃至今天相互介绍的时候，最成功的开场白就是：这咱好朋友，都 20 多年了，都 30 多年了或者都十多年了。

维护长期的亲密关系其实是非常艰难的。因为这其中包含一个重点，就是一切长期亲密的关系的**核心是信誉**。这不管是夫妻之间还是朋友之间，亦或是生意伙伴之间，长期亲密关系最终会大量出现：沟通成本、交易成

本、信任成本，乃至于无限度提高效益，不管是哪一方面的效益；所以，在一个夫妻关系和睦的家庭里，长大的人会有更多的机会看到人们是如何面对问题，如何处理问题，如何解决问题的，也会有更多的机会看到人们是如何积累信誉的。反过来，任何的不和睦在哪都一样，无论是家庭内外都是一样的，都是来自于失信于人。

你仔细观察一下生活，经常分析一下那些无法与人建立长期亲密关系的，他们无所不在的，都是大多数。他们的共同特点就是轻诺寡信，轻易的把诺言说出来的人不大可能有信用，这说过的话怎能不算数。在我看来，这是对一个人最差的评价，不可能比这个更差，那就干脆不是人了，说话跟放屁似的，那还是人吗？需要大家明白一个道理，这个承诺即负债，不懂得这个道理的人，他不会尊重承诺，更不会实现承诺。因为实现承诺需要成本、需要努力，需要实力。这无法承诺并不丢人，承诺之后无法兑现，那才丢人。熟悉我的人都知道，这么多年，我恪守一个朴素的原则，无论是写书还是讲课都是一样的。做到了再说，无论是在生活上还是在工作中，对我来说这都是铁律。什么是铁律，铁律就是绝对不能违背的纪律，在这条铁律上，不能有任何一丝一毫的妥协。毫无疑问，这是我生活越来越轻松的根本原因之一。

当我讲家庭教育的时候，那有些人会说，那你才有孩子多久，你做到了吗？对，相信我，没有做到了的这个信心，已经做到了的结果，我是不会讲的。当然了，等你听完全部的课程，你会明白啊我的好结果从何而来？夫妻之间的承诺其实是非常重的，严重的重，沉重的重，重要的重。你想，在一起一辈子，你能享受比这个更重要的承诺吗？那个基督教结婚的时候，神父要问的你是否愿意？无论是顺境或者逆境、富裕或者贫穷、健康或者疾病、快乐或忧愁，你都将毫无保留地爱他，对他忠诚，直到永远吗？其实，在我眼里，他们所说的爱情不爱情的甚至都不重要，重要的是一辈子。这恋爱的感觉之所以美妙，是因为无所牵挂，这就是为什么年纪越小，恋爱的感受越强烈的原因。在组成家庭之前，随便你把爱情放到多高的位置上都可以的。可是一旦组成家庭，在家庭里咱也不说他爱情他不重要。但说实话，比爱情重要一万倍的事情多得去了。请问事业重不重要？请问房租重不重要？请问双方父母的住院费重不重要？这个孩子的成长必须重不重要？这个王子和公主从此过着幸福的生活。那是童话不存在的。家庭生活就是柴米油盐酱醋茶的基础上，还要面对各种意外各种烦恼的过程，总有无解困境。注意这还是过程长期持续下的过程。很多人整天关注不重要的东西或者没那么重要的东西，忽视最重要的东西，所以才过得不

好。这家庭教育里最重要的甚至干脆是家庭里最重要的就是夫妻关系。夫妻关系里最重要的，甚至是所有关系里最重要的是信誉。**本质上来看，维护任何长期关系都一样的，本质上就是实现承诺的过程。我就不太关心爱情，反正日子越过越好，它日久生情，到最后每次和老婆说我爱你的时候都是真心，我相信她也一样。**朋友之间常常无需设立共同目标，只需要有共同语言即可。可夫妻之间（最天然的合作伙伴）是最重要的合作伙伴。那他们之间可惜大多数人从一开始就没有想着发展成合作关系，而是从一开始就寻求寄生关系。当我提到寄生关系的时候，并不特指男性或者女性。我只是说这种关系就好像寄居蟹找一个甲壳一样，他完全不关心甲壳的类别。

健康的合作关系在哪都一样的，包括夫妻之间的合作，包括商业伙伴的之间的合作，包括工作岗位上合作都是一样的。健康的合作关系无非核心有三点，这三点是什么呢？你都听说过叫**责、权、利**。你观察一下，多数人关注的重点，他们甚至从一开始就只关注权和利。至于责，对她们来说就好像从来不存在一样。也可能正是因为人们普遍不关注责，所以才有了那个专门的词汇叫争权夺利。一个人在组织中的信誉主要来自于履行职责的质量，履行职责本身是任何关系建立之初都已然做出的承诺，而履行职责的质量则是衡量吸引力的判断依据。当有人问我怎么做到与老婆二十多年不吵架的时候，那我总是笑嘻嘻地回答，**我能赚很多很多钱**。这个回答常常会被当做玩笑的，但实际上我的确是认真的；这赚钱养家在这个事实上的男权社会里，难道不是一个男人在家庭里最重要最核心的责任吗？现在我能赚很多钱，我们不吵架。过去我并不得赚得足够多，单看金额的确是，但是如果你看比例就知道了，我赚到的钱 100% 都用到家里了。虽然并不是很多，最初的时候甚至干脆是不足够，但比例上来大概是100%。当然了还有更为关键的，那就是我很努力，我很勤奋，我爱琢磨，我爱学习，我爱研究我，我总是在进步，所以他看得到希望，赚钱少一点根本就不是问题，没有前途没有希望才是真正的困境。还有另外一个因素，值得继续深入分享。就是你在家里能够投入的，除了你在外面赚到的钱之外，还有另外一个重要东西，就是你的时间。时间跟钱一样，它是排它性资源，用在这里，就不能用在那里。你在伙伴上投入的时间决定了关系的质量，这是毫无疑问的事情，任何关系都一样。而且比较神奇的是，你投入的越多，对方就会越心疼那些本来可以用来投资未来的事情。所以反正我老婆从来不打扰我的工作的。用她的话来讲，那些工作时间其实都是我们的，不是谁自己的。

我总结一下这节课的关键字，关系、长期、信誉、负责。请问这其中的哪一个是你所能看到的名校啊？贵校就是很贵的学校不是贵族学校，哪一个是他们能够提供的呢？又请问哪一个不是父母要以身作则，亲力亲为等等。然后再请问跟这些相比，请问读什么专业、上什么学校、从事什么工作，从事什么工种重要吗？在我看来，甚至干脆就没有任何可比性。

2.4 家长的责任究竟是什么？

让我们首先明确一个显而易见的事实，也应该成为最基础的原则，是什么呢？就是家长的责任肯定不是满足子女的一切欲望和要求，这肯定不是家长的责任。但事实上大家也知道，很多的家长不由自主的变成了这样，作为父母要照顾子女，婴儿时期的吃喝拉撒睡，青少年期的衣食住行、学提供必要支持。但是除此之外，额外的物质要求其实都不是父母的责任。在这方面我是很决绝的，我甚至认为说小朋友玩具太多，只有害处，没有好处，在任何一方面都一样的，就是越早理解：很多我想要的并不是可以随随便便就可以满足的，也不是可以随时可以满足的，这个道理越早理解越好，我没有办法对自己的子女娇生惯养，我真舍不得下那么狠的手。过去的几十人里，中国的家庭结构、家庭关系、家庭观念都从各个角度被独生子女政策所影响，这是事实。然后也造成很多非常异常扭曲的困境吧。家里只有一个孩子的时候呢，父母很难做到不溺爱孩子，但是一方面就足以毁掉一切价值观，但凡这个孩子出点什么意外，那不全都完了吗？这就是独生子女政策带来的尴尬的根源。所以我一直认为说多生几个孩子，规避独生子女，即使是父母在溺爱子女方面自律的前提，很多人拒绝二胎、三胎，甚至干脆连生孩子不考虑的原因，本质上很可能大多来自于经济方面的考虑，或者对自我经济状况不满意以及不放心。但是请你放心养三个孩子是成本肯定不是养一个孩子的三倍。如果你理性一点不乱花钱，不非理性的乱投入，你现在用来养一个孩子的钱对吧？其实恨不得都可能养五六个。

关键在于在经济上，父母对孩子的责任止步于生活必需，就停止你的步伐。要停止于对吧？止步于生活必需，如果是必需的，那应该是无条件支持的，因为这是你的责任和义务。但如果作为父母不能满足的话，你要实话实说，这并不是令人羞愧的事实。与此同时要告诉孩子，你愿意为了变得更好而进一步努力。但是从另外一角度，如果不是必需的，你越有能力满足，你越不应该那么做。你要对孩子说对不起，经过思考经过分析和讨

论，我们知道那个不是必需的，所以那不是父母的责任。如果你依然想要，也不是不可以，因为你可以自己想办法用合理的方式去获得。从小就要告诉孩子，时间总是不够用的，用在这里就用不能在那里。作为父母，时间是需要分配的，不是随便花在哪里都可以的。父母要有父母的时间去思考去锻炼去工作。并且父母也需要自己的时间去放松，也需要时间去娱乐。**如果父母可以无条件地付出自己的时间甚至是全部时间，你怎么可能指望你的孩子尊重时间呢？你怎么可能指望他尊重他人的时间尊重他自己的时间。**

我们家孩子从一开始就是自己睡的，从一开始从来没有被父母抱着睡过，我们认为没必要，有人说那样孩子会没有安全感，我看不出来合理的依据究竟在哪里。这安全感不是抱着睡觉就可以获得的吧，白天的时候醒着的时候抱着岂不是更好对吧？由于从一开始他们就自己睡，所以我们家孩子在睡觉这件事情上也从来没有有什么苦恼，我们整个家庭也没有什么这方面的麻烦和烦恼。事实上，我压根就不相信人们所说的亲子教育当中的陪伴很重要之类的建议。当时的瞬间反应就是即便是陪伴重要，陪伴质量更重要吧。**父母认为陪伴很重要，多少是两个层面的错误估计**，一个是错误估计自己想和小孩子待在一起的欲望，明明是你自己的欲望，你非说是人家需要陪伴。另外就是高估了自己陪孩子待在一起的价值。反过来，我一直认为一个人的独处能力很重要，这个能力甚至是痴迷于改进所必需的特质和辅助。

我会花很多时间想，在我和他们在一起的时间里能不能完成一个完整的任务？任何时候完整的完成都是个很重要的习惯，也是成年人能做给孩子他的最重要的展示。如果哪一次我并没有完整的完成一项任务，我会认为自己失职了。有意思的是，恰恰因为每次我都能完整的完成一点什么。你不管这种任务的大小，在孩子的眼里，我就是他们见过的人当中最有意思的。你观察一下，孩子就是这样的谁最有意思就爱找谁玩。这是因为从小我就是孩子王，所以很早就明白的道路。

那父母的责任究竟是什么？或者说更重要的责任都有哪些？反正比起满足子女任何欲望或者愿望来看，之前我们讨论父母把自己的夫妻关系长期维护好，可不知道比满足子女的任何愿望重要多少倍，在维护好夫妻之间的长期亲密关系的基础上，还有很多事都相当重要。1.首先就是作为父母，你自己或者你们自己就应该做个热爱生活的人，做个热爱生活的人。在我看来，热爱生活的态度和行动都是来自于痴迷改进这个基础观念的，额外再

加上一个分享精神就接近完美了。随便举个例子，从不会做菜到能做菜到越做越好吃，多有意思，不仅自己享受了，还能分享给家庭其他成员。不开心吗？非常开心。因为生活中的某件事不管大小，能做得更好而开心，这就是热爱生活，做错了不怕尴尬，做得不好不怕被嘲笑，任何一次的重复都有一点点的改进。**这样的人就是真正热爱生活的。**不仅要做个热爱生活的人，而且要以热爱生活为荣这是好习惯，这是好榜样。2.除了要做一个热爱生活的人，更为关键的事，要尽量把自己发展成榜样。从父母角度来看，指手画脚的教永远不如以身作则。从子女的角度来看，被迫学习永远达不到耳濡目染的效果。你是个敬业的人，你的子女自然而然的敬业。你是个因为贪了点小便宜就沾沾自喜的人，那你的子女甚至有可能变成偷摸都不知道羞愧的人，你不信吗？再比如随着时间的推移，你可能会意识到终生阅读的重要性。这个时候你给孩子讲终生阅读有多重要？起作用吗？根本不起作用的。但如果孩子从小就看着你每天至少有一两个小时在专心阅读，你猜他们是否会自然而然地成为热爱阅读的人，或者养成良好的持续阅读的习惯呢？最为关键的是你作为父母要确保你自己走向杰出的路上。虽然我的父母在维护他们之间的亲密关系上做得并不是很好，但我从我的父母身上耳闻目染获得的基础习惯之一，就是看到他们在某些方面杰出的样子。我父亲在医学院当外语系主任，原本大学里主攻俄语辅修英语的打法竟然需要搞定拉丁语。然后她就带着被褥住进了学校图书馆。一待就一个月，一个月之后就搞定了教学必须的拉丁文。他会讲中文、俄文、英文、韩文、日文，甚至会读一点法文。从小就见识过这样的人，对我来说影响是非常大的。而与之相比，这一路来，我读过的学校，我这个遇到过的老师，与之相比，与这种耳濡目染相比绝对是微不足道的。

最初的时候，我给我们的课程定的副标题是理性构建高净值家庭。当然我后面会再次修订课程的时候会把这个副标题去掉的，因为它会有一些可能的误导，我正在思考。那我们所说的高净值指的究竟是什么呢？高净值这个概念来自于高净值人士叫 hnwi 叫 high net work individuals 在金融领域当中的高净值人士指的是拥有超过一定数量可投资资本的人士，不包括房地产和艺术品。那在美国，这一定数量大概指的是 100 万美金。那在中国胡润刚出了一个财富报告，也是以 600 万人民币为一个这个衡量线。那么，我们所说的高净值家庭基本上应该是应该指家里至少有一位高净值人士的家庭对吧，谁应该最早成为高净值人士呢？其实毫无疑问是作为父母的你或者你们，这里要格外提到一个重点。过去财富积累很难通过一代人完成的，弄不好需要好几代人的努力。但是今天的世界早已发展到 20 年左右，积累

足够的财富，这个世界早已经发展到这个地步，而 20 年基本上是目前一个人正常寿命的 1/5 而已。当然了，成为高净值人士究竟有多难呢？1999 年的时候高净值人士全球大约为 700 万。十年后就是 2009 年，全球大约有 1000 万位高净值人士，再过十年，到了 2019 年也就是 3 年前，全球高净值人士的人数几乎翻倍，达到了 1960 万倍。高净值人士的数量在不断加速增加。到了 2022 年目前的估计是全球差不多至少有 2100 万位高净值人士。按照城市人口 70 亿计算的话，高净值人士占比约为人群的千分之三。你要努力的方向不是成为 1%，而是竟然是千分之三。但是也请你放松一点。首先这不是目标，这是方向。在之前我们讨论过目标和方向的区别，所以它更像一条要不断走下去的路，而不是一个目的地而已。这 100 万美元也好，3000 万美元也罢，或者是别的什么金额，那都只是其中的一个里程碑，这条路要不停地走下去，并且这只是你有生之年肯定能够走过的这条路上的第一个里程碑而已。至于如何走到，我们还有另外一本专门的书，叫定投改变命运以及另外一个专门的社群：定投人生课堂，这个书是免费的，社群是收费的。走过这个里程碑之后还要继续走下去，如何走过？还有另外一个专门的课程叫人生最重要一课，很贵，但是所有上过课的人都说超值。

重要的是，只有你自己做到，才有可能才有机会带别人做到。不仅你自己要做到，你的另一半可能是你老公，也可能是你老婆，其实也要做到，你的孩子才更有可能做到。当然他们也要做到。而下一步你的孩子也会成为一家庭。然后他们要把这个过程再重复一遍，就算退一万步讲，基于种种原因，你的运气太差，乃至于此生此世你都没有做到。但你的子女见识过你的努力，于是大概率情况下，他们比其他人更容易上路，更容易做到。你想想看是不是这个道理。简言之，作为父母，更大的责任在于说：此生有所成就，让自己的子女见识到，这是很大的责任。在我看来，在家庭教育当中，甚至没有什么比这个更重要的责任了。

2.5 衡量家庭教育的关键究竟是什么？

对于家庭教育，最普遍、最常见也是最莫名其妙的误解在于说人们总是误以为教育的对象是孩子，且仅仅是孩子，这肯定是肤浅造成的误解。家庭教育的对象是家庭里的每一个人。在这个最小的最核心的组织之中，每个人的力量、角色、等级都是不同的。并且更为关键的是，在时间推移的过程当中，每个人的力量、决策、等级都会发生变化，同时会发生相对变

化。每时每刻家庭中的每个成员都要面对变化，都要相互调节，甚至常常需要急中生智。如果说把所谓的教育对象仅限于孩子，那么这个家庭整体上是不可能有好的发展的。这所谓的内卷就是把大量的时间、精力资源耗费在事实上并没有重大意义的方面上去。不是吗？所谓的内卷只是专门干没用的事。家庭既然是社会最小的核心单位组织，那么它就麻雀虽小，五脏俱全。总体上它和一个国家是没有什么本质区别，只不过家庭可能是麻雀，国家可能是大象而已。第三个，一个国家起码需要几个方面的发展，甚至是长期可持续的发展。比如说政治、经济、科技、文化、环境。在此紧列举五个最重要的部分，政治、经济、科技、文化、环境。那国防、军事、外交、安全都可以列入政治，教育其实与科技文化是重叠的，国际关系、国际贡献等等都是在此基础之上才可能良好发展的东西。

一个家庭和一个国家一样的，也需要各方面都健康发展，那家庭里也有政治、经济、科技、文化、环境等各个方面，需要长期可持续发展。你想想看不是吗？反观现在社会上普遍的所谓家庭教育，她们会把家庭资源的90%以上放到鸡娃教育上。你想想看这合适吗？划算吗？靠谱吗？有意义吗？有希望吗？这些问题的答案显而易见全部都是否定的，不合适不划算不靠谱没意义没希望。在此基础上，关于家庭教育的误解实在是太多了。比如刚刚提到的在误以为家庭教育的对象仅仅是孩子的基础上，把家庭教育等同于计划教育。再比如误以为教育孩子目标、目的就是实现自己这一辈子无法达成的愿望。你又比如误以为家庭教育是一段时间的事情。等孩子长大了，过了18岁就没事了；又错了，家庭教育是永生永世的事情，是世代代的事情，没有尽头。那么好的家庭教育是什么？很遗憾，并没有流行的通用的普遍适用的定义。为什么呢？因为99%以上的家庭是失败的，甚至是极为失败的。观察下你身边观察一下，你自己就知道了，因为成功与失败的比例太过悬殊，而这之中成功者太少，失败者太多。所以在这件事上是不可能有什么流行的通用的普遍适用的定义的，有也没有用。于是，人们早已习惯了使用模糊的描述，甚至这种描述必须模糊到无法衡量的地步，才能让自己略感舒坦。比如人们有意无意地用幸福这种全然无法具体衡量的描述，幸福家庭你听说过一万遍的，见过吗？当然随后你自己通过研究最终会发现幸福家庭不存在的。为什么，家家都有一本难念的经？这倒是永恒正确的描述。**为什么？因为这世间有个东西叫无解困境。**永恒困境你一定还记得，虽然很难找到关于好的家庭的流行的、通用的、普遍适用的定义，因为它事实上并不存在。**但我们也确实找到了一个简单而又显而易见的判断标准。那就是：看一个家庭传承了多少代？**

中国最著名的天下第一家：孔姓家族，始于西周初期，周朝，孔子都是第七代了。他们家族家谱谱系完善，到了乾隆十年就是 1745 年的时候，孔子氏家在谱人数大约为 2 万人。到了 2009 年就是大概 13 年之前，孔子氏家谱已有 2500 多年历史，收录人数超过 200 万。事实上虽然从比例上来看，成功家族很少，但数量上来看，成功家族挺多的。除了刚才我们提到的天下第一家孔姓家族，再比如山东的琅琊王氏、江浙的吴越前世、苏州的贝氏、日本的德川家、韩国的中心理事、美国的洛克菲勒家族、罗斯福家族、欧洲的诺贝尔家族、罗斯柴尔德家族，这些都是大家耳熟能详，关键在于说他们迄今为止仍然在繁荣发展的大家庭。换句话讲一个家庭是否足够好，是否足够成功，有这么一个简单并且普适的标准，就普遍适用的标准，就是看它能否长期持续衍生出一个庞大的家庭。也就是说好的家庭教育，核心关键在于两个字，传承。你仔细想想就明白了。抛却传承去谈论家庭教育，不仅是无意义的，甚至是可笑的。有一种笑话说为什么深海鱼都长得那么难看呢？有人回答说，反正谁都看着不着水，那就随便长长唠，对吧。如果一个家庭事实上无关传承，那么就等同于说反正将来谁都看不到谁，那就随便搞搞喽。绝大多数家长从未认真考虑过传承，甚至这个概念从来都没有在他们脑子里出现过。你不要提传承是什么，更不要提怎么传承。事实上，绝大多数家长根本就配不上这个概念，一个脑子里连这个概念都没有的人，请问有什么资格传承什么呢？仔细审视一下自己的家庭教育体系，如果你竟然有过什么体系的话。事实上绝大多数人从未构建过任何体系，别说家庭教育体系，哪怕什么学习体系、工作体系、生活体系等等都没有建立过。所有生活中需要体系地方都没有专门建立过体系，所以才能把自己的一生过得乱七八糟。如果你曾经竟然有建立过你自己的家庭教育体系，那么参照一下我们刚刚的讨论，看看自己的体系里是否缺失了这个最重要的环节叫传承。传承甚至不是一系列环节当中的最重要一个，他干脆是一切家庭教育的基础，没有他作为底层。那么上面构建的所有东西其实都是海市蜃楼而已聊胜于无。传承并不是什么神秘的东西，它就如同一种特殊的智慧，你要它，你追求它，你就有可能获得它。但是如果你不知道它，也没有想过要它，当然也不可能去追求它，那么你就肯定不会拥有它。但与此同时，它也绝对没有一劳永逸的事情。如果不能做到永生永世守护，世代守护你和你的家庭以及你子女的家庭，随时都有可能失去他。

再进一步我们要想清楚的，传承其实也是有质量。**那如何衡量传承的质量呢？**如果我们没有找到衡量质量的标准，那实际上我们就没有办法提高质

量。并且这些质量其实也在告诉我们传承的核心内容都有哪些。我的思考结果是这个传承的质量**取决于三个判断标准**。你看再一次提高我们的判断能力。首先因为我们在面对未来的时候更倾向于是个发展论者。所以我们其实不需要花费太多心思去考虑许多代之后的结果，许多年之后的结果，那其实是设计论者才关心的事情。我们相信的是什么呢？如果一代人做得足够好，那么通过不断地改进迭代，那么下一代会做得更好。如此发展的结果只能用惊人去形容。但究竟是怎样的？现在无法想象也无需想象。所以一个家里只有一个娃娃其实是绝对不行的。事实上这不需要你自己去论证，你看我们国家，我们整个国家用了几十年时间，证明了这个结论以及这个方式的可怕之处。所以**首先第一个标准就是家庭成员的数量的众多程度**，子女众多是很重要的。可以说出另外一个整本书的理由。但是在这里我们只需要给出一个最值得关注的理由就行了。这个是我在人生最重要一课里强调过的一个理论。1993年的时候，有人提出了一个叫梅特卡夫定律的理论，这个梅特卡夫定律说得很简单，就是网络的价值与成员数量的平方成正比。并且你需要注意的是，这个梅特卡夫定律会反过来作用于每一个网络里的成员身上，因为他们是他们所构成的网络的价值的受益者，家庭这是兄弟姐妹们再加上父母构成的网络。一个家庭里成员越多，这个家庭的价值就越大，基本上与成员数量的平方成正比，没有兄弟姐妹的人很可怜的。

除了家庭成员数量之外，**另外一个更为重要的标准就是家庭当中众多成员之间的团结程度**。家庭成员再多不团结就是没有用。罗斯柴尔德的家族的家长当年对子女说的最重要的一句话是：兄弟们要团结。当我们说家庭成员要团结的时候，我们所说的实际上是家庭成员都要有尽量一致且正确的价值观。这就好像是一个计算机网络里的每台机器，这操作系统可能并不见得一样，机器的性能也可能各不相同，但它们之间是如何组网的呢？因为它们共同遵守一个相同的通讯协议。你回想一下，我们在第一部分里重点讲解的六个基础观念，其实就相当于是这个一致的协议。如果每个成员都是这样的，那么虽然他们最终都各不相同，但他们之间的沟通肯定没有任何问题的。从另外一个角度看，最终成功的大家庭都是有家规家训的，这些家规家训可能并不是一成不变的，更可能是逐步改进的。但是必须要有，没有不行，为什么？因为如果没有家规家训的话，一两代之后成员之间就没有统一的价值观了，就失去结网的能力。然后就无法享受梅特卡夫定律所带来的好处了。这世间 99% 的家庭其实都是如此瓦解掉的。从这个角度看，传承最重要的根本不是财富和权力的传承，最重要的最核心

的甚至是唯一重要的是价值观的传承，财富和权力的传承更可能招来敌人，导致内斗。但价值观的传承不仅是安全的，并且是具备永恒价值的。

最后一个关键在于家庭成员的离散程度，到最后没有任何一个大家族是局限于某一个地方生存，不可能的吧，他是大家族对吧？所以人必然要走出去的。罗斯塞尔的家族最初的5个儿子，遍布欧洲各个大国，并且还很团结，所以才造就了今天的影响力。这孔氏的后代，孔家的后代也是一样的，遍布全球。对吧？错行一代的钱家、良家、贵家也是如此。对吧，山东的王家、孟家，哪怕是我自己属于的通心理事也是如此。不仅要鼓励子女走出去，还要鼓励他们走遍天下。从犹太人身上我们应该学习这点，他们整个民族都是以天下为家的，这就造就了许多年之后他们在全球的影响力。

好了，三个判断标准，一个是子女数量，另外一个为团结程度，第三个是离散程度。（想到：外圆内方）要有效地从这三个方面提高家庭质量。那么家庭教育的重点那就肯定不只是子女，所有人都会参与其中，所有人都会统一观念，所有人都会持有一致的价值观，只有这样这一代才能发展好，只有这一代发展好了，下一代才能进一步改进。

3.心态or心力（心智的力量）

第三部分我们讨论另外一个长期被传统教育忽略或彻底忽略的东西叫做心态。或者我想换一个说法叫做心力就心智的力量。这是我在写把时间当做朋友的时候强调过的概念。在这一部分中，我们要讲的都是需要保持的状态，都是需要用心、用力去长期保持的重要状态，这就是心力的体现。这个心力与体力是一样的，是通过长期持续重复逐步养成，长期维护的。这就跟长期跑步的你在跑很久之后会依然能够做到呼吸均匀一样。其实做什么都是如此。若是一个人在做了很久之后依然能够保持这些状态，那么他就没有办法做得不好、做得不够极致，同时也没有办法获不到尊重。同样关键的是，每个家庭成员无论是家长、父母、子女都应该以此为荣、以此为傲、以此为长期修炼目标。那父母当然要以身作则。第三部分一共就讲三个状态。

3.1乐观

乐观的状态有助于提高工作的能动性和效率。没有人对这个事实有任何疑问，可是如何保持乐观呢？这就需要对乐观的根源进行一番深入的探讨。我们经常会误以为有人天性乐观，有人天性悲观。其实乐观与否并不完全是天然的。婴儿都很乐观，婴儿都没有抑郁症。但是慢慢大多数原本乐观的婴儿变成了悲观的成年人。所以你看我们有种猜想就是：**悲观这个东西是后天习得且不断强化**，这根本在于说，我们从一开始就生活在一个物资稀缺的世界，可我们偏偏从一开始就是消费动物，所以不做任何挣扎是绝对不可能持续生存的。并且这个世界里还有无数个永恒无法解决的困境，就是无解困境。比如灾难、战争、冲突、疾病、贫穷等我们之前提到过，这些都是永恒的困境。并且我们的整个人生过程无论是生活、学习还是工作，总是困难重重且意外频发。并且我们作为人类还面临另外一个问题。从出生的时候我们就注定了有一天会死亡，哪怕没有意外，哪怕没有苦难也一样要终将面对那个可怕的东西叫做死亡。面对这些永恒的困境，人们难免就要问，那生活如此艰辛，凭什么要挣扎着活下去，或者再进一步，早晚都要死，为什么现在还要受苦？这是所有人在面对惨淡现状之时必然苦恼的问题。其实你和我也没有什么不同，苦难到了极致，脑子里的念头都一样的，关键在于这是时间观念造成的苦恼。

如果我们像昆虫那样，长着一双全视角的眼睛，时刻关注且只能关注当下的世界。那么我们就不用回顾过去，我们也不用期待将来，然后就没有烦恼了，因为生活状态都被简化到了极致，只有安全或者不安全。除此之外没有任何其他状态。安全，就那么待着呗。不安全那就跑呗。跑不掉怎么办？跑不掉就跑不掉呗。很正常，没有烦恼，也没有恐惧，反正就那么回事，昆虫是没有记忆的，因为它们也不需要那个东西。大多数冷血动物，比如说蛇、蜥蜴、鳄鱼等等，也没有什么记忆，它们仅凭几个有限的反应去生活去处理生活当中的一切。比如科学家们研究过鳄鱼，鳄鱼是冷血动物，他们用 5 个 F 就够了。然后两亿多年就靠这些活得好好的。这五个 F 是什么？第一个是 feed 就吃。如果它的疆界里出现了一个东西，不是同类比他小，那怎么办？上去吃的好对吧。第二个 F 是 fit 如果他在疆界里出现了一个同类，同性，那怎么办？打。然后第三个 F 是 Fuck 就是交配。比如说这个疆界里出现了一个同类，但是是异性。那怎么办？交配。当然不是异性是同性，但比它大怎么办？free 就逃跑对吧。如果以上都不是怎么办？来一只苍蝇，来只老鼠，算了 freeze 就不动在那里。鳄鱼就用这五个 F 对吧，近亿年活得好好的。

而到了下一步，就是哺乳动物就开始有情绪了，这个兔死狐悲不见得只是一个寓言故事，或者这是一个成语，这个哺乳动物的确也会开心，也会伤心。那么问题来了，开心伤心的根源是什么？根源在于说哺乳动物开始有记忆了，哺乳动物的记忆逐渐发达起来。这有记忆了之后就带来了另外一个东西。什么？叫比较。这个满足与否并不是开心与否的关键。满足与否常常只是是否为了满足而采取行动的关键，而**比较才是开心与否的关键**。甚至可以说是因为有了记忆，所以才开始天然有了比较，而在有了比较之后才有了开心与否的差异。那现在比过去好，开心。现在比过去差，不开心伤心闹心。那有记忆之后，这就有一种比较对吧。从这个角度望过去，我们甚至可以说心这个东西干脆就好像是长在比较之上的，没有比较心这个东西就干脆好像没有存在的必要性的感觉，既不需要开心，也不需要伤心。你想，若是现在与过去比较有一半的概率是更好的，那就开心伤心对半。那么也就没有什么乐观悲观的说法。

关键在于当人们比较现在与过去的时候，总是更多地发现自己在伤心，这其实并不难理解，因为生活的真相就是苦难重重，这一点从未发生任何变化。在人类存在的数万年间，大概是直至大概五六十年前这个世界的变化其实是极为的缓慢的，再加上那时候人们的寿命很短，于是更难体会到整个世界的改善。甚至从感受上来看，极大概率是觉得这世界真的是越来越

差。在那样的世界，这个悲观者不仅要多于乐观者，悲观者应该占绝大多数才对的，才是正常的。全世界各地涌现出来的各种宗教其实本质上都是一样的，都是以悲观者为目的的，以悲观者为对象的，首先要抚慰那些受伤的心灵，才能让人家跟着自己走，现在和过去可以进行比较，可是现在和将来如何比较呢？这里的难点在于说将来尚未到来，尚未发生，尚未展开。所以我们不知道将来是什么样，但我们也的确非常渴望现在就能了解将来。这里有个有趣的现象，不信你仔细观察一下自己和你自己的周围，你会发现你和所有人都一样，都会被那些向你描述未来的人所吸引，尤其是像那些向你描述美好未来的，原本只有那些有能力创造未来的人才应该具备强烈的吸引力，但你对这个未来实在是好奇太重了，所有人都这样。所以哪怕是对未来的描述无论合理与否都是吸引力无穷的。

本质上来看，宗教的吸引力的核心就是来自于此，所有的宗教领袖都是一样的。哪怕是邪教或者不同系统的迷信宣扬者，应该是人群当中最早开始系统化地描述未来的人。你别管他们描述的对还是不对，你也别管。从今天的视角望过去，那个描述有多么的荒谬，仅仅是他们肯于描述且精于系统化的描述未来这一件事本身，我们就能够理解宗教领袖的魅力是根本究竟来自于何处。然后比较带来悲观。我们又面对另外一事情，就是所有人都会死，这太可怕了。死亡不仅可怕，同时也使得当下的所有努力和磨难变成了毫无意义的挣扎。于是，有人向你描绘了一个天堂，有个极乐世界说死并不可怕，因为人死之后是可以上天堂的，是可以进入极乐世界的。这瞬间一切都不一样。当然系统化的意思是说光天堂是不行的，马上要处理下一步。为什么呢？因为所有人都死后，如果上天堂进入极乐世界的话，那又有什么意义呢？所以这个天堂是需要一个地狱作为帮衬，作为对照应该才可能存在的。所以到就是好人要上天堂，坏人要下地狱。开始系统起来了。于是再进一步就有更系统化的东西来了。接下来就开始要有很多的约定：比如什么样的好人呢？什么样的人坏人呢？对吧？做什么样的事是好人做的，做什么样的事是坏人做的？好人要做什么不能做什么。不仅如此还要继续设计，比如说不小心做错了怎么办等等。所以你仔细想想就明白了，这个虔诚的宗教信仰某种意义上可以理解为是一种终极的乐观主义精神，因为它基于一个对于更好的未来的相信，进而产生了无所畏惧的乐观。为什么呢？你只要我按照规矩做了，那么无论我今天遇到怎样的困难，无论我今天遭受一样的苦难，最终我都会获得一个好的被消化的结果，跨越了死亡，进入了天堂，你想想看这是多好的结果。所以毫

不夸张地讲，仅仅几十年前，宗教信仰还是获得终极乐观主义的最常见且最靠谱的途径。对很多人来说，即便是今天也可能依然如此。

然而时代变了，并且还是突然之间就完全不一样了，在哪不一样了呢？其实时代变了主要基于两个方面。第一个方面是什么呢？就是整个世界进步的速度加快。第二是整个人类的平均寿命加长了。哪怕是只看仅仅过去的一百多年间，我们都能看到科学技术的加速发展以及由此带来的生活变化。看看直流电、交流电大战之后，世界因此发生的那些变化，你就知道了。看看书写工具这一路走下来，突然被电子设备替代之后发生的一切，你就知道了。再看看交通工具和通讯工具的发展，以及他们发展给世界带来的变化，那你就知道了，哪一个不是加速度越来越快；注意是加速度不是加速越来越快，而是加速度越来越快对吧，它是越来越快。又因为人类的平均寿命突然之间加长了这人类的预期寿命 life expectancy 超过 80 岁，其实也只不过是最近五六十年的事情。然而这个变化带来的影响是巨大的，因为在正常情况下，无论在世界的哪一个角落，一个正常人会自然而然地同意一个看法，现在的生活确实比 20 年前 30 年前好太多了。这要是放在遥远的过去 20 年，30 年之间，整个世界可能毫无变化对吧，并且令人感觉有所倒退也不奇怪。更为可怕的是，很多人可能活不过 20 岁，活不过 30 岁或者是说从懂事开始计算，活不过 20 年，活不过三十。所以今天的人相对于过去的人更倾向于乐观，因为事实看起来很清楚，现在比过去更好，这是比较过后更大概率获得的结果。

于是与过去的最大区别出现了。当我们说过去是指遥远的过去，过去相信宗教可能是获得终极乐观主义的主要途径，**现在应该是变了，相信科学才是更靠谱更有效地获得终极乐观主义的主要途径，甚至是唯一途径。**根据已经发生的改善来推断将来会有更多的改善，这不是一项修炼，这是合理的推断。并且这么多年来，科学的本质就是不断改进的假说，科学是假说，但它是不断改进的假说，这也是科学方法论的核心。于是整个科学技术的发展史都在向我们普及乐观的根据，我们的确是能够看到科学技术是如何一步一步发展起来一步一步的改善，不仅自身变得越来越好，也使得整个世界因为它的发展也变得越来越好。事实上，这是与文艺世界里普遍描述的世界截然相反。在文艺的世界里，科学家们总是对人类的前途忧心重重。但那是文艺的世界、小说类的世界。可现实生活当中无数个相互独立的调查结果都清楚地表明，从事科学研究的群体当中，乐观主义者的比例相对不仅更高，而且要高出许多。

毫无疑问，我们的基础观念之一：痴迷改进就是保持乐观的关键之一。这不断改善的人在比较现在与过去的时候总是可能获得正向反馈，在所有地方不断改进的人，就会在任何地方进行比较的时候都获得正向反馈。再进一步，由于改进、改善、改良已经成了习惯已经成了自然没有任何理由相信将来会比现在更差。从这个角度来看，一切痴迷改进的人都好像是天然一样，更倾向于乐观。

还有另外一个更重要的技巧，就是把给他人带来快乐和永远鼓励他人这两件事情，一个是为他人带来快乐，第二是永远鼓励他人，当做自己终生的生活必备劲。我们身边总是有这样的人，有他们在的时候，大家就不会冷场，不会尴尬。就有更多的笑声、更多的欢乐，不见得要哗众取宠，但会玩会闹会开玩笑且不伤人。这其实是可以习得可以锻炼可以积累的生活技能。另外一个重点是什么呢？其实我在很多地方都强调过他做一个永远鼓励他人的人，你要是一个永远鼓励他人的人，你自己就会变得很乐观。因为没有人不需要鼓励，那更为重要是你发现的，你会感受到的。随时永远鼓励他人的你，在遇到困难挫折的时候，就不需要别人鼓励你了，因为你自已已经鼓励过很多次，乃至于是早就在潜意识当中鼓励过自己很多回了。所以，你更倾向于乐观。

3.2简单。

这个人越简单越好，无论是在哪个方面都是一样的，越简单越好。为什么？因为简单会避免负担、规避麻烦，这是放到哪里都适用的基础原则。比如说今天我们所使用的任何程序，电脑上的程序理论上都是相当复杂的，哪怕是我现在备课的时候正在使用的一个看似简单的 markdown 文本编辑器叫 typero，那肯定要比 Microsoft Word 小很多，但是依然很复杂。这个作者将其开发出来之后，花了好几年时间改进，然后才变成今天的收费版。那我们用的电脑上的操作系统就更复杂。根据微软已经公布的这个资料显示，当年 Windows 98 就由 1500 万行代码组成，1500 万行到了 Windows 7 的时候，有 3500 万行代码，到了 Windows vista 就是 5000 万行代码。Windows 7 有 1 亿 5000 万行代码，那再往后就查不到了。到了现在的版本，Windows 11 究竟有多少代码我们不知道，但是有几亿行甚至十几亿行代码又不奇怪。然而哪怕是最复杂的操作系统，其实也是由无数个极为简单的函数构成的。软件工程师很早就给自己定下了规矩：**一个函数应该完成且只完成一个功能**，这就是保持简单的原则。对，一个函数

应该完成且只完成一个功能。那如此这般保持简单的结果是什么呢？每个函数都非常好调试，然后非常好组合，然后没有毛病，否则的话根本就不可能拼起来构成一个我们今天看到的那么多的复杂系统，完成那么大的工程的原则竟然就是这么简单，那就是处处保持简单，否则没有办法完成那个工程。事实上这个原则适用于任何地方。

简单不仅是一种状态，其实也是一种方法或者原则，凡事都可以尽量简化，简化到极致，反倒更加高级。我们这个课程某种意义上也是这种方法、这种原则的应用而带来的产物。在第一部分当中，我们通过反复问什么更重要，进而找到了那些最重要的基础原则，就是用来作为判断的依据。也是未来我们称之为算法的核心。把这些原则归结到尽量最少，这些原则才有六个（尊重产权、崇尚生产、直面困境、责任担当、痴迷改进、健康第一）！在当前这第三部分当中其实也是一样的，通过反复问什么更重要，这样一个简单的问题，找到那些最少必要的状态，尽量归结到最少，总计才三个。一个是乐观，一个是简单，以及下一节课当中我们要讲述的专注，没了。如此简单的好处是什么？就是好理解、好执行，很难有理解偏差，不太可能有执行错误。

做任何事都一样，通过思考什么更重要，找到什么最重要。然后优先处理并完成最重要的部分，这就是提高效率的关键，竟然也是绝大多数人终生没有学会的简单、却必不可少的基础技能，**做人也是一样的**，保持简单是提高亲和力的核心关键。你想，你对别人的要求简单，越简单越好，虽然不可能完全没有要求，但是只要对别人要求少到极致，你就会发现，不仅所有人都觉得你好相处，你自己也其实没有什么负担，你也会觉得别人好相处，对别人的要求简单，会让人觉得更好相处。反过来对自己的要求也要简单。在最关键的点上啊，要求可以过分一点，可以非常苛刻。但是呢不要给自己设立太多的要求；人的时间、精力是有限的，人的注意力也是有限的。所以呢你要是处处都对自己严格要求，那么事实上的结果就是没有足够的能量去做最重要的事情。很多人就是这样，通过野心和毅力把自己废掉。对自己的要求简单，只在最重要的地方严格要求自己，这样多点轻松少点焦虑。关键在于只有这样一个人才能有所谓的长久。

生活习惯确实也是如此。对衣食住行每个方面都可以很朴素很简单。我并不是在这里提倡极致的节约，苛刻的节俭。如果你赚的钱很多，那么你不浪费就是缺德的，你一个那么有钱的人还不浪费。那你对社会的经济贡献太少了。我们崇尚朴素简单的原因是因为这么做，省心省力，提高效率。

你说这个比尔盖茨最喜欢吃汉堡包对吧，他肯定不是因为他省得花钱，而是因为他省得乱花时间。你仔细想看是不是这个道理，生活中如此，工作上也一样的。当年我在新东方讲课的时候，后勤排课的工作人员总是问我有没有什么排课要求，我就回答说没有要求，没有任何要求。结果是什么呢？结果我就是他们最喜欢的人，因为跟我打交道最轻松的。后来我拿书稿去出版社的时候，编辑会问我说，李老师，你对我们的编辑工作有什么要求吗？我说没有，你们直接改，不用问我，结果呢我就成了出版社里最受欢迎的作者。为人父母也是一样的。你对孩子要求越多，那孩子越是令人讨厌，越是啥都做不好。你仔细观察一下是不是这样，还不如反过来尽早地告诉他们这句话。**你现在已经是大人了，所以你得对你做的事情你做的选择负责的，我可以帮你，但是你是为了你自己做，而不是为了满足我的要求。**再重复一遍。这句话的开头就很简单，你现在已经是大人了。父母对子女的要求越简单越好，这不是偷懒。因为反过来看，父母对子女要求越多，越是在剥夺他们做决策以及锻炼他们做完决策之后需要担当的机会，到头来养出来的是一个又一个的巨婴，即便是你要创建一个组织，也依然值得贯彻简单至上的原则。

时代不同了，不再是**组织**越大越好了，也不再是组织越复杂越高级了。在个体效率，就单个个体的效率早已经大幅度提升，且个体之间的差异极大，早已经司空见惯了。今天其实组织可能是越小越好，因为大小已经不再是决定效率的关键了，甚至组织可能越松散越好。去中心化组织的优势是在最近二三十年里早已经被各个领域论证过很多回的趋势。于是，组织原则早已从复杂的章程简化到了一个最少必要原则，叫**沟通顺畅有效即可**。格外注意的是，这保持简单绝对不是降低水准。恰恰相反的是，正因为保持简单，我们才有能量去提高水准。之前提到过的例子，我当年对排课的工作人员没有要求，我对编辑改动我的稿件也没有要求。但是这么说，隐含的要求隐含的要求水准其实是极高的。因为你反过来看，也因为我完全没有要求，所以隐含的要求水准只能是高到极致。你看我都这么随和了，但凡你们有一点对我不好都说不过去。我工作的时候，老板一般对我都没有要求，因为我做起本职工作从来都是尽心尽力，格外尽职尽责，这是一种相互的关系，我把我该做的事情做到了极致。这原本是你作为老板应该要求的，甚至是可能你作为老板需要监督才行，但在我身上你不用要求对吧，我就是能够做到最好，你不用监督，我就是能够做到最好。反过来你作为老板亏待谁都没有关系，但是亏待一个像我这样的人。压力其实应该很大，会让所有人烦心的。再比如说我对房子的要求很简单，只有

两点，一个床要舒服，另外一个工作台要大，没了。这要求简单，并不意味着成本低劣。反过来很多的时候成本可能恰恰因为要求简单而极大的提高了，到最后就看自己能够承担多少了，钱多就用最好的，钱少就用刚刚买得起的，反正都是相对花了大价钱。

很有意义的一个关键点是什么呢？就是**简单会有效促进乐观**；因为复杂永远意味着不稳定、不持续、易受影响、容易出问题。于是进一步导致的结果就是容易焦虑，容易纠结甚至痛苦。简单其实是快乐的源泉，不只是乐观的源泉，更是快乐的源泉。因为简单它保证稳定、简单容易持续、简单不容易出问题。生活当中呢，你很容易观察到的就是简单的人更乐观，反过来也一样的，乐观的人更简单。再进一步就是下节课我们要讨论的专注同样常常基于简单：如果你不能分辨你当前任务相关的众多因素或者众多事物当中哪个更重要，哪个最重要，你不能把问题简单化的话，那么争夺你那宝贵注意力的东西可多得去了，到最后连那些与当前任务全无关系的东西也会吸引你的注意力。请问专注从何谈起呢？

在我自己的生活当中，我甚至刻意避开一切复杂的环境，虽然很难清楚地向所有人讲清楚这样做的具体的好处，但我自己是非常清楚的。我因此究竟有过多大的收获？比如说如果一个工作岗位需要处理太多太复杂人际关系，那么我就会直接放弃这个工作，我需要简单的工作与生活，这样才能把我自己的能量用在我自己真正痴迷的地方。比如改进，无论改进什么，都需要消耗大量的能量，并且还要长期持续消耗大量的能量。对许多年之后，虽然用语言文字可能很难说清楚，但你看看我走到哪里了，再看看那些留在复杂环境里的人究竟走到哪里了，区别就显而易见了。

所以说必须保持简单，这可能就是追求极致的秘密，对吧？这背后无非是一个投入产出比的问题，需要关注的东西太多，那么有限的资源就不够用。于是简化、简化再简化。为什么？为了更重要的东西上你投入更多，为了在最重要的东西上你投入最多，不然哪来的效率呢？一切的机制到最后都是效益的机制，都是投入产出比的机制。这世界事物的本质就这么简单。简单呢是一种难得可贵的状态，它不仅要保持，还要不断改进呢，**最重要的是你要养成呵护简单状态的习惯**。相比来看啊保持简单远比保持乐观**简单**（却艰难）。只要你持续改进，保持乐观可能是挺自然的事情。

简单其实是一种难能可贵的状态，你不仅需要保持，还需要不断地改进。最重要的是要养成呵护简单状态的习惯，你要呵护它。相比来看，这保持简单远比保持乐观**艰难**。只要你痴迷改进，那保持乐观可能是挺自然的事情。然而，保持简单在任何时候都不是自然而然发生的事情。为什么保持简单不是自然发生的事情呢，你想想看就明白了，因为我们天然的欲望是无穷无尽的。并且比较要命的是，任何欲望的任何一次满足都会给你带来进一步的欲望渴求。所以你得经常审视自己，并且要养成好时常审视自己简单状态的习惯，要时常定期清理不利于简单状态的因素对吧。每个月、每个季度、每半年、每年其实都应该有专门的时间去反省自己。审查自己的简单状态，一旦发现多余的东西马上剔除，半点都不要犹豫。

3.3专注。

一直以来，人们对天分和努力哪个更重要呢？争论不休。我相信你和我一样也曾经或多或少参与过这方面的争论。当年我还在参与争论的时候，认为天分这个东西就是个虚无缥缈的概念，与其依靠天分还不如依靠努力。然而随着时间的推移，也随着我自身的积累，我越来越意识到其实有另外一个东西被绝大多数人普遍忽略了。当然也包括曾经的我自己。明显有的东西比天分和努力不仅都更重要，并且最重要，甚至干脆是唯一关键因素。那就是专注。

专注是一种状态，也是一种能力，以及这是这种能力带来的结果。首先你要明确的知道一件事情，专注肯定不是天生的。我们天生的时候，我们跟所有的哺乳动物一样，注意力会被任何事物所吸引，尤其是动的东西，最初的时候，甚至是只要一个东西在动，我们会就会被吸引着去看。从我们的初始状态来看，专注只能是后天习得、后天养成、后天积累的一种能力，虚无缥缈的天分压根就不值得讨论。但是实实在在的努力，相比于专注，努力的重要性实在是太渺小了。**因为对努力的有效性是建立在专注的基础之上的。**你想啊，这不专注的人再怎么努力也都是效率低下的。专注焦点错的人越努力越吃亏。尤其重要的是有能力保持专注状态的人，通常做事不靠所谓的努力，他们在那么做的时候并不吃力，甚至干脆成了享受。很多勤奋努力的人也有受不了快崩溃的时候。在他们听有些人说工作多快乐的时候，连从来都不会懒惰的他们也会表示惊讶，甚至不理解，工作怎么可能快乐，不累吗？专注的人很少，所以大多数人真的不知道，专注的人不累压根就不累，真的不累。累只是他们脱离专注状态之时才能

够体会的感受。他们一旦进入专注状态，这做事就不需要靠正反馈以去维持。大多数人终生都没有过这种体验，他们无论做什么事情都需要正反馈刺激，比如说希望他人鼓励、希望他人夸奖、希望他人肯定等等，一旦失去了正反馈，就直接失去了兴趣，失去了动力。然后就不了了之；那反过来，有专注能力的人进入专注状态本身就是最大的正反馈。至于剩下的一切都完全不重要。于是，专注的人，做事做得更久，做事做得更多，不仅每天做得更久、更多，每天、每周、每月、每季度、每年、每十年甚至更久。他们最终积累的经验更多，解决的问题更多，生产的作品更多，所有相关的一切都更多，不仅是更多，还是多出很多很多。那你想想看，最终的成就能一样吗？所以说呢，专注这种状态这种能力这种结果是走向卓越之路的唯一正确选择。在专注面前，天分和努力都不值一提。

专注是以乐观和简单作为基础的，不能保持乐观状态的人基本上没有办法保持专注。你想，因为专注意味着说全身投入。人之所以不乐观，就是因为无法对未来抱有太大的期望。于是对他们来说，事实上没有什么东西值得全身投入，因为不管是什么都无法让他们放心地认为产出一定会大于投入的。那你想不划算的事谁做？从这个角度看，不乐观的人不专注其实是理性选择的结果。不能保持简单状态的人其实同样很难保持专注状态，因为可以吸引他们注意力的东西实在是太多了。于是他们的专注是另外一种叫无效专注，看起来好像是在专注，但实际上是无效专注。这个专注有效无效的区别在于说，在专注的过程中有没有真正有意义的活动。如果有的话，那专注是有效的。如果没有，那专注就是无效的，他们随时随刻都很专注，任何时候都专注，对什么都专注。但是每次专注在同一件事情上的，维持的时间都非常短，因为随时可能转移，又因为维持时间极短，所以在这个过程中他们什么都没有来得及做。一路上这个那个那个这个东拉西扯，一转眼一天就过去了。这样的人其实是绝大多数的。你看看那些一天里大部分时间都被微信朋友圈、微博和抖音吃掉的人，就知道。这种状态反过来对乐观状态也有帮助，因为有效专注自然会带来进步与改善。每一次的进步，每一次的改善都是积累，积累堆积之后形成的比较，将会成为对未来期望的根据。专注同样会反过来有助于维持简单状态，最直接的原因就是专注消耗了大量的时间，乃至已经没有任何能量使自己变得更复杂，乃至只能越来越简单。

所以你看，**乐观、简单、专注这三个状态其实总是相辅相成的，缺一不可的，越完整越有效。**保持简单状态，实际上相当于是为保持专注状态提前

做了准备，提前做筛选，乃至确保了专注确实可以用在真正重要的关键点上。这方面的例子可以展开延伸到几乎任何一个领域。

让我们举一个相对重要的例子：每个个体在整个生活的过程当中都要处理无数个体之间的关系。我们之前用过一个类比，说一个家庭就好像是个国家，麻雀虽小，但也五脏俱全对吧？那国家有外交，家庭也有外交。事实上家庭成员也必然有外交。当然我们用另外一个词叫社交对吧。所以社交的核心就是处理关系，关于如何处理关系市面上有成千上万本书，听起来都好像有道理，但是很遗憾，恕我直言都没用，一个有用的都没有。为什么？我总得给出靠谱的根据，否则只不过是自说自话罢了是吧。所以给你个根据，你一定听说过这句话叫：弱国无外交，这的确是一句箴言。事实上**弱者无外交**对吧？虽然他很需要反过来想，强者自强，强者可以外交，但说实话外交的需求肯定不如弱者那么强烈。所以你看出来了，关系的关键不是如何交往，关键在于你是否相对更强。所以你问问自己就知道了，什么更重要？自强更重要。于是区别就出现了，大多数人遇到问题遇到尴尬、遇到麻烦的时候，从来都不在自己身上找根源。他们认为都是外界的因素才导致了问题，才导致了尴尬，才导致了麻烦。只有极少数人才去截然相反的态度，他们会首先从自己身上寻找根源，然后深思熟虑地改进，这就是弱者和强者之间的区别，甚至是唯一重要的区别。其实任何时候都是一样的，改善任何关系的有效方法，都是先把自己变得更好，变得更强，这才是入手点。你变得更好了，你变得更強了，然后你还平易近人，这关系怎么可能不好呢？解决问题当然要先解决关键了。以上就是一个保持真正简单 为 保持有效专注 做了准备和保障的重要例子。

专注很重要，专注是通往卓越的唯一正确选择，并且专注还不是天生的，那肯定是后天习得的。那么请问如何培养专注能力呢？首先当然是父母自身就要成为善于保持专注状态的人，相信我专注状态和打哈欠是一样的，是极具传染性的。家里有一个人是善于专注并且了解专注的对吧？那么很快大家都会变成那个样子，至少更可能变成那个样子。另外当父母陪伴子女的时候，最佳的选择就是带着她们专注地做一件有毅力的事情，需要做很久才能做好的事情。如果做不到的话，那就算了。那些漫无目的、零零碎碎、毫无意义的陪伴，说实话只有副作用。所以关键在于说这个子女成长的过程当中，父母从一开始就要明白，所有的陪伴都是有计划、有步骤、有安排的。谁让你不是成年人来着，谁让你不是父母来着，谁让你关心他们成长来着？既然你是成年人，你是父母，你关心他们的成长，那你就必

须能做，并且还要做好，并且还有每次都要改进。说实话，这也是绝对值得你作为父母值得专注的事情。

快速进入专注状态不仅有方法，还有很简单很有效的方法，并且绝对是一学就会的方法，一共才 9 个字而已，叫**尽量同时调动所有感官**，我再说一遍，尽量同时调动所有感官。让你的眼睛工作起来，用眼睛看，让你的嘴工作起来，用嘴说，用鼻子闻，用皮肤触摸，用脑子想象，不仅要调动尽量多的感官，还要尽量同时调动所有的感官。这个方法之所以简单有效，是因为当你主动调用所有感官的时候，你事实上完成了一个最重要最必要的动作，那就是把外界屏蔽掉。你只调用一个感官，那你只是只不过屏蔽了一小部分。如果你调动了所有的感官，那你就把外界彻底屏蔽掉。所以专注状态从反向定义可能更好，就是因为专注状态从反向定义，它就是指屏蔽了外界之后的状态，或者叫彻底屏蔽了外界之后的状态。这也从另外一个角度解释了为什么简单对专注特别的帮助，特别有帮助。在改进的过程当中，这个外界的作用相对于内部的作用来看其实是很小的甚至是有害的。仅因为时间精力有限，你把那个有限的时间精力花在外部的，那花在内部的就少；全都花在外部的，那就没有什么可以花在内部了。所以把宝贵的时间精力尽量全部都关注在内部，不仅长期来看划算，哪怕短期来看也是极为经济的，极为划算，这实际上也是一个格外理性的选择。所以意识到内部的优先级更高、更重要，对专注有巨大帮助对吧。起码直接解决了专注的意愿，倾向于主动选择专注这样。

所以刚才我们说，你保持简单的意思是说你更关注内部而不是外部对吧？所以你看简单状态对专注状态有特别的帮助。很少有人从这个角度去定义和理解专注。所以当他们需要专注的时候，他们会首先去找个安静的地方。其实这事实上是完全没必要的。环境安静对专注并没有太大的帮助。而专注的能力就体现在一个人能在多大程度上迅速地屏蔽外界，无论外界怎样都无法影响他的专注状态。所以养成了不安静就没法专注的习惯的话，那这一辈子就更没法专注。除此之外，专注的能力就跟跑步一样，其实没有什么区别。你跑久了你的肺活量就大了对吧？所以跑完之后别人可能会气喘吁吁，你却一直呼吸均匀，别人可能觉得要累死了，你却越跑越爽。专注实力也是一样的，你专注久了，别人会觉得累，你无所谓，就这样。基础观念存在之后，这三个状态（乐观、简单、专注）就是基础观念执行的结果，一起保证基础观念继续执行的状态。

4. 启发

第四部分用了计算机编程领域的一个概念叫：贝叶斯定理（Bayes Theorem）。其实我提出这一整套的方法论，是基于几个领域的借鉴。第一个就是计算机编程领域的一些基础的理论。第二个是复杂性科学里面的发展论。然后第三个就是当前比较流行的这个深度学习、人工智能。那在这之后我们再次用到一个进化机器的概念，然后提到递归。那人工智能在飞速发展，给我们的生活带来了难以置信的变化。在这个领域里我们能够得到的启发又是怎样的呢？就是这第四部分的内容。

4.1 推理革命：贝叶斯定理

你可能不会想到。在一个家庭教育课程里，我会讲解贝叶斯定理。贝叶斯定理被誉为人工智能的主算法，就the Main Algorithm，就主算法、最主要的算法，因为你听说过的什么大数据，人工智能、深度学习等等，你感觉不明觉厉的那些领域里都在应用也必须应用，贝叶斯定律，它是这场革命的核心。让我们先看看一道贝叶斯定理的应用题。然后在讲解的过程中，你别着急，第一次听不懂没关系或者是说一直听不懂也没有关系。对我们来说，这其中的运算细节并不重要，甚至连原理都没那么重要。重要的是我们在这里能够获得的可以应用到其他领域的启发。所以我先讲完，之后我们重点讲启发的时候，你能听进去、能听懂就好了。所以在接下来的一小段过程当中听不懂都无所谓的。但是有重点的时候我会提醒你，并且保证在没有任何基础的情况下也能理解哪些重点。

假设这个新冠的核酸检测的准确率为99.9%，你看我们现在天天做这个核酸，并且已知人群的感染率为千分之一，这是当前调查的结果。那么当一位受试者检测结果为阳性的时候，此人真正已经被感染新冠的概率究竟是多少？就是如果已知人群当中 1000 个里面有一个是已经被感染了新冠，然后你去检查检查出了阳性，请问你得了新冠的概率有多少？这个是贝叶斯定理的数学公式常见写法啦。

不过如果写成以下的样子，可能更容易理解。

这里的 H 代表假说 hypothesis, E 代表证据 evidence, $p(H|e)$ 就是叫 $P(\text{possibility of hypothesis even evidence})$ 在给出这个证据的时候, 这个假说的成功概率, 就是出现了证据 E 之后 H 为真的概率。所以**这个定理本质上来讲是通过新的证据修订之前假设的工具**。所以在刚才的应用题当中 H 就是假说: 人群当中感染了新冠的概率, 即根据当前的统计数据获得的, 肯定不完全准确, 但它现在是个将来可以通过修订进而更为准确的假说。而 E evidence 就是如果被检测者的检测结果为阳性, 这就是证据。但是此证据的准确率为 99%, 而不是 100%, 就是你去检测之后得到阳性的结果。那么你到底有多大概率真的得了新冠呢? 这里计算结果:

; 就是 $P(H)$ 相当于已知人群感染的概率, 根据之前统计是千分之一 (0.1%)。 $P(E \text{ even } H)$ 相当于是被测出阳性之后结果的准确率就是 99.9%。而 $P(E)$ 相当于是所有已经被检测的人群当中被感染的概率。其计算步骤如下:

注意你现在有 50% 的概率, 真的得了新冠。这个就是新的通过修订之后产生的假说。当你第一次检测之后得到结果是阳性。那么你再去检查一遍之后, 注意再去检查一遍。这一次假说是你有 50% 的概率, 得了新冠, 然后检测的准确率还是 99.9% 对吧? 然后还是阳性的话, 那这一次你真的得了新冠概率就极高了, 差不多是 99.9%。

好了, 听不懂无所谓的部分结束了。事实上, 我也没尝试着一定要把它讲清楚。现在关键来了, 让我们讲讲所有人都能听得懂的重点。其实刚才已经说过哪句话了, 通过这个例子你可以看得出来, 贝叶斯定律就是通过新的证据修订之前的假说的工具。神父托马斯-贝叶斯提出贝斯定理的时候, 还是 18 世纪的上半叶, 一七几几年, 大约就是 250 多年前了。结果这个如今才知道这么有道理、这么有用的定理被晾在一边, 至少有 200 年的时间里没有得到真正的重视, 直到计算机科学家们重新发现它的利益和用途。很有趣的科学史, 顺带介绍一本书给大家。中信出版社翻译出版一本书叫: 为什么? -关于因果关系的新科学; 非常值得一读, 就算读不懂也可以通过反复阅读, 理解个大概; 我们都知道逻辑很重要, 可是直到贝叶斯定律被真正重视且广泛应用之前, 我们的逻辑推演工具是非常有局限的, 我们用来推理的主要工具之一是**亚里士多德的形式逻辑**, 就是我们上学的时候学过的, 根据大前提和小前提得出结论。比如大前提是人都要死的, 小前提是苏格拉底也是人。结论是什么? 所以苏格拉底一定会死的。这种推理的方式有局限。这个局限核心在于两点, 第一, 通过形式逻辑,

我们无法得到新的、之前没有的信息，于是那个结论意义不大。人都是会死的，是我们已知的信息，苏格拉底是人，也是我们的一致信息。所以苏格拉底一定会死的。其实还是一致信息对吧，我没有办法得到新的之前没有的信息。所以结论意义不大，这是第一个局限。而第二个局限是一旦遇到不确定性，虽然同样也可以得到结论，但那个结论常常毫无意义。举例来说，遇到不确定的时候，这个形式逻辑就基本上是残废的。比如大前提说大多数政客是骗子，他是不确定的，他不是确定说所有的政客都是骗子，他说大多数政客都是骗子对吧？然后小前提是奥巴马是个政客，然后根据他得出来的结论能是奥巴马大概率是骗子吗？我们得不出这样的结论。你会发现的，在不确定性存在的时候，我们完全没有办法根据形式逻辑推理出的结论做出任何决策。即便是你往里面填上数字，比如说 80% 的政策是骗子，然后你得出结论说奥巴马八成是个骗子。然后请问你能根据这样的结论做出怎样的决策吗？因为无论怎么做都有很大的概率出错。因果的分析，我们无法给出确切的关系，就没有指导意义的。其实我们非常想知道，如果原因出现的话，那么结果就会出现对吧？如果这样的话，为了得到这个结果，我们去做原因就是了，对吧。可是我们最多能知道的是，如果原因出现了，结果也许会出现，那这时候我们就麻爪了（不会了），尤其是当错误的代价极高甚至压根不确定的时候，并且尤其是在一个资源有限，资源稀缺的事件，这真的是一个特别好的例子。

我1972年出生，在我上学的过程当中，直到 1995 年大学毕业，以上的因果逻辑分析就是逻辑训练的悬崖边缘了，再往前走就没有路了。那个时候课本里是没有贝叶斯定理的，无论是高中还是大学甚至研究生教材里也未曾提及。贝叶斯定律就好像是我们现在能够看到的那种能够凭空建桥的卡车，大家见过吗？就是山谷之间还有建桥才能通铁路对吧？那是怎么搭起来的？那个叫 bridge girder 对吧？我一会给大家个视频，你看看它非常神奇。它的出现就好像悬崖边上突然出现了一种这种大车一样，可以让我们修建通往无限未知的桥梁。你看永续学习只能是必须的。（视频）

在决策之前，需要做出判断，可做出判断的难度其实可能并不在于逻辑推断的过程，**判断的难度常常取决于判断依据的两个属性。第一是判断依据的准确性。第二是判断依据的完整性。**准确性带来的影响就是不确定性带来的影响。在之前的那个例子当中大家有看到。现在说说完整性，如果你在分析一个问题的时候，最关键的因素被你忽略掉了，不管是你有意还是无意，那么你的结论不可能是真正有意义的。这因果分析的关键无非是以下三个层面。第一个层面就是你要看 A 究竟是不是 B 的理由，有可能完全

不是理由。第二个层面，你要看 A 是不是 B 的唯一的理由。请问还有什么其他理由吗？然后第三，既然 A 不是 B 唯一的理由，那么请问 A 是不是 B 的所有理由当中最重要的理由？在日常生活当中，人们常常对推理的无力感，来自于逻辑之外，比如要是重要的理由我不知道怎么办。再比如我用什么样的依据判断哪个理由更重要。所以我们生活当中经常说某个人好逻辑不好，这种说法其实不太准确的。他的困难很可能不是在于逻辑或者形式逻辑或者逻辑形式本身。他的困难在于说他可能不知道最重要的理由，可能不知道更重要的理由对吧？然后他可能不知道判断哪个理由更为重要的判断依据是什么。所以即便同样会使用逻辑工具，但是在得到结论的时候还是遇到巨大的障碍。那为什么现在的计算机程序可以自我进化了呢？就是因为贝叶斯定理的应用。在只有形式逻辑和统计工具的时候，程序可以看起来比较智能，但是它不可能有进化能力。这个贝叶斯定理是来什么来着？贝叶斯定理就是通过新的证据修订之前假设的工具。你看它其实本身就是一个进化的工具。它的厉害之处在于它可以被设计成一个可迭代的递归算法。这里有两个词，一个叫迭代，一个叫递归。你暂时不要被这两个陌生的词汇吓倒。迭代和递归其实在生活当中是无所不在的。

你每天早上跑步，跑步其实就是个程序，因为某个问题的解决方案就是算法，算法实践就是程序。那某个问题的解决方案通常包含一系列的步骤，把这一系列的步骤写成指令，让计算机完成的过程就是编写程序。于是程序就是一系列指令，程序会把算法写成函数，一个函数就是一段程序，可以接收一个输入，然后执行一系列指令，最终返回一个结果及输出。好了，这一大堆你听不懂没关系；所以你可以把跑步理解为一个函数，而这个函数的输入就是跑步之前的你自己，而这个函数的输出就是跑步之后的你自己。然后你看到了第二天你要重复，你还要跑步，用的是同一个函数，输入的是什么呢？输入的是之前你运行过那个函数之后得到的输出，我再重复一遍。你第二天跑步的时候用的是同一个函数，输入是什么呢？输入就是之前你运行那个函数之后得到的输出。所以所谓的递归函数就是能够接受自己的输出，作为下一次运行的输入的函数。我再重复一遍，所谓递归函数就是能够接受自己的输出，作为下一次运行时的输入的那种函数。于是跑步就是个递归函数，它是个递归算法，它也是个递归程序。进而重复执行递归的过程叫做迭代。

其实贝叶斯定律被应用的例子是无所不在的，甚至在人们并不清楚的理解贝叶斯定律的时候，也会自然而然地使用起码类似的方法论。比如说炮兵在射击的时候会并非故意的使用贝叶斯定律，炮弹与等？不同它的飞行轨迹是

抛物线，所以瞄准的难度更大，影响难度的因素也很多。所以他们会先根据计算和经验，把那个炮管调整到一个可能命中的瞄准角度，然后再根据炮弹的实际落点进行调整。这样在经过两三次射击和调整之后，炮弹就能够极大概率命中目标了，或者是更大概率命中目标了。然后这里是关键了，就换言之，贝叶斯定理对因果分析的影响核心在于，首先它可以通过迭代对已知原因不断打分，就是已知原因里面哪个更重要对吧？可以不断地计算。然后不断地给它打分。很多人显得逻辑差的原因核心在于这里：他们从来都没有给众多的原因分别打过分，而是把那一堆有的没的原因全都放在一起。然后综合考虑，于是矛盾与纠结源源不断的。我们没用贝叶斯定律，只是用很朴素的问题问自己，并且反复问自己什么更重要，你看就已经很有帮助了。而我们反复问什么更重要的过程，其实你看也是个递归，也是个迭代。

想象一下，如果有不知疲倦的计算机，通过大数据的输入，不断帮你分析之后给各种原因打分，那么你的判断力能有多大的改善？更为重要的是下一条，就是贝叶斯定律的应用可以通过迭代不断找到新的原因，之前是给已有的原因打分，现在他有可能找到新的原因。这就是探索未知世界的神器了。怎么做到呢？虽然比说起来的复杂 1 万倍，但是简单讲核心就是：起步的时候设定一个原因数据集，里面放着所有已知的原因，并且经过一段时间的迭代之后，他们各自分别的权重已经可以慢慢确定，越来越确定。然后继续根据大数据的输入，竟然有一个什么原因？按照当前的规则打分，竟然高于目前数据级别的那些原因的半数以上。那么这个新的原因就应该被放入刚才建立的那个原因数据集，新的原因被发现且被吸收到原因数据集里去。你看这就是不停递归可以达到的效果。于是呢在反复通过迭代递归，我们竟然现在真的有一个靠谱的方式可以无限接近真理了，这是非常令人狂喜的。长期以来，人们基于手中逻辑工具的局限，终生挣扎着寻求的就是：我已经看到结果了。那请问原因是什么？我看到了一个结果，我想要那个结果，那么是什么原因导致了这个结果呢？如果我确定的找得到，主要是确定的找得到那个原因，那么我就应该能够确定的获得那个结果。

想下之前我们举个例子，2022年冬奥会期间无数父母脑子一闪第一念头就是：哇，谷爱凌真好。谷爱凌真好。这个是结果就是Q。然后脑子里想的是她妈妈是怎么做的呢？这个就是P对吧。当然了，大家知道，这不仅难，甚至有点有可能。在人工智能领域里贝叶斯定律广泛且密集应用的过程当中，科学家们最大的感受就是人工智能的发展方向总是充满了例外。

比如人工智能下棋啊，棋手就会说这不是人类能下出来的妙手，啊人工智能能说作画对吧，画家看了之后就说人类不会这么画的。那请问这些意外如何而来呢？一个简单且靠谱的解释是，这世间真正普遍存在且很可能更重要存在的因果关系，并非单个原因和单个结果之间的关系，而是多个原因构成的集合与多个结果构成了集合之间的关系。

好了，到此为止，听不懂全部根本无所谓了。这里真正需要你听懂的，并且谁都能听懂的。真正的重点是以下这么一句话：**在一个因果关系两端实际上更多都是集合的世界里，只看到一个果，且只探寻一个因，有成功的可能性吗？答案是几乎没有。**请仔细理解这句话，就是在一个因果关系两端实际上更多都可能是集合的世界，不只是一个因，不只是一个果，你只看到一个果，然后去探寻其只探寻一个因，成功的可能性有多大呢？首先几乎没有，其次有又怎样，其实聊胜于无。这段话实际上是这节课的重点，也是我们必须重新认真思考家庭教育的核心重点。就是长期以来我们看到家庭教育里的各种谬误都有很多的理由看起来，但是归根结底是这样一条，这个世界的本质是很多原因造成了很多结果，或者反而说很多结果是很多原因造成的，不是一个原因造成对吧？但是我们在此之前没有良好的工具和良好的思维方式，导致的结果是什么呢？我们常常只看到一个果，去追究另外一个对应的因，乃至说我们常常是无功而返。

4.2进化机器

上一节课，实际上从另外一个更为深刻的角度帮助我们理解了设计论者和发展论者之间的重大区别。你想想看吧。如果我们所面临的世界里，真正普遍且重要的因果关系并不是一个原因对着一个结果，而是一堆的原因对着一堆的结果。那么我们其实只能选择做一个发展论者。这不是吗？即便是短期来看，设计论依然有用并且非常实用。但是长期来看，设计论不仅有很大局限或者干脆无效，甚至还有很多很多的副作用。起码我自己就是这样决断的。我仔细回想一下我自己的人生路程，结论也是一模一样的，我就不是靠什么远大理想走到今天的。你别说二十岁的时候(就是四十年前)我能够想象到我今天的样子，就是三五年前的我看到今天的我也会各种惊讶，我自己在过去的许多年里更像一个进化机器，根本就不是一个目标明确、一直坚定百折不挠的勇士。最初的时候，我根本就不是什么学霸，甚至连好学生都谈不上，只是会一点学习而已。但也只是在众多科目当中只有一个项目可以做到所向披靡。那就是我在初二的暑假向父母要了 10 块钱

去上了一个兴趣班，叫 python 编程，刚刚一路得奖，最高奖是东三省计算机竞赛第一名，但我并没有在这条路上走多远。高中毕业的时候就戛然而止。高二的时候，我们学校那个姓王的计算机老师把参加全国竞赛的名额偷偷内定为他的外甥之后就火速移民巴西了。这之后，稀里糊涂的我在一个两年前还是专科学校的新晋本科大学叫做长春大学的地方，稀里糊涂地待了四年，读了个二十多年之后才多少用上了一点的会计专业。毕业了之后，刚开始找不到工作的，于是回到老家办的第一个营生竟然是贩卖盗版光盘，这中间也做过销售培训，也去韩国读了一个宏观经济学的博士，但是半途而废又折回国内开电脑公司，28 岁的时候都快到而立之年了，又跑到新东方应聘当英语老师，这是我这一辈子唯一的打工经历。然后在 30 岁左右的时候过上了相对稳定的生活，甚至有一点点体面；父亲去世之后，家庭里没有了医疗费用的负担，我又重新独立创业，干啥啥不成偶尔成了呢也做不大。后来竟然啊误打误撞，机缘巧合啊进入了投资领域。注意啊这里的措辞我说是竟然，竟然的意思是说连自己都完全想不到。突然之间，我好像找到了一个如鱼得水的地方，现在回头看，如鱼得水才十年多一点点。我猜我的父母跟大多数父母一样，或者 100% 父母现在都是设计论者。当然最终和所有人一样，成了一个放弃了设计论的非发展论者，他们根本不知道发展论是什么，更不可能想过设计论和发展论的区别，他们有过无数的设想，到最后全部都消散，只剩下这样一句话，**只要你好好的就可以了**，你听得是不是很耳熟？如果你已经超过 30 岁的话，就认真回忆一下。你儿时的一厢情愿有多少最终实现了呢？不管是你自己的一厢情愿，还是你父母对你的一厢情愿，你再仔细看看。你自己正在做的事情，在多大程度上是你早就计划好的了，你把时间拉得越长就越跟计划毫无关系是吧？你回头看的话，如果说我有什么真正意义上的优点的话，其实只有一个算得上，就是痴迷于学习。然而即便是这个优点也是通过另外一个侧面而起作用的。因为我显然并不是真正意义上的学霸。即便是我曾经在所向披靡的那一小段时间里，也不见得是真正学霸。现在回头看不是我太强了，而是当时我的对手们太弱了而已。另外多年来，我并没有放弃继续学习编程以及计算机科学领域里的新东西。**我走得越远，我就越知道自己的天赋和能力究竟有限到什么地步。真正让我受益的并不是痴迷于学本身，而是一直痴迷于学习**，这很重要。在这句话里，学习和痴迷都不如一直重要，一直是最重要的，就是一直痴迷于学习，里面的一直是最重要。说个重要的例子，大家都知道，我曾经在新东方教过英语，教过阅读和写作，各种考试的阅读和写作都讲过四六级的研究生考试的托福的 GRE 的。但是我的口语一直很差。但是你知道吗？他架不住李笑来一直在用。在过

去的 20 多年里，我非小说类书籍我只读英文的，影视内容也只是看英文原版的或者是起码英文原版的居多。甚至在最近两年写东西也开始更多地使用英文。对，我的口语是差，我们那代人大多数都是这样。但是我的英文并不算差，够用，并且越来越够用。但口语就是差。为什么口语差呢？口语用处不大，没地方说对吧？所以一直用不上，一直不用，你看就不行。那阅读写作一直用，那就变得很好。

所以你这个例子能看出来，一直有多么的重要，一直的效果有多么的惊人的话，有些事情可以一直做、长期持续地做。在我自己已有的经验当中。但凡是我长期持续地一直做的事情，没有哪一件不是越做越好的。用英语当然是个例子，写作、讲课、弹唱、销售、投资；我们都听说过的道理比如：一切都靠积累，自己真正经历过和道听途说之间差异是巨大的。像我这样有无数积累经验的人，不可能怀疑积累的作用，也不担心积累之后有没有浪费的可能性，没有的，不会浪费的。在定投人生课堂里，掉队的人是不少，但终究是少部分。不过，那些反过来没有掉队的人最常慨叹的是，如果没有李老师，如果没有在社群里，我早就掉队了。为什么会这样？因为差异就在于有没有足够长期的积累经验，积累本身就很罕见。不仅要积累，还要长期积累，还要在很多方面有长期积累的经验。这一下子就已经是千分之一了。如果每一步都能筛掉九成人群的话，三步就是千分之一，筛掉了千分之999。听说是听说，知道是知道，认同是认同。但他们和做到之间不知道究竟有多远的距离。可能应该像用时间衡量行星之间的距离一样，不是十万八千里，而是至少 10 年 8 年。

在把时间当做朋友里。我讲过多年里我痴迷学习的原因，因为我感觉学习这个东西更像是进化。你要知道，那是好多年前了，在即便没有贝叶斯定理影响的情况下（我当时也不了解贝叶斯定理，也不可能知道人工智能深度学习的原理）我已经多多少少是个发展论者了，积累是有复利效应的。尤其是在长期的加持之下，这些年感受最深的是判断力的发展。有时候我会嘲弄知乎的问题模板：什么什么你是怎么看？什么什么你是怎样的感受？能被这两个句式吸引的人 100% 是没有判断力的，明显极度缺乏经验且完全没有见解。可是当我心平气和地回忆自己这一路走过来那弯弯曲曲的路径的时候，我自己就明白了，最早的时候我自己也完全没有经验，我自己也完全没有见解，我自己也毫无判断力可言。换言之，年轻时候的我也是个现在我一不小心就会狠狠嘲弄的弱智笨蛋。于是我的另外一本书就出现了，叫定投改变命运。甚至后面跟这个社群，大家现在都在里面。笃定长

期积累一定带来复利效应，并且还是直接带来经济财务上的复利效应的那种，就不仅仅是类比的那种。

当我决定组建完整家庭的时候，我已经老大不小了，这不见得是晚婚的典型，却一定是晚育的典型。而且当时我还面临了一个另外的问题，因为我有严重的糖尿病，所以我的生命预期相对他人要短很多，我在晚育的同时竟然还必然早亡。你看这是非常大的困境和难题。那怎么办呢？**幸运的是，我找到了解决方案。这我的目标就是设计一个简单具有完整的可递归的迭代算法。**就是这套课程，从我的角度和经历，它就是一个简单具有完整的可递归的迭代算法，**然后把这个算法装到我老婆的操作系统里**，让它持续去迭代下去，不断进化。你可能在这里略感意外，我想到一个这样的算法并不容易，但是当我确认自己的算法没有问题之后，最先安装的对象竟然是我老婆，而不是子女。当然上课前你会惊讶，又当然你已经听到这里了，你会反应过来。我们早就说过了，家庭教育最重要的是夫妻关系，然后是父母榜样，最后才是子女教育。更幸运的是，我发现自己早就完成了这件事的将近99%。我老婆刚认识我的时候，是不太读书的，因为他从小家里就没有什么书，他父母都是工人。一整年下来，家里连报纸杂志都很少。刚开始我们在一块的时候，她帮我整理书架上的书籍，花了一下午折腾，你知道是怎么整理的吗？是把书按照大小整整齐齐地重新排列了一遍，这都是编剧都想出来的生活段子。然而许多年过去了，他早就是一台进化机器了。你知道他现在一年多少书吗？至少 50 本，这还仅仅是精读的书籍。在他原本的生活圈子里，微信好友们都把他从微信读书里屏蔽掉，看他的进度有点烦，越看越烦，到最后特别烦。

六个基础观念再加上三个状态，我们两个是完全一致的，早就完全一致了，许多年前就完全一致。显然起初的时候不可能一致的，甚至是冲突不断的。我的优点之一就是在家里沟通的时候持有无限制的耐心，我再重复一遍。这是我最重要的优点。就是在家里沟通的时候我持有无限的耐心，一次聊不明白，那就再聊呗，两次不行就三次呗，反正有的是时间早晚能够聊明白，他最重要的优点就是讲道理。有时候我们讨论不欢而散，但是第二天或者过几天他会来找我说，我想了，你说的那个这个都是的确有道理。然后以后我们遇到什么事情，就拿出已经沟通过都认同的道理去做判断，共同提升判断。这当然是我们这么多年来根本就没有吵过架的另外一个原因，之前第一个原因是什么来着？（我能赚很多很多钱）我前面讲过，于是这么多年来他和我一样，我们事实上都是进化机器。所以当我琢磨出一套简单却完整的可递归的迭代算法的时候，我们家里是完全一致的。当

然这并不包括他的父母和我的父母，尽管我们都愿意花费那些有限且宝贵的时间精力与他们沟通，但是对他们能够马上获得一致，不抱任何希望。所以我们采取了简单直接粗暴的方法，最简单直接粗暴的方法，绝对不允许他们随意来参与子女教育，参与家庭教育；规则也非常简单，提前说清楚，**发现不一致的时候，只能、必须、无条件听我的，不许犟嘴，不许耍脾气，这是说我们双方的父母**，我的信心不仅来自于对当前世界上最先进的领域的参考借鉴，更多也来自于自己已有的经验。几十年来我自己就是台进化机器。后来我用 20 多年的时间把自己的老婆也打造成了进化机器，我就不信我的子女竟然无法成为进化机器，更何况系统被设计的那么简单，不仅我能做到，我老婆做的到，其实我相信所有人只要愿意都做得得到。我们之前提到过，但行好事，莫问前程，就是计划论者的信念了。然后就是下句话，假以时日，不可估量。

4.3再次迭代组成完整家庭并完成一次家庭迭代

把子女养大成人是所有父母成人的责任和义务。那有没有什么标准呢？最朴素的方式是定一个年龄标准，18岁就成年了。现实生活中还真的有很多父母就是按照这个标准思考并决策，18岁之前我养活你，18岁之后你自寻出路。其实，现在这个现代的教育体系多少打破了这个标准。今天绝大多数的父母，尤其是在中国供养孩子，动不动就到了二十四五岁。为什么呢？因为她们要读本科，读完本科要读研究生，研究生毕业找不着工作怎么办？那就再读个博士。一转眼二十八九了，用年龄判断明显不靠谱。我们已经看到了这种方式的不靠谱程度，越来越多的啃老族出现，这还不说明问题吗？另外一种说法就是判断标准就是成家立业了，本质上还是看年限，只不过是换了一种方式标记年限而已。所以同样的不靠谱，无需论证，不管别人怎样，我们必须有另外的方式和另外的判断标准。所以我制定了总计三个标准。成人

第一个就是**经济上自给自足**，什么时候经济上自给自足了，什么时候算是成人了。只不过这个标准得设个限定条件，不可能无限期等待是不是，比如25岁之前必须经济上自给自足，不要误以为一个人在步入社会之前是不可能赚到钱的，甚至压根就不应该赚钱。这跟父母是否有充足能力供养子女并没有关系。这是一台进化机器的必须的配置，没有自给自足的能力，

就没有办法永续迭代，算法再牛都是扯淡。当然了，我们课堂里的人多少可以有些优越感。因为我们的子女从小就产权观念清晰，他们崇尚生产，他们痴迷于改进，他们能有勇气直面困境，他们有决断并且肯担当。他们是健康人，怎么可能赚不到钱呢？差别只是赚得多或赚得少而已，或者是赚得早还是赚得晚而已。只要一个人正常，只要一个人正常保持进化，那么最终成为 1% 千分之三、万分之七都是必然的，没有什么意外。这里需要注意的是，父母绝对不能乱给，每次你多给乱给，都是在打压她们的自身努力，无论是哪一方面，只有共同面对、共同思考、共同讨论才是必须的。必须自己的事情自己做，自己承担后果的决策也当然必须自己做，每一次都应该如此，不能有例外。很多人可能没有想过，经济独立的另外一个重点是，成年之后就不要再靠父母了。但是更为重要的是老了之后不需要靠孩子。所以经济独立的内涵比大多数人想象的要多得多得多。（经济独立的真正含义：1.未成家的时候要自给自足；2.成家之后要更多的负担，比如，孩子的费用，要自己自足；3.孩子长大之后，自己老了之后呢，依然要自给自足。）首先未成家的时候要自给自足。其次成家之后有更多的负担，但是比如孩子付费用等等也要自给自足。等孩子长大之后，自己老了之后，依然要自给自主，从小就让孩子明白这些简单却又重要的事实是很有意义的，不能让他们跟大多数人一样终生生活在片面的见解之中。父母终生都要改进自己的赚钱能力。很多人在讨论方法论的。在通往财富自由之路当中，我也讲解了改善收入的方法论，就是从一份时间只能出售一次，升级到一份时间可以出售很多次。到了定投改变命运这本书里，这个策略有个三连胜式的升级（从一份时间只能出售一次升级到一份时间能出售很多次；从只会用钱消费升级到会用钱赚钱-----也就是开始投资；从只会用钱投资升级到不仅会用钱投资还会用时间投资.....）而到了最人生最重要一课，还有若干个必须先达到一定积累之后才能发挥作用的方法论。所以那些方法论甚至没必要公开，因为 99.9% 的人没有资格用那些方法论，这些都是父母可以学习，可以改进并且通过积累当然可以获得的效果。并且可以让孩子看到效果的方式对吧。父母会赚钱，孩子原本应该更容易学会赚钱。可惜绝大多数有钱的父母用乱给乱给的方式，反倒让自己的孩子是彻底失去了赚钱的能力，甚至失去了赚钱的机会。

成年的第二个标准是什么呢？**找到值得自己做一辈子的事情。**每个人都是不一样的。作为发展论者的我们当然已经明白，没必要为任何一个孩子武断地定义未来的目标和方向，因为他们未来的样子在现在看起来必然是神秘的。然而神秘并不保证卓越，大多数同样拥有神秘的未来的人最终变成

了平庸的样子。兴趣根本就不是成功的关键，因为兴趣大多源自于真的做得好，而不是反过来，因为有兴趣才可以做得好。兴趣其实是发展出来的，但人们通常没有意识到另外一个更大的重点，那就是发现本身其实也是发展出来的。通过发展终于发现而不是因为发现而终于发展。有一本好书叫range，中文翻译叫成长边界：超专业化时代为什么通才才能成功？这是2019年出版的一本书籍，作者是戴维阿布斯坦。在这本书当中，他对前一本书《体育基因》里的要点进行了扩展。然后针对过度专业化提出了更有意义更深入的讨论。这本书的作者发现，大多数卓越者竟然都是比较晚才确定自己最终的专业。在体育领域，很多精英像网球运动员费德勒那样，在早期接触很多的运动，多种多样的运动锻炼了他们的综合能力，并通过各种尝试最终确定自己后来所需要选择的方向。爱博斯坦提出了一个概念，叫做**采样期就是采取样本的时期**。也就说大量的精英都经历过很长一段时间采样期，在这个过程中多样性非常重要，分散的时间精力其实并没有浪费。因为只要是个痴迷改进的人，无论在哪个领域里都会有所收获，有所积累。然后这些不同领域里的收获和积累又可以相互触类旁通，最终形成了通才，只有通才才有的特殊的竞争力。经过这段采样期之后，一方面竟然拥有了过早专业化的人所没有的触类旁通的特殊竞争力。而另外一方面，通过比较，更容易“发现”自己真正有能力做好，且因为更能体会其意义而愿意做一辈子的事情，然后就做了很久。于是所谓的卓越就呼之欲出。在高度经济化的今天以及未来，以及只能更加高度精细化的未来，无论在哪个领域里获得卓越的结果，都能自动保证一个人成为高净值人士，关键还是保持着简单状态的人。于是呢，那种所谓眼见他建高楼，眼见他楼塌了的情况，在我们身上基本上没有什么可能。这也是贝叶斯定理应用的另外一个例子，真正的兴趣是未知的。然后通过反复迭代肯定找得到；年轻的时候经常半途而废，其实是非常正常的。并且一点都不可怕。我小时候就经常被我的父母嘲笑说做什么事情都三分钟热度，现在回头看是他们太着急，所以误以为自己掌握了真理。我那不叫三分钟热度，我那叫活跃采样期，我都快四十岁了才进入领域，才发现采样期结束，才发现自己如鱼得水，奇怪吗？不奇怪。所以这第二个标准是没有时间限制的。

那第三个成人的标准是什么呢？**叫组成完整家庭并完成一次家庭迭代**。事实上这才是最关键的一步，只有这一步完成了我们的好的家庭教育才算是真正告一段落。其实，完成第三个标准的难点并不在于如何继续迭代，因为在这样的家庭里长大的人自然而然地知道应该继续怎么做，反正自己见

识过、自己经历过，其实它真正的难点在于再往前如何找到一个值得一起过一辈子的人。第一种方法很自然，如果你自己是个进化机器的话，那么你很容易在人群当中甄别出另外一个进化机器，并且你们相互之间更可能产生吸引。如果非要说识别，有没有什么方法论的话很简单，用我们的三个状态就足够了，乐观的、简单的、专注的。显然更大概率上来看是台进化机器，因为这三个状态是六个基础观念的综合执行结果。当然意外总会发生，困难重重是真实的境遇，如果找不到怎么办？如果不小心喜欢上的并不是进化机器怎么办？那就只能用另外一个更为强悍的方法，造出一个计划机器。你也看到了，我就是运气没那么好，但我就是这么做的。虽然以前运气不太好，但后来运气很好，因为我善于创造意外惊喜，这边大家都知道，我很早就分享过如何创造意外惊喜的方法论，那这里就涉及到。我用了一辈子的另外一个方法论，那就是**教这是最好的学习方法**。无论我学什么，我都会把自己想象成一位老师。我从一开始就琢磨着：这事我怎么能讲清楚？我能讲清楚吗？如果我这么想的话，有没有什么地方不清楚，容易产生歧义的呢？我需要注意的是什么？那就先这样试试。竟然还有这种困难，那怎么办？然后琢磨如何改进？我的体会是，只要最终我真的能够讲明白甚至讲精彩，那我自己就真的会了。毫无疑问你会了，虽然他不仅要讲很多次，甚至讲给很多人。你可能没有意识到，写作也是在模拟向很多人教学，这个过程只能让一个人思考得足够深入、足够全面。就算他有副作用，那副作用就是表达越来越清晰，越来越有效。所以，家庭教育里最高效的活动就是组织教学，不是组织学习，是组织教学，任何人都可以教任何人、任何事情。哪怕是为了学也要备课。这样做有很多好处。比如说，人人都被迫养成了凡事都要提前做准备的习惯。再比如说人人都口齿伶俐，思路清晰，这好处太多了，干脆罗列不过来。

如果有一天你确定你的每个子女都满足了这三个标准，第一，经济上已经自给自足。第二，找到了值得自己做一辈子的事情。第三，组成了完整家庭，并且完成了一次家庭迭代。那么在家庭教育这件事上，有谁竟然会觉得你做得不够好呢？