

Review Life

2025 年 5 月 19 日

目录

| | |
|---------------------|----------|
| 0 引言 | 1 |
| 1 2025 years | 1 |
| 1.1 05-14 | 1 |
| 1.2 05-19 | 1 |

0 引言

每当自己感觉没啥事情去做的时候，或者说是没有一个明确的目标的时候（迷茫），就想停下来，我们不去考虑未来做什么，而是考虑我们做了什么，回顾一下自己，简单 review 一下。i.e. 选择文字的表达方式，可能是这个空间的封闭的隐私的，匿名的，怎么说，说什么对身边的人或事情都没有什么影响。So，就有了这一篇文档。

1 2025 years

1.1 05-14

在过去的两年里，感觉一个很大变化是对于，“好的事情”的认识和理解，或者慢慢有一种对于“好”的另类的追求。在认知信息圈偏小的过去，只是感觉能去做，就已经很不错了，有了很强的成就感，但当时间线拉长，基础的阶段度过，兴奋的阈值拉高，感觉生活中很多事情都变得**无趣**。

如果某件事情没有比其人做的更好，或者没有使用小的时间去翘动一个大的收益（**大的杠杆**），那么这件事情就变得平常了，进而导致了无趣。自己失去了一种对新事物的好奇心，或者说是对新事物的探索欲望。逐步套入在自己构建的舒适区里面，每天使用自己构建的评价体系去评价自己。做的事情越来越局限，比如我们已经失去了对自己出去玩的动力，感觉出去玩，自己又累又没有实质上的产出，吃力不讨好，感觉不到任何**价值**。

自己变得越来越“**功利主义**”，习惯使用金钱除以时间去规划，这件事情在自己日程的优先级，但是更多时候，自己也不知道有了这钱，一般等价物，也不知道去干嘛，更多时候就是一味的“钱”，去对事情排个序，或者说是事情的一个评判标准，自己已经失去了**对事情“好”的判断**了。也可以说自己是越来越适应这个世界的某种运行规则了把。

但是几年前的自己，应该还不是这般，会去假想一些美好的品质或者事物，并以此为准则去决定是否去做。我们还是认同，**人的一切行为都是他接触的东西的一种 map**，所以可能是这两年接触的事和人，改变了自己的认知把。**真是越活越成自己以前讨厌的样子了**。

1.2 05-19

从过去的快一周时间里面，来看，我们还是没有走出丢失目标的状态中，走出来。一种做什么事情都没有动力的状态，似乎已经成为常态。有人说这是一种 gap 周，就是我们去休息一段时间，去放空自己。除了做一件事之前，会去考虑一下事情做的意义。但是那有这么多事情，都是有 meaning 的。可能只是一种自我内耗的做法罢了。为此我们应该对目前的状态进行转化，应该让自己集中起来，把信息流隔断一下。去**主要了解一件事情**，平静一下自己的内心。那就去看看数学罗。