

正面思维的误区

有些人喜欢宣扬所谓“正面思维”（positive thinking），而不顾事实真相。每当你批评一些事情，他们就会拿出正面思维这个万能法宝来压制你，说：“你这人怎么这么 negative？要 positive，要看到事物好的方面才对！”

比如这次有人说：“你把之前每个东家都喷了一遍。这里面难道就没有你自己的问题吗？”我只能说，如果它们真的就是那么恶劣，那我有什么办法呢？由于没来得及选择，连续进入好几家问题公司，其实很正常。我不是一个完美的人，然而在公司的人际关系上，我可以说是仁至义尽了。我没架子，容易相处，这点很多同事都知道，甚至厨师和扫地大妈都知道。然而我绝对不是好欺负的。

像 Coverity, Sourcegraph 这类极品，欺压员工，无耻利用，行为极其恶劣，难道我还能说它们好话不成？我的心理不知道要扭曲到什么程度，才能发掘出他们好的地方来。这些公司的恶劣行径，严重损害了员工的身心健康，伤害了他们的事业发展，在某种程度上可以说是犯罪行为，没有把这些人告上法庭就已经不错了。关于这些公司，有很多骇人听闻的细节我还没有说出来，我保留对这些进行进一步揭露的权利。

然而这不是今天的主题，我今天想谈的是所谓“正面思维”。很多人没有意识到，盲目的正面思维，其实是一个很严重的问题。正面并没有什么问题，快乐是好事，然而它们应该是结果，而不应该是目的。如果一个社会需要刻意去提倡“正面”和“快乐”，去宣扬它们，通过舆论压力或者暴力，迫使每个人都“正面思维”，那就有严重问题了。文化大革命的时候，人们的思维可真是很正面啊，各种歌颂……你要是敢说任何不好听的话，立即被打成反革命右派。可是今天，我发现这种文革似的“正面思潮”，又有抬头之势。其实，它在美国已经泛滥成灾，以至于有人专门写了一本书来批判这种“正面思维”：



当你遇到困难的时候，美国人喜欢说：“别担心，一切都会好起来的……”，“要专注于事物好的方面……”，“只要你努力，就会有好结果……”，“困难是临时的，面包会有的，Go 语言会改进的……”，“危机会过去的，经济会持续增长的……”，“美国是世界上最伟大的国家，上帝保佑美利坚……”看看这本书，你就知道这些说法有多大的欺骗性。整个美国，其实都沉浸在人们不切实际的“正面幻想”之中。

“正面思维”跟美国的剥削制度和资本主义，是密不可分的。美国总是宣称自己是民主自由的国家。听到这个，比美国民主和自由很多的国家，都笑了。一个真正民主自由的国家，有什么必要反复的宣称自己是民主和自由的呢？事实上，美国是一个剥削和压迫非常严重的国家，美国人民并不幸福。实际上，正面思维就是剥削者想出来，用于安抚人民，让人安心做廉价劳动力的工具。一些所谓“成功人士”，总是鼓励大家要上进，要看到事物好的方面，说失业是一种福分，要安于现状，一步一步奋斗，往上爬！然后呢，自己却在背后玩弄权术，利用人们的正面不设防的心理，招摇撞骗，投机取巧，贬低人的价值，压低雇员工资，让别人加班加点，动作慢了随时开掉。自己却不劳而获，靠着一口官腔（所谓“领导才能”）飞黄腾达。

在美国，正面思维是一个产业。号称“快乐民族”的美国人，每年消耗掉世界上三分之二的抗抑郁症药物。美国出产层出不穷的正面思维和“成功学”书籍，DVD，以及其他产品：『[人性的弱点](#)』，『[心灵的鸡汤](#)』，『[谁动了我的奶酪](#)』，『[秘密](#)』……出产成千上万的所谓人生导师，职场教练，宗教领袖，知心大妈，心理医生，鸡汤和蛇油贩子……他们的谋生方式，就是训练你如何正面思维，抑制负面情绪。这些人不能给你任何切实可行改善生活的办法，而只是告诉你，如何才能把生活的挫折，社会的不合理，不公平，都想成自己的思想有问题，或者自己不够努力，不够好。不论遇到什么样的不幸或者不公正待遇，你都不能抱怨抗议，反而还得“心存感激”，因为你活着就是上帝最好的恩赐。这也就是为什么美国有个节日叫“感恩节”，除了美国及其附庸加拿大，世界上没有其它国家庆祝感恩节。

美国的正面思维产业是如此的发达，甚至产生了一门学科，叫做“正面心理学”。哈佛大学还开设了红极一时的『[正面心理学](#)』课程（所谓“幸福课”）。我当年看了一阵子这课的[视频](#)，发现它真的很不寻常。课程进行到将近一半，教授仍然在做一般课程第一堂课的那种“动员工作”。没有传授任何切实可行的方法，只是反反复复地试图说服你，为什么你应该学正面心理学……老师啊，我坐在你课堂上半学期了，你还在告诉我为什么应该上你的课？！后来我发现，这个学科很像传销。它并不能让人快乐起来，然而它确实能教会你如何说服别人来上这门课，能把你训练成跟老师一样的“幸福课推销员”，然后你又可以去训练下一代的推销员……最后大家都成了推销员，然而推销员自己并不快乐，因为他们没有真正的产品和客户。

你知道为什么自从小布什做总统以来，美国的正面思维产业越来越红火了吗？因为小布什本来就是拉拉队长（cheerleader）出生，他以前的工作就是给大家加油鼓气的。小布什要求美国人

民，一定要正面，一定要认为美国是世界上最伟大的国家，一定要认为美国人民是上帝的宠儿！;-)



在 Cornell 和 Google 的时候，我饱尝了盲目的正面思维所带来的危害。Cornell 这学校有个奇怪的现象，跟同学聊天时，如果你想打听某个教授的学术或者为人，得到的回应必然是：“他好牛！”“好厉害！”“非常聪明！”之类的语言。你听不到任何人说不好的方面，比如：“他讲课像是背书”，“他的研究没有实质意义”，“他的学生都很累”之类的负面信息。所以在 Cornell，你无法从同学那里得到任何信息，每个人都饱尝了与某些教授打交道的辛酸，可是每个人都把那些秘密藏在心底。他们对你说：“嗯，他很厉害，他的研究很伟大……”

这种铺天盖地的正面信息，是无益甚至有害的。如果你只听到正面的声音，那你就无法做出正确的决定。这就像你在网上买东西，如果只看正面的评价，那你很可能买到有问题的商品。正确的作法，应该是正面负面的信息都看。特别是负面的信息，必须仔细看。它们可以告诉你，这个产品有哪些烦扰其他人的缺陷，会不会影响到你的使用。一般我在网上如果被一个产品吸引，我首先看的是一颗星的评价，因为给一颗星的人，一般是恨透了这个产品。当然里面有些无知或者不知好歹的人，你可以忽略，但是大部分人会告诉你，他们不喜欢这个产品的具体原因。我很会分析这些评价，这就是为什么我家里的很多产品，都是非常好用的。

Cornell 这个学校，就是缺乏这种有益的负面评价。你总是听说每个教授都很牛，人都很好，……然而当你真正跟他们接触，就发现事实并非如此。你一次次的跳入火坑，然后才开始希望，要是开头的时候听到一些负面的信息，该多好。可是每个人表面上都是那么的 positive，每个人都认为 negative 是错误的心理，每个人都在强装笑容。这是一个多么可怕的地方！

Google 的气氛非常类似于 Cornell。Google 员工吃饭时，谈论每个项目或者团队，都带着玫瑰色的光环，仿佛 Google 做的一切都是美好的，先进的，有前途的。在每个星期的 TGIF (Tell Googlers It's Friday) 大会上，founder 们都在大讲台上宣布各种好消息，而对坏消息闭口不提或者一笔带过。下面的 Google 员工们群情激昂，对一些小不点的事情各种欢呼鼓掌尖叫，跟传销大会似的。事实上，Google 内部有许多穷途末路的项目。表面看上去很厉害的样子，等你进去才发现是死路一条，垂死挣扎。项目领导平时紧张紧张，生怕上面来人调查，把自己的项目杀掉。在公司内部搞各种政治，东拉西扯建立各种依赖关系，这样自己的项目才得以生存。

这种虚伪的正面氛围，存在于很多的美国公司，员工每个星期都被领导打各种鸡血针，保持激昂向上的状态。我曾经跟英国，法国，德国，意大利，瑞典，波兰等国家的同事聊天，他们都暗自嘲笑美国人，说过度正面，传销式的群情激昂，吃错药了一样，确实是美国文化的一大特色。欧洲人比较务实，不搞这套，好的就说好，坏的就批评或者嘲笑，直率坦荡。当然，我不能说所有美国公司都有这种问题，所以我仍然存在希望，找到稍微实在点的公司。

盲目的正面思维，忽略问题，并不能解决问题。你必须看到负面的事实，才有可能避免困难，得到好的结果。正面思维和浮夸的气氛，正在侵蚀 Google 和很多其它美国公司。为了看清楚正面思维的危害性，我推荐你看看这本书，名叫『负面思维的威力』：

