

浅谈人生的秘密

直到从学校离开，在社会上工作实践几年后，我才顿悟了关于学习的秘密。我发现它其实也是人生的秘密。让我一步步讲述我的发现之旅。

有什么是我们醒着就在做的事情？我们该如何改变自己的行为来让自己擅长学习？如今我看来，刷题、考试、获得证书、做项目、认真工作都是很表面的行为。我们醒着就在动脑子，所以只有养成乐于常常发呆思考的习惯，才能真正高效学习。

如今互联网时代，我们可以接触到大量的信息，可以找到大量的自媒体文章、媒体报道、网络问答、学术论文。可是人类并没有变得聪明多少。我们比父辈们聪明吗？我们也许掌握了编程等新时代的技能，然而对于种菜耕田、木工电工的知识我们知道甚少。如果说把我们和父辈们扔在一个小岛上，我想他们能更好地生存下来。所以，新一代人仅仅掌握了新一代的技能，掌握了一堆死知识，可学习能力并没有变强，面对新环境新领域，我们无能为力，仍然学得很慢。

我想，是因为我们仍然缺乏思考。这大量的信息只是放在网上，绝大多数我们没看到。我们接触的信息里，快速地经过我们的脑袋，我们识字了，做了简单的字面理解，可我们并没有思考。我们新一代人能更多地探索世界，去更多的地方游玩，有更多的科技产品可把玩，有更多的商品可购买。然而我们没有一双乐于观察的眼睛，我们简单地体验了丰富的生活，而并没有如何改进这生活里的种种事物的想法，看出它们的优点缺点。

思考是去质疑，质疑信息的来源与正伪，质疑生活物品的功能与体验。思考是全方面的分析，分析现象背后所有可能的原因，思考物品所有可能的设计。思考是挖掘本质，能看到事物背后的核心本质之处，能抓住问题的主要矛盾，能找到两者毫不相关的事物背后的联系。思考是见微知著，见到事物的苗头，就能知道它的实质和发展趋势，能从小事物中看到大道理。

当我在豆瓣标记读了 170 多本书的时候，我放下了书本。我意识到这些书都是好书，而我看这些后，我并没有能力写好其中任何一本书。这些书，看完后，我只能讲很少的一部分知识出来。一年后，大概我只记得看过某某书。我认真地一字一句地阅读了它们，但我没有真正理解。因为当我面对新问题的时候，我一点也想不起这些书上的知识来帮我解决新问题。确实偶尔能想起书中的只言片语，或者遇到某些事情的时候，会想到和书上读过的某处相同。但书本并没有让我的脑袋强大多少。大概我小学基本识字之后，多数的阅读也仅仅是在做简单的识字。这样的描述让我惊悚。让我感到惊悚恰恰是因为这样说更符合真相。

对于生活也是，当我第一次学会了坐公交、做饭、独自旅游、用电脑、用手机、编程之后，大概往后的行为都是简单的重复。所以看似我在这世间 20 多年，然而我没有学到很多。

当我意识到之后，我开始啥也不做，就发呆思考。一整天都发呆思考，是难熬的。时常烦躁得不行，然而这会我去玩手机、看书、看电影，不也同样会烦躁嘛。我的指尖一直在朋友圈滑动，多数我没有耐心看完。我的指尖一直在抖音上滑动，然而看了一些，我就感到腻了。这会更没有耐心看书看电影。长时间发呆思考，感觉烦躁的话，只能用更多的思考来平缓心情。

同样，具体说到看书的话，我意识到如果我没耐心看当前这本书，那我也没耐心看任何一本书。不是这本书枯燥，而是我的心烦躁。而当我内心平静时，我发现任何一本书慢慢看都有看头。

这些年，工作创业的压力，让我倍感焦虑，什么事情都急着做完，越来越少的事情可以享受地去慢慢做。做什么事情也都有目的。而每次都带着目的时，恰恰没能享受过程。而往往享受过程的话，便会忘了目的，变得愿意一直做这件事，慢慢地做这件事。因为我很享受，所以我希望时间能更长一些，做得更久一些。

大脑是如此地诚实，当你急着做的时候，它也配合焦急着；当你慢慢做的时候，它也配合平静着。人啊，最难欺骗的是自己的大脑。当你告诉自己要享受读书的时候，而并不真的享受的时候，很快书就看不下去了。

于是我给自己定了三条原则来对抗焦虑。

一是当前养活自己，在未来养活家庭。二是除了一之外，其它时间只有我特别想做的事情才去做，否则就发呆。三是此生做到一之后，我能接受我永远发呆，什么都不做，我知识水平可以就这样了，我也可以没有什么钱，我不跟任何人比。

这么多年形成的焦虑，要缓解是很困难的。潜意识的焦虑无处不在，我只能反其道而行。

当我发现是急着把书看完，我干脆就不看了。当我发现我学不进一门技能，我就不学了。当我发现我不发朋友圈地去旅游，我很快乏味后，我也停止去远方。当我不能慢慢做什么的时候，我就干脆不做。

当我喜欢做什么的时候，我就一直做，管它有没有用。我喜欢刷抖音国际版的时候，我就连刷一星期。当我喜欢思考时，我就躺床上躺沙发散步连着几天都在琢磨。当对禁书感兴趣时，则废寝忘食地连看好几本。当觉得孤独时，就一天连续和老朋友们打电话，每个煲上一两个小时的电话粥。

当我想熟练使用英文时，在厚厚的英文书和蜗牛般的阅读速度里苦苦挣扎时，我放弃了它们。我开始玩如知乎这样的国外问答网站，挑感兴趣的话题来阅读，如外国人眼里的中国、天才是怎样的、你经历过的背叛等等话题，我发现我停不下来不想去睡觉。我去推特上关注特别有趣的账号，看那短短的有趣见解或语录。我也转而在 Netflix 如爱奇艺这样的平台，看英文电视剧和纪录片，在如 B 站类似的 Youtube 上看各类视频。有时这些也挺长的、挺难懂的，让我看不下去，我干脆刷起抖音国际版，一直刷，如今看了大概上万个，点赞两千多个。

渐渐地，我发现我基本都能看懂听懂了。我不再怕看到一大段英文，开始主动获取各类英文信息，开始读得很顺畅。我发现，当我们特别轻松、觉得好玩的时候，我们的大脑是非常活跃开放的，所以都听进去了看进去了，我们变得学得很快。我知道高质量的书籍肯定比碎片的问答全面和有料，知识类的视频肯定比只言片语的抖音搞笑短视频要更有用。然而我之前忽视了大脑的参与度，忽视了好不好玩。如果我是为了熟练使用英文，具体形式又何妨呢，为何不挑些轻松的形式呢，为何不在玩中学呢。如果我很享受，愿意一直玩，想必我终能熟练使用英文。

我开始不再在乎有没有用，我只在乎好不好玩。因为不好玩的话，再有用都不进脑子里。另外，过

去这些年不都一直让自己努力优秀嘛，可也没有厉害多少，牛人还是遥遥不可及。这世界就是这样，无论哪行，都有很厉害的牛人。

如果在 70 亿人中，世俗认为的成功来衡量的话，我通过毕生努力让自己从第 10 亿名排进第 1 千万名，这样二三十年激烈的竞争就像过去那十多年学习工作一样，再成功又有何乐趣。其次，我们的基因都是前人一直这样传下来的，可以说是很随机偶然的，凭什么我们就比多数人聪明，所以不用去证明自己，也不要高看自己。最终几乎一切都会消失在历史长河中，我们更应问问自己这一生真正想要的是什么。

科学家费曼说过的一句话让我很喜欢。你没有义务去取得别人认为你可以取得的成功，我也没有义务活成他们希望我的样子。那是他们的错误，不是我的失败。

经历过了这些，我更清楚自己的价值。也就不需要任何公司的认可了，不在乎任何人的认可了。有的话，我当然开心，没有，那就顺其自然。我知道我的长处和短处，知道自己的价值，知道自己能做什么不擅长做什么。

我看到了金钱的局限，看到太多融资千万上亿的公司失败。这些钱，来购买产品或服务，是很滋润和万能的。然而，来做公司，金钱的能力就很脆弱了，重要的是思考，是知识、经验、方法。

随着对经济政治历史的了解，我对如何最佳地行走在这世界，快乐自由舒适地生活，有了截然不同的看法。有些事情，尽管不挣钱或者看似浪费时间，却是非常重要值得做的；而有时候，尽管有个房子或有几百万的存款，但还没有足够的认知来避免掉经济政治的一些坑的话，可也是危险的。看那些取得现阶段成功的财富新贵们，他们十年前也是事业不顺身无分文。看那些风光无限的人，在“万众创业、大众创新”的号召下，对社会真正的情况、创业成功需要的代价缺乏了解的话，有千万上亿融资在手，也依然折戟了。

对于时间也是，有高质量和低质量的思考，也有高质量和低质量的实践。看似我们花了大量时间做了一大堆事情也挣了一些钱，但真的面对未来更轻松了吗，真的进步了吗。同时，看似有些人一年什么都不做，就在那儿发呆和思考，然而却变得智慧了许多。巴菲特的一生，大多数时间正是阅读和思考。越变老，他做越少的事情。看似没干什么，他却是世界上最富有、最具智慧的少数人之一。

说起怎样度过我们的一生，我往往回忆起过去，来寻找答案。

回望学校公司的日子，让我最开心的回忆不是那些做题考试的时光，不是那些不想工作却假装努力的日子，不是那些怕落后急切想赶上去的日子，而是那些轻松的充满笑语的课堂瞬间，那些在学校里追求自己业余爱好的时光，那些工作中能实现自己想法的时候，那些工作之外一时兴起之下做的项目，那些不管结果而追随我心的光阴，那些和朋友玩要说笑的时光。

随着冥想思考越来越多，我渐渐更多了解自己和世界，更多了解过往与历史，更多能看到一点未来。

当我创业做直播平台时，经历运营推广融资招人裁员消亡后，我时常思考其中的得与失。

一开始，我把原因归结为个人初次创业，经验不足。个人刚踏入社会几年，能力人脉都不足。自身不够优秀，也吸引不来优秀的人才。融资之后过快招人，大幅提高了运营成本。我也看到了我跟团队缺乏沟通，他们入职之后我依然多数时候自忙自的，很少开会来统一想法、促进信任、共同讨论。

接着，我注意到了做一个互联网平台需要的代价，留下来的平台都需要极其优秀的团队、大资本来投入，都是大品类、大规模的平台。我创业做的直播平台，仅限于互联网软件技术的直播分享。没有去发展大品类，没有一个清晰的路径去做成大平台。以我的能力更适合抱紧大平台，在里面贡献内容或商品，在其中做点小团队能做的事情。

后来，我注意到了行业里的大环境在其中起的作用。当一个创业开始，其中方向所决定的用户群体和需求欲望，行业中的员工薪水行情，所在城市的房租和工商会计代理成本，这些都已经决定了。所以，渐渐我看到了除了自身的原因，也很多是行业大环境的原因。因为行业里的其他大多数公司都失败了。如果大家都成功了，只有我等少数人失败了，那是我的问题；而如果大家大多数都失败了，那就不是我的问题这么简单了。

再后来，当我望眼到互联网行业之外的其他行业，如城市里的个体经营的店铺、餐饮业、制造业等等。也经过一番资料的查阅，我了解到了 90% 多的中国老百姓除了维持生计，有点闲钱都在房子上了，存款买房中或者背负放债中，他们没有多少的闲钱。土木工程行业（房地产与基建）是中国的经济支柱，富豪榜前 100 名也多数与土木工程行业相关，其它行业的利润相比都很微薄。

我国如美国那样真正意义上的中产阶级，很少。国民消费需求薄弱、疲软。中国的 14 亿人口当中，96% 的人基本上只能维持小康与温饱，真正具有高消费能力的 5000 多万人口只占总人口的 4% 左右。而这 5000 万人中偏好国际品牌与奢侈品，喜欢到发达国家购物，中国成为了世界第一大出国旅游消费品。

而中国消费的主力是普通老百姓。这么多企业抢老百姓口袋里的钱，那当然创业难做。而其中也有一些有几十年历史的超级企业，如苹果公司，他们获得了手机行业超过 90% 的利润，其他手机品牌当然很辛苦。房子之外，我们的工资拿来换置最新的苹果手机和耳机，而我们却屏蔽了一个又一个朋友圈里的微商广告，尽管那是很熟悉的好朋友。所以，可以窥见个人或小团队创业为什么这么难。

也还有更多的原因，个人或环境的。我仍然在思考。经常对比与其他成功的企业，如苹果和腾讯，或者周围朋友其他做得不错的企业。我将我和他们的创始人对比，看到自己的不足之处。我将不同时代的环境对比。我将不同国家的情况对比。我将不同的创业方向对比。创业，这样复杂的事情，成与败的内因和外因都很多。我看到了很多创业圈朋友的反思，我想随着时间的拉长，他们又会有不一样的思考。

我也常常思考别的，比如如何和人合作，如何分辨和他人的关系是点赞之交、见面之交、常常联系之交、能金钱合作之交，能长期共事之交，能合伙做事业之交。为什么那些人帮我。为什么我帮一些人。思考，做某件事，需要怎样的人来做，怎样经验和心态的人是合适的。过去所有项目中，成与败的原因，顺利与流产的原因。

我思考过去大学追求女生的过程中，因为我看不出来谁对我感兴趣，谁跟我更兴趣相投，谁只是想和我做朋友，谁又可以进一步发展，我喜欢跟怎样的人在一起，导致了很多的尴尬、盲目倒贴和勉强。有稳定关系后，也思考和对象如何相处，信任是如何建立的，为什么一次次争吵，为什么又和好如初，亲密关系中重要的是什么。我意识到在可见的岁月里，两个人真心相爱的话，除了背叛出轨之外，其它事都是小事，虽然也有时大吵大闹，但都不足以影响两人的关系。

我思考我个人的命运如何和国家联系在一起。我在9岁的时候，2004年，从农村来到广州城郊，来到这广州经济开发区，父母在这工作，于是我接触到了电脑。我思考小时候做过的那些事情背后的性格习惯，如何也影响着现在。我看到了我固执和叛逆的一面，看到了我厌恶随大流、追求与众不同的渴望，看到了我一直顽强地追求自由、追随我心，也看到了自己还是如何在意他人的评价。

我发现我连自己的未来都很难预测，如未来20年我大概的经历会怎么样，会遇到哪些人做哪些事，是整体上痛苦还是快乐。我连自己都无法预测，则更谈不上如何预测公司、行业和国家。我连自己都不足够了解，如何了解他人。而我已经和自己相处20多年，我为什么不足以全面细致地了解自己呢，那是因为我想得太少了，琢磨得太少了。我想，今天所有的人们，无论是渴望成功还是追求快乐，在路上有困惑烦恼的人们，大体上都是因为想得太少了。我们已经活了足够长的时间，看到了太多的信息，我们不是缺乏体验和阅读，我们是缺乏思考。

牛顿、爱因斯坦等杰出科学家们都花了大量时间思考。它们从简单的现象，想到了背后的本质原理。只有通过大量思考的人，才能注意到苹果之所以掉下来，和月球之所以绕着地球转，背后的原因是一样的。我想，我们都看到过这两个现象，而我们没有对此做任何思考。我们经历了太多读过了太多，而我们思考寥寥。人类，进化到今天，最宝贵的是人类的大脑。有些人用好了它们的大脑，因此推动了世界，用理性和逻辑，让人类能到达月球，让智能手机和互联网改变了生活的方方面面。

渐渐地，我们会发现，思考竟然也是可以上瘾的。我们为时常自己独到的想法狂喜，为自己聪明机智开心，竟然通过思考，就解开了那么多的疑惑。我们开始仔细观察审视生活万物，常常点滴之物能带给我们大量思考，常常能想到别人都没想到的。我们开始预测未来，开始想象未来世界是怎样的，我们写下自己的预测，心想万一预测成真呢，于是不觉感到暗喜。渐渐地，我们想得睡不着觉了，这真的太好玩了。除了吃喝玩乐和爱人的亲密带来的生理感官快乐之外，乐于思考大概是对大脑最大的愉悦。

所以，我想说，如何学习、如何成功或者如何快乐，都是一件关于思考的事情，它需要一个很放松的心态。从此，下班后的业余时间，让我们放下手机，就发呆思考，慢慢地一个月后、半年后，我们便会察觉到不同，便会开始想到以前自己没有想到的想法，便会看到周围人都忽视的一面，便会有越来越多的与众不同的想法，便会能更深刻地了解自己和世界。

怀着轻松的心态，常常乐于思考，这大概是我发现的人生秘密。