

1. 正文

1. 第1节：自序(1)

自序：从今天起，做强大自我的主人

还是一个小孩子的时候，我就困惑于人类心理的这些现象：为什么一个有权或有钱的人，要去羞辱一个弱者？

为什么一个人仅仅因为没钱，就被众人贬损，活得屈辱不堪？

为什么一个人因为在心理上对一些事情无法承受，就发疯甚至自杀？

如今，人类早已走出了英国政治哲学家霍布斯笔下的原始丛林，在这个原始丛林里，人对人是狼。但是，现实让人沮丧，今天这个时代，人们在心理上越来越陷入“每个人对每个人的战争”。

在等级制度的暴力、价值观念的歧视，以及心理竞争的残酷游戏中，我痛苦地发现，有一条“大鱼吃小鱼，小鱼吃虾米”的心理食物链，无形地宰制着这个世界的男男女女。

在这条心理食物链的链条中，一个人在心理上输了，很多时候在这个世界就输了。心理弱小者不仅难以避免自己被人在心理上吞食，甚至有可能因为自己内心的弱小，而输掉整个人生。

承认这一点需要勇气：一个人因为“无房无车”而感到自卑焦虑，因为上司或别人一句攻击性的话而被撩拨出情绪、因为不能把握自己的命运而空虚迷茫，因为欲望和弱点而被人操纵，因为心理和认知的问题而在人生的关键几步犯下愚蠢的错误，都具有这样的特征：心理弱小，他不再是自我的主人，他失去了控制和自己相关的事情的能力。

具体地说，一个心理弱小的人，把对自我的主宰权交给了那些可以控制他心理的社会游戏规则，交给了那些奴役他的价值观念，交给了一个假“自我”，交到了那些因为利益和心理癖好，而希望能够控制他的人手里。在盲目而强大的心理法则的神秘运作中，他和自己在黑暗中失去了联系。

人来到这个世界上，并不是为了承受别人或某些事情的心理摧残的。那么，一个人，特别是善良的人们，可以在心理上足够强大，来抵御那些来自外界的伤害吗？

写这本书，我的初衷正如一位网友所总结的，是为了保护在今天这个时代，在处境上处于弱势地位的善良的人们在心理上不受到伤害。但其实，我们分析一个人心理弱小的原因，本身就是对控制我们的心理法则的深入破解。而一个人变得内心强大的过程，就是一个在心理、分析能力乃至整个存在上得到改变的过程。因此，本书向所有有志于改变自己的人，想保护自己的人，甚至仅仅是想学精神分析这一强大工具的人开放。

2. 第2节：自序(2)

在“术”的意义上，内心强大的分析、洞察和训练，意在让我们获得从头脑上看穿社会和人心真相、从心理上抵御打击的能力；而在“道”的意义上，它是对我们存在的重新审视和定位，让我们思索宇宙人生。

用通俗的语言提出一个和佛家思想、“难得糊涂”思想，以及冷酷的博弈思想根本性区别开来的“内心强大”实用理论和训练，我完全是站在苏格拉底、弗洛伊德、弗洛姆等思想大师的肩膀上。他们对我的影响和改变，多年来我始终心存感恩。而对于那些受我影响，改变了自己或想通过阅读改变自己的网友、读者，我心怀感激。

现在，我可以这样说，从今天起，让我们做一个强大自我的主人。

在书中，我的表达有时比较好玩，目的是更方便理解；有时候表达比较狠，则出于“恶狠狠地把真相说出来”的考虑——有学者说，如果真理不假装正襟危坐，而是用修辞把它触目惊心地显示出来，人民群众一定热爱真理。我表示同意。

是为序。

石勇 2011年5月8日

3. 第3节：建立自己的心理优势(1)

第一章建立自己的心理优势

我们不要看一个人是一个大人，就以为他“成熟”了，他可能在混社会的意义上成熟了，但在心理上，还是一直“固着”在小时候的某种阶段。有的人甚至活了一辈子，在最深层的心理特征上，都是一个婴儿。

1、出问题的往往不是一个人的能力，而是他的心理 导读：一个人越是感觉到自己要陷入灭顶之灾，软弱无力的自我不堪一击，他就越需要一个可以肯定他的价值，或者带他逃离心理上的危险之地的人。他越恐惧，这个人越像上帝。

内心弱小让一个人大踏步向“心奴”迈进 批量制造“房奴”、“孩奴”、“卡奴”的社会也是大规模生产“心奴”的工厂。

什么是“心奴”？很简单，一个人是他心理的奴隶。

有奴隶，就有奴隶主。关键在于，谁是奴，谁是主？

假如我们不幸成为了“心奴”，那么，奴隶主就是那些可以操纵我们的心理，以及可以影响甚至主宰我们命运的人。他们是上司、客户、同事、朋友、商家、路人、媒体、明星、政客、网络红人、宣传机构，以及任何一个和我们接触并想占我们便宜的人。

你可以不信上帝，却无法不和这些人打交道。这才是致命的地方。

对于“房奴”、“孩奴”、“卡奴”来说，制度公正一些，或者天上掉下一堆钱来让自己捡到，是最有效的奴隶解放宣言。只要有人指出前面就是一片幸福生活的应许之地，并振臂高呼“跟我来”，潜伏在社会各个角落的他们往往会在郁闷和愤怒中一跃而起。

但对于“心奴”来说，公正和有钱虽然也可以让他们产生解放的无限热望，却并不是获得自由的万用灵丹。不公正的社会制度和被剥夺感仅仅是他们陷入奴隶状态的催化

剂。心理的弱小，才是一个人大踏步向“心奴”迈进的根源。

一个人越恐惧，他求助的人在他心中越像上帝。一个心理弱小的人在陷入困境时，往往会将原因归结为他人的干扰破坏或自己的无能。

一个溺水的人之所以会死死地抓住他面前的任何一个漂浮物，是因为死亡的恐惧让他只剩下了求生的本能。人在心理上“溺水”，也会这样干。

两年前，我的一个旧识A以对上帝般的态度打电话给我：“只要你能帮我把文章写好，我跪下喊你做爹都行，求求你了！”

那一刻，我被雷倒了。我们强烈地谴责那种要做别人的爹的行为。同样，安然享受别人尊称自己为“爹”也应该受到鄙视——按伦理学的道理，这在道德上是“不应得”的。不就是帮他写好一篇文章么，有必要这么夸张吗？就是黑社会之间火并，厉害的把怂的给吓住了，喝令“跪倒”，在没有补充说一句“否则我毙了你！”的情况下，也只是要后者喊“爷”。

我静静地听他哭诉，脑海里迅速地闪过两个身影：一个是奥地利作家卡夫卡《变形记》的主人公格里高尔，他被老板折磨，变成了大甲虫；另一个是俄罗斯作家契诃夫《一个公务员之死》的主人公切尔维亚科夫，他以为自己得罪了一个官儿，最后吓死了。

A同学就是他们的混合版。

他在一家大型国企的宣传部门当宣传干事，负责告诉大家领导又到了哪儿视察，以及生产形势一片大好。

4. 第4节：建立自己的心理优势(2)

这活儿看着轻松，其实对人性简直是一种谋杀。很多时候，我们干的工作都不得不出卖自尊，但这个职业出卖灵魂。

同时，这个职业具有较强的依附性和不安全感。因为你的工作能力不是由市场来评价，领导的评价也不受市场评价的影响，而是取决于他的个人意志和喜好。

假如一个人仅仅根据自己的意志和喜好就可以影响、决定另一个人的处境和命运，他一定喜欢这么干。

反过来，命运被别人捏在手里的人，必然谨小慎微，战战兢兢。这是A同学这类小人物的自保本能。于是，仅仅因为领导说了一下他文章中的某些字句错误，就把他吓得发傻，要喊我做爹。

我们来分析一下这个情况。表面上看来，让A如此惊慌失措的根源是领导对A同学不好的评价可能会影响到他的命运，但情况并不完全这样。

在看了他的文章后，我笑了，他的“工作能力”根本没有问题，有问题的是根本不懂得作为配角配合领导装13，是他的心理出了大麻烦！

A显然不理解，装13从来都是一个领导维系自己权威的手段，而指出下属的不足或

错误正是显示自己权力的机会。当一个上司这样做时，他的真正目的并不是证明下属错了，而是为了证明自己作为领导无比正确。下属需要做的绝不是惶恐不安，而是配合上司的演出，比如，故意留出一点无关痛痒的毛病让上司指出。

承认这一点真得很痛苦，对于A同学来说，在感觉无法主宰自己命运的恐惧中，他已经无法相信自己，只习惯于根据可以主宰他命运的人对他的态度，来判断他的命运沉浮。

因此领导的一句表扬，完全可以让他感觉登天；而领导的一句批评，又会让他堕入地狱。只要他是这种心理状态，他整个人就是一个被他人用语言、表情、神态、动作控制的奴隶——任何一个可以影响他的利益和命运的人都可以控制他、在心理上吞食他、毁灭他。

同时，他相信的还有外在的似乎可以拯救他的所谓权威，比如他打电话求助于我。一个人越是感觉到自己要陷入灭顶之灾，软弱无力的自我不堪一击时，他就越需要一个可以肯定他的价值，或者带他逃离心理上的危险之地的人。他越恐惧，这个人越像上帝。

5. 第5节：建立自己的心理优势(3)

2、内心强大就是一个人在他面前具有无法被摧毁的心理优势

导读：在一个更有钱的人面前，一个有钱人从小人物和穷人那儿所建立起来的“心理强大”会突然崩溃——因为他用钱堆出来的那个看起来很牛13的“自我”将迅速贬值到零。

心理强大的名人博物馆里排列着这些名字：苏格拉底、耶稣、老子、荆轲、唐雎、文天祥、诸葛亮、关羽、毛泽东、切·格瓦拉……

跳出三界外的佛教隐修者、在人类智慧的最高殿堂里思考的哲学家、经受严刑拷打的革命者、充满狂热信仰的宗教信徒、杀人如麻的冷血杀手、百折不挠的商业巨头……他们都属于心理强大的种群。

这些人有一个共同的特征：在心理上极为强悍。他可以贫穷潦倒，可以承受众人的排斥迫害，可以遭受牢狱之灾，可以承受身体的剧痛，可以面对死亡的威胁，但始终保持着无法被摧毁的心理优势。

心理强大的程度，往往与一个人的优秀程度或残忍程度，以及对人类的贡献程度或破坏程度成正比。因为越是心理强大，一个人就越有胆识去拯救苍生，或是对这个世界痛下杀手。

请大家注意，当我说“心理强大”时，没有说它是好或是坏，因为一个心理强大的人有可能是个无恶不作的人。用社会科学的专用名词说，它是“价值中立”的。心理强大与否本身不是道德问题，不能说好坏。但这一点非常清楚：有错的从来不是我们想变成一个心理强大的人，而是去做一个坏人！

鉴于“心理强大”的模糊性，为了让大家更清楚地明白这个概念，我要提供几种不同解释的版本。

世俗意义的心理强大 一个人如果能用钱砸别人，用权力压别人，他是不是很强大？

有一个美国的思想家，在20世纪60年代接受一家电台采访时说了一个故事。某天下午，一位客户走进一家邮局，要办理一个快递。这时候恰好到了下班的时间。邮局员工就告诉这位客户，叫他明天再来。任这个客户怎么恳求，邮局员工都不搭理他。当客户绝望而又愤怒地走后，看着他的背影，思想家描述，邮局员工露出了一丝微笑——一丝“施虐狂的微笑”。

6. 第6节：建立自己的心理优势(4)

这个思想家叫埃里希·弗洛姆，犹太人，精神分析大师，和平主义者，一个好人。

现在的问题是：邮局员工在客户面前是不是心理强大？

弗洛姆斩钉截铁地回答：根本不是！靠权力施虐的人完全是一个懦夫。恰恰是因为他们的自我衰弱无力，他们才需要通过“合法”地行使权力，捕获、虐待那些可以被他们的权力支配的猎物来让自己感觉到很有力量。用钱砸别人的人同样如此。

换言之，他们的强大仅仅是他们握有权力所造成的心理幻觉。假如你也认为这些人强大，那么，我要冷酷地指出：你只看到了事物的表象——这个世界展示给你看的是什麼样子，在你看来好像世界就真的是这种样子。

我们经常被很多表面的现象所骗。这个时候，与其去指责骗子，不如反思一下，自己的大脑和心理是不是出了问题？一个人在对另一个人失望的时候往往说，“都怪我看走眼了！”或“都怪我眼睛瞎了！”其实根本不是这样，真正的原因是他的心理瞎了，他其实是根据自己心里的意愿和想象把别人看成了某种样子，但可惜别人不是。

当然，说邮局员工的强大只是一种幻觉，是就本质而言。作为一种客观现象，我们仍有必要承认他们在比他们弱小的人面前，还是感觉挺爽。这就是世俗层面的心理强大，它是真正的心理强大的赝品。

世俗层面的心理强大有一个特征：一个人的心理就像一个收缩袋，碰到比他弱的人就使劲膨胀，碰到比他强的人则急剧萎缩。

确实，没有什么妨碍一个富人在小人物和穷人面前突然之间在心理上显得强悍无比。但是，根据同样的心理逻辑，也没有什么妨碍他在一个更有钱的人面前，从小人物和穷人那儿所建立起来的“心理强大”突然崩溃。因为他用钱堆出来的那个看起来很牛的“自我”将迅速贬值到零。

世俗意义上的心理强大只是一个概念的偷换。一个人占有了在社会上“强”的东西，比如金钱、权力、地位，在心理上就把这些东西当成了他的自我，把它们“强”变成了他自我的强大。

7. 第7节：建立自己的心理优势(5)

智力层面的心理强大

一个聪明人之所以在一个笨人面前有心理优势，仅仅在于聪明可以玩别人，而愚笨只能被人玩这一深入人心的社会游戏有利于他。

但是，一个对世界了解很多的人的心理强大，却是因为他可以看到一些事情会发生或不会发生，从而为他增强了对由世界的陌生性所带来的危险的心理防御能力。知道明天会下雨，明天的下雨对于他来说便是一件虽然客观上不可控制，但在心理上却可以控制的事情。

哲学、宗教意义上的心理强大 斩断和这个社会的心理联系可以让一个人超凡入圣。但这种哲学、宗教意义上的心理强大在这个世界上只有少数人能获得——比如宗教隐修者、古典哲学家。

在这些高人面前，世间的一切纷扰都被他的理性能力，或终极的信仰一一化解。甚至死亡都不是一种威胁，而是世间生活地自然延续。或许它还是天堂的入口。

在社会中生活的绝大多数人永远无法在心理修炼上达到这些高人的高度。在心理上他们无异于另一种生物，但他们是一个理想的观照。乌托邦的意义绝不在于实现它，而是让人看到，如果这个世界上有让人感觉不能忍受的苦难，那么，人们可以并且应该去追求的是什么。

没有多少人可以像宗教大师和哲学大师那样去生活——要像他们那样去生活本身就是一种思维的误区。但是，这从来也不妨碍，我们可以而且应该像他们那样去思考。

心理变态类、精神病意义上的心理强大 有两种人也心理强大：宗教极端分子和冷血杀手。

对宗教极端分子来说，要做到心理强大必须满足以下几点：（1）他所信仰的对象必须被设定具有万能的力量，而他彻底依附于这个对象，分沾了这个对象的属性，让自己感觉到了这种力量。如果上帝那么牛13，而我变成了它的一部分，或者有它罩着我，那么，我在别人面前也足够牛13。

这一招其实不仅宗教极端分子在玩，很多人也在玩。

8. 第8节：建立自己的心理优势(6)

比如，按有钱就牛13的游戏规则，某个富裕省份的人总是瞧不起贫穷省份的人。我们甚至可以看到这样搞笑的一幕：一个富裕省份的穷人，都可以在一个贫穷省份的富人面前炫耀优越感。按实力的规则，这很让人费解：你都没别人有钱，在别人面前牛13什

么？秘密在于这样的一种社会心理机制：虽然我是个穷人，被本省的人瞧不起，但是，因为这个省富裕，所以也就相当于我富裕；而你虽然比我有钱，但是，你属于贫穷的省份，所以也相当于你穷。综上，我比你富有，所以，我可以瞧不起你。

这意思是：虽然我在本省只是一条虫，但是，因为我是它的一部分，所以，我在你面前是一条龙。

我想说，穷人在心理上喜欢搭富人的便车，因为自己和富人是一个地方的，便获得一种自己也牛13的幻觉，这种癖好是没有出息的。

（2）这种信仰必须设定至少一个“异端”或“敌人”，信徒有神圣的义务消灭他们。

（3）消灭这些“异端”和“敌人”，是一个人履行神圣的信徒义务，由此将获得信仰地最高褒奖。

看到没有？这三点分别给予宗教极端分子以力量感、愤怒和对生命地蔑视。它们一个比一个强大。

冷血杀手与此稍有不同，但在心理依恃上没有和宗教极端分子分道扬镳。虽然没有一个万能的信仰对象给他力量感，但他同样有两个可怕的武器：愤怒和对生命的蔑视。他对社会充满了仇恨，攻击性十足，像一头潜伏在黑暗深处的饿狼，随时准备向毫无防御能力的猎物扑去。

一个人越显得愤怒，恐惧就越不会袭击他。所以，愤怒有时候是人消除恐惧的方法，因为当你体验到愤怒的时候，你就不会再体验到恐惧。

愤怒不仅仅可以驱散恐惧，还可以让人有力量感。任何愤怒都力图指向一个对象，它意在毁灭这个对象。在这个对象面前，一个即使曾经是多么软弱无力的人也可以一跃而成为一个主动者。力由他指向外在的对象，而外在对象则是他的力的承受者，相对就处于弱势。如果他具有足够的愤怒和仇恨，这种力的强度就会越大，外部世界也就越弱，他在心理上就足够强大。

9. 第9节：建立自己的心理优势(7)

3、很多人的“成熟”只是就混社会而言，但在心理上他从来没有长大 导读：如果你已经为人父母，如果你的孩子喜欢撕东西、砸东西，那就让他撕吧、砸吧；慢慢长大后，他可能不再砸东西了，又开始拆一些玩具，如果是这样，那就多买点玩具，让他多拆吧；等到再长大一些后，他就不再砸了，也不再拆了，他要去创造！

小时候得不到满足的东西，在心理上一个人对它一生都感到饥饿。

冷血杀手的破坏力是惊人的。

赵承熙拿着枪在美国弗吉尼亚理工大学校园里狂射，32个人马上就成为他的枪下之鬼。杀手加藤智大在日本东京闹市街头持刀一路砍杀，虽然刀不是小规模杀伤性武器，但也造成了7人死亡，10人受伤的重大人身安全事故。

经济学家看谁都像是一个随时可以把自己当商品给卖了的人，而精神病学家看谁

都像是精神病。所以，在经济学家眼中，民工并不是人，他们只是廉价的劳动机器。而精神病学家孙东东说了，99%的上访者都有精神病。

看到没有？他们之所以成为“砖家叫兽”，不只是没有良心，而且他们的大脑已经被现代的学术分科摧残，已经无法像普通人一样正常地思考。他们还被自己的心理利益劫持：如果我承认经济学和精神病学并不牛13，只能在某些领域里玩，在别的领域根本说不了话，有多少人会认为我是权威，会崇拜我，那我的高额出场费从哪儿来？

但赵承熙和加藤智大都不是精神病。他们一个是把自己想像成恶魔，一个是把自己想像成英雄，这样才敢杀人。

在中国，赵承熙和加藤智大不乏同道。像马加爵同学、邱兴华同学、石悦军同学、郑明生同学等都是冷血杀手这一铁血军团的忠诚战士。

杨佳杨大侠算不算？虽然他的心理也强悍，但不属于冷血杀手系列，至少不是我们所说的那种版本。他出事后，我发现了他作为北京人，相对于上海人（上海警察）的心理优势。而且，他有足够的愤怒。没有愤怒支撑的人，是不敢杀人的。

10. 第10节：建立自己的心理优势(8)

尽管和马克思、爱因斯坦并称为“犹太三巨头”的弗洛伊德曾遭受百般骂名，但至少，这是一个根本性地改变了世界的牛人，他这句话绝对是真理：往往是过去把我们弄成了现在的样子。

注意，有一件事情强烈刺激到了你，你意识到了，那就永远不会消失。看起来它不在了，其实只是被你压抑到了黑暗的内心深处，它还会乔装打扮，通过迂回曲折的通道来暗中影响你、操纵你。

冷血杀手在成长（包括小时和成年）的过程中，都至少有以下特征中的任何一种，或经历过以下事件的任何一件：（1）、不能超越幼儿期的破坏性；（2）经历过某种心理创伤；（3）、在成长过程中消除了对生命的敬畏。

过去，常常给我们的现在和未来下绊 先说第一种。

一个人虽然长大了，但在心理上可能还是一个幼儿。

我们不要看一个人是一个大人，就以为他“成熟”了，他可能在混社会的意义上成熟了，但在心理上，还是一直“固着”在小时候的某个阶段。有的人甚至活了一辈子，在最深层的心理特征上，都是一个婴儿。

比如，有的人好像觉得谁都欠他的，谁给他什么都是应该的，不给他就会恼怒，就是他在心理上还没有长大，这个世界，还像他当初处于父母地庇护之下，想要什么就要什么，不给就生气的世界一样。

有的人一辈子都不会从心底里爱上一个人，体验到什么叫爱情，一样是没有长大，因为他还像小时候一样，缺乏爱的能力。

弗洛伊德曾经把那些对金钱贪得无厌的人称之为在心理上还处于婴儿的“肛门阶段

”，因为那段时期婴儿最喜欢摸大便，而大便和黄金有点像，都是金黄色的么。

我不知道因为黄金和大便在颜色上有点相似，弗洛伊德就得出这个结论有多大的说服力。但相信我，一个人如果不能在心理上超越他小的时候，那么，小时候干了什么事情，他长大后一定会想方设法去干，哪怕是变相地，他也要去干。他活着当然不是为了这个，但如果他不去干，他会难受得要死。

11. 第11节：建立自己的心理优势(9)

问一下自己，你最喜欢吃的东西是什么？往往是你小时候吃过，非常喜欢吃，但却没有机会大肆地饱餐一顿的东西！比如一种水果，一种小吃，小时候你因为没有足够的钱痛快地吃一回，在心理上处于饥饿状态，那么你一生对它都感到饥饿！

我们都知道幼儿喜欢破坏，拆玩具、撕纸、摔东西之类。他们为什么喜欢？其实是这样：如果说创造一个东西会让人感觉自己有力量，那么，毁灭一个东西也可以达到同样的效果。幼儿能造出一个东西吗？

对于人的心理来说，最可怕的并不是创造和破坏，而是既不能创造，又不能破坏，那意味着力量的瘫痪。

“富二代”也抢劫，你信吗？如果你不信，那说明你对人的心理是多么不了解。辽宁盘锦有一个富二代，驾驶豪华轿车模仿好莱坞警匪片情节，不到20天连续抢劫5起，共抢到4600元。媒体在报道时，说他抢劫是为了“寻求刺激”。

要“寻求刺激”的有钱人在今天也未免太多了点，注意一下各地的社会新闻，你会发现，这些人好像已经养成了抢劫、强奸、杀人、放火的爱好。

但我在这里要揭露一下媒体的浅薄。一句“寻求刺激”就把“富二代”抢劫的原因给打发了。这些“富二代”抢的不是钱，是无聊空虚。一个人无聊空虚，恰恰是因为他既不能创造，又不能破坏。他内心想要显示自己有无尽的熊熊大火在燃烧，如果他不愿意自己被烧死，就必须有一个出口。

创造是艰难的，但破坏却非常容易。4600元的抢劫成果对于“富二代”来说并不是钱的问题，而是力量的证明。虽然他并不需要这几个钱，但如果抢劫什么都没得到，他还是会沮丧，因为按照“抢劫”的定义，要有收获才完美。

一个空虚无聊、有软弱无力之感的人其实最有可能成为一个暴徒，而且下手比谁都狠！

别紧张，大多数人都会安然地度过幼儿期的那种破坏阶段。但由于家庭背景、成长环境等原因，还是有少数人在心理上滞留了下来。

12. 第12节：建立自己的心理优势(10)

所以，我建议，如果你已经为人父母，如果你的孩子喜欢撕东西、砸东西，那就让他撕吧、砸吧；慢慢长大后，他可能不再砸东西了，又开始拆一些玩具，如果是这样，那就多买点玩具，让他多拆吧；等到再长大一些后，他就不再砸了，也不再拆了，他要去创造！

你还没结婚？那现在就记住以上的话，以后教育孩子就更有“知识储备”了。

恐惧一旦在人心里扎根，就很难驱散 第二种情况。

很多人可能在小时候都被别人打过，就是没被打过，可能也被人嘲弄、辱骂、排斥过。这种伤害对一个人以后的影响之大，往往超出我们的想象。

所以，我要再强烈地建议为人父母者，一定不要轻视这些东西，如果你不想让自己的孩子以后变成一个自卑懦弱的人，或一个冷血杀手的话，就一定要注意他的心理健康。

正确的做法是：一旦知道自己的孩子被人欺负，不要斥责他，不要说他软弱，而是坚定地站在他一边。鼓励他不要怕，一旦有人欺负自己，就要狠狠地回击，绝不能让恐惧和不安全感在心里扎根。当然，也不要主动去欺负别人。主动去欺负别人的人，长大后往往也不是什么好鸟。

有的冷血杀手就是这样炼成的：如果他被别人欺负，对心理冲击较大，他就会体验到一种别人对他的破坏带来的无力感，并具有这样的心理反应：只有破坏他人才能感受到力量。

假如他无法超越这一点，那么，这种心理反应就会发展成一种危险的心理机制：那帮混蛋让我痛苦，我要加倍让他们痛苦；并且，因为他们是“他人”，是“他人”让我痛苦，所以我也要让他们痛苦——让他们最痛苦的方式，就是毁灭他们！

一个人要杀人，他必须先在人性的层面杀死自己 再看第三种情况。

纳粹德国的军人当年屠杀犹太人时，有很多人得了神经症；而日本人当年用刺刀捅杀无数中国人，却完全下得了手。难道是因为德国纳粹比日本鬼子文明？

13. 第13节：建立自己的心理优势(11)

和文明无关。真正的原因是：德国纳粹只把犹太人视为“劣等民族”，但再“劣等”，犹太人都还被看成是人；而日本鬼子则是把中国人当成猪狗。杀人有心理障碍，但杀猪狗却不会。

杀人意味着一个人必须先在人性的层面杀死自己，并遭受人性的报复。因为这种区别，德国纳粹得的是神经症或精神病，日本鬼子则更多的是变态。

他们逃避良心谴责的方式也有区别。德国纳粹是靠“我只是在服从命令”来说服自己不应承担这个责任，自己没有罪；而日本鬼子则是靠蔑视和狂热的信仰，除了他们觉

得杀“猪狗”不值得大惊小怪外，还有一个“天皇”罩着他们。

德国纳粹和日本鬼子当然有很多人渣，就是不发生战争也会杀人。对于这些人来说，他们杀人不是受到法西斯宣传的影响（意识形态只是让他们更合理和无风险地去杀人），而是在自己的思维和性格上，根本就不把人当成生命。

为什么呢？你是否听说过这样的说法，就是有些男人不想找学医的女人做老婆，因为她们太懂得人体的生理结构了，没神秘感。不管这是不是偏见，想一下，如果把做爱这档子事只是科学地看成是一种人体器官相互啮合的健康运动，还有意思吗？“做爱”和“器官摩擦”虽然说的是同一件事情，但在心理上绝不是同一个意思！

那么，一个人如果在成长的过程中，学会了只是把别人看成是一堆肉体组织，他会觉得生命有神秘感，会敬畏生命吗？

美国心理学家斯金纳把自己的女儿当成实验的老鼠，折磨两年都下得了手，以及一些学医的人杀人时非常冷静，像动手术一样，这并不是非常奇怪的事情。

14. 第14节：那些内心强大的人们(1)

第二章那些内心强大的人们

导读：在人际关系上会玩几个阴招、损招，会插科打诨，那只是小聪明，档次极低；中等聪明是了解人心定律，熟谙社会游戏规则，远祸晋身；大聪明是顺应天道，思索宇宙人生。

1、内心强大的人更容易看透别人的心思 导读：要看穿一个人的心思，判断他是个什么人，特别要注意从他的嘴巴里蹦出来的一些词，不管它们的词义是什么，都提供了一个人心底里的信息。说谎时，一个人的眼睛和手势会出卖他；和人打交道时，一个人的用词也会出卖他。

只要一个人是个演员的同时也是个观众，你就无法伤害他 围棋高手有“段位”一说，心理强大也是有级别的，我把它划分为五级。下面，我们先邀请著名表演艺术家“凤姐”出场。

人物：凤姐（真名罗玉凤）

职业：超市收银员、网络红人 心理强大事迹：装疯卖傻 心理强大指数：★ 凤姐如何使劲装513，并在网民的滔天谩骂中收获一夜爆红的胜利果实，不需要我再来介绍了吧？

你可能要问，那么多人骂凤姐，她还是一如既往地卖命表演，她的心理就那么强大吗？可以想象，一般人早就崩溃，不玩了。不是曾经有个前辈，在“人言可畏”中自杀了么。

放心，有一种心理法术，可以让凤姐一一化解网民的滔天谩骂，使其瞬间失去威力。

试想一下，在电影电视中，为什么那些演坏人的演员，从来不会觉得自己有什么

道德压力？原因很简单，他们知道自己仅仅是演员，那个“坏人”的角色并不是他的自我，“坏人”干再多的坏事也跟他无关。你就是再恨那个“坏人”，也不可能搞不清楚演员和角色的区别，恨到演员身上吧？

当然，在20世纪40年代，是有过因革命战士无法压抑对恶霸地主的阶级仇恨，开枪打死演黄世仁的演员的意外事故发生。但分不清演戏和现实只是一个小概率事件。

所以，威武的凤姐的心理法术是：把自己当成一个角色，在自己表演时，不仅做演员，也做观众！

这是什么意思？任何一个演讲大师都知道，在演讲时如果不注意观众的反应，在煽动情绪、控制观众的心理上根本就玩不下去。这不是在演讲，而只是在念稿子！

凤姐这样出招：她知道自己仅仅在演戏，并且一边演，一边看着自己演。这样，就把自我和自我扮演的那个角色在心理上剥离开来，不混为一谈。这有什么样的心理效果呢？就是我们上面讲的，她就会觉得那个呈现给大家看的傻叉根本不是她自己，那只是她扮演的一个角色。既然如此，你们骂吧，反正你骂的不是我本人！

15. 第15节：那些内心强大的人们(2)

这算什么，还有两招。

其中的一招是：她在表演一个513时，已经料到了你可能的反应——骂。这样，她对于滔天谩骂就有了心理准备。一切都在她的掌控之中，并且还有一种玩恶作剧作弄大家的快感。

另一招更牛13，隐藏着一个网络红人走红的天大秘密。

这一招是：凤姐不仅当自己的观众，她还当观众的观众。就是说，在她表演时，那些骂她的观众也变成了演员，她让自己变成一个观众，待在一个隐蔽的角落欣赏他们的谩骂表演！

这话有点像绕口令。但想象一下这样的情境：当一个人骂你时，他就是一个演员，在向你这个观众表演他的骂人技能和修养；但如果你回骂他，你们的演员、观众角色就瞬间互换了，他成了欣赏你的骂人技能和心头怒火的观众，而你则成了向他演示这些东西的演员。

为什么心理强大的一个首要标准就是要保持冷静，控制自己的表情和情绪？原因之一就在于，当你无法冷静时，你就成了一个演员，把自己暴露在了对方的枪口之下。

凤姐以及一干网络红人的成功，恰恰就在于，他们用自身的表演设了一个局，一个控制网民心理的局，刺激大家进来狠狠地骂他们，尽情地表演自己在凤姐们面前的智力优越、心理正常、道德崇高。

一旦这样，凤姐就成了在一边欣赏网民表演的观众，网民的那些谩骂怎么可能对她有杀伤力？

看到凤姐这种没学历、没容貌、没背景、没才华的女人，居然认为只有清华大学

硕士毕业的男人才配娶她，你是不是无法保持情绪地稳定，忍不住要狠狠地骂她，认为她也配得上？很好，你上套了，你的心理反应，正是她所需要的！

没有观众，戏是演不下去的。对凤姐最大地心理打击是什么？是完全无视！因为一个人越难有情境来表演，他就越意识到自我的卑微。

所以我要说：在炒红一个人上面，广大网民也真够有人道主义精神的。凤姐有必要隆重感谢他们的配合。

16. 第16节：那些内心强大的人们(3)

凤姐这样玩是心理强大吗？你已经看到了，不是，它不是一个人正常心理状态地反映。只要演戏的情境消失，“心理强大”也就不存在了。

一个人的用词会出卖他 像凤姐那样，依靠营造一个情境玩弄心理法术来获得心理强大，只是初级水平。有一个人比她在心理上更强大，这就是中华“跑跑”联合会主席范跑跑先生。

人物：范跑跑 职业：中学教师 心理强大事迹：在汶川地震中抛下学生逃命，发帖鼓吹行为正确，后在凤凰卫视与人辩论，在道义和逻辑上战胜对手 心理强大指数：★★ 镜头回放，看一下范跑跑同学在凤凰卫视和著名道德家、“跳跳”界杰出代表人物郭松民同志的经典辩论场景。此前，无论范跑跑怎么论证“跑跑有理”，在道德上都是输家，但经此一役，乾坤倒转。

以范跑跑的逻辑，其实任何一个粗通逻辑学和哲学的人都可以击败他（坦白说，如果你认为他的话挺有道理，你真应该去学一下逻辑学和道德哲学的基础知识，提高自己的知识和分析能力）。“跳先生”擅长写时评，所以辩论水平应该不至于差到哪里去。然而在跟“跑先生”辩论时，强烈的道德义愤害了他。所以我们很悲剧地看到，除了骂人，他在场上几乎什么也不会了。

在一个不允许耍赖的场合，犯规就等于举手投降。一个人进攻时如果忘记了对自己的心理进行控制，结果只有一个，就是把自己暴露在敌人的枪口之下，失去还手的能力。郭跳跳完全忘记了，现场辩论不是写文章，你要和对手玩，就不仅仅是智力的较量，同时还是心理的搏杀！

而范跑跑以他冷静地反击，成功卫冕“跑跑”运动会的中国锦标赛心理强大冠军。

范跑跑同学是如何做到的？请注意他的台词！他反复地提到“自由”、“北大”、“无所谓崇高”、“你们就装13吧”之类的关键词。

秘密就在这里。

我在这里教给大家一招：要看穿一个人的心思，判断他是个什么人，特别要注意从他的嘴巴里蹦出来的一些词，不管它们的词义是什么，都提供了一个人心底里的信息。说谎时，一个人的眼睛和手势会出卖他；和人打交道时，一个人的用词也会出卖他。

17. 第17节：那些内心强大的人们(4)

■自由

范跑跑多次强调他热爱“自由”。不管是否如此，他在心里确实相信自己真地信仰这个。“自由”在当代中国，由于太稀缺，占据了道义上的最高点的。一个人如果在心理上占据了道义上的制高点，也就转化成了他心理上的优势。

■北大 “北大”这块金字招牌在中国何等威武。威武到什么程度？威武到一个北大毕业的小白领，在他小学毕业的老板面前，都可以有心理优势：不就是一个暴发户么？老子是北大的！

所以要承认这个现实：只要一个社会以金钱、权力、容貌、文凭、职业、身份等东西来论英雄，排排坐，吃果果。那么，除非你是北大、清华之类学校毕业的，否则，无论你嘴巴上说什么，在心里都会感觉北大、清华的学生比你牛13。当然不是他在能力上比你牛13，而是在“价值”上比你牛13，他有“北大”这个牛13的资本啊。凭这一点，范跑跑同学就可以骂很多没有上过北大的人：你们在我眼里算个屁啊！

■无所谓崇高 说“无所谓崇高”，下一句就是“我是流氓我怕谁”了。这是跑跑同学的另一招数：取消道德判断。

郭跳跳和很多人是靠道德的游戏规则来判范跑跑死刑，剥夺道德权利终身，并准备在凤凰卫视执行枪决的。但范跑跑是什么人啊，哪能这样就轻易被跨省抓捕？他非得破坏你的游戏规则不可，甚至他都不跟你一起玩游戏！

如果他不和你玩同一个游戏，你就不可能靠这个有利于你的游戏规则击败他。

■你们就装13吧 范跑跑力图让自己相信，骂他的人都是在装13。

缺少真实就会缺少力量。纸老虎只能吓倒眼睛被恐惧蒙蔽的人，而吓不了冷静的观察家。既然这些人在范跑跑看来都是在装，那么也就等于，他们的心里其实很虚。

范跑跑采取这种心理战略，还可以成功地反击。既然别人是在装13，那他们比自己还要不堪——毕竟在这个极度缺乏诚信的社会，自己好歹也是“真小人”，而郭跳跳们不过是“伪君子”而已。

18. 第18节：那些内心强大的人们(5)

一个人越相信自己所扮演的角色是真实的自己，他就越无所畏惧

我要补充一点，范跑跑之所以心理强大，还有一个天大的秘密。

我们看到电影里，只要一个军官大喊一声“国家和人民在看着你们！”，一群士兵就可以在战场上冲锋陷阵，慷慨赴死。为什么？

原因很简单：这句话把战场变成了一个舞台，而尸横遍野、炮火硝烟则是舞台的

布景。在这个舞台上，他们真诚地相信，战士的身份就是真实的自己，在国家和人民这些观众的注视下，他们必须按剧本要求演好这个角色。

同样，对于范跑跑来说，汶川地震的背景也构成了一个舞台。当所有人的目光投向他的时候，他就不再是中学教师范美忠，而是变成了一个以自己的行动对抗“伪道德”，高擎“真诚”和“自由”旗帜向观众布道的斗士。他被骂得越多，那些“伪善”的人就越像个屠杀“真诚”和“自由”的魔鬼，他就越焕发出对抗的勇气。

一个人在心理上越真诚地相信自己所扮演的角色就是真实的自己，就越具有勇气去做一切事情。印度的德雷莎修女可以用一生去救助穷人，就在于她从未怀疑过，作为一个修女，必须在上帝的注视下为穷人送去福音。

我们的心灵被这个法则控制：一个人一无所有，他便一无所是。范跑跑同学动用了一些心理保护机制，在裸奔的同时还搬来了“北大”之类的救兵，才让自己在心理上显得强大。不过，和房地产大佬任志强比，就根本不在一个等级上。

人物：任志强 职业：北京华远集团总裁、中国房地产大佬 心理强大事迹：经常放炮为高房价辩护，敢于成为全民公敌 心理强大指数：★★★ 裸奔并不需要多大的勇气，有时候只需要不要脸。所以，从古至今，裸奔在技术上难度并不高。不要说范跑跑这样自命的“自由斗士”，就是一个泼妇、一个小混混都可以轻松胜任。

但敢于成为“全民公敌”，仅仅不要脸是不够的，它还需要实力的支撑。

19. 第19节：那些内心强大的人们(6)

共产党员任志强同志在成为全民公敌的光辉道路上，有过一系列革命英雄主义兼革命浪漫主义的豪言壮语。比如，“穷人就该买不起房子”、“买不起房为什么不回农村”、“房价是门槛，买不起就别住在北京”。

这些社会达尔文主义的混账话，出自一个房地产商嘴里，可想而知，在一个贫富悬殊，很多人不要说做“房奴”，甚至连做“房奴”的机会都没有的社会里，会引起多大的轰动。志强同志这不是欠抽么？

所以，任同志每有一句豪言壮语出来，在网络上都会响起一片骂声。在大连的一个论坛上，还有“房奴”以扔鞋的经典姿势向他表达严正的抗议，上演了一出美国前总统布什在伊拉克被“人鞋炸弹”袭击的山寨版。而任同学竟然也很有自知之明，承认自己是“全国人民最想揍的人”。

那他的心理为什么看起来如此强大无比，天不怕地不怕，甚至连他的利益伙伴——政府也敢批评？

我曾注意观察过在凤凰卫视“一虎一席谈”上志强同志与别人的辩论过程。那一刻，我承认他有足够的理由睥睨一切。他在论证自己的王八蛋观点时，毫不慌乱，有理有据，有数据有分析，几乎无懈可击。而且，他还善于抓住对手的漏洞，一招击溃对方。

这样的人已经具有心理强大的一个重要特征：在具有足够的知识储备和理性分析

能力的基础上，保持心理定力，在博弈时绝不让对手掠起自己的一丝情绪；对手向自己发出任何信息，都可以用自己的大脑进行解读并瞬间作出反应。

当然，志强同志还有显赫的身份和家庭背景，这在心理上也变成了他的潜在实力。

除此之外，志强同志显得心理强大还有一个和跑跑同学一样的秘密：投入到了演戏的情境。他还借助了一种心理法术：把自己的混账话理解成“真话”，并想象自己是在向观众传播房地产业的“真理”。

一个自认为是在传播真理的人，如果他不具有心理优势，谁有？

有的聪明人之所以是个懦夫，是因为心里没有真正的自信

20. 第20节：那些内心强大的人们(7)

如果剥去价值判断，任志强的心理强大算是“成功人士”的高级版本了。不过，这样的心理优势在诸葛亮这种高人面前，就不是一个级别的。

人物：诸葛亮 职业：三国时蜀国国务院总理兼中央军委主席 心理强大事迹：玩空城计骗过司马懿 心理强大指数：★★★★ 无知者无畏，但有知者更无畏。这是著名政治家、军事家、谋略家、作家、外交家、木牛流马专利发明人诸葛亮先生在他的博士论文《论聪明和心理强大的关系及转化机制》中告诉我们的。

在这个世界上，并不聪明却自以为聪明的人黑压压一片，望不到尽头。按苏格拉底“我所知道的就是自己一无所知”的说法，“自以为聪明”的意思其实是“愚蠢到不知道自己愚蠢”和“愚蠢到以为别人都很愚蠢”。

在人际关系上会玩几个阴招、损招，会插科打诨，那只是小聪明，档次极低；中等聪明是了解人心定律，熟谙社会游戏规则，远祸晋身；大聪明是顺应天道，思索宇宙人生。

有一个现象很让人奇怪，有些人也很聪明，很博学，但在突如其来的打击面前却不知所措，在危险面前颤颤发抖，一不小心就被秒杀。他们懂得那么多，还会害怕？

当然会！原因很简单，他们被利益和求生的本能劫持。在危险面前，他们没有用智力来抵挡，帮助自己化险为夷。外界控制了他们的内心——无论是利益，还是求生，绳子都由外界牵着，他们的智力不再起作用。在这样的状态下，心理上自然是软弱不堪的。

诸葛亮绝不是这种智力上的巨人，心理上的懦夫。他完美地阐述了：一个人可以在智力上厉害，同时在心理上强大。

原理并不高深：假如一个人真的在智力上非常厉害，并且已经得到了外界和自己的认可，这种“自信”就被带入了他的心理结构之中，使得心理结构得到填充，让自己在心理上也很强大。有些聪明的人之所以在心理上是个懦夫，就是没做到这一点。

诸葛亮最经典的心理强大案例不是舌战群儒，而是玩空城计。

21. 第21节：那些内心强大的人们(8)

诸葛亮从哪儿得来的胆量玩空城计？原因有二： 第一，实属无奈。身边没有大将，只有两千五百人马在城中。这么少的人根本就只能当司马懿大军的下饭菜。逃跑只有死路一条，按常规防守也守不住。因此，不如放手赌一把。

第二，他的对手是司马懿。司马懿是何等人物？一个同样聪明绝顶的人，和诸葛亮正是同类，恰恰是同质的对手。

同质的对手有时候极难对付，有时候恰恰最好对付，因为双方玩的游戏规则是一样的。而不同质的对手，有时候却极难对付，因为他和你玩的游戏规则不一样，根本不按你的规则出牌。

放在空城计上，道理是这样子的：司马懿一看诸葛亮摆出城门大开并且还端坐城楼自如抚琴的架势，第一反应就是有埋伏。这样，他就按诸葛亮的期待出牌，诸葛亮也就有救了。如果是一个有勇无谋的莽夫来，一看这种架势，管你埋伏不埋伏，第一反应就是杀进城去，那诸葛亮就完了。他绝不会以这种架势来对付莽夫。

诸葛亮知道自己是什么，也清楚司马懿知道自己是什么。这就进入了一场博弈。

让我们来看一下“诸葛亮”这颗智力高超的大脑在这场博弈中的简单运作过程：

（1）我既不能打也不能跑，那么要保住我自己，必须让司马懿退兵； （2）如何让司马懿退兵？很简单，让他认为我有埋伏； （3）如何让司马懿认为我有埋伏？玩空城计，制造认知的反差效应：正如越危险的地方越安全，看起来空空的城池，可能在里面和周边埋伏着无数的军队！而司马懿知道我平生谨慎，不会轻易冒险； （4）司马懿不是傻子，了解我诸葛亮，知道我不会轻易冒险，所以我冒险可能是一个计谋； （5）那么，如何让司马懿相信我真有伏兵，而不是玩空城计？装！装得镇定自若，毫不慌乱，因为越不慌乱，越表明背后有实力支撑！

前面四个环节对于司马懿来说只是雕虫小技，但他在决定性的最后一个环节上却只能败下阵来。这就是残酷的心理较量，诸葛亮如果心理不强大，根本无法装得像，更不可能镇得住司马懿！

22. 第22节：那些内心强大的人们(9)

你看，关键时候装13还是很管用的。关于装13和心理博弈，在后面的章节我还会有更详细分析和揭示。

理性之所以具有不可战胜的力量，是因为它对人构成了一种真正的说服 强中更有强中手。诸葛亮的心理强大和苏格拉底又不是一个档次。

人物：苏格拉底 职业：古希腊哲学家 心理强大事迹：被雅典公民大会判处死刑

，不逃走，平静地喝毒酒而死 心理强大指数：★★★★★ 公远前399年，苏格拉底被指控不敬神和毒害青年，被雅典公民大会判处死刑。他为自己作了辩护，但只是“无罪”的辩护。他并不怕死。

审判当然是不公正的。他的朋友克里托曾经到牢房里劝他逃走，并妥善安排了一切。但他拒绝了，还说服了克里托。在他生命的最后时刻，他还在和来看他的人讨论严肃的哲学问题。

当毒酒端来的时候，苏格拉底镇静而毫无畏惧地一饮而尽。朋友们看着都流下了眼泪，而苏格拉底反过来安慰他们勇敢些。他慢慢地在屋子里踱步，然后双腿发沉，躺了下去，最后安详地闭上眼睛。他在死亡面前的冷静让人惊心动魄，绝对无愧于那个时代“最勇敢、最聪明、最正直”的人这一称号。

苏格拉底在心理上为何那么强大，以致在死亡面前都如此平静？原因在于，他的哲学思考，他的理性能力在力量上远远战胜了死亡。他的存在对于生死已构成一种超越，更不用说我们凡人所看重的那些世间荣辱。

而理性之所以有那么强大的力量，是因为它对人构成了一种真正的说服。这一点我在后面会详细讲到。

我们先看一下死亡在苏格拉底眼中到底是一种什么样的图景。柏拉图在《申辩篇》中如是记载，我忠实地抄袭如下： 苏格拉底：死亡无非就是两种情况之一。它或者是一种湮灭，毫无知觉，或者如有人所说，死亡是一种真正的转变，灵魂从一处移居到另一处。

如果人死时毫无知觉，而只是进入无梦的睡眠，那么死亡就真是一种奇妙的收获。我想，如果要某人把他一生中夜晚睡得十分香甜，连梦都不做的一个夜晚挑出来，然后拿来与死亡相比，那么让他们经过考虑后说说看，死亡是否比他今生已经度过的日日夜夜更加美好，更加幸福。好吧，我想哪怕是国王本人，更不要说其他任何人了，也会发现能香甜熟睡的日子夜晚与其他日子相比是屈指可数的。

23. 第23节：那些内心强大的人们(10)

如果死亡就是这个样子，如果你们按这种方式看待死亡，那么我要再次说，死后的绵绵岁月只不过是一夜而已。

另一方面，如果死亡就是灵魂从一处迁往另一处，如果我们听到的这种说法是真实的，如果所有死去的人都在那里，那么我们到哪里还能找到比死亡更大的幸福呢？

如果灵魂抵达另一个世界，超出了我们所谓正义的范围，那么在那里会见到真正的法官……如果你们中有人有机会见到奥菲斯和穆赛乌斯、赫西奥德和荷马，那该有多好啊？如果这种解释是真的，那么我情愿死十次。

这样对死亡的哲学思考是否让你觉得死并不可怕？也许，这只是哲学家的一种看法。对世界的一种看法即是对世界的一种解释，这种解释会使世界看起来是一种样子而

不是另外的样子。

一个人大脑中的世界图景会对他的心理产生影响，即从智力结构“移”到心理结构；反过来，心理世界中的图景，也会“移”到他的智力结构，即心里面潜意识地怎么想，大脑就怎么认为。假如一个人认为社会上的人很友善真诚，那么，他就不会在心理上觉得别人总想着害人坑人；如果他在心里面总感觉有人要害他，那在他眼中，很多人都不是好人。

但是，你也看出来了，苏格拉底并没有论证，而只是“设定”死亡就是这个样子，严格来讲并没有诉诸于理性。

但苏格拉底牛叉就牛叉在，他并不就此止步，不怕死并不是靠意淫，靠强迫自己相信死其实是一件美妙的事。在柏拉图的《斐多篇》里，他还进行了极为精彩的论证。

论证较长而且复杂，占去了《斐多篇》大量篇幅。在这里，我无法一一抄袭，而只能把他的逻辑梳理如下：（1）我们的欲望会影响我们的判断。因此，一个人要想获得真理，必须摆脱身体欲望的诱惑。

（2）真正的哲学家能够摆脱身体欲望，超越于可见的身体而专注于不可见的灵魂。

（3）人有身体和灵魂，死后无非是肉体本身与灵魂脱离之后所处的分离状态，以及灵魂从身体中解脱出来以后所处的分离状态。

24. 第24节：那些内心强大的人们(11)

（4）人死时，对于一个超越了身体欲望而接近不可见的理念世界的哲学家来说，死时，灵魂从肉体中解脱出来是纯洁的，它进入了理念世界，因为在他的今生，灵魂从来没有在肉体中封闭自己。而普通人的灵魂与肉体结合在一起或被肉体所封闭，因此死时并不能不受污染地脱离肉体，它们无法进入不可见的纯粹的理念世界，而会被拉回现实世界，只在坟墓和坟场里徘徊：那些影子般的幽灵就是这些还没有消失的灵魂。

（5）既然一个哲学家生时专注的是与灵魂联系在一起的理念世界，并尽力摆脱或已经摆脱了身体的欲望，而且死只是灵魂彻底离开身体进入一个真正的理念世界的过程，那么生和死就只有这样的区别：生时，灵魂尚存在于身体；死后，灵魂彻底脱离身体进入纯粹的理念世界。

（6）这样，死不过是生的延续和超越而已，它是在一个人经过艰苦的哲学修炼后的自然归宿。这意味着，那些以正确方式献身于哲学的人实际上就是在自愿地为死亡作准备，他们实际上终生都在期待死亡。

（7）那么，在这种长期为之准备和期盼的事情终于到来时，他们又怎么会害怕呢？

看到没有？多么牛叉的推理！

2、控制自己的情绪，是控制自己命运的起点 导读：能够控制自己的情绪，冷静

应对，不为环境和他人所操纵，并且能快速地作出判断，是一个人掌握自己命运的起点。诸葛亮和苏格拉底虽然对于心理问题频发的当今社会来说非常遥远，但他们的存在表明：一个人如果心理强大，那么他在心理上和理性能力上都将达到一个什么样的生存高度！前面一个可以让谁都无法击败你，后面一个可以让你洞悉人心，看穿万物！

我们当然不会像诸葛亮那样指挥千军万马，也不会像苏格拉底那样一生都在进行哲学思考。在现实生活中，做到了什么程度才算心理强大呢？我尝试给出一些指标：不自卑；能够看穿他人的表演，以及一些圈套；

25. 第25节：那些内心强大的人们(12)

能够控制自己的情绪，冷静应对，不为环境和他人所操纵，并且能快速地作出判断；在很大的打击面前，能够在短时间内恢复理智，因此从未被什么所击倒；在最艰难的日子里一直坚守自己内心的信念，绝不动摇；绝不患得患失；能理性地梳理、分析，客观看待与自己有利害关系的事情；对自己适合做什么，有什么潜力，是个什么样的人有一个准确地认知；宠辱不惊。

只要达到四个以上指标，我相信你已不再受心理脆弱地困扰了。在这个险恶的世界上，你已经有足够的心理优势、理性思考能力去应对各种挑战！

26. 第26节：到底是哪些东西让人内心弱小？(1)

第三章到底是哪些东西让人内心弱小？

导读：面对任何让你在心理上自卑、屈辱、窝囊、无能、愤怒、恐惧的人和事，你的对手首先并不是别人，而是让你陷入如此境地的社会和心理法则。你需要意识到它们在你心里是如何起作用的，在对手要利用这一点陷你于不利时，能预先作出防御，并迅速进行反击。

我们生活在一个复杂的社会中。为了帮助大家看清楚我们的真实处境，并给后续的分析提供一点知识背景，我有义务描绘两幅图画：一幅是“社会”的，一幅是“存在”的。

1、不了解游戏规则的人，在社会中只能迷路 导读：你喝不上汤和郁闷的原因可能是你的能力问题，也可能是社会问题，但改变的前提是：你一定得知道是什么问题。

社会就是一个里面藏得有很多金银财宝的迷宫，除非有天上掉馅饼的事情发生，否则迷路者永远没份。

但对于很多人来说，恐怕从踏上社会的第一天起，就已经成为一个盲者。

“路”就是决定金银财宝归属，即资源分配的社会游戏规则。谁能看清、掌握、影响游戏规则，谁就能够占到那些金银财宝中的一部分。这个游戏规则及其内容无非是权

力、金钱、名气、关系、文凭、能力、脸厚心黑、吹牛拍马、拉帮结派……

这意味着，玩不了这些游戏，或不想用这些游戏规则来玩的人，在竞争中只能被淘汰出局，成为“失败者”，还要被俗人们羞辱！你一定不会对那些俗人嘲笑理想主义者的场面陌生，或许你都是嘲笑者或被嘲笑者中的一个。

有一点需要注意，游戏规则怎么解释，怎么修改，虽然主要由实力决定，但当正义变成一种强大的力量时，它对怎么玩是有足够的发言权的。

道理很简单，政治需要论证自己的合法性，要装作很讲理，才有可能玩下去。而政治恰恰就压在社会之上，控制着社会。

这意味着，大家可以一起抢那些金银财宝，但政治和社会都要有一个规则，这个规则的意义在于，在它的运转下，谁得到什么，谁失去什么，都要让人服气。你赢了，大家认为理所当然，都服你；而你输了，也输得心服口服。这样才是和谐社会。

但如果你说，你是“官二代”，在父亲的荫庇下很轻松就可以做一个公务员，那只会撩拨起人民群众的怒火。老大，这些东西不是你家的私人财产，无论是公开还是暗中操作，符合正义才是王道，世袭是不对的。

其它的利益也一样，就比如房地产。政府、房地产商和炒家在把很多人逼成“房奴”，把更多的人逼得想做“房奴”而不得时，也为自己赚够了银子。他们靠的就是制度和政策。制度和政策有多重要？很简单，它们可以让一个人轻松地得到很多，另一个人得到很少，另一个人什么都得不到！

一个社会该怎么玩才算正义，才能让大家无论输赢都服气？

政治思想的江湖上活跃着很多帮派，像自由主义、社会民主主义、保守主义、社群主义等等，都各自占据一个山头。不要低估这些帮派的能量，奥巴马政府一系列政策的背后，就是自由主义这个帮派的拳术套路。你别看奥巴马演讲水平那么牛，甚至有人说 he 可以和希特勒“华山论剑”，但不深谙这个帮派的拳谱，他根本就不会说话！

而社会民主主义这个帮派的老大安东尼·吉登斯，甚至就直接做到了英国布莱尔政府的“国师”！

27. 第27节：到底是哪些东西让人内心弱小？(2)

为解决“正义”的老大难问题，自由主义的一位大师约翰·罗尔斯想到了一个办法——大家组成社会时就要瓜分资源。自然，谁都想分得多一些，谁都不想吃亏，而且那些在分配时有优势地位的人，更倾向于以公谋私。当我知道你这样分时，我马上可以评估这对我有没有利，有利我当然干，但别人可能不干；而对别人有利，对我没利时，我也不干。所以，只要大家一开始就知道自己是个“官二代”、“穷二代”，就难以达成分配方法的共识。

那怎么办？拉一块黑色的幕布，叫“无知之幕”，先把分配的结果给遮挡住，你就看不见分配的结果是什么。因此你很难评估，某一种分配方案对你有没有利。另外，你

的地位、处境、爱好这些东西也被遮挡住了，让你没有屁股决定脑袋的机会。你都不知道你是“富二代”还是“穷二代”，你不可能和现在的经济学“砖家”一样，说中国的贫富差距还不够，还要再大一点，穷人才有工作的动力吧？除非你真的是雷锋同志，毫不利己，专门利人。

弄好了这块“无知之幕”之后，大家就约定，共同选择一个大家接受的分配方案，订一个契约，而且在“无知之幕”揭开之后，不能反悔，就按这个游戏规则来玩。

可能出现什么样的结果？非常明显，就是大家都选择一个不是平均主义，但要有利于最穷的人的分配方案。如果你选择一个只是有利于富人的分配方案，那么“无知之幕”一揭开，你发现自己是穷人，那就哭都没有眼泪了，因为不允许反悔！而假如你选择有利于最穷的人的分配方案，“无知之幕”一揭开你发现自己竟然是“富二代”，那也不必沮丧，你要做的事情只是：认识到你发财，已经有人为你支付了代价，你需要补偿他们而已，除非你是个占了人便宜还不认的家伙。

罗尔斯认为，经过以上博弈和约定，大家都会选这个正义的游戏规则：（1）每个人都有平等的自由。谁愿意自己的自由被限制呢？

（2）机会平等。谁认为公务员职位被“官二代”和有关系的人垄断很有道理？

28. 第28节：到底是哪些东西让人内心弱小？(3)

（3）补偿最不利者。自己吃肉让穷人也喝口汤，恐怕不仅是良心的问题，正义的问题，也是在为自己吃肉购买安全保险。不懂得这个道理的人是极为愚蠢的。

你要问了，这对我有何意义？太明显了：你喝不上汤和郁闷的原因可能是你的能力问题，也可能是社会问题，在一个博弈格局中必须看准哪一种游戏规则占主导，可以扛出哪条游戏规则来增强自己的博弈能力。就算你吃上了肉，也绝不能把眼光只放在自己的一亩三分地。

2、每个人的面前都有一条河 导读：当一个男人或女人说他（她）是“单身”时，那并不说明他没有女人或男人。这一点，请“剩男”、“剩女”同志们切记！

伟大领袖毛主席教导我们，人总是要有点精神的。

在掏出小本本学习主席的这个重要讲话精神后，我发现，对于芸芸众生来说，从踏入这个世界的第一步开始，前面就有一条河。

这是一条“存在主义之河”。

名词解释一下，“存在主义”是一个19世纪末到20世纪50年代在西方影响巨大的哲学流派，在20世纪80年代的中国又火了一把。打地基把房子立起来的人叫克尔凯郭尔，然后海德格尔、蒂利希、萨特这些杰出的建筑和装修设计师大合力把这所房子给修得非常气派。

精神病院里当然住着精神病人。“存在主义”这座房子里面住着的是一群什么人呢？一群在精神上极为痛苦的人！“存在主义”就是一群已经“上路”，但还没有走到河对岸

的人的避难所。

多年前，我也曾经在这所房子里待过一段时间，所以印象极为深刻。

克尔凯郭尔是丹麦的一个“富二代”，有钱有闲，迷上了哲学。哲学家素有单身的优良传统，他也坚决地继承了这一传统：爱上一个漂亮的贵族小姐，但为了哲学，拒绝了爱情和婚姻。这样一个不食人间烟火、背负着人类苦难的忠诚战士，当然会遭到大伙的嘲笑和羞辱，就连小孩都敢欺负他。在哥本哈根街头，经常有一帮小屁孩在他身后拿小石头砸他，一边砸还一边学克尔凯郭尔走路的节奏，恶搞他的一本书的书名，喊“非此--即彼--非此”，相当于“左--右--左”。

29. 第29节：到底是哪些东西让人内心弱小？(4)

和老大克尔凯郭尔相比，屈居二弟的海德格尔就惨多了，典型的穷N代。现在常有房地产商在销售楼盘时，打出“诗意地栖居”和“XXXX是存在的家”的广告，就是从海德格尔那儿无耻地抄袭来的（海德格尔的名言是“语言是存在的家”——作者注）。他们不知道，海德格尔年轻的时候不要说买不起这些楼盘中的一平方米，就是有一根鸡腿吃，他都觉得过得是天堂般的幸福生活了。

他出生在德国农村，老爸只是一个杂工，处于水深火热之中，过着牛马不如的生活。海德格尔读小学的时候，一直营养不良，到中学时，学费都交不起了。他之所以能够读出来，最终出人头地，靠的是“希望工程”和朋友资助。在中学时，为了读书，他不得已签订了“卖身契”，答应以后做牧师，才换得教会给自己出学费。在大学时，他由于身体原因，要撕毁卖身契，教会一怒之下不拿钱给他了，让他差点退学。后来还是有朋友资助，才能够读出来，并混进上流社会。

海德格尔这人是典型的“凤凰男”。穷苦出身，他最清楚自己如何才能上位，因此先是猛拍德国学术界一言九鼎的哲学老大胡塞尔（他是犹太人）的马屁，成为胡塞尔的助手，混了一个好位置。纳粹得势上台后，他又拍纳粹的马屁，最终把胡塞尔给推到一边，自己当了弗莱堡大学的校长。如果在哲学家中，卑鄙也可以作为一个奖项评选的话，海德格尔一定当仁不让。

蒂利希这人看起来高深莫测。在海德格尔眼中，宗教这玩意儿意思不大，把自己的一生交给上帝，实在没有什么吸引力。但蒂利希还真是一个把自己交给上帝的人。

第一次世界大战的时候，他就是一个随军牧师。希特勒上台后，他跑到了美国，致力于把存在主义和基督教神学“一锅煮”。最后，他红了。这里面除了实力，还有一个重要的原因，美国是新教国家，蒂利希迎合了美国人民对新教的深刻理解。他的成功证明：你要向人民宣扬一种非常牛叉的道理，也是需要拍他们的马屁的。原因很简单，你并不是上帝。

30. 第30节：到底是哪些东西让人内心弱小？(5)

萨特这人最喜欢玩深沉，巴黎塞纳河畔的咖啡馆里经常出现他的身影。顺便说一句，现在很多小资、白领都以在咖啡馆里喝咖啡来显示自己有情调，这其实非常装13。同样是喝咖啡，有的人只是在浪费时间，而有的人却可以产生无比深刻的思想，这就是档次的区别！

萨特也是保持哲学家单身传统的战士之一。不过，鼓吹女权主义，写了《第二性》这本惊世骇俗的书的西蒙·波伏娃却终身都是他的情人。他们的浪漫主义事迹告诉我们：当一个男人或女人说他（她）是“单身”时，那并不说明他没有女人或男人。这一点，请“剩男”、“剩女”们切记！

上面提到的这四位在建设“存在主义”这座房子的时候，看到了什么样的人生和世界的真相呢？为了方便理解，我简单地把他们的观点及逻辑梳理如下：（1）人是世界中的一种“存在”（是一坨几十上百公斤的肉么），并且这种“存在”和一棵树、一头猪这样的“存在”不一样，因为两个肩膀扛着的那颗脑袋有意识，能知道自己的“存在”，而树和猪没有；（2）当你知道自己的“存在”，你也就知道，你只是你，贫嘴张大民、小李子之类，你不是奥巴马，不是拉登。总之，你知道你就是你，你和别人不一样；

（3）你知道你和别人不一样，就意味着，这个世界对你来说很危险，要到火星上估计才安全。因为世界既不是你的一部分，你也不是它的一部分，那么，像自然界的火山、地震，像社会中的男男女女，都可能会威胁到你，而且你会感觉到。

（4）更致命的威胁来自你的“存在”本身。一个“存在”的东西，如果知道自己存在，最害怕的是什么？是“不存在”，是虚无化！对人来说，生存意味着存在，而死就意味着不存在，所以人最怕死。但是，人是死定了的，他从出生的第一天起，实际上就是在一步步地向死亡进军，直到闭上眼睛，完成了死亡过程。因此，你每存在一天，就意味着被不存在威胁一天，你的存在总是被否定。这是多么痛苦的一件事情？

31. 第31节：到底是哪些东西让人内心弱小？(6)

著名的萨达姆先生被审判时，在法庭上睥睨一切，毫不理会法官的指令，坚称自己仍是伊拉克现职总统。而同是难兄难弟，南斯拉夫的米洛舍维奇却反戈一击，把法庭变成了“审判”北约的场所。这种强烈的反差就和“存在”有关。你以为萨达姆那么傻，不懂得学学米洛舍维奇同志？事实的真相是，他已经把“伊拉克总统”在心理上视为他的存在，一旦不是，就是对他存在的否定，是对他的虚无化，这是灾难性的！所以他一定要让自己相信，自己仍然是伊拉克现职总统。

假如你进入一个聚会的场合里，在那里根本没谁理你，看都不看你一眼，你是不是感觉焦虑不适，甚至恼恨？原因很简单，你意识到，在别人眼里，你根本就不存在！

(5) 所以，人是孤独的，并且充满了“不存在”的焦虑。而人最后肯定会死去这件事情，让人生显得非常荒谬。辛辛苦苦，最后一切都化为一抔黄土，还有什么比这更荒谬的？

(6) 但是，人有自由意志，可以创造自己的一个世界。世界本身固然没什么意义，但人可以赋予它以意义。一棵树、一头猪当然没有烦恼，但它们的“本质”，已经被定死了，而人却可以通过自己去展开“存在”，创造自己的本质。老天是公平的，不可能什么都给猪，也不可能什么都给人。

(7) 我们的“存在”固然一直在遭受威胁，但是，不屈服于命运是一种美德。我们应该具有“存在的勇气”，不顾一切威胁地肯定自身！

看到没有？这简直是对人生痛苦地无情揭露。当一个人思考人生意义时，在他面前就出现了这样一条“存在主义”的河流。它流淌着焦虑、痛苦和荒谬。但是，它的对岸，就是公平正义的天堂、终极关怀的乐园、心灵真正的自由和解放、大彻大悟者的诗意栖居地。

在这条河流面前，不同的人作出了不同的选择。

绝大多数人选择了待在河这边。他们故意无视对岸地存在，拒绝下河。思考不是很让人痛苦吗？好，我就不思考，我就“退行”，把自己从一个“人”变成一头猪。猪吃了睡，睡了吃，毫无痛苦，我也可以这样干。

32. 第32节：到底是哪些东西让人内心弱小？(7)

另外，人确实是需要赋予生活一点意义才能躲避荒谬的袭击，才能活下去。但是，我的眼睛完全可以只盯着世界上的很多东西啊，比如金钱、权力、美色、美食、娱乐，以及一切稀奇古怪的玩意儿。我可以认为，得到这些东西就是意义。嘿嘿，我也不怕我的存在被虚无化，肩挎一个LV，在高档商店里拍出“无上限金卡”，谁敢无视我的存在？只有我无视他们！什么？人必须有一个上帝？权力、金钱、国家、民族、我自己、我的偶像就是我的上帝！

过河是艰难的。但还是有人下河，只不过，下河也分三种情况：一种是下了河，走到了对岸；一种是下河后，受不了河水冲击退了回来，另一种是暂时还待在河里。

在哲学的视野里，留在此岸而从不下河的人是纯粹的俗人，现实主义者，就是苏格拉底、柏拉图们鄙视的“洞穴人”（不是山顶洞人，那时山顶洞人头脑还没这么发达呢），他们一生都只看见幻影，但把幻影当成真实。

已经下河而又退回的人是意识到理想在哪儿，曾经追求过，但最终背叛理想的变节者、实用主义者。

在河里痛苦地挣扎，既无法退，也无法一下子达到对岸的人是理想主义者。

达到了对岸的则是宗教圣徒、佛教大师、古典哲学家、真正的隐修者。

在心理上，这些不同的人有什么样的特征呢？

留在此岸而从不下河的人在很多严肃的问题上是昏睡的，大脑和心理常常被交出去给别人控制。他们是革命的“群众”、是消费社会的“消费者”、是明星的“粉丝”、是啸聚于网络的爱国青年。鲁迅的小说里尽是他们的身影，被人当鸭子一样地提着的看客、祥林嫂、阿Q都属于这一类。

这类人虽然有时候很不堪，但还保留着人性的某种正常情感——如果他没有被逼到变态的话。

下了河却退回来的人在心理上都有某种变态，是贬义上的“聪明人”。他们是人生的“生意人”，只要有一点甜头，就可以把自己卖出去。因为他们已经卖过自己一次，为了利益，此后没有什么不可以卖的。只是，他们对自己的背叛，注定要遭受自己的报复。这一点后面我会讲到。

33. 第33节：到底是哪些东西让人内心弱小？(8)

以上这两种人，都是嘲笑理想主义者甚至对他们拽拳捋袖的英雄。因为只有把理想踩死，把理想贬得一钱不值，那些有理想的人才不会在对比中给他们造成焦虑。如果一群人都没有灵魂，那么，我就会心安理得于我没有灵魂。

17世纪的法国佬拉罗什福科恶狠狠地揭露，“谦和是一种陶醉于幸福中的人惧怕招致妒忌和轻蔑的情绪”。看起来是美德的态度都是人的一种心理保护装置，何况是对一个人嘲笑？

在河里挣扎，既无法退，也无法一下子达到对岸的人承受着理想和现实撕裂的痛苦，但在精神上，他们比那些不知道自己是谁，或者背叛了自己的人更健康。

但是，假如哪一天，他无法在心理上蔑视世俗的一切，这类人也很可能在心理上崩溃。

达到对岸的则是克服了自我的分裂，照亮了无意识的黑暗，或触摸到了人性和世界真相的人。

他们在心理上几乎不可战胜。

3、是什么在操纵我们 导读：社会是一个等级结构，充斥着权力和金钱、观念的暴力 到底是哪些东西让人的心理那么弱小？下面先列出要点提示，在后面的章节里我会详细跟大家分析它们。

■ 社会价值排序 很抱歉，我用了一个看起来非常抽象的术语。但这个术语非常牛13，非常有用，就像吴思先生的“血酬”、“潜规则”的术语一样，可以帮助我们理解很多社会潜规则层面的东西。什么是“社会价值排序”呢？简单说，只要你根据社会的观念，认为一个白领就比一个民工高档，一个大学生就比一个小学生牛13，那么，你就遵循了某种社会价值排序的指令。

而一旦你遵循了社会价值排序的指令，就为自己的心理弱势打开了大门。这种社会价值排序必然制造伤害、焦虑、愤怒、自卑和羞辱，因为按照这个规律，在这个游戏

之内，只有位于最高端的人，在人群中才能获得绝对的心理优势。

■“自我”的虚假 没有一个“自我”，人在心理上就活不下去。但是，如果他的“自我”并不是他自己，只是社会上的东西驻扎在自己心里的“代理人”，他就会和自己失去联系。

34. 第34节：到底是哪些东西让人内心弱小？(9)

用“假自我”来维持自己心理生存的人从一开始就失去了防御能力。

■不确定性 只要我们无力把握一种东西，我们就不会感觉到自己是命运的主人。

被不确定性吞没的人，同时也是一个无法体验到自己在世界面前的力量的人。

别人言行的作用力指向自己 有的人很容易受别人的影响，别人的语言和行为，可以快速绕过他的大脑，进入他的心理结构，激起他的各种情绪，引起情绪和状态的不稳定。其实，只要一个人无法用大脑防护自己的心理结构并解读外界刺激，他的心理弱小就是一种宿命。

看到前面有一个人，他就成为了我的一个观察对象。同理，我们也是别人言行的对象。容易受到别人影响的人，别人言行的作用力就是指向他的，力的方向，决定了心理的优势和劣势。

所以，我们知道，窥视别人而获得巨大快感的秘密是：力是由我们指向被我们窥视的人，而且在心理上解除了他的防御。

■社会等级的暴力 和价值排序对应，社会是一个等级结构，充斥着权力和金钱、观念的暴力。

一个老板可以借助“管理”的名义羞辱一个小职员，打击他的自尊心，无论是否变态，这是现实。

■他人的伤害 很多人曾经幻想生活在桃花源，但桃花源不过是一个梦境。

社会生活的一个根本特征就是冲突。参与了社会这场游戏，弱者要想不被“伤害”，除非有奇迹发生。

更何况，伤害别人成为一些道德白痴的乐趣。

■死亡恐惧 无论这个世界有没有公正，在这件事上人人平等，那就是死亡——大家都得死。

死亡只是生物规律，本身并不是问题。但对于人来说，知道自己最后要死，变成了最大的问题。

4、事实本身是什么并不重要，重要的是它在我们的心理上是什么样 导读：绝大多数人都会用情感、情绪、偏见、欲望、利益等蒙蔽自己的眼睛。这双眼睛所看到的世界其实只是我们心里面的世界，但我们却以为，世界真地就是我们所看到的样子。

35. 第35节：到底是哪些东西让人内心弱小？(10)

中国有句古话叫“天下熙熙，皆为利来；天下攘攘，皆为利往”。在大街上，你可以观察到行色匆匆的人，他们大多都显出漠然和焦虑。闲暇时间不妨作这样的想象，你像游泳一样地遨游在天空之上，往下一看，就会看到人流像蚂蚁一样，冲来撞去，向四面八方蠕动。是什么在操纵他们向这个方向走，不朝那个方向走？很简单，是利益。

看到了这一点，就不难理解，一个人常常会受到很多来自存在、心理、社会等法则的控制，特别重要的是，受到已经掌握了这些法则的人的利用和控制。

你可能会在街上碰到两个有钱人，并围观他们。他们一个看上去穿着打扮并不夸张，但脸上永远堆着经过优雅粉饰的傲慢；另一个人则趾高气扬，戴着像牛绳一样粗的金链。社会认为，前者有“贵族”风味，而后者则是一个标准的暴发户。

你显然会认为，“贵族”很有素养，而暴发户则粗俗得让人讨厌。他们虽然都有钱，但并不在一个档次。

“贵族”显现出来的样子真地是素养使然么？那只是表象！看人，得从深层心理动机分析，才能看准一个人。

“贵族”脸上堆着傲慢完全是一种心理保护，他就是用这个肌肉信号告诉别人他的“上等人”身份，并防止别人轻视他。而他保持着优雅，那是因为他有钱已经持续了比较长的一段时间（无论是不是祖上传下来的），借助于社交和品味的资格认证，在身份上已经被嵌进有钱的“上等人”阶层里，已经没有自我怀疑。既然如此，他也就不必通过“炫富”的粗俗方式来告诉大家他有钱。

但暴发户则不一样。他的红薯屎都没屙完几天，虽然现在有钱了，但以前那个穷酸的自我一直在骚扰他，除了有钱，在心理上，他还没有获得一个属于“上等人”的阶层的品味资格认证。因此，他最害怕的就是别人仍把他看成以前那个穷光蛋。在这种焦虑下，他戴着牛绳粗的金链，就像一个突然中奖五百万的人发狂地吼“我中奖了！我中奖了！”一样。他实际上是大声告诉大家：“你们TMD快来看啊，老子有钱了！老子再不是以前那个穷光蛋了！你们TMD绝对不要瞧不起老子！”

36. 第36节：到底是哪些东西让人内心弱小？(11)

“贵族”和暴发户能意识到自己这样做的心理动机吗？不可能！他们已被“社会价值排序”主宰。只不过，和穷人相比，这个歧视性地把人划分为“高档”、“低档”的游戏更有利于他们。

我想在这里强调，面对任何让你在心理上自卑、屈辱、窝囊、无能、愤怒、恐惧的人和事，你的对手首先并不是别人，而是让你陷入如此境地的社会和心理法则。你需要意识到它们在你心里是如何起作用的，在对手要利用这一点陷你于不利时，能预先作

出防御，并迅速进行反击。

我更加要强调的一点是，我们是心理动物，在很多时候，事实是什么对于我们来说并不重要，重要的是在心理上事实如何。

理解这一点简直太重要了。为什么这么说呢？

（1）我们只相信我们愿意相信的东西 绝大多数人都会用情感、情绪、偏见、欲望、利益等蒙蔽自己的眼睛。这双眼睛所看到的世界其实只是我们心里面的世界，但我们却以为，世界真地就是我们所看到的样子。

假如有人说你的家乡不美，你一定很生气，坚持认为你的家乡是美的。一个人的家乡或许是美的，但对于大多数人来说，真相往往是：你在心里愿意你的家乡是美的，所以才坚持认为你的家乡是美的，而不是你的家乡真的美。你对家乡的判断，加进去了你的情感因素，才坚持认为家乡是美的。

看到没有，一个人的愿望决定了对事实的设定和描述。他只知道、看见他心里面的那个事实，而拒绝承认不符合他愿望的事实。假如一个人的亲人死了，大家都知道这个事实，但是，他却坚持认为，他的亲人没有死，因为在心理上，他只能活在他心里面的那个事实里，根本无法接受真实的事实。

所以，当你要说服一个人，要和一个人博弈，一定要考虑到，某一件事情，对于他来说到底意味着什么，单纯从自己对某件事情的看法去推测对方也会这样看待，往往会犯错误，因为你在心里假定对方和你是同一个人，或对方是纯粹的理性人。

37. 第37节：到底是哪些东西让人内心弱小？(12)

（2）只要一件事情和“自我”扯在一起，我们就无法情绪稳定 可能只有最纯粹的自然事实，才和我们的“自我”（加引号的“自我”表示的是“假自我”，下同——作者注）无关，可以让我们不掺杂任何个人情感去作出反应，比如说一头猪不能直立行走，或者火星上没有生命，不会引起任何争论。

但是，在很多问题上，就不是那么回事了。哪怕是一个科学事实，比如说人是从猴子进化而来的，都会引起宗教信徒地不爽，因为这颠覆了上帝造人的教义。当一个信徒信仰这一套教义时，你这样说就等于狠狠地打击到了他的“自我”，更别说很多掺杂着有价值观念、利益纠葛的“社会事实”了。

假如你说“医生没有良心”，那么，不好意思，所有的医生听了恨不得要咬你一口，虽然你说的不是他，但他是医生，这个职业、身份就构成了他的“自我”，在心理上等于你是在说他，这个事实（无论是不是事实）是他在心理上坚决要抗拒的。

虽然弗洛姆早就告诉这个世界的男男女女，说一个人是医生，是公务员，是老板，是民工，从来不会告诉你，他到底是一个什么样的人，因为那只是他的职业、他的身份，并不是他本身，但是，有多少人听进去了？

有时候这很要命。有句话叫“老乡见老乡，两眼泪汪汪”，两个在异乡漂泊的人只

要聊起是同一个地方的，立刻激动得哭天抹泪，终于找到组织了！但是，我相信很多人都上过“老乡”的贼当，或见识过“老乡”的冷酷无情。骗“老乡”是最容易的。认为老乡最值得信任，或认为穷人相对比较善良，仅仅是我们愿意这样想而已。

两个虽然来自于同一个地方（国、省、市、县，视一个人在哪个“他乡”来界定），但以前从未打过交道的人，仅仅因为都在外地，突然之间就弄得很有亲切感，完全是因为，在外地他们始终是“他者”，而“某某地方的人”给了他们一个共同的“自我”。上“老乡”的贼当，就在于这个“自我”蒙蔽了他的眼睛。

38. 第38节：到底是哪些东西让人内心弱小？(13)

但是，假如他们两个人都在本地，这个共同的“自我”就消失了。两个广东人在北京，“广东人”就构成了他们的“自我”。但如果他们都在广州，一个是湛江人，一个是韶关人，在不和外省人对照的情况下，“广东人”这个“自我”对于他们来说就毫无意义，他们又会分别与其它湛江人、韶关人寻找共同的“自我”。以此类推。

“XX地方的人”可以构成你的“自我”，但你的朋友、你的亲人、你所崇拜的人，一面国旗、一尊土地神，等等，也可以构成你的“自我”。那么就有了一个奇怪的问题：你的这些“自我”，在你的心理结构里各占多大的分量？就是说，当他们发生冲突时，你站在谁的一边？

以你的老乡和你的朋友的冲突为例。两个人先是言语冲突，继而拿刀对砍。你无法调解，而且必须选择站在谁的一边，那么，你帮谁？

情况很明显。除非这个“老乡”同时也是你的朋友，否则你不可能帮他，因为在你心里，和他联系在一起的“自我”，并没有和朋友联系在一起的那个“自我”有分量。

但是，如果是国家、民族间的仇杀，情况往往就颠倒过来了。有一部拍得很不错的电视剧叫《雪豹》，就说明了这个道理：一个非常牛叉的中国人和一个非常牛叉的日本人在德国学特种作战，他们俩既是同学，也是朋友。但是，在日本侵略中国后，他们立刻成了敌人。和国家、民族联系在一起的“自我”，远比和朋友联系在一起的“自我”重要，因为前者是一种和人的尊严捆绑在一起的“大我”。

正是如此，政治宣传、商业营销、媒体炒作，要引爆“群众”、“消费者”、“读者”的狂欢就非常容易，使劲刺激那些构成了你的“自我”的东西，让你进入一个局、一个心理情境即可。把自己视为“自由民主”的化身，把对方说成是“专制独裁”的魔鬼，远比喊几句“正义”的口号更具号召力，更能招募到一群至死不渝的炮灰。

（3）一件事情只要在我们的心理上存在，我们就会频繁地穿行在两个极端：或爽得要死，或活不下去

39. 第39节：到底是哪些东西让人内心弱小？(14)

人最终当然不可避免要死，但人活着并不是为了去死。要生，不要死，这是生命本能的第一铁律。

在心理上也一样，人也要在心理上生存。它是心理的第一铁律。懂得这个铁律，我们就掌握了破译几乎人类一切言行的密码。

在电影电视上，你一定见过一些地痞流氓在高僧面前骂骂咧咧，手都指到高僧的鼻子上了，但高僧看都不看一眼，要在地痞动手几次后，他才会把地痞打得满地找牙。

为什么高僧根本就不愤怒？很简单，地痞挑衅羞辱他这一事实，当然被他看见，但在他心理上并不存在。他已经有足够的理性能力，看穿地痞这一行为的无意义和虚妄。在心理上不存在的东西，就不会激起一个人的心理和行为反应。

但是，对于我们普通人来说，地痞这样做马上构成了一个心理上的事实，从而威胁到了我们心理上的生存。为了维护我们的心理生存，情绪马上控制我们对他的行为作出反应，狠狠地教训他。

电影电视上也经常有这样的镜头：在某个集市上，出现了一帮地痞，他们耀武扬威，调戏良家妇女。突然从天而降一个位大侠，英雄救美，把地痞打得鬼哭狼嚎。为头的地痞捡起一条命准备要跑，同时摆出一个POSE，回头声嘶力竭地指着大侠：“你等着！”

地痞这么干就是要维护自己的心理生存。被大侠打趴下，让他很没面子。为了让自己在心理上能够生存，他必须装13，在心理上否定他干不过大侠这一事实。威胁大侠让他重新找回了“自我”。

心理生存的力量远超出我们的想象。有时，一个人为了让自己能够在心理上生存，他宁愿去死。革命战士刘胡兰为什么在国民党反动派的屠刀下不怕死？就是因为叫她背叛信仰，比杀了她还要难受。

一个人之所以把心理生存视为必须服从的上帝，是因为他不仅害怕“我”不存在，而且害怕“我”没有价值：第一，我们是这个世界的一种存在，如果在心理上不能证明自己的存在，焦虑、恐惧就会吞没我们。无视一个人的存在不仅是不礼貌，而且简直是与人为敌。

第二，正如吃饱饭并不够，我们还要吃好一样，仅仅证明我们的存在还不够，我们还要在心理上证明自己具有价值，生存之后就是牛叉。这就必须通过和他人的对比，把我们和他人的存在纳入社会价值排序。如果我们比他人低档，那就同样有被虚无化的危险，焦虑和恐惧绝不会放过我们。

40. 第40节：打破社会价值排序(1)

第四章打破社会价值排序

导读：一个人越是因为别人比他身份高、有钱而仇恨别人，他骨子里其实越想变

成那个人。

1、社会价值排序就是一种心理食物链：大鱼吃小鱼，小鱼吃虾米 导读：对于一个人来说，如果他不希望发生的一件事情已经发生，而且无法改变，他就要启动心理保护机制：认命 “社会价值排序”这个概念是我们进入社会、人心真相的入口 假设你的朋友、同事人人都有房有车，而你想当“房奴”而不得，挤住在阴暗的地下室或城中村，每天挤公交上班气喘吁吁，你能想像自己可以保持平静吗？

当一个人这样问你时，不排除你为了面子，斩钉截铁地回答他：我能！但你的内心马上会告诉你，你在说谎！

另外，你或许可以告诉自己：我能！但别忘了，这是头脑里的那个你在告诉内心里的那个你。这是暗示，是否认，而不是心理的真实状态。

原因很简单，你屈服于社会价值排序——并且很不幸，和别人相比，你排的位置比较低。

一个由外在评价主宰自我认同的人实质上是一个遗失了真实自我的人。从外部世界得到的那个“自我”只要进驻到我们的心理结构，我们就成了外部世界的傀儡，失去了防御打击的能力。

只要我们屈服于社会价值排序，在心理上就注定要过一种风雨飘摇的生活，并被自卑、焦虑、烦躁等情绪袭扰。如果很不幸，我们没有权，也没有钱，也就是说，没有一个从外部世界中得到的强大的“自我”，那就更是如此。

要变得心理强大，就必须打破这个社会价值排序，让心灵从它的桎梏中解放出来！

41. 第41节：打破社会价值排序(2)

“社会价值排序”绝对是一个非常关键的概念，不夸张地说，它是我们透视社会、人心的一个入口。

我在前面的章节里简单解释过这个概念，现在我把它全面地翻译一下，就是：社会从来都狗眼看人低，有一套根据金钱、权力、地位、出身、文凭、容貌、名气、荣誉等来划分一个人牛不牛叉，高不高档，并给大家排好高低不同的位置的评价标准。白领比民工高档，对民工有心理优势；而富人、老板在心理上，则又可以把白领踩在脚下。在世俗眼里，这不是社会的变态，而是天经地义。

那么，社会价值排序这个“暴君”是怎么君临天下的？

摆脱泥土、汗水乃是一个人的永恒渴望 公元前535年，有个叫楚芊尹宇的人说了一句非常著名的话：“天有十日，人有十等，下所以事上，上所以共神也。故王臣公，公臣大夫，大夫臣士，士臣皂，皂臣舆，舆臣隶，隶臣僚，僚臣仆，仆臣台……”。

瞧，一级压一级，贵贱什么的都排好了座次，而且还拉老天来论证它的合法性。鲁老前辈周树人先生对此表示严重抗议，并悲哀地替没有谁可以“臣”的“台”设想：不是

还有更卑的妻，更弱的子么……中国这桌人肉宴席，从来就是这样摆的！

古代印度种姓制度的玩法类似，也是把人分成几个等级，像什么婆罗门、刹帝利、吠舍和首陀罗之类。为了防止低贱种姓玷污高贵种姓的血统，前两个种姓绝不与后两个种姓通婚，并且还要在生活中保持种姓隔离。比如，规定不同种姓的人不能在待在同一个房间里。

自然，高贵种姓们平时穿的衣服，低贱种姓们也是不能穿的。你穿的衣服，要让人一眼就看出你属于哪个种姓。高种姓的人戴一个金链，低种姓的你也想戴，就是在破坏种姓识别的政治社会环境，就是在破坏安定团结的大好局面！

据写了《人类动物园》、《裸猿》、《亲密关系》这个“裸猿三步曲”的英国人类行为学家莫里斯考证，在1363年的英格兰，议会关注的主要是规范社会各阶级的服饰。在文艺复兴时期的德意志，服装超越她实际地位的女子可能会受到的惩罚是颈上戴木枷。在印度，头巾如何戴以显示种姓是有严格规定的。在亨利八世时期的英格兰，如果男人不能随时奉献一匹轻装马去为国王效命，其妻子是不允许戴丝绒女帽或金色项链的。在美国新英格兰的早期，如果丈夫没有一千美金以上的财产，妻子是不允许戴丝巾的。

42. 第42节：打破社会价值排序(3)

为了保持一个在社会价值排序上还有点位置的读书人的身份，你见过只能排出几文大钱的孔乙己先生脱下过他的长衫么？

离开了刀剑的庇护，社会等级制能否存在会成为一个大问题。但与社会等级制构成一体两面的社会价值排序，在征服人心中却不费吹灰之力。原因很简单：社会中的低贱阶层，在屈服于高贵阶层的暴力时，同时也屈服于他们的美学标准和价值趣味。

一个社会中的时尚，一般总是从上流社会那儿开始玩的。被社会价值排序俘获的下层社会善男信女们当然也会跟着模仿，从而也显得自己时尚高档，但当流行到他们那儿时，为了不和他们混同，上流社会的时尚达人们早就换一种玩法了。

低贱阶层之所以屈服于社会价值排序，向高贵阶层看齐，还有一个更隐秘的原因：后者离泥土、汗水最远——而摆脱泥土、汗水乃是一个人的永恒渴望！

和泥土、汗水混在一起，就会让一个人感觉低贱吗？是的。

首先，泥土和汗水与生命有关，但也和死亡，和一个人无法超越他生命最初的卑微状态有关，这是他最害怕的。

其次，社会等级制、社会分工存在着对身份的歧视，与泥土、汗水混在一起的，从来都是低贱阶层，高贵阶层们玩的不是生产劳动，而是治国打仗，读书管理这类玩意儿。“劳心者治人，劳力者治于人”嘛。

你也许要问：古代中国不是有“重农抑商”，有一套热爱土地的价值观念么？而且，苏联不是也曾经把工农抬上了天，把沙俄的贵族阶层贬到了地狱，离泥土、汗水近的人在离泥土、汗水远的人面前，难道没有心理优势吗？

当然没有。对于一个人来说，如果他不希望发生的一件事情已经发生，而且无法改变，他就要启动心理保护机制：认命。热爱土地，是因为无法扔下锄头去当官。认命避免了社会价值排序对自己的伤害，并从和土地的关系中找到生存的意义。

不仅是中国，在古代，几乎所有国家的穷人都这样干，也只能这样干。很多地方，干脆有宗教大师出来忽悠，把这种认命上升到宗教的高度，罩上神圣的光环，说人应该受苦，应该忍受自己的命运，以在来生或天堂获得拯救。

43. 第43节：打破社会价值排序(4)

就是到现在，据去印度考察过的朋友讲，印度的穷人虽然只能在贫民窟里和垃圾为伴（出一个把“贫民窟里的百万富翁”的机率，和彩票中奖的机率差不多，那是资产阶级用来麻醉被压迫人民的反抗意志的神话，广大革命群众一定要警惕！），但对自己的处境安之若素。为什么？因为他们作为低贱种姓应该忍受苦难，已经变成一种宗教意义上的生存，这是神安排的，要听神的话，这样神才能罩着他们。革命导师马克思教导我们，宗教是人民的鸦片。

苏联抬高工农是另一回事。看上去挺像回事儿的政治地位的确让很多人在贵族面前，获得了表面上的心理优势，因为他们想象自己站在真理和历史规律的一边。然而，贵族阶层背后的社会价值排序，仍然让很多人感到自卑。所以我们看到，新的组织架构仍然有着等级社会的诸多痕迹。一个人越是因为别人比他有身份、有钱而仇恨别人，他骨子里其实越想变成那个人！

从另一个角度看：在同等五官轮廓和身体形状的情况下，我们为什么认为，一个皮肤白的女人比一个皮肤黑的女人漂亮高档？或许白人很牛，黑人不算牛的现实会影响到现在我们的美学标准。但是，在古代，中国人有这种美学标准的时候，一些地方的白人都还在森林里呢。根本的原因是：白意味着不进行生产劳动，不日晒雨淋，远离泥土和汗水，而黑恰恰相反。

离泥土、汗水越近的工作，就越低贱，而离泥土、汗水越远的工作，就越高贵，这就是主流社会的观念。空姐显得高档不仅仅是长得好看，不仅仅是有一双黑丝袜腿，而在于她们的职业，他们接触的人，离泥土都非常之远。

正因为人具有摆脱泥土和汗水的永恒渴望，而且喜欢玩心理竞争，所以，哪怕社会等级制度已经被自由、平等的潮流冲击得七零八落，社会价值排序也从来不随着它的玩完而玩不下去。

恰恰相反，它会玩得更厉害。因为在现代社会，没有谁规定你不可以穿只有富人才能穿的衣服，也没有谁规定你一辈子就只能当工人、农民、小职员。它允诺，在成功地爬到上流社会方面，你和其它人的机会是平等的。未来的大门始终向你打开，问题只在于你可不可以走进去。另外，一切都具有不确定性，说不定哪天机会就垂青于你。既然如此，认命也就不合时宜，甚至是对自己的不负责任。

44. 第44节：打破社会价值排序(5)

对此我热烈鼓掌，同时也深表遗憾——因为这意味着，大家一起让社会变得更加有毒！

2、社会价值排序能玩下去的秘密：必须不把人当人 导读：人作为人是无法相互比较的，但身外之物却可以比较，于是，人们就用身外之物的比较来代替人的比较，这就是社会价值排序这一游戏的真相。

并不是一个人有什么，他就是什么 社会价值排序就是一种心理食物链：为了心理生存，人与人之间大鱼吃小鱼，小鱼吃虾米。

不想被吃，一个人就得往上爬。

来看一下战国名嘴苏秦。为了个人当官发财的解放事业，他一不怕苦，二不怕死，在游说秦国打六国失败后，忍受众人白眼。又去游说六国“合纵”抗秦，最终执掌六国相印，还让曾经看不起他的嫂嫂像蛇一样爬行来谢罪。

我们要问，苏同志以“头悬梁，锥刺股”这一革命英雄主义的事迹充分证明，他是用特殊材料造成的，这是一种什么样的精神？他的嫂嫂对他前倨后恭，又是一种什么样的精神病？

司马迁同志在《史记》里告诉我们，这是一种“取尊荣”的精神。没有“尊荣”，那就位于心理食物链中的最低端，那就只能被吃。苏秦什么人，怎么可能甘于当虾米？

他的嫂嫂是社会价值排序最虔诚的信徒。作为一只虾米，她除了严重鄙视混得很惨的苏秦，无形中把自己想象成一条小鱼，还能从哪儿找到点生活的乐子？她还要在心理上活不活？而当苏秦同志革命成功，变成了一条大鱼，她除了赶快讨好之外，没有别的选择。

更不用说，讨好本身就可以让她产生自己不再是虾米的幻觉，因为她是苏秦的嫂嫂，分沾了苏秦的牛叉，可以在众姐妹面前炫耀了嘛。

不知道你是否感到奇怪：苏秦同志虽然从一个无产者变成了一个领导干部，身份变了，但人还是这个人啊，怎么在她嫂嫂眼中，他这个人的价值反差就如此鲜明呢？

这就涉及到了社会价值排序的一个天大的秘密，也是它的一个大漏洞。先看一种商品：靴子。靴子很有魅力，配上一双丝袜，女人穿上去绝对高档。OK，这没有问题，我们可以理解为，鞭子套在一双美脚上，看上去很美。

45. 第45节：打破社会价值排序(6)

靴子有不同的牌子，有不同的价格，作为一种现象，这也很正常。

但是，接下来就有问题了：有两个长得差不多的女人去买靴子，一个进名牌店，一个到街边摊。不一会儿，她们都拿着自己的靴子在街上展示。当你看到这一幕时，在脑海里会不会有这种感觉——穿品牌靴子的女人比穿地摊靴子的女人高档？

这类现象我们太熟悉了，以致都不想去追问一下为什么。

我们认为逛品牌店的女人高档，仅仅是因为我们推测她有钱，从而屈服于金钱的力量吗？这样想只对了一半。事情的真相是，在我们的心理上，商品价格的差异本身就是一种价值的排序，它转化成了购买它们的人之间的价值排序——商品不同价，人也就不同价了。

人占有的东西，也就是身外之物可以比一下，但人本身能比吗？谁敢说在生命的意义上，一个亿万富翁的命就比一个乞丐的值钱？如果他把乞丐杀死了，然后丢出一百万，说，这点钱都可以买你几辈子的命了，大家服不服气？这些问题我们根本都问不出口，因为人的生命、人的价值是不能比的，更不能用金钱来衡量。

那为什么会发生社会价值排序，把人与人之间区分成高档与低档这种现象？

在一个聚会上，我们在介绍两个人认识时，一定会指着A告诉B，A叫什么名字，是干什么的，或是我们什么人。你发现没有，如果A没有名字，没有职业、身份，或和我们没有什么关系，我们根本就无从界定A，根本不知道他是谁。这样的A，就是一个神秘之物。

当你在一条阴暗狭窄的小巷里碰到一个陌生人时，为什么感到有些不适？因为你根本无从界定他。不错，他是一个人，但你不知道他是一个什么人。而这一点，对你就是一个威胁，你得防着点。

所以，我们一定要界定一个人，把握他。那么用什么来界定一个人？他不是一种存在嘛，很好办，就用他的存在属性，像性别、年龄、哪儿人、职业、身份、和谁的关系等等，就是存在属性。我们说，白岩松是央视的新闻评论员，姚明是一个球星。

46. 第46节：打破社会价值排序(7)

本来，一个人是个医生，他有35岁，像这类存在属于只是用来指代一个人，就像语言符号用来指代一件事情一样，指代的东西和被指代的东西并不就是一回事。但是，在我们的大脑和心里，情况完全变了，变成了一个人就是他的存在属性。我们“体验”一个人，就是用他最明显的存在属性来体验他。很多人不是把大美女阿娇体验成一个清纯明星吗？当看到她和杰出的摄影艺术家陈冠希同志的人体艺术摄影作品时，意外了吧？

奇怪的是，我们这样体验一个人，他也这样体验自己。一个人是农民工，他也把“农民工”体验为他的自我，虽然有点耻辱的自我；一个人是“城管”，他也把“城管”体验成他的自我，哪个小贩要是敢不把他这个“城管”放在眼里，还想不想摆摊，嗯？

尽管一个人的存在，真的不是他所占有的东西，但在心理上，我们就是认为，一

个人就是他所占有的东西。社会价值排序的逻辑就是：每个人都是一个独特的个体，不是不能比较吗，就像一只钢笔和一个苹果一样？但是，我把它都折算成钱，你看能不能比较它们哪一个值钱？

人也一样。

老老实实在地承认，社会价值排序这个游戏对强者是最有利的，如果占有那么多的钱和那么大的权力，居然在别人面前还无法觉得自己牛叉，不能狠狠地、合法地发泄一下践踏别人尊严的欲望，那还不郁闷得要死，生活又能找到多少意义？但是，对于弱者来说，把自己真正的价值丢掉，参与这场游戏，注定了在心理上只能输掉。

3、剥去对方的社会包装，你在心灵上即获得了解放 导读：一个人越无法依赖他真实的自我而活，他就越需要认为社会包装出来的那个“自我”就是真实的自己，并让其它人在心理上对此也表示同意。一个权力者，一个有钱人，一旦意识到那个剥去了权和钱的自我就是真实的自己，他在心理上就陷入了灾难。

西方有个谚语叫“仆人眼里无英雄”。英雄在大众面前总是沐浴上一层神秘、强大、正义的光辉，但投射到仆人眼中，这一光辉迅速暗淡。

47. 第47节：打破社会价值排序(8)

西方大哲黑格尔和蒙田联袂推荐过这一谚语。思考最抽象、最高深哲学问题的人和洞察人情事故的人都对同一种现象念念不忘，当然要引起我们的高度注意。

英雄在大众和仆人眼中居然是不同的两个人。是仆人本来就下贱，不能理解英雄的崇高境界吗？错了！

很简单，距离产生“魅力”。一个只看到包装出来的那个社会形象的人，当然会觉得英雄魅力四射。但如果他也看到了英雄拉屎，看到了英雄在生活上甚至十分低能，英雄是不是被“祛魅”？

伟大领袖毛主席教育我们，一切反动派都是纸老虎。纸老虎就是只能吓唬胆小的人。抗战刚开始的时候，很多中国人也被日本鬼子吓得尿裤子，似乎日本鬼子不可战胜。结果，平型关一战，中国人沸腾了。事实证明，子弹打进去，日本鬼子的身体里也是有两个眼的，那些肉体也弱得很。

到现在为止，我们已经看穿了社会价值排序是怎么玩的，以及它的破绽何在。而对付它，当然也就有了方法。

我想，不穿衣服，人类可能没有底气在猴子面前说自己是“高级动物”。同样，我们在很多人面前心理弱小，那也只是被他们披的那一身“社会”的“皮”吓住而已。邪恶地想象一下，假如一个贵妇身上的服饰包装全部脱去，露出赤裸的肉体，可能还赘肉一大堆，眼睛露出惊恐，你会觉得她高档？

我们要做的，就是剥去他们这身“皮”！

十年前，我在一家单位上班。那时我不是一个好学上进的青年，没有向组织和领

导积极靠拢的想法，特怕领导，屈服于他权力的淫威之中。

有一天，我在厕所里一边撒尿一边唱歌时，领导像幽灵一样突然出现在我旁边。我感到一阵紧张，严重怀疑他在我身边，我的尿能不能撒出来？我看了他一眼，颤抖着喊了一声“X书记”，我就不敢看他了，心里“咚、咚”直跳。

很快我就听到了旁边便池被尿水急剧冲击的声音。我控制不住自己，便偷偷地看了一眼。我看到了一张疲惫、显出颓势的脸，这张脸和平时那张威严的脸极不一样，好像换了一个人。再往下一看，我脑海中出现了这样的一幕：在一个厕所里，两个男人拉开拉链，掏出二弟，并排站在一起放水。

48. 第48节：打破社会价值排序(9)

那一瞬间对我的冲击太大了。电光石火之间，我突然感觉到，我是和领导一起站在厕所里撒尿，我和领导是平等的！

不错，在办公室里、在会议室里、在各种可以衬托他的身份的场合，他雄踞于我之上，让我战战兢兢。但是，一进入厕所，他和我就没有区别，领导和下属的身份都被解构了，我们只是尿友，或者动物。他的威慑力被“祛魅”了，厕所把他打回了原形！

一种巨大的快感猛烈地袭击我的全身。在过了20多年的蒙昧人生后，我开悟了。

此后，我展开了一系列激动人心的推理。为什么领导不喜欢我们对他直呼其名？是因为直呼其名，就意味着一种平等，意味着这个名字一扯，就牵出了真实的他。如果这样，他怎么可能让我们敬畏？所以他一定要我们叫他“书记”，以他在组织中的角色和我们打交道，提醒我们，他对我们有权力，我们在他面前要放乖点。

同样，一个富人也绝对不会忘记提醒我们，他有钱，我们在他面前，最正确的反应就是自卑！

我陶醉在那个年代自己天才的发现中，再进一步推理，他们这已经是露怯了。很多让我们自卑的人，实际上根本不敢把他真实的一面露给我们看。他露给我们看的那个“自我”，一定不是他真实的自我，而是经过了社会包装的“自我”。

“神医”张悟本出事之前，一系列头衔让人头晕目眩。像“中医食疗第一人”、“卫生部首批高级营养专家”、“中华中医药学会健康分会理事”、“中国中医科学院中医药技术合作中心研究员”、“首席健康推广专家”，哪一个拎出来在社会价值排序上没有分量？当然，事后表明，这些头衔纯属虚构，如有其事，全是人民群众容易忽悠。

事实的真相往往是，一个人越无法依赖他真实的自我而活，他就越需要认为社会包装出来的那个“自我”就是真实的自己，并让其它人在心理上对此也表示同意。一个权力者，一个有钱人，一旦意识到那个剥去了权和钱的自我就是真实的自己，他在心理上就陷入了灾难。

49. 第49节：打破社会价值排序(10)

当然，如果无法看破一个人用权和钱堆出来的“自我”本质上是一种虚妄，不好意思，承受灾难的就是我们。

当年，为破除社会价值排序，理论知识非常欠缺，只具匹夫之勇的我曾经玩过现在看来是疯狂而冒险的训练。

第一个训练，我想考验自己在心理上对于大众的白眼有多大的承受力。为此，在一个晴朗的下午，我穿起又脏又破的衣服，目不斜视地在生活区和大街上游荡，间或还溜达到宾馆的大堂里。这是“流浪汉+疯子”的造型。很多认识我的人一看到我那副模样，都以为我得了神经病，在背后指指点点，满脸不屑。我努力保持镇定，对此不屑一顾。在宾馆大堂里，我的出现吓坏了制服裹身的服务员。而保安则毫不客气地把我驱赶出门。

这是一种以毒攻毒，走到一个极端来刻意对抗社会价值排序的策略。后来我发现这种行为极为幼稚，我的勇气完全依赖于自我暗示和强迫，依赖于一种“我TM豁出去了”的无赖心理。我在前面已经讲过，一个人只要不要脸，是完全可以这样干的。如果这也叫心理强大，那真是对语言文字的巨大侮辱。

五天后，我及时刹车，宣告心理强大的这一错误实践“寿终正寝”。

第二个训练，我想考察自己有没有和那些让我自卑的人进行平等对话的勇气和能力。具体方法就是找机会和别人一起去本单位权势人物的家里，放开胆子说话，并且还直视权势人物的眼睛，培养自己蔑视权力者的胆识。这一招几乎是自杀式的，但当时对心理强大的好奇心让我愿意冒险一试。

那一天，我、同事、权势人物就感兴趣的问题进行了友好的三边会谈，并相互交换了对某些问题的看法。我是在吃了晚饭，离开饭馆后，和同事一起访问权势人物家里的。

令我万万没有想到的是，我的自杀性举动居然没有害到我，相反取得了意想不到的成功。敢于频频和权势人物直视，让我找到了在他面前心理强大的感觉，说话也就毫不拘束，并且不时现出智慧的火花，令权势人物颇为欣赏。此后，我慢慢地和他走近。我和他的对话，也成为他在复杂的权力斗争中的一种休闲方式。

50. 第50节：打破社会价值排序(11)

过后我对这一训练进行了反思。结果痛苦地发现，从心理强大的要求来说，这仍然不得要领。我仍然是强迫自己显得强大，碰到一个不是在和我进行心理较量的人，看起来我成功了，但碰到一个要在心理上打败我的人，我只有一个可耻的下场，就是失败。

这两个训练都缺失了一个非常重要的因素，也就是心理强大训练必须谨记的方法

：不要让对方的任何信息撩起自己的心理反应。

而我的方法是，靠强迫自己产生勇气，来对抗对方就社会价值排序来说强大的身份。这是错误的，在一开始就走了歪路。这仍然等于承认，自己的身份和对方的身份比，在社会价值排序上是较低的，自卑被先验地设定。

假如在一开始就按社会价值排序的游戏规则出牌，打破它就只能是一种梦呓。我们的“自我”被社会价值排序的病毒感染严重，对于想要变得心理强大的人来说，要做的绝不是杀毒，而是重装系统！

在以后的强大心理之路上，我大义凛然地抛弃了这种错误的训练，迅猛地转过身，向前方绝尘而去。多年后，我披着一件“发帖回帖专用马甲”像幽灵一样出现在网络.....

我认为，我们可以这样来破除社会价值排序：给定一种情境，就比如你在一个让你自卑、怯场的成功人士面前，你该怎么做？

我们的原则是：只以头脑去和他打交道，而不以心理去和他面对，斩断他身上的光环对你心理的控制链。你在他面前应该是一个理性人，而不是一个心理动物。

一开始训练的话，通常是分三步走：第一步，头脑要敏锐，活跃，尽力让自己情绪稳定。这么做的目的，是在心里面解构掉你和他的“强者-弱者”关系，阻遏自己产生“高档-低档”的心理反应，让他身上的一切信息，首先要过你大脑这一关，并把它们阻挡在你的大脑之内，而不是直接就绕过你的大脑，刺激到你的心理。

古希腊有个历史学家，叫希罗多德，他曾经讲了个故事。古波斯的国王大流士喜欢旅行，对在旅途中碰到的各种稀奇古怪的事情非常好奇。他发现，有个印第安部落习惯吃他们死去的父亲的遗体；但是，希腊人绝不这样干，希腊人是把父亲火化，认为这是最自然的了。有一天，他就召集宫廷里的希腊人，问他们是否会吃他们死去父亲的遗体。希腊人大感震惊，说即使给他们多少钱，他们也不会干这种事情。然后大流士再把一些印第安人叫进来，问他们是否愿意火化他们死去父亲的遗体，这些印第安人极为惊慌，告诉大流士，最好不要再提这种可怕的事情。

51. 第51节：打破社会价值排序(12)

这个故事想说明什么呢？说明不同的社会，不同的文化，有不同的道德准则、习惯和生活方式，你熟悉了自己社会玩的那一套，认为是正常的、天经地义的，那并没有什么。但是，假如你碰到了另一个社会的人，因为别人玩的和你不一样，你便认为别人很奇怪、有病，那就是你的问题了，一说明你孤陋寡闻，二说明在思维上，你真的有些问题，总是假想自己伟大、光荣、正确。可事实上，在别人眼中，你一样的奇怪、有病。

根据这种启示，人类学家在离开自己的社会，跑到深山老林去和原始民族接触进行“田野调查”时，一定不能用自己社会玩的那一套去观察和解读原始民族的思维、习俗、生活习惯。他必须在心理上斩断和自己所在社会的联系，只带一双眼睛去看，只带一

个大脑去思考、解读。如果不这样做，就会影响他看到事物的真相，使自己的“科学研究”沦为一场自我欺骗。

正因为如此，人类学的大佬摩尔根在写《古代社会》时，甚至跑到原始人那儿去住了四十年。不得不说，这位仁兄在斩断和自己社会的心理联系上，对自己够狠的。

从方法论上，我们破除社会价值排序的第一步，大致也是这个意思。这个一开始会有点难度，但没关系，我们继续第二步，找到他暴露出来的缺陷。

上面已经说过，一个利用衣服、装饰、名气、金钱、地位、神色把自己包装得高档无比的人，基本上是因为不敢把真面目示人，这样的人在心理上都不自信。而任何包装都不可能完美，都有漏洞，都会暴露出一个人平凡、普通的一面。古希腊有个神话，说有个英雄叫阿喀琉斯，牛叉得很，刀枪不入，有金刚不坏之身。但他有个致命缺陷，就是脚后根非常软弱，结果，在打架斗殴中他砍死无数人后，被高人识破他的缺陷，用箭射中脚后跟而死。

有位电视嘉宾讲过一个故事，他应邀参加一个电视访谈节目，主持人是个女人，长得倾国倾城，美貌无比，气质也是高雅得不得了，让他有些自卑，甚至有点语无伦次。但是，很快他就找到了自信，原因是他从上往下扫描主持人的身体后发现，这个高档的美女居然有一双大脚，而且不穿丝袜，脚背粗糙。这一发现让美女在他面前被“祛魅”了，原来不是高贵的仙女，而是和他一样的普通人嘛。他迅速找到了自信。

52. 第52节：打破社会价值排序(13)

破除社会价值排序的第二步，就是要尽可能地快速捕捉一个人可能暴露出来的装13成分，以及身体、身体包装可能暴露出来的任何缺陷，把对方从一个领导、老板、名人这样的社会角色，还原成一个人，一个和你一样的普通人！

16世纪的法国人文主义思想大佬蒙田提醒我们，达官贵人之所以看起来比我们高档，那是因为他们脚上穿了高跷。他谆谆教导我们说：“一个人可以仆役成群，身居漂亮官邸，施展巨大影响，拥有巨额收入。这一切可能都是他的身外之物，而不是他自身之物……甩掉他脚上的高跷，测量他的实际身高，让他抛开他的财富，剥掉身上的饰物，以赤裸的状态与我们相见……”

一个可以吓住心理弱小者的人，一般是用这两个步骤来让自己在社会价值排序上处于高端：一是在社会上“打拼”，谋取金钱、权力、地位、头衔，这些东西是一个人表演的身份“背景”；二是在早晨出门之前，尽力包装自己，它是一个人表演时的“形象设计”。“背景”和“形象设计”都对一个人进行了“魅化”。

你要干的事情恰恰相反，就是把他苦心经营的这个“魅化”过程还原回去，祛他的“魅”，把他打回原形！

我强烈推荐这种心理强大的训练。因为，这不是意淫，不是阿Q兄弟玩的那一套精神胜利大法；它也不走佛教的那种极端，看破人间万象，一切都是浮云；它也不是很多

心理励志类的书所鼓吹的那种“自信”，这类东东除了短时间内给你一种“勇气”以外，给不了你多少东西；它更不是那些什么禅学哲理、中国古典智慧之类的玩意儿。这些东西教人活得“糊涂”一些，其本质不过是像我前面说过的，为了不痛苦，人不妨变得像猪一样不思考，这是退化。一个成人为了摆脱心理痛苦，于是在心理上变得像幼儿一样，这叫“退行”。

除此之外，这种训练具有一种颠覆的乐趣，很好玩的。想想，当你剥去一个人身上“强大”的属性，越过这些表象，发现他其实也很虚弱时，一种快感是不是在心底里油然而生？

53. 第53节：打破社会价值排序(14)

你也许会认为，这么做是有风险的。万一你不能很好地控制自己的反应，被和你打交道的“成功人士”捕捉到，得罪了他怎么办？“成功人士”一生气，后果就很严重。

可能会有这样的问题。所以，有第三步。我要说的是，别紧张，你有足够的回旋余地。

我想请问一下，当你在街头看到有个乞丐乞讨，你丢下一块钱给他时，在你的大脑和心里发生了什么？你一定有一个心理，那就是同情心；同时，你也一定有这样的认知，那就是他不是职业骗子！但是，这种心理和认知并不是和你丢一块钱的行为同时出现，而是构成了你行为的背景。正因为它们是行为的背景，或许，你有时候都意识不到它们，使丢钱的潇洒动作就像自动反应一样，干净利落，绝不拖泥带水。

我们从中可以获得什么启示呢？很简单，正如一个成功人士让我们自卑，于是我们带着自卑的心理去和他打交道——或者换句有术语的话说，正如成功人士比我们高档，构成了我们和他打交道的心理背景一样，我们也可以把他“祛魅”，并纳入我们和他打交道的心理和认知背景。

这就是第三步要干的事情：把他的那些“魅力”剥去，然后纳入心理和认知背景，填充原来他在你心里很牛叉，让你自卑这一心理背景被前面两步驱散后留下的空间，并且非常重要的是一仍然以你的角色去和他的角色打交道。

一边解构掉成功人士包装出来的“自我”，他所扮演的角色，一边又仍然以他的角色和他打交道，这是否逻辑错误？可能吗？

完全可能！两者是有时间顺序的。看破他强大的幻像，解构掉他这一角色后，在你的心里，他就不再牛叉，你已经解放了。此后，你全身轻松，在智力上完全可以正视他是个什么角色，调动自己去应对。

54. 第54节：跟真正的自我在黑暗中相会(1)

第五章跟真正的自我在黑暗中相会

导读：如果我们的的心灵已经被假“自我”控制，那么，结局只有一个：我们非常害怕那个已经被压抑、被扼杀的自我哪一天醒来。为了成功地做到这一点，我们想尽办法不能让自己闲着，即使一个人在家，也绝不敢倾听内心的声音。有多少人能在突然之间停电之后，什么也不做，不去想其它事情，独自在黑暗之中坐半个小时以上呢？

很多人忙忙碌碌，不停地做这做那，其实在很多时候，就是一个逃避和自我相处的借口。他非常害怕和真正的自我在黑暗中相会。

一个人帮你的前提是，他在心理上要帮自己 导读： 要获得某个具有一定权力或资源的人相助，找准他过去的自我，以及他对自我的态度非常关键！

有位美国资深励志达人编了这样一个老套得让人想呕的故事： 三个人一起去一家公司应聘一个高薪岗位。我们姑且叫他们为A、B、C。这三位哥们踌躇满志，志在必得。这能够理解，作为资本主义的忠实粉丝，获得了这么一个管理职位，中产阶级的幸福生活离他们就不远了。

当然，以作者有限的想象能力，绝对不会说，这家公司像我国福建某县财政局那样，在招聘中天才地提出了“普通高校全日制本科毕业生，获得国外学士学位”这样的条件限制。但他说，面试是老总亲自出马，由他拍板敲定。

这什么意思？完全是在强烈地暗示：老总不仅仅是公司老板这样的角色，他还是一个有私人情感、私人偏好的人，所以，你在他的私人情感、私人偏好上搞定他，职位也就搞定了。而人力资源那帮人，就只是纯粹的角色，拉关系套近乎之类派不上用场。

老总出马，当然不会玩那些摔一张纸在地面上，看应聘者有没有捡起来这类励志达人们已经编滥、编臭的小伎俩，更没有考应聘者的性能力，以防他们在以后包二奶养情妇，或染指老板办公室里穿着西装套裙进进出出的秘书。他是严肃的。但是，他有一个怪毛病，没有出一堆问题去考应聘者，而是请他们陈述，他们有何德何能可以胜任那个岗位。

书里说，A和B在老总面前，滔滔不绝地论证以自己的学历、职业经验、智力、性格等，完全符合职位要求——似乎这个职位天生就是为他们的存在而设的，老总不给他们，简直没有天理。

而C则不一样。一开始，他并没有大谈特谈自己在能力上是多么厉害，而是痛陈无产阶级子女的苦难史，尤其是他没钱读大学，在餐馆里一边打工一边自学的经历。他就差背出孟子“故天将降大任于斯人也，必先苦其心志……”这篇经典励志文了。随后，他话锋一转，变得无比自信，向老总表明，把这个职位拿给他，绝对没错。

55. 第55节：跟真正的自我在黑暗中相会(2)

你能想象职位最后是谁搞到手吗？从作者和我的描述中，你马上就会想到，是C！

作者想要告诉我们，在能力难较高下的情况下，一个人在竞争中有利的武器就是刺激起对方的情感。他说，C早有预谋，他早就打探听清楚了老总原来的经历，也是曾经苦大仇深，在餐馆里刷过盘子。自然，C的遭遇以及不屈不挠的精神让老总看到了当年自己的影子，产生了好感，于是决定帮他。而A和B说的都是任何一个人可能都具有的东西，看不出他们独特的“自我”在哪儿——既然如此，他们怎么可能让人印象深刻？

我佩服这位励志达人，真会编故事。不过，我要纠正他的观点——老总绝对不是帮C，而是在帮自己！

作为补充对照，下面我要讲一个真实的故事。

当年我有一个朋友，虽然学的是理工科，但非常热爱哲学。放在今天，可以称之为“民间哲学家”了。你可以想象，在一个全民浅薄、极度拜金的时代，这样的人怎么可能不被俗人们羞辱？嘲弄围攻有点思想的人，从来就是人民群众的光荣传统。以他们的生存档次，他们好这口。

不过这些不重要。重要的是，他进了一家公司，在同事面前毫无顾忌地聊哲学。

虚荣心会害人的。不久他就发现，曾经对他很欣赏的老总开始变了脸色，偶尔还有语言上的攻击，比如嘲笑他是“哲学家”。最后，最具优势的他在技术主管职位的竞争中被淘汰出局。

我朋友不知道自己是怎么死的，沮丧地向我求教。

搞清楚他的老总当年是学哲学之后，我沉痛地向他正式宣告：只要你还待在这家公司，只要这个老总还在一天，你的发展就死定了。你的确没有得罪过他，但你热爱哲学的自我本身就是得罪老总，这是最大的得罪！

我猜都猜得到，他老总当年在学哲学时，一定有过狂热，完全以哲学中的那种思维和价值理念来看待现实世界。但是，很快栽了跟头。于是，为了爬上去，他必须信奉利益追逐的那一套（好像人们也叫它“哲学”），并以全盘否定那个“哲学”的自我，骂它“傻叉”作为利益争夺的资格许可。

56. 第56节：跟真正的自我在黑暗中相会(3)

时隔多年后，当我的朋友以一副“哲学”的样子出现时，无异于当年的老总的复活。老总一眼就从我朋友身上认出了当年的自己，正如在励志达人编的那个故事中，面试的老总从C身上认出了当年的自己一样！

但是，C可以借助这一点，进入中产阶级的美丽新世界，而我的朋友却完全是在找死。

为什么？

原因在于，我朋友的那个老总为了利益而杀死当年的自我时，会有一种负罪感。为了消除这种负罪感，他就必须恨当年的自我，以此在心理上说服自己，这样选择是正

确的。但同时，在心理上，既然利益的获得只有杀死当年的自我才能得到，那么它的复活对于他的利益就始终是一个恶梦般的威胁，他对它又非常害怕。

他的心理逻辑是：有过去的自我，就没有今天！一推，在心理上就变成：如果过去的自我还干扰我，我今天的一切就会受到威胁！

所以，我朋友不会有什么活路。在职场上，隐藏真实的自己乃是一种自我保护，因为职场只是一种角色关系，与人格无关。遗憾的是，他没有。

而C之所以让老板录用，原因就在于，老板并没有忘记和否定当年苦难的自我，相反，他把当初的那个自我看成了自己宝贵的一部分。帮助C，是在向当年的自己“鸣礼致谢”。他的心理逻辑是：没有过去的自我，就没有今天。

要获得某个具有一定权力或资源的人相助，找准他过去的自我，以及他对这个当年自我的态度非常关键！在我朋友的老总和C的老板这两个极端之外，还有一种人，处于中间状态，需要仔细识别。

这种人当年也好某一口，比如，具有理想主义气质、热爱文学、热爱哲学，等等。但是，为了生存，为了发展之类，他们看起来不玩，也不谈这些东西了。但是，他们并没有否定当年的自我，而只是把那个自我收藏起来、隐匿起来，不让外人看见，把理想无限推迟。在内心深处，他们只是留下了遗憾，还有对自己不能一直坚持的自责。

57. 第57节：跟真正的自我在黑暗中相会(4)

这意味着什么？意味着假如你让他看到当年的影子，他一定会帮你！因为，他们没有杀死当年的自我，你的出现不会威胁到他们。相反，他们的自责和遗憾，一直需要得到补偿和消除。而你的出现，恰恰让他们寻找到了一个替身。通过帮你，他们在心理上也帮到了自己！

什么叫贵人？C的老板和这类人就是贵人！

对于某些成功人士来说，如果他说自己当年是如何的悲惨，那只是他拿来炫耀的道具！

我还要为你解密一下这些现象：有一些“成功人士”，从来不忘于在“粉丝”面前（注意，绝不是在他的官员、富人朋友面前！）谈论自己曾经的贫穷寒酸，比如对一块饼流口水但没有钱买，一双破鞋穿几年。像革命领袖李自成同志一样，能美美地吃上一顿馍，简直就是最大的奢望。

这么做是因为，痛陈自己曾经过着牛马不如的生活，已经不是一件丢人的事，他们现在有一个牛叉的“自我”支撑着呢；相反，它成了反衬现在自己的牛叉，说明自己现在牛叉是靠能力打拼出来的道德光环！

他的潜台词是：你们就崇拜我吧！

如果面对这种“成功人士”，你也拿那个苦难的自我去和他套近乎，你就等着被鄙视吧。他和C的老板、我朋友的老总都不一样，对当初的那个穷小子已经没有任何感情

，既不爱，也不恨！他在说出当年的那个穷小子时，在心理上早拉开了距离，完全像是在说一个陌生人——那个穷小子只是他拿来炫耀现在的自己的道具！

这种人，如果在他还未开始成功，或者虽然已经成功，但却显得缺乏“合法性”时，就绝不会提到当年苦难，或无耻的自己，而且也最恨别人提到。他所要做的，就是把过去的自己完全忘记，仿佛自己天生龙种。如果你了解他的过去，非要识时务地提起，那你就死定了。

在他心理上，你这是在进行要挟，威胁他现在的一切，这样的后果可想而知！

著名无产阶级革命家、大泽乡革命暴动的领导人陈胜的一个穷朋友可以作为镜鉴。

。

58. 第58节：跟真正的自我在黑暗中相会(5)

当年，被秦帝国主义残酷压榨，没有革命意识的人曾经嘲笑陈胜同志的伟大抱负，陈胜同志笑曰“燕雀安知鸿鹄之志！”一时传为千古名言。为了团结革命群众走武装斗争的道路，陈胜同志还许下过革命诺言，说“苟富贵，毋相忘。”

没有任何证据显示，建立了张楚苏维埃政权（大楚，“大楚兴，陈胜王”）后，作为主席的陈胜同志对原来和自己一起“佣耕”卖苦力的穷哥们就翻脸不认人。当穷哥们找上门的时候，就算给不了处长、科长当，当个普通的公务员也没问题嘛。问题在于，那哥们对陈胜同志实在太不尊重。上帝只救自救的人。如果一个人太傻叉，没人救得了他。

。

他先是在大庭广众之下直呼陈胜的大名“涉”。这怎么行？像我前面讲的，我原来工作的那家单位，头儿一定要我们叫他“X书记”，当然我们也可以不叫，如果我们想找死的话。陈胜同志早已经不是当年的那个穷小子了，而是革命政权的主席，身份地位变了，就获得了新的“自我”，别人就要按这个新的“自我”来认同他，而这首先就要改变称呼。直呼其名，置陈胜同志作为革命政权主席的权威于何地？

多年前，我发现过一件难堪的事：我们单位有个办公室主任，作为老职员，大家都习惯了叫他“刘主任”，一说“刘主任”，大家就知道是某某，也就是说，“刘主任”不仅与职务，而且与某个具体的人扯在一起了。

但后来他当了副处长。问题就来了，不能叫“刘主任”，而是应该改口叫“刘处长”了。但这一习惯，很多人都持续了一小段时间才改过来，叫“刘处长”才不觉得别扭。因为改变称呼容易，但适应一个人以他称呼的改变来象征身份的“改变”，并不太容易。好在这位刘主任，哦，不，刘处长，大人有大量，没有计较。

陈胜同志当然也有宽阔的革命胸襟，忍了。往好的方面想，这不就是这位穷哥们太拿当初的自己当哥们了，到现在还表现得这么亲切嘛。往坏处想，也无非是，这是一个装13策略，博弈手段，穷哥们要在我面前要挟我：我掌握你的秘密，手一抖就可以抖出你最想忘记的过去！在我的“马仔”面前哄抬身价：老子和你们老大当年是兄弟！

59. 第59节：跟真正的自我在黑暗中相会(6)

谁知这穷哥们真是给脸不要脸。念在一起做过无产阶级兄弟的份上，陈胜同志在豪华宾馆里好酒好肉地招待他时，不知道是住惯了破土房还是神经有问题，他竟然义正辞严地批评陈胜同志奢侈浪费。这就过份了，简直就是在说，陈胜同志经不住资产阶级腐朽生活方式的诱惑，已经脱离了一个无产阶级革命家的本色。

想一下，当你好心好意地在一家餐厅里招待一个所谓的朋友，吃饱喝足的他嘴一抹，居然扳起脸来教育你应少花点钱，说你的生活态度有问题，对于这种得了便宜还卖乖，一点不懂人情世故的家伙，你是不是想抽他？

但陈胜同志还是忍了。

没想到，这位穷哥们还长了脸，得寸进尺了，还要和陈胜同志叙旧，痛说当年大家一起给地主阶级卖苦力的悲惨故事。他要干什么？在一个讲究尊卑、获取政权讲究出身的社会，这不等于揭发陈胜同志没有资格当张楚苏维埃共和国的主席嘛！

在发动大泽乡革命暴动之前，陈胜同志和忠实的革命战友吴广同志为什么要演一出“鱼腹丹书，篝火狐鸣”的戏？就是要为革命赋予一种天意的合法性。没有请出老天来帮忙，相信老天站在自己一边，人民群众哪有胆起来反抗武装到牙齿的秦帝国主义？如果不是老天的意思和安排，陈胜这样的“穷N代”哪有称王称帝的资格？

所以，在我国历史上，某些人在当皇帝后，必须要考虑的一件事情就是编一个神话故事，证明自己不同于一般人，出生时有什么神奇异相，比如天象异常、神龙出现，和这些神秘事物有关，绝不是像大家一样是肉体凡胎（他的儿子就不必浪费脑细胞再编了，因为已经是“龙种”）。比如，刘邦同志就指挥写作文的那帮人，编造了一个故事，说自己的妈妈某一天在湖边休息，突然从天而降一条龙，把自己的妈妈给奸污了，从而暗示自己是“龙仔”。当然，这也等于说，他老爸一直戴着绿帽子，一直帮别人养儿子。

可惜，那时没有DNA鉴定。做男人做到这份上，也真难为他老爸的。

邦哥都把江山给搞到手了，对包装出身还不能掉以轻心，何况只是建立了一个小小的革命根据地的陈胜同志？穷哥们这么揭老底，无异于对陈胜同志釜底抽薪，颠覆陈胜同志当主席的合法性，不是找死又是什么？