

# 《老爸曰》

## 图书基本信息

书名：《老爸曰》

13位ISBN编号：9787304057763

10位ISBN编号：7304057769

出版时间：2012-12

出版社：中央广播电视大学出版社

作者：王冰

页数：348

版权说明：本站所提供下载的PDF图书仅提供预览和简介以及在线试读，请支持正版图书。

更多资源请访问：[www.tushu000.com](http://www.tushu000.com)

## 前言

我们常说父母是唠叨鬼转世，动辄烦之，动辄厌之，甚至欲离之而后快。但轮到自己为人父母时，便如川剧变脸似的换了一副面孔，总觉得对子女少唠叨了什么，且唯恐少了零碎不堪、令孩子们生厌的唠叨会给他们造成终生悔恨的遗憾。此时才知“可怜天下父母心”之“可怜”二字是不可以改成“可笑”二字的。是啊，历经人生之风雨、命运之坎坷，我们总不免认为自己经验老到，可看穿世事。“趋利避害”的本能经母爱或者父爱的放大，自然想将生活的经验打造成箭簇难穿的金丝铠甲披于子女身上，以保护他们正在成长的人生，使他们免受风雨坎坷之辛苦。几十年后才有这样的理解，我着实感到愧对父母的那些唠叨。过去已无可挽回，单单流泪懊悔也无必要，更不必暗自承诺风光其身后之事，唯有膝下多听教诲，床前多尽孝道，才是深表“愧对”之正理儿。我在这里敲的一大堆劳什子，有些都已在女儿跟前唠叨过，因总是长篇大论的，也曾引起90后女儿的反感，甚至连60绝对靠后的老妻也蹙眉撇嘴，动辄叫停。说实话，更多的时候也不是我主动唠叨，偏偏女儿经常会遇到一些问题，课业上的倒是不多，为人处世的却不算少，尤其是她经历了某些人际之事后，总会产生这样那样的困惑和不满，一旦有了，不是形于神色，便是表于唇齿。届时我就只能调动三寸不烂之舌，来一番虚实兼顾的说教，一说就收不住，像久困于马厩的野马脱了缰绳，撒开蹄子，玩命狂奔，泥土草屑扬了一路。时间久了，女儿经我懂得的道理不太好计算，我倒是实实在在地攒下了能絮叨这一本书的能耐。自称“能耐”，貌似大言不惭，可请诸位稍后细读品评。这本书最初写于2010年3月间，是写给女儿的，想在她离家上大学之前写完，然后到什么印客网、广告公司之类的地方去印上一本，算作祝贺她考上大学的礼物，用于日常生活之参照。可惜后来家中遭遇变故，我将大部分身心都投入处理变故之中，且要兼顾女儿高考前的照料，偶有闲暇，也不能凝神于唠叨之敲打，所以仅弄了几万字便断了后续。2011年6~7月间曾有续写打算，后来认为不应该让女儿背负着自己或许毫无意义的唠叨出门，应该给她自行其是的空间，于是最终没能在女儿独自登上去往大学报到的飞机之前，将这杂七杂八的唠叨交予她手中。及至11月29日深夜，恰逢本地首降大雪，我正独自坐在窗台上临窗饮酒观雪，忽闻女儿与室友们发生矛盾，且被人恶意诬以行窃之名，大惊，辅以劝解协调之余，深感以往之家教尚存不足，疏于为人处世方面的教育引导，以致让个性张扬、坦率直白的女儿处于如此尴尬之境。整夜未眠，思虑万千。终于决心写完可预想到的诸多叮咛，以期女儿能于成事中成人，于成人中成事。正如刚才所言，我写这本书的目的是想在女儿离家求学期间，遇到解不开的烦恼、困惑和排不掉的忧郁、苦闷，便能从枕下抽出来瞧瞧，汲取老爸四十年来的经验之谈，作为处世立身之参考——仅仅是参考，就像是羽扇纶巾的孔明先生常常塞给部将们的锦囊妙计一般，关键时刻拿出来，谋战、解围，同时也想为她进入社会储备一点心理“财富”。我把这长篇的唠叨一股脑儿地交付女儿，也有些无奈。我平素颇重身教，但隔之千里，身教已然不可，只得求助于这实用主义的锦囊式的言教。对儿女的教育，我曾经也有过打的历史，且出手颇重，见之者惊，行为粗鲁，与我老脸上那点假惺惺的文气迥然不同。后来我经过反思，对自己曾经的粗鲁之举倍感难过，甚至身心颤抖于诸多打骂女儿的细节。我赞成对儿女的严厉管教，没有父母的严厉，难有子女的心智健康，也不完全反对偶尔为之的拳脚棍棒，但我坚决反对“虎妈”“狼爸”那一套被经验化、系统化乃至职业流氓化了的棍棒教育（近闻江湖上又出了“鹰爸”，他们仨的教育凑一块儿倒真是名副其实的禽兽教育了）。本书分三个部分，共计165节。《上篇·老爸谈话》，计57节。我在其中预想了女儿未来可能遇到的困惑——颇有点孔明先生掐指算计的作风，用问答对话的形式加以解析。采用这样的形式，一是不愿意让自己的唠叨太过孤独，二是为了让女儿在看此书时，能多少体验到一点亲身对话的真实，仿佛老爸近在咫尺，因为平时我们就是这样谈话的，情景想必早已了然于女儿心中，生动不息。为了能让每场谈话有一个聚焦，我在每场谈话的后面还总而言之加了点睛之笔，不求巨龙破壁腾空，只求读者简明易记。《中篇·老爸短论》都是些段子，有黑的，有红的，有白的，有绿的，唯独没有黄的，共计96节。这些段子，原本也想写成与‘‘上篇’’诸节相同的形式，写到“上篇”第57节后，忽然发现倘若如此，势必造成整部书太长，让本应是本辅助独立生活的小册子成为令人窒息的大部头，所以罢了，仅以断章之式留存。《下篇·老爸语录》是散句，除了少数来自于早先，绝大多数都是我在写本书时偶尔冒出来的念头，随手记下，汇集成篇。写完后曾对各句斟酌归类，拟了些条目之后忽然感觉归类未免过于拘谨，倒不如依“出生”顺序排列来得爽利，保持日常生活思维的原貌。但为了和前面两篇保持目录上的一致，权且以月度做个简单的切块，将从日常所记的400余句中节选出的369句分入12个节段中，同时给诸节段点缀野菊花一样的小名。上、中、下三篇形式各异，汇在一起很像懒汉炖的大锅烩菜，可

## 《老爸曰》

是正如“F篇”，所保持的生活原貌一样，如此杂烩乱炖，不正是为人父母者教养子女的常态吗？琐碎、杂乱、啰唆、自以为是，不如大牌菜肴科学规矩、精致美观，却并不缺营养，也不差味道。我前面曾说过，本书是准备写给女儿的，如今转而印刷出版，摆至诸位读者面前，全因我后来觉得自己的唠叨似乎还有点与人共享的价值，至少能够代表像我一样崇尚自由且热爱家教的老爸们的心声，所以不如交付出版，广而售之。但有与我的情形大抵相似的老爸们遇见，可掏些闲而无用之散碎银两弄本回去送予子女，尤其是那些即将远赴他地求学的子女，或者在子女跟前照本宣科地说上一段儿，挤出点拿捏思考的时间，与革命哥儿们喝喝革命小酒儿，省得被贤妻良母们用指头点着鼻梁骨说不关心子女成长。呵呵，也算是我这爱喝酒的家伙给酒友们作的贡献。我看许多书的前言或自序里都有自谦的文字，如“拙作水平有限，望请不吝赐教”之类，我本不愿顺之，但又想应该给老爱翘尾巴的女儿作点表率，所以还要正正经经地“惭愧”一下：我在这本书里唠叨了不少，但是唠叨的水平终归还是市井闲话的水平，不敢跟连每根汗毛孔里都塞满学问的教授大师们比，毕竟他们的眼镜片都很厚，而我平生所戴的唯一一副眼镜不过是套可换镜片的骑行眼镜，镜片的色彩倒是不少，却薄而粗糙。好了，自谦的程序已经正正经经、堂堂皇皇地走完，我也就不再多唠叨了。劳驾诸位动动手指，往后再翻一页，速速领略“正传”。 有请了您呐！

# 《老爸曰》

## 内容概要

《老爸曰》是一位父亲用最真挚的爱、最伟大的情与最朴实的语言写给女儿的书，指导孩子内在的修养与外在的塑造，内容涉及生活、学习、为人、处事、交友、恋爱、消费、娱乐等诸多方面。大情无界，情至深时定有海纳百川之势；大爱有言，爱自肺腑定有倾诉不尽的叨念。一篇一章，段段都是父亲发自内心的规劝；一句一读，字字都是子女受之一生的警言。这书，是劝告，是希望，亦是挂念。

# 《老爸曰》

## 作者简介

王冰，非壮汉，无甚名气，最标准的60后老爸，崇尚自由，热爱骑行，关心子女成长，反对棍棒教育，坚持独立思考，文字作品散见于《散文百家》、《杂文月刊》、《思维与智慧》等。

## 书籍目录

### 【上篇·老爸谈话】

- 第一节 拥有独立的现实
- 第二节 美要有点风骨
- 第三节 爱情这东西
- 第四节 职业的三个别称
- 第五节 假如你要从政
- 第六节 多读点好书
- 第七节 吵架的方法
- 第八节 世俗的享受、迎合和拒斥
- 第九节 活着，要有点血性
- 第十节 只参与不失美德的竞争
- 第十一节 在修身养性中体验人生的乐趣
- 第十二节 化妆是一门自我表现的形象艺术
- 第十三节 低调是有益的处世态度
- 第十四节 不必寄热望于收入
- 第十五节 保持居室整洁是一种秩序修炼
- 第十六节 真的幸福
- 第十七节 将馋嘴当作个人隐私
- 第十八节 消费是门艺术
- 第十九节 谈宴请
- 第二十节 男友的选择
- 第二十一节 掌握一些手段是必要的
- 第二十二节 保持科学的质疑精神是避免上当的法宝
- 第二十三节 偶像与崇拜
- 第二十四节 生活要有适宜的方式
- 第二十五节 心中有天堂
- 第二十六节 权衡是利弊选择的艺术
- 第二十七节 掌握自我欣赏的能力
- 第二十八节 超限的虚荣是低贱可耻的
- 第二十九节 当众激情的底线
- 第三十节 与自然保持肌肤之亲
- 第三十一节 要有独处的能力
- 第三十二节 消费时务必砍价
- 第三十三节 有一种强大叫拒绝
- 第三十四节 千万别瞧不起金钱
- 第三十五节 挫折面前，需要大展身手
- 第三十六节 学会表态是有必要的
- 第三十七节 论网络生活
- 第三十八节 自杀是毫无意义的

.....

### 【中篇·老爸短论】

### 【下篇·老爸语录】

## 章节摘录

版权页：第一节拥有独立的现实 女儿：人说到我这个年龄应该独立了。我也知道应该独立了，而且我也想独立，可是我好像听说人真正的独立应该是从经济独立开始的。对于一个现在还没有开始挣钱的人来说，独立的意义似乎并不大呀，充其量会自己铺床、洗衣服、做做饭什么的！老爸：哦，一说到独立你首先就想到经济独立，也就是腰包里有足够的银两支持你的体面的生活，再也不用为是否买那件自己喜欢的衣服去请示家长了，我对此丝毫不感到奇怪。如今经常萦绕在你耳边关于独立的理念也正是这个很有现实分量的字眼儿。正如你现在已经熟知的那样，经济独立是现代社会中个人生存安全的基本保障。你不一定非要有相对稳定的工作，但一定要有相对够花的收入，无论你是做国家公务员，还是做自由撰稿人。女儿：相对够花的收入，什么叫相对够花，需要跑车算不算？老爸：我所谓的“相对够花”，意思大致是这样的，除了能满足一般的衣食住行之外——就暂时不包括跑车之类的奢侈品了，你应该有能力经常去上好的咖啡馆和音乐厅散散心，对书店里的任何一本书，或是音像店里任何一张唱片，都拥有绝对购买力。我不赞成非要拥有豪宅名车，但我也赞成“良田千顷不过一日三餐，广厦万间只睡卧榻三尺”的生活理念。对于我们平常人而言，只要不是过度浪费，我们还可以有十几平方米的书房，二十几平方米的视听室，甚至有二三十平方米的小苗圃。物质生活需要物质空间，精神生活也同样需要。真正的独立，只有进入大一些的论域才辨得清，因为在事实上，我们仅仅拥有经济的独立还不能称之为独立者，只能成为最初级的自食其力者，独立还应该包括思想的独立和人格的独立，而且还完全可以在经济依附性没有取消的情形下完成其建设，也就是说它们可以先于经济独立而成形于心。当然我首先得说明，我丝毫不认为后两者比腰包的强大更重要，在这一点上我们完全没有必要玩假崇高，把自己搞成不食人间烟火的圣人。如今这样的人很多，柏杨先生管他们叫“圣崽”，他们常常会让我们的鄙视和批判变得充实和快乐。女儿：圣崽？嘻嘻，“圣”和“崽”这不相容的两位硬凑到一块儿，很荒诞啊。老爸：我们所谓的“独立”应该是经济、思想和人格三个独立的有机统一，也就是说，除了有相对够花的收入，你还必须要有自己的想法、自己的坚持，否则即便你金银满屋，也会活得很浑浊，很失败。你顶破天也只能是一部有名的挣钱机器和花钱机器。当然正如我前面所提到的，没有经济独立，光有独立的思想 and 人格也是不够的，尤其是你以一个成年人的身份进入社会生活之后，没有独立的收入，你可能会过得极为困苦，甚至不得不寄人篱下、仰人鼻息，像古时候那些满脑子都是智慧的门客一样，连才智最终都得为你的衣食主子所左右。有个词你听说过，写作文时也用过的，就是“路在脚下”，可事实上光脚下有路不行，还必须有远方，否则你就有可能像拉磨的驴子一样，被人圈在磨盘上，只能原地转圈。要不然就是在他人踩出的道路上完全丧失自我，让自己的人生成为一场只为讨别人欢喜的模仿秀。邯郸学步的故事就很说明问题，其实那个燕国青年即便是学会了邯郸人漂亮的走姿，也不过是一个能像邯郸人走路的燕国人，并没有在邯郸走出燕国人的路。你在这一点上当尤为注意，因为你在太多的方面过于注重别人的看法，这种依附性对个人的发展是不利的。女儿：人家说玩思想独立和人格独立是很危险的，我看你那里有本书，那里面被“咔嚓”的不少呢。老爸：这样的顾虑不无道理，古今中外的历史上有很多保持思想与人格独立的人都没落什么好下场，要么受到统治者的镇压与屠戮，要么受到民众的误解和冷遇。不过对此你不必过虑，一方面，我们的社会在不断进步，人在各个方面的独立性将得到越来越有品质的保障。另一方面，保持独立是在低调做人的基础上恒久坚持的，不要过于任性和张扬，到处炫耀你的标新立异，你的与众不同，你的出类拔萃。即便是作一些独立斗争，也是要讲策略的，不能因此成为众矢之的。女儿：人保持了经济、思想和人格的独立，是不是可以作为成功人士的标志？老爸：当然可以！不管是不是有民众和媒体的承认，至少你是在幸福生活中已获得成功的人！女儿：很不容易。老爸：如果容易的话，世界上就没有什么值得阅读与欣赏的成功了。女儿：那么我还需要时间。老爸：对！时间是充满可能的世界。【长话短说】独立是生命的品格，它将给你睿智的眼睛，让你发现真正属于你的自由和幸福，让你有能力和勇气承受痛苦和不幸。

# 《老爸曰》

## 编辑推荐

《老爸曰》是一部初涉社会者的伴身之书，是一部家庭教育的参考书，是一部馈赠子女的礼品书，也是一部离家子女的枕边书。谁道父爱无言，言之深切，可动灵魂，可撼人心，一部倾诉父爱的书是最富感情的文字聚集在一起的盛宴。



# 《老爸曰》

## 精彩短评

- 1、爸爸的话，心灵鸡汤之类，但是很实用。有几句很有道理，摘下来了。
- 2、挺好的一本书，能让我们看到脚下有路，还有远方
- 3、如果你也是一个与父亲沟通少的女孩，很有必要看看这本书。

1、生活哲学其实就是生活经验的总结，其中的观点甚至要比经院哲学更耐社会实践的锤炼，因为它们都是生活者的生命体验，不仅是思想的结果，更是行动的结果。它们在语言上或许不如经院哲学那么精致，但是正如老话儿所说，话糙理不糙，而且比经院哲学有着更为丰富的情感因素，更具有亲切感。《老爸曰》就是这样一本话糙理不糙的书。作者是个名不见经传的小人物，或许就是在熙熙攘攘的大街上与我们擦肩而过的那个中年男人，混入人流中就再也找不到了，没有人知道他是一个带着思想走路的人，也没有人知道他将三四十年来在生活中积累的点滴经验进行了哲学总结，并著成了厚厚的一本书，而这本书在茫茫的书海中，也不过是普通的一滴水。在《老爸曰》中，父爱是沉重的，沉重的表现不是文字，而是其中几乎无所不及的生活关照，从学习到消费，从为人到恋爱……作者似乎想用自己发掘的生活经验将女儿全副武装起来，让她能立足于生活，立足于社会，拥有更多的快乐和幸福。比如作者在谈“世俗”时说：“世俗有玩的本性，它允许你玩它，如果你不会玩，就会被它玩”（《老爸曰》第35页）。这就是说既要看到“入俗”的必要性，又要看到“超俗”的必要性，入而不超，就成了彻头彻尾的俗物；超而不入，就成了脱离社会、难食烟火的超人，显然，俗物与超人都不是我们的生活形态。《老爸曰》在文本形式上也是赋予匠心的，似乎在适应某种阅读状态，某种对话情境，或者说是在适应某种生活节奏。这种文本选择，应该是为了更大地体现书的工具性，作者在序言中有所表示：“就像是羽扇纶巾的孔明先生常常塞给部将们的什么锦囊妙计一般，关键时刻拿出来，谋战，解围”。（《老爸曰》第3页）由此可见，作者在对书之实用性的考虑上是多么的细致和周到，而父爱所包含的拳拳之心也在这形式上的细致和周到上得到了进一步的体现。《老爸曰》是本通俗读物，我愿意将它看做世俗生活的对话录。每读一句，都仿佛是在聆听父辈的教诲，在享受父爱的关照。那些世俗的叮嘱中，时时透露着哲学的优雅，把我们引向生活的高处，引向生命的高处。作者将书的读者群大致锁定在了刚刚离家求学者或初入社会者方面，但是在我看来，但凡生活中人，读读此书都会有所受益，哪怕你简单地读一读他的生活语录，因为它们就是我们身边简单而通俗的真理，时时闪烁着人文主义的微光。

## 章节试读

### 1、《老爸曰》的笔记-摘录句子

- 1.钱不是万能的，但不会挣钱是万万不能的。
- 2.多说对手一句好话，绝不是吃亏的事。
- 3.事实未必胜于雄辩，因为雄辩更善于蛊惑庸众，所以手握事实，也不可小觑长于雄辩和诡辩的家伙。
- 4.宁可一辈子平庸，也不接受名不副实的荣誉。否则，你会被诱入虚荣的绞索。
- 5.人的堕落，有时是从为自己不断开脱开始的。
- 6.世界上最不好走的路是从脑袋到脚底的那一段。
- 7.不要谴责那些在你患难时离你远去的朋友，因为在灾难面前，我们常常心怀畏惧，唯恐躲之不及，只是我们的心理和行为还不曾经历灾难的鉴定。
- 8.出来混，迟早要遇到流氓的。
- 9.让省错，知错，认错，改错成为自己的修行。
- 10.人们思想的高度和深度，不取决于他能讲多少“之乎者也”，能把多少车丹鼓吹成重要讲话，而在于他对一切权威有多大之一的勇气和信念，又有多少辩证求解的冲动和能力。
- 11.每个人都有无知的领域，在这样的领域里，唯有沉默和求教才能让我们的无知不至于暴露出荒唐可笑的行迹，反而会让我们显得诚实可信，谦虚可敬。
- 12.平凡的人过谦，只能使人更加平庸；伟大的人过谦，有时候会让她们显得虚伪，但更多时间却令他们更加伟大。世俗审美，不过如此。
- 13.最有质感的谦虚是承认错误，并改正错误。
- 14.社会上存在三种人：有理想的理想主义者，有理想的现实主义者，无理想的现实主义者。第二种人对人世间最可享受的优质幸福拥有最大的采掘力。
- 15.我们对高水平的位置生活应该有这样的态度：可以去追求，如果始终得不到也不生气，更不嫉妒那些得到了的人。
- 16.公开承认一次错误，奉献十次美德更容易得到人们的赞许。
- 17.不及时彻底地改掉那些能时常给我们带来些实惠的缺点，它们就会逐渐变成我们骨子里的一种作恶的本能。
- 18.欲望导演了一切，我们必须做自己的制片人。
- 19.不要轻易去谴责那些在罪恶跟前无所作为，隐忍避让的人。我们未必会比他们勇敢到哪里去。
- 20.在那些满嘴甜蜜的人那里，爱情不过是在禽兽之欲上斜插着的那只艳红的玫瑰。（自检）
- 21.不耻于问；不耻于学；不耻于改；不耻于天真和梦想。（自励）、
- 22.在和谐而雅洁的集体生活里，别人并不首先关心你是不是勤奋或勤劳，而是勤快与否。（自励）
- 23.想事要冷，否则极易感情用事；办事要热，否则就没有激情。
- 24.前辈的经验和曾经经历过的教训或许不能为你提供走向成功的捷径，但是它们会标明你脚下的路-哪儿可能有陷阱，哪儿可能有沼泽，那儿可能有歧路。
- 25.所谓“牛”，对有的人来说不过是一种趾高气扬的腔调，对有的人来说则是一种超凡脱俗的格调。因此当我们听说老谁家那小谁特“牛”的时候，我们要分清他牛在什么格调上，以便我们馈赠鄙夷或敬重。
- 26.养颜需养心，心太累，颜憔悴。
- 27.读名人传记，先学其用心做人的方法，然后学其用志做事的方法。
- 28.先向有隔阂的同事表示友好，是大度。拒绝和立场对立的佞臣握手，也是大度。
- 29.勤快，但不殷勤。
- 30.只要不是基于无耻，下流，虚荣，贪婪和奸佞，脸皮厚点也未必不是坏事，他或许能给我们一点突破拘谨与胆怯的勇气。
- 31.学而不思，必成蠢材。学而不习，必成庸才。
- 32.无论在哪里谋生，都要首先熟悉和把握其中的制度，人事，和规则。甚至包括潜规则。
- 33.“己所不欲，勿施于人”，己所之欲，慎施与人。

## 《老爸曰》

- 34.我们一生所受的批评，只有极少数或极个别是出于恶意，也有少数是错误的。无论是善意的，正确的，还是恶意的，错误的，对于睿智的人来说，都有不可忽视的价值。
- 35.仅用情感去爱一个人是不够的，还需要用头脑。
- 36.国画讲究“由拙及巧，由巧返拙”，做人做事也是如此。不先“由拙及巧”，就得不到历练与提高；“得巧而不返拙”，就会锋芒毕露，傲慢暴戾而招祸患。
- 37.狗的忠诚是没有思想的，但也没有阴谋。
- 38.没有强烈的精神眷恋和思想慰藉，“相爱如初”就只能是个江湖传说。
- 39.没有爱情的生活是病态的，唯有爱情的生活同样是病态的。爱是生活的第一语言，爱情不过是其中的一个单词，用一个单词去阐述我们的生活无疑是愚蠢的。
- 40.奉献要讲底线。
- 41.如果你对别人的赞美源于心理上的恐惧或是担忧，师徒同各国博取被赞美者的欢颜得到安抚，包括一些物质上的回报。那么你的赞美就是无耻的讨好。千万别干这事儿。

### 2、《老爸曰》的笔记-第288页

别人是不是把我们当回事儿，那得看实际，看场合，不是我们说了算的。我们是不是把自己当回事儿，那就不分时机，不分场合了。有些人酷爱用别人的视角看自己，自己有权，有势又有钱的时候，特把自己当回事儿，以为自己就是人他娘的老子（本句非粗语-老爸注）。一旦失势落寞，又特不把自己当回事儿，要么低三下四地跟着主子后面当任其使唤的奴才，要么干脆直接奔了奈何桥，仿佛自己的三尺之躯不是母亲孕育的大爱。

### 3、《老爸曰》的笔记-第294页

在农村的落后和低俗面前，城市的优雅和文明不应该有丝毫的高贵感，所有因之而在的高贵感都是人性腐败的伴生物，因为城市的一切优雅和文明都来自于城市阶级对社会财富先进文明的优势占有。所以面对农村的落后和低俗，你应该深感愧疚，而不该表现为鄙视和不屑。

### 4、《老爸曰》的笔记-第250页

有时，痛苦会让我们迷茫失措，什么事都不愿意做，沉迷于痛苦中不愿自拔。如此这般最易酿成俄国，诸多精神病变和自寻短见都来自于无所事事地沉溺于痛苦的煎熬。痛苦导致的迷茫失措是很难避免的，问题在于我们是否愿意自救，是否愿意尽早的穿越黎明前的黑暗。我从未被任何痛苦所纠缠，每一个痛苦来临时，我都选择以最快的速度投身音乐欣赏，单机游戏，随意幻想或者漫步林荫，不断让新生的快感冲击痛苦的压抑。你一定要学会用我这招，在痛苦降临的时候就去做事。做所有自己能做的事，哪怕是到街上帮骑车上坡的环卫工人推一把车，或者到超市买一堆零食。

# 《老爸曰》

## 版权说明

本站所提供下载的PDF图书仅提供预览和简介，请支持正版图书。

更多资源请访问:[www.tushu000.com](http://www.tushu000.com)