

# 2024年的一些人生感悟

陈童

## (一)

写了这么多东西以后我的体会就是，写东西就是一个痛并快乐着的过程，写东西是痛苦的，但是看着作品一点点完成并达到自己心中的金线以上，你会获得一种很大的快乐，也就是成就感，之后如果写出来的东西还能获得别人的认可，则是进一步的快乐。关键点在于，应该设法让获得的快乐超过承受的痛苦，否则你是完不成作品的，也是坚持不下去的。

不仅写东西如此，人生一切有意义的事情也许都是这样，都是痛并快乐着的。人的心理机制就是这样，单纯的痛苦或者单纯的快乐都无法持续成立。要想事情长久，关键点也许都在于，要设法让快乐比痛苦多那么一些。

## (二)

在所有的方向上，人的心灵总是在追求一种满足，然而所有的满足状态又都是不可持久的。从这个意义上讲，每个人都是西西弗斯，永远在将心灵的巨石推向满足的山顶，但是每一次到达山顶，这巨石又会自己滚落山底，然后又开始下一个推石的循环。于是，人类永远处于对心灵满足的不懈追求之中，一刻也停不下来。

与西西弗斯不同的是，人类常常不是一个人独自追求心灵的满足，而是常常在合作关系中追求心灵的满足。好的关系就是既努力满足自己，也努力去满足对方的关系。比方说好的夫妻关系就是如此。

## (三)

从写东西中我得到的领悟是，仅仅靠坚持是万万不能完成一个像样作品的，但是，完全没有一点坚持也是万万不能完成一个像样作品的。人生也许也一样，仅仅靠坚持很难度过一个像样的人生，但是完全没有坚持同样难以度过一个像样的人生。

## (四)

之前说过心灵的运行法则之一是痛并快乐着，现在说说另一条法则，也就是爱恨交加。以子女对父母的感情为例，当然是以爱为主，但这爱中免不了也有一些恨，养育之恩当然是巨大的，但这恩中免不了也有一些仇。这恨和仇的来源是复杂的，比方它可能来源于父母在子女年幼的时候对他施加了无法抗拒的权力，弑父情结不就是这么来的吗？

拿我自己来说，我恨父母在我年轻的时候太过于把他们人生的期望重压在我身上，以及太在乎我的让他们脸上有光(初中时就连考个第二名都要承受他们的失望)。但是我更感激他们一直支持着我去追寻自己的理想，正因为这样我才能在几个方向上见识到人类真正的高度，才能明白什么是真正的真，什么是真正的美，才会觉得不虚此生。但我的这恨也是不可忽视的，因为直到今天它都在推动着我向父母抗争，我甚至觉得正是早年爷爷奶奶几乎无条件的爱才挽救了我。

子女对父母是爱恨交加的，夫妻之间就更是这样了。因为这就是心灵的运行法则，单纯的爱是不可能永恒存在的，心灵的巨石一定会在某些时候从爱的山顶滚落到恨的谷底，而我们所要做的，就是再次努力把它推上去，不要让它一直待在谷底。

由此看出，痛并快乐着也好，爱恨交加也罢，其实心灵的总法则就是对立统一，也就是任何一种感情中都会伴随着与之对立的感情存在，幸福的关键也许不在于彻底消灭负面的感情，而是不断努力把心灵的巨石推上去，让正面的感情超过负面。

## (五)

在最浅的层次上，音乐不过就是声音的趣味，但是你只有通过这个最浅的层次才能走向更深的层次。而歌剧尤其把声音的趣味这一点体现得淋漓尽致。

## (六)

世界原本是混沌的，但在人类的心智中，它变得有序。而盘古开天地，本是一个人类心智蒙昧初开的寓言。

## (七)

阅读无非这么四个目的：1，寻找有用的东西（包括解开自己的困惑等）。2，享受美妙的东西。3，使自己产生疑问。4，让自己惊奇。