

# 用催眠术和心理学揭秘： 人的命运真的早已被注定了吗？

楼主：神棍催眠师 时间：2016-12-29 22:53:00

楼主是专门做催眠，心理学这一块的，因为和别人打赌，输了，所以得写帖子。

我们对命运，爱情，人生，总是充满陈腔滥调的感慨，

随着岁月流逝，总是多愁善感，半杯啤酒在手，叼根黑兰州，在朦胧夜色买醉，自我悲怜一番，第二天，现实总会一巴掌把你扇醒，教你重新做人

其实，不要再自我陶醉了，

你的一生，还没开始，就已经被注定了！

先用我们这只被“催眠”的鸡兄，霸气镇楼

楼主：神棍催眠师 时间：2016-12-30 10:14:51

你可能心里不服气，觉得命运掌握在你自己的手里

接下来我们就用心理学和催眠术的知识，聊一聊决定人一生命运的到底是什么？

是你的 985 学历？是你的富二代背景？还是你的打拚努力？

后面涉猎的大概内容：

1. 教你学会分析自己或者他人的心理
2. 催眠术：深层潜意识的奥秘，教大家简单的自我催眠减压技术
3. 爱情，婚姻为何难以持久，还有真爱么？
4. 如何改变你当前苦逼的命运，具体措施。
5. 揭秘心理咨询圈的一些内幕，以及拖延，抑郁，焦虑，压力等问题的解决办法

喜欢的，留个脚印，支持下楼主，鼓励写下去

楼主：神棍催眠师 时间：2016-12-30 10:28:12

@u\_109232187 1楼 2016-12-30 05:02:00

@神棍催眠师 鸡爪僵硬，死了？

---

鸡没死，只是被“催眠”了，哈哈，看过央视小姑娘“催眠”一些兔子，青蛙，鸡的视频吧……

之因为给“催眠”打引号，是因为这不是催眠，是个幌子而已，外行不懂。只要10秒钟，你也可以学会

在100楼。我会揭秘“催眠”动物的实质，并教会大家方法。

楼主：神棍催眠师 时间：2016-12-30 11:32:20

首先总的来说，决定命运的，不是你的努力，而是你的模式！

只靠努力，想成功，不过是个神话传说而已，农民很辛苦，但是结果呢？

如果我们和高层人士聊天，你会发现，你的思想和人家根本就不在一个档次上。

所以你的人生模式，才决定你的命格高低。

而很不幸的说，你的人生模式有一大部分是先天就被决定好的，刚生下来就已经有了大概的模型了，然后随着小时候3~7岁的发展，框架更加完善了。

等你到了20多岁，憧憬你未来美好命运时，不好意思，你的命格基本已经确立

但命运难道就不可改变了吗？

答案是：可以，但是很难！

除非你痛下决心，懂得改变的诀窍，或者生活中发生重大变故。否则，我们不过是沿着已经决定好的命运轨迹在行走而已。

而作为人，我们还洋洋自得，自以为：我命由我不由天！

赶快别吹了，醒醒吧。。。

仔细回味你已经走过的人生，再来吹牛吧

楼主：神棍催眠师 时间：2016-12-30 11:45:23

先天决定的那个模块，我们就不说了，因为涉及到玄学的一些东西，对有些人来说，觉得不足为信。

我们就用心理学，精神分析等理论，分析下三岁看小，七岁看老的模式决定论。

楼主：神棍催眠师 时间：2016-12-30 11:55:55

在心理咨询领域，有个观点就是：大多数成人的心理问题，其实在他们小的时候，就已经存在了，只是到了中年爆发出来了而已。

举个真实例子，我接过的案例。

有个女孩，是个大学生，有一天她家人带她来咨询，来的时候这个女孩看起来很虚弱，面色苍白，有气无力的。她妈妈说已经连续几个晚上没睡觉了，也吃不下饭，所以有点怕了，医院检查轻度抑郁，就来找咨询师

我就单独和这个女孩聊，问她怎么回事，她说她失恋了，之前她男朋友非常照顾她，宠她爱她，现在她男朋友和她分手了，她死活不愿意，甚至还发生了争斗，虽然她自己知道这段恋情已经无可挽回，但就是控制不住自己，每天发呆，脑子里都是男友的事，已经影响到学习了。

楼主：神棍催眠师 时间：2016-12-30 12:01:04

我就给教了个自我催眠法，先把睡眠问题解决了，她也想把重心放在学习考试上，关于容易分心，我给简单说了下。

然后我就随口问了一句：你父亲平时对你怎么样？

她说：父母在她小时候离婚了。

过了几天，她反馈睡眠已经没事了，然后也可以吃下饭了，学习的时候也没有之前那么干扰了

但是我心里很清楚，这仅仅是解决了目前表象的问题！核心问题根本就没有解决！

她只要谈下一次恋爱，那么依然会是一个痛苦的结局！

楼主：神棍催眠师 时间：2016-12-30 12:09:12

为什么这么说呢？

首先她说这个男孩非常照顾她，她很依赖男朋友，而且分手后，她的反应竟然如此激烈，明显过度了。。。

这就说明，她在爱上是很缺乏很缺乏的，这个问题一般在小的时候就存在了。

对女孩来说，小时候如果缺失父爱，那么到了青春期，谈恋爱的时候，会把男朋友当做父亲，从男友那边获得父爱。

这种女孩找男朋友，不用看都知道，一定得是暖男型的。而且一旦确立关系，就非常非常依赖男友

把自己的爱寄托在另一个人身上，刚开始男友会觉得甜蜜，但是很快就会感到窒息，时间一长，绝对厌倦

这就是为什么她的下一段恋情依然会失败的原因，而这种依赖，她自己心里清楚是不对的，但是她无法控制自己，因为小时候的缺失，会烙印在潜意识里

而潜意识才是控制我们的黑帮老大，意识不过是个小角色而已

这个女孩应用的就是一种模式，通过她小时候的经历，我们可以预测分析她的婚姻，她会找怎样的男士，会发生什么矛盾等。

楼主：神棍催眠师 时间：2016-12-30 14:38:01

@漫步深渊 Aos 9 楼 2016-12-30 14:31:00

楼主不更了？

另外还有一类女人会害怕失去而不去与异性相处。另一类同样怕失去而排斥异性对吗？

---

你说的这种女性，要么在小时候极度缺乏安全感，因为小时候的痛苦经历，不敢轻易信任别人。

所以恋爱时，会非常谨慎，用冷酷保护自己。

还有一类是在谈恋爱时，遭受痛苦背叛，留下阴影，不敢再轻易谈恋爱。

还有的女孩是小时候父母的不正当教育，对青春期谈恋爱排斥，灌输不正当理念导致

楼主：神棍催眠师 时间：2016-12-30 22:51:16

@瘦瘦五花肉 12 楼 2016-12-30 19:58:00

感觉自己就是另一的女生，不敢去接触，装作自己什么都可以。。。

---

女汉子么，外表坚强，内心脆弱吗？

楼主：神棍催眠师 时间：2017-01-01 20:49:26

@ty\_123433328 14 楼 2017-01-01 17:36:00

没了？还没看够

---

有点懒，见谅……

后面会更

楼主：神棍催眠师 时间：2017-01-01 20:49:46

给大家推荐一本书：《人类简史-从动物到上帝》

这本书从 250 页，或者 366 页后看，则趣味无穷

前面就有些枯燥了……（来自天涯社区客户端）

楼主：神棍催眠师 时间：2017-03-14 14:08:30

@咸蛋君 17 楼 2017-03-12 14:18:00

东逛西逛的逛到你家来了，留一笔以显示俺来过了，哈哈～

---

帅哥一枚，鉴定完毕！

楼主：神棍催眠师 时间：2017-03-14 19:09:11

@白玫瑰 1230 19 楼 2017-03-14 14:38:00

楼主继续啊，可以说父母的思维模式会传递给孩子，这就是为什么，龙生龙，凤生凤，老鼠儿子会打洞

---

很简单啊，孩子从小懂个屁，一切都得学习

那么从哪里学呢？最开始就是从父母处学，而孩子不懂什么抽象，什么批判，孩子的学习方式是：模仿！

那爹妈怎么处事，孩子就模仿啊

爹妈怎么思考，孩子就怎么思考啊

穷人家的孩子，他爹妈会说：孩子啊，要吃苦才能超过别人，他们工作到五点，你要加班到十点，才能出人头地。

富人家的孩子，他爹妈会说：孩子，今晚和我去张某家，认识下他们，和他家的孩子好好玩，他家有势力，以后你能用得着，这都是你以后打拼的资源啊。

这就是差别，如果刻苦勤劳就能致富，那么富士康员工应该是全世界最富有的人，现实呢？

父母思维水平不行，孩子就无法接受到好的思维方式，而孩子小时候的思维模式很关键，如果想要改变，唯有通过后天合理的教育去改变

这就是读书受教育的作用，让你脱离低级模式

楼主：神棍催眠师 时间：2017-03-14 19:18:56

那么教育能改变命运吗？

伪答案是：能！

正确的答案是：合适的教育可以改变命运。

上学一天狂刷题，整天陷在题海中，这种模式会把人培养成：机器人

人崛起于万物，是因为人有个好脑子，决定你未来成就的，是你的思维模式，而不是那道题，说数学能锻炼人的分析能力的，纯属扯淡！它能锻炼你解题的分析能力倒是真的

至于生活中的分析能力，你得重新学习，把数学和生活联系起来才能锻炼，否则不过是一片片互不相连的树叶

所以：合理的教育可以改变一部分命运，而早期教育非常关键，假若一个人孩子的时候思维模式效率低，那么有可能他即使读书上学受教育，也是在用低效率学习，反而强化了这种低级模式

大多数人，都无法脱离命运的轨迹……

楼主：神棍催眠师 时间：2017-05-08 12:19:05

@阿拉蕾小肥肥 22 楼 2017-05-07 23:01:00

能私聊吗

---

私聊什么？

楼主：神棍催眠师 时间：2017-05-12 13:13:32

@轻翔猫子 24 楼 2017-05-11 13:05:00

催更

---

不更呢

楼主：神棍催眠师 时间：2017-09-29 23:10:10

@北京赛车 PK10 邓兵 26 楼 2017-09-27 01:33:00

大哥更新呀

---

更新什么

楼主：神棍催眠师 时间：2018-06-20 23:01:36

说过要更新的，现在开始。

正好最近在公众号写：模式论。

论证一个观点：模式决定命运，而不是努力。

若 10 分为满分，那么模式方法决定 7 分，努力仅占 3 分

楼主：神棍催眠师 时间：2018-06-20 23:26:52

注：这篇文章可能会颠覆你三观，请不要忙着开喷，

看完全文，并反照自身后再决定要不要喷

模式决定成功，不同的模式缔造不同的结局。

刻苦不能让人成功，这只是一碗毒鸡汤。

楼主：神棍催眠师 时间：2018-06-20 23:27:09

人活一世，从少年时的意气奋发，鸿鹄壮志，到现在的油腻中年，很多人心有不甘。

人到中年，才发现并没有活成自己想象中的样子，很苦恼，同时内心抱着一丝期望：我还能成功吗？

答案：能也不能！

若改变目前的模式，则能

若维持目前的模式，则不能

你会发现若想成功，答案强调的是模式，而不是刻苦努力！

楼主：神棍催眠师 时间：2018-06-20 23:28:00

一、努力就能成功？

成功需要努力，这是我们耳熟能详的鸡汤。

因此当我们被问到，怎样做才能成功。你的大脑第一时间想到的就是：

我要像别人一样努力，变得更勤奋，更用功，我就能成功。

如果成功真的是单一变量能控制的事情，那按照这个逻辑来说。

每天早点起床，多看看凌晨4点钟洛杉矶的太阳，你就能成为科比。

楼主：神棍催眠师 时间：2018-06-20 23:28:16

我想说：醒醒吧，别做梦了！你已经大脑中毒了，这是因为你经常喝毒鸡汤导致的，鉴定完毕。

看见凌晨4点太阳的人多了去了，有凌晨起来扫大街的马路工人，有卖早点的小摊贩，还有机长和空姐，他们难道不够辛苦，不够努力吗？

我们一听见成功，想到的就是：这个人肯定很有毅力，又很刻苦。

因为凡是成功人士，到了讲台，给你分享他的学习或者创业史时，会说从前的岁月有多么苦多么累，但是咬着牙坚持下来了，所以才造就了今天的自己。

楼主：神棍催眠师 时间：2018-06-20 23:28:32

比如马云同学。

他会说以前他创业有多么辛苦，差点都破产了，但是他坚持下来了，才有了今天的阿里巴巴。

但实际上，马云的成功因素是多方面的，有努力，有个人魅力，更因为他最早抓住了互联网的关键点！

同样我的父母，也常说他们曾经生活多么困难，吃树皮挖野草，每天披星戴月，天还没亮就去地里劳作，上午顶着大太阳，汗流不止，但依然坚持劳作，晚上回到家，累得无法动弹。

可是十几年过去了，和马云同学相比，唯一的区别就是：即使如此辛苦努力，我父母还是农民，如今还在劳作，只是年龄大了，活干的少罢了。

这时候你心里会想：呵呵，你父母怎么能和马云比呢，那都不在一个水平档次

那请问：为什么不能比？难道我父母没马云努力，没马云辛苦？遇到干旱灾年，难道不是咬着牙坚持扛过来的？

那些凌晨扫马路的叔叔阿姨不够努力吗，而且他们还受过很多委屈，被人瞧不起，被人辱骂等。

对的，你的心里可能有那么一丝丝的醒悟，会发现其实生活中努力的人有很多很多，包括我们自己，其实也在努力生活，但成功者却寥寥无几，为什么？

因为成功和努力无关！

一听到这话，你的内心又会冒出来一个思想：瞎扯淡，怎么可能无关呢，不努力怎么可能成功呢？

你看，这不又回去之前的思维了吗？只能说你中毒太深，鸡汤洗脑洗的不错，难以自拔！你难道自己没发现么？

楼主：神棍催眠师 时间：2018-06-20 23:28:59

既然成功和努力无关，那么到底和什么有关系呢？

答案：模式决定成功

不同的模式缔造不同的结局，有的模式会让你成功，有的模式会让你凡人一个，有的模式会让你越来越糟糕！

## 二、生活本身就是一种模式

1. 只要是一再重复出现的事物，就存在某种模式

2. 你的人生看似复杂，实际上不过是一直在重复着同一种模式而已

楼主：神棍催眠师 时间：2018-06-20 23:29:14

人类的大脑，最喜欢固定的模式，因为这样会让自己有安全感，这是我们的舒适区，而对于不熟悉的模式，大脑不愿意也不敢轻易尝试，这其实是大脑的一种自我保护行为，

试想如果放着光明大道你不走，偏偏走羊肠小道，也许就会遇到危险，遇到野兽

或者意外情况，你就挂了。

而人类大脑的首要任务是先确保生存，而不是学习

虽然多走走羊肠小道，有可能学习了解另一番世界，但大脑对小道并不熟悉，所以为了规避风险，宁可重复旧的熟悉路线。

另外一旦第一次走的 A 路线，那么大脑神经就会链接，形成一条 A 线路的神经网络，下次只要站在 A 路线的起点，大脑就会启动神经网络，顺着第一次走过的路线行走。

每多走一次，这条神经线路就会更加稳固，用专业术语来说，就是神经线路外围包裹的髓鞘质会越来越厚，这条线路就不会受到干扰，运行速度会更快更顺畅，直到形成稳定的习惯。

下次你都不用刻意记 A 线路怎么走，只要迈出起点的第一步，剩下的不用你管，哪怕你边走边胡思乱想其它事，大脑也会自动按照线路，让你到达终点。

楼主：神棍催眠师 时间：2018-06-20 23:29:30

行走路线是如此，我们思考生活学习的方式也是如此。

回顾我们的生活，你会发现每天从早上醒来到晚上睡觉，今天和昨天都是一样的，那么明天后天呢？我掐指一算，可以肯定：还是和昨天一样。

我们从家到公司的路线，每天都是那一种线路，即使还有其它线路，我们也不会去尝试

我们解决工作中的问题时，用的还是之前的方法，很少有人会主动想：还有没有其它更好的方法

我们和别人交往时，交际模式和以前也是一样，对有些人害羞，对有些人开放

我们回家，面对家人，从进门到睡觉，程序基本都是一样的。

上述种种，看似你活了很多年，其实不过是重复同一种模式而已。而且你有没有想过这种模式，是从什么时候开始的？是从你第一次做这件事开始的。

你的人际交往模式，思考问题的方式，情绪处理方式，很多都是小时候就养成的模式习惯，长大了只是一直在重复强化这种习惯罢了。

一部分地方经过岁月的打磨，可能和小时候有点不同，但大的框架还是一样的，所以有大人不过是长大了的孩子而已。

那么问自己：我目前的生活每天都不一样吗？

有没有发现自己的生活其实在重复同一种模式？

那么请问：假如你继续重复这种模式，你就是再刻苦努力，结局是什么？你能预测到吗？

答案：可以预测！

楼主：神棍催眠师 时间：2018-06-20 23:29:44

三、不同的模式，决定不同结局

每种模式，还没开始实践，其实就已经注定了结局，而且每种模式都有其上限。

比如骑自行车，那么就有最高时速，不可能一小时跑 100 公里，所以你是永远不可能超过小轿车的，你不用去比赛，结果已经被注定了。

同样小轿车也有极限时速，永远不可能超过飞机的。

我的父母，即使再辛苦努力，比别人更精心照顾庄稼，假设出现奇迹了，极限就是一亩地收获了 1 万斤玉米，那么三亩地下来，一年也就 3 万元收入。

也就是说从他们第一次开始种庄稼，若一直采用这种模式，那么我就可以预测 10 年后他们的结局，还是每年 3 万元。

但如果他们换种模式，比如把这个种庄稼的方法，开个培训班，给其他人传授，可能慢慢会成为一名小专家。或者自己承包 100 亩地，可能生活也会富裕起来。

同样扫马路的叔叔阿姨，比别人更辛苦努力，比别人扫的更干净，极限结局就是：获得几句表扬的话。十年后，我可以精准预测：他们还在努力扫马路。

同样一个卖早点的小摊贩，即使他的饼子做的再好吃，达到极限也只能卖 500 个饼子。

十年后，他还是每天卖 500 个饼子，除非改变模式，比如连锁经营，扩大店面，雇用人手等。

当然上面举的例子，没有任何贬低或者轻视之意，成功也不是说赚钱多少，而只是通过赚钱这个目标，来阐述：假如你的目标是赚钱，你现在的模式能让你赚到钱吗？这种模式的极限会是什么？

同样，假如你的目标是让自己的思维模式得到提升，思考问题更加犀利独到，解决问题更有效率，那按照你目前的思考方式，能达到吗，即使再刻苦，最高极限又是什么呢？

通过上述例子，我们反思自己：如果你继续重复目前的生活模式，即使你再刻苦努力，这种模式的极限，十年后的你会是怎样？

答案：比现在好一丢丢，但无法脱离你这种模式的极限点。

楼主：神棍催眠师 时间：2018-06-20 23:30:02

四、改变模式，现在开始

在生活中，大家有没有这样的模式：

看了一篇文章，觉得说的好有道理，过了几天就忘了文章说了些啥。

在这里，给大家划个重点！

1. 模式决定成功，包括：思维模式，生活模式，工作模式。

不同的模式缔造不同的结局，有的模式会让你成功，有的模式会让你凡人一个，有的模式会让你越来越糟糕！

2. 刻苦努力并不能让你成功，这只是那些成功人士忽悠你的一碗毒鸡汤而已

记住这篇文章说了什么，这将是改变模式的第一步。

接下来的文章，会讲详细讲述不同的思维模式，以及该如何训练改变自己目前的模式。

留言区欢迎你聊聊，假如目前的生活继续下去，十年后的你会是何样？

楼主：神棍催眠师 时间：2018-06-20 23:30:52

内容有点长，不知道大家是否喜欢这种风格，能不能习惯这种毒鸡汤

楼主：神棍催眠师 时间：2018-06-23 22:13:58

本来想偷懒不更了，但有朋友看了帖子后

联系上了我，说关于模式论，他受益良多，那么就再写吧

楼主：神棍催眠师 时间：2018-06-23 22:30:08

上一篇帖子，就像成功学鸡汤一般，阐述了：

努力并不能帮你改变命运

人生（大脑）模式才是核心！

虽然听到这个话，会让人莫名伤心，而且内心不服，但如果你看完《模式论》的所有内容，你会发现：这就是残酷的现实！

但你仍然有改变命运的机会，关于命运，古人早已说：

一命二运三风水 四积德五读书

楼主：神棍催眠师 时间：2018-06-23 22:49:15

一命：你的出身和家庭，是不由你自己的，可能帝王家，可能平民百姓家。

二运：每个人皆有好运时，亦有衰运时，这是自然规律。

三风水：很多人不信的，即使信了，也可能不认识风水大师。

四积德：但做好事，莫问前程。常怀善心总是没错的，但若没有一定的教育熏陶，可能德没积多少，反而造孽不断。

五读书：唯有读书一项，多少还可以由我们控制，所以说教育改变命运，而教育依靠的是大脑学习，所以唯有了解大脑学习原理，才能更好地利用其运行规律，改变命运，否则即使你看再多的书，也抓不住本质，更何谈改变命运一说。

楼主：神棍催眠师 时间：2018-06-23 22:56:18

我们这里谈论的命运是每个人自己可控的部分，侧重点在正确的自我修炼方面，也就是教育学习。毕竟你的出身，你的时运，家庭风水这些难改变。

那么若想想改变命运，首先必须找到：决定命运的核心因素是什么？

只要掌握了命运的心法秘诀，并且按照心法秘诀去修炼，那么你会终成大器，摆脱当前的生活困境，一步步迈向自己想要的生活。

楼主：神棍催眠师 时间：2018-06-23 22:57:11

运的核心：

你命不在你，在你的项上人头（大脑）

从古至今，谈到人生命运，每个人都可以发几句感慨，随便说几句话都好有道理的样子，哲学家们更是著书立说，畅谈命运。

叔本华说人生是痛苦的，人们一直追逐在欲望的道路上，难以满足，深陷不可自拔，爹本华说人生的意义是由自己创造的，我们自己决定未来的道路，

爷本华说人生虽然痛苦，但还是有希望的，只要自信，只要坚持走在梦想的道路，你就能上天。

楼主：神棍催眠师 时间：2018-06-23 22:59:08

都没个顶贴的小伙伴，桑心

楼主：神棍催眠师 时间：2018-06-23 23:08:49

这么多本华大师，每个人说的都对，请问你听谁的？

所以最终你还是得不到明确的答案，会很郁闷。

以前我也困惑过很久，不知人生怎么走，但无论怎么走，都是通过大脑思考得出的，那么思考问题的模式就很重要了。

通过曾经的痛苦修炼，终发展出一套思维系统，用这套系统去思考问题，可剑指问题核心，直击要害，免去啰里啰嗦的无干扰。

这套系统的宗旨是：看任何问题，勿被表象迷惑，必须寻找其核心本质。

而对于人生命运，以往的答案都是片面的，抽象的。

楼主：神棍催眠师 时间：2018-06-23 23:09:20  
那么人生命运的核心本质是什么呢？

命运——生活学习工作——思想行为情感——源自大脑——神经元  
链接回路

所谓命运，不过是由每天的言行举止，思想行为组成的，而这一切都是由大脑给出的指令。

楼主：神棍催眠师 时间：2018-06-25 22:00:07  
如果大脑智障了，那么就是个傻子，如果大脑语言区受了损伤，那么你就听不懂人话了，如果大脑杏仁核过度活跃，那么你每天就会焦虑恐惧不安。

你问快乐是什么？是捡到一百万吗？是常怀感恩吗？错！

这只是表象而已，快乐源自大脑，快乐不过是大脑多巴胺激素分泌多了而已。

楼主：神棍催眠师 时间：2018-06-26 12:41:49  
但感觉感兴趣的并不多，都没人评论

说明很多朋友对改变命运，并不感兴趣，或者写的不够嘻哈轻松

但真理容不得瞎开玩笑啊，命运这么重要的事，需要严谨点，否则会误导别人，因为目前很多微信公众号文章就是鸡汤

只言片语，看似有理，实则对我们的生活并没有实质改变

楼主：神棍催眠师 时间：2018-06-26 12:44:33  
接下来若有 10 条评论，那证明还是有人对内容感兴趣，评论聊聊你们对内容的感受

那为这几个朋友，会继续写下去

楼主：神棍催眠师 时间：2018-06-26 16:46:18  
刚有人加好友，以为收获一枚粉丝

结果是广告，哈哈哈

唯有 10086 和广告，才是真爱

楼主：神棍催眠师 时间：2018-06-27 18:18:00  
@随风飘来飘去 2018-06-27 16:01:22

对催眠挺有兴趣的，但因为这行里忽悠的人太多，又对此一直心里存疑。有个同事，比我兴趣大，曾经有次上班时间拖着和我一起，陪他去一家机构报名学习催眠之类的，去了我俩就想了解下催眠的魔力，对方却一直在说什么信则灵之类的话，最后也没展示什么神奇的东西，居然用了个看自己手指，然后想象它变长，还问我们是不是觉得长了。。。真是无语，我俩对望了下，后来就转身走了。不知楼主可有实锤？

---

看你这回复，楼主就给你来点实锤

首先催眠是真实存在的，只不过外行不懂，觉得催眠牛皮哄哄的

我这么说吧，目前国内，真正安心做催眠治疗研究的没几个，也就意味着专家极少，水平一般者极多，忙着开催眠培训班的倒是很多，收广大人民群众智商好智商好奇税。

楼主曾经也开过培训，但现在极少做了，而是直接面对人民大众，解决实际问题，拿人钱财，替人消灾。

至于你说的这家，可以肯定，水平太菜，手指伸长这是因为手指间有缝隙，稍微用力向前伸，自然会变长啊。。。。

楼主：神棍催眠师 时间：2018-06-27 18:26:49

这其实用在很多演讲中，名为：意念的力量

一般是这种场景，有个大师站在台上，鸡血演讲，人类的意念力有多么的伟大

我们一定要相信自己，意念也可以改变生活

台下的各位，我们用实验证明吧

各位伸开双手，两手对齐，你会发现两只手是一样长

现在放下左右，只盯着右手，想象右手在不断变长,,, 变长,, 变长长。。。

20 秒意念发功后。。。

大师：现在大家再对比两只手，看是不是右手指真的变长啦???

观众：哇，大师，右手真的比左手变长了哇，意念力好强大啊!!! 哇卡卡卡卡卡，牛逼

大师：那你们想不想改变自己？

观众：想！想！想！

大师：来，交钱，参加我们这个《心灵成长班》，还你一生幸福

不要 8888，现场缴费者，仅需 1888 元。

楼主：神棍催眠师 时间：2018-06-27 18:41:29

神棍旁白：呵呵，人民大众为何如此好骗呢？

各位现在就教你们，

楼主：神棍催眠师 时间：2018-06-27 18:46:36

为了大家乐呵玩一下，别被忽悠

给大家拍个实景，大家跟着做，有惊喜

第一步：两手并齐

楼主：神棍催眠师 时间：2018-06-27 18:48:01

第二步：右手稍微用力向前伸

见证奇迹的时刻到了！

楼主：神棍催眠师 时间：2018-06-27 18:50:50

图传上去显得有点大

大家试一试，看你的右手指会变长吗？

下面回复你的实验结果

楼主：神棍催眠师 时间：2018-06-27 20:29:23

@王益九 2018-06-27 20:18:10

试了，对，右手指显长一点。

-----  
如果没有揭秘，包装成意念动力手指

那时候很多人就不理解了

楼主：神棍催眠师 时间：2018-06-27 20:41:38

如果在不揭秘的情况下，放一张这样的图片

很多人又要发出：哇哇哇，牛逼的声音了

这是我们给内蒙的咨询师们，现场表演的催眠人桥

可实际上这个根本不需要催眠，我1分钟就可以教会你

当时很多心理咨询师听说：不用催眠，1分钟就可以做到

感到不可思议，觉得马老师在吹牛逼，毕竟看似不可能啊

结果我们现场就给演示了，很多人傻眼了

这就是：外行看热闹，内行看门道。很多时候我们会被表象忽悠的一愣一愣的  
楼主：神棍催眠师 时间：2018-06-27 20:46:35  
更搞笑的是，以前我山东的一个学员

她喜欢催眠，就到一家催眠机构咨询，收费 3000 多，培训两三天，这个学员问能学会什么技术

那机构负责人说：我可以教会你催眠人桥。。。。

你没有看错，3000 元花 2 天时间学催眠人桥

而这个技术只值 5 毛钱，一分钟就能学会。。。。

还有催眠小动物的，比如前面那只鸡，以及上了央视的小姑娘

其实：这些和催眠没一毛钱关系，哈哈哈哈哈

楼主：神棍催眠师 时间：2018-06-27 21:29:00

@王益九 2018-06-27 21:02:03

四川大学格桑泽仁老师的催眠我看过，很震撼，我是一直想体验，一直下不了心。

---

我说了，外行看热闹，尤其很多催眠表演

看起来感觉催眠无比神奇，好像把人控制了等等

实际上那只是表象，我要是说被催眠的人大脑意识很清醒，他只是懒得思考，所以只要催眠师说的他觉得不损害他的利益，那么他也会去做

但在外人看来，好像催眠师把那个人控制住了，让做什么就做什么。。。

这就是隔行如隔山，不了解，只看表象总会觉得很神奇

自己体验一次，就知道了

楼主：神棍催眠师 时间：2018-06-28 00:06:59

世界杯魔咒，不以人的意志为转移啊

楼主：神棍催眠师 时间：2018-06-28 13:56:21

@逐梦 921 2018-06-28 12:59:24

大哥能给我远程催催不？怎么收费？多年来的压迫紧张感能否催好？

---

可以远程催眠，不过你虽然寥寥几句，但问题不可能是简单的压迫紧张感而已

你这种都形成一种习惯模式了，不是偶尔一次，而是每次遇到那个场景，就会触发压迫紧张吧

楼主：神棍催眠师 时间：2018-06-28 13:59:42

@ty\_语竭词穷 2018-06-28 01:48:01

是真的,有想一口气读完的冲动,我这个人好奇特别好奇,在天涯看了太多文章,能让我信服的很少,看着看着就看不下去了,我对楼主的帖子很期待。我现在的感觉,我感受到了真诚,我在等真东西!我在为我的后半生迷茫,您是我的灯塔吗?

想改变,不是简单看我写的就完了,需要有个人生教练持续系统指导

这个我后面会说

谢谢你的留言支持,其实本来不想更了。,

一方面是懒,另一方面和涯友唠嗑交流才是核心,也许能寻几个志同道合的朋友

否则一个人在那巴拉巴拉,说再多也没啥意思

楼主:神棍催眠师 时间:2018-06-28 14:08:09

继续更,前面说过大脑模式决定人生,人的思想行为都是从大脑里面出来的

如果是个抑郁症患者,你就是给他一千万,他也不会快乐的,他会视金钱权利为粪土,这并不是他看破红尘顿悟了,只是因为他的的大脑激素分泌受失衡出问题了,大脑对外在的刺激不能起正常反应了而已。

如果一个人的多巴胺分泌较少,他就会摇身一变成为一个哲学家,朋友啊,此刻并不是他变得高大上,思想开始觉悟了,请不要羡慕,真相是:多巴胺的减少让他感到有些痛苦而已!

所以他才会问自己:我这么痛苦的活着,有什么意义呢?难道人生就只是目前的吃喝拉撒吗?难道就没有更崇高的目的吗?听起来是不是很高大上?

其实他只是希望能找到一个让自己信服的理由,以便于能忍受目前的痛苦而已。于是社会上经常会有各种心灵鸡汤抚慰你,给你一个理由,让你继续生活下去

楼主:神棍催眠师 时间:2018-06-28 14:12:29

如果这个人的多巴胺分泌的极少,那么他会觉得痛苦万分,每一分每一秒都是煎熬,让人痛不欲生,抑郁症患者就是如此。

如果这个人是躁郁症患者,那么他经历的就是天堂地狱。当多巴胺分泌过多时,他会躁狂,充满自信,觉得自己可以上天入地,对未来充满了信心,思维敏捷的不得了,会有很多计划想要完成。你要是看到他,会觉得这个人充满了正能量,好棒啊!朋友,他只是多巴胺分泌多了而已。

不信你看 12 个小时后,他就会像霜打了的茄子一般焉了,而且他会痛不欲生,别说那么多伟大的计划,就是让他去街上溜达一圈,他都做不到。因为此时他的大脑多巴胺分泌变少了。

这听起来是不是让你很不爽？

楼主：神棍催眠师 时间：2018-06-28 14:17:55

我的情绪竟然只是一堆激素而已？我的灵魂呢，我觉得我的一切掌控在我的手里啊！

怎么现在变成了大脑掌管了？那个灵魂高尚的“我”去哪了？

朋友，请接受吧，这就是现实！你的一切思想行为都是由大脑决定的！

多巴胺影响你的情绪，而情绪又会影响你的思维，思维又影响行为。

所以若想思考人生，先从理解你的大脑运行规律开始

这里我们只是通过多巴胺的变化来说明，大脑是如何决定你的情绪思想的。

那你再想想：目前的拥有的一切思想和技能，难道都不是由大脑决定的吗？

所以不要以为自己现在有多么了不起，牛皮哄哄的，只要在脑壳上一板砖下去，你的所有都将化为乌有。

楼主：神棍催眠师 时间：2018-06-28 15:25:58

@三石而立 C 2018-06-28 14:55:25

静坐会让人产生愉悦感，是不是分泌多巴胺的结果？

---

我用手机给你回复了，为何电脑上看不见？

是的，能分泌多一些，人会感到安详平和

楼主：神棍催眠师 时间：2018-06-29 09:58:00

早起打卡，最近各种恶性杀人案件频发

除了社会浮躁，也和新闻报道有关系

凡是连续几天报道报复杀害小学生的新闻

接下来就会又发生几起类似案件，因为那些本来心怀不满的人，找不到发泄渠道

正好看见别人这样干了，是榜样，自己也就知道该怎么做了

楼主：神棍催眠师 时间：2018-06-29 09:59:51

前几年，福建有人杀害小学生，当时的连续报道

我感觉可能又会给一些不满的人提供了榜样

结果，紧跟着就又发生几起杀害小学生案件。

楼主：神棍催眠师 时间：2018-06-29 10:03:58

虽说杀人者如恶魔

但我们每个人都脱不了干系，有些人小的时候被人欺负，被人看不起，造成心理扭曲

但到底是谁看不起他，不就是我们吗？

我们小的时候都是这么做的，看似没问题，实际上我们也是帮凶

所以，善待身边的人，莫以为自己很崇高，无形中我们已经做了伤害他人的事。

楼主：神棍催眠师 时间：2018-06-29 14:02:21

@逐梦 921：在情绪激动状况下，理性不存在的

人会退回到原始本能，要么通过暴力干死你，要么自己逃避

平时生活中，焦虑，生气，发怒时

智商都会倒退到原始状态

楼主：神棍催眠师 时间：2018-06-30 14:02:20

翻页了

楼主：神棍催眠师 时间：2018-07-01 18:42:44

@烟花易冷 7YB 2018-07-01 17:43:06

快更，一般人不感兴趣的。他们更喜欢打鸡血。

---

来，先谈谈你的认知想法，要是合格，就更

否则这都翻页了，还没个几个人，不如去浪

楼主：神棍催眠师 时间：2018-07-01 19:28:15

其实这些我都写好了，还有好多存货，哈哈哈哈哈

楼主：神棍催眠师 时间：2018-07-01 22:19:16

@林良 2018-07-01 21:17:23

能了解命运多好啊，回忆从小长到大的事，感觉真像楼主写的那样。贴吧，论坛，我看了也多，什么易经，梅花易数，子平八字，，，，其实是想学些能对生活有指导，趋吉避凶，让过得幸福满足点。很多时候不知道不觉被习惯，被模式驱动，所作的选择，决定，生活中的一切，，，，，，

---

如此真诚，那就更。

我曾经比你更痴迷算卦玄学，无论未来是福是祸，你都无法逃避现在，此时此刻的生活！

楼主：神棍催眠师 时间：2018-07-01 22:20:03

之因为网名叫神棍，是因为有过一段神棍的经历

楼主：神棍催眠师 时间：2018-07-01 23:27:59

有人说，楼主年龄不大，经历挺丰富

我想说，这世上有些人注定担负着使命，他们的人生也犹如开挂一般

而更多人扮演者凡夫俗子的角色

很多看到模式论，感觉有点意思，毫不自夸的说，楼主是肩负使命的，没点天赋，能研究出这种东西？

尤其从小被各种鸡汤灌饱的朋友，还在相信努力能改变命运。

姆巴佩 19 岁就已经站在世界杯的球场上，你 19 岁在干嘛？还在傻乎乎的谈恋爱撸游戏

所以不要和大神比，你会被虐的很惨，我们过好自己的角色即可

楼主：神棍催眠师 时间：2018-07-01 23:32:57

楼主 17 岁上大学，全国最漂亮的学校

大一只上了一年，就深刻领悟人生真谛，遂退学，因家人不同意，变为休学

但休学期间，外出流浪，利用心理学原理，应用在商业领域，第一个月就捞到了人生第一桶金 2 万元

但经过大半年的运作，纯收入已经达到 80 万

楼主：神棍催眠师 时间：2018-07-01 23:37:13

所以等我复学回到学校时，已经衣食无忧了

但大学的培养模式，太垃圾，纯属混文凭

而有些人是凭本事吃饭的，是不屑于文凭的，虽然也是国家重点大学，很多人梦寐以求的，但牛逼的人生，你是无法理解的

然后放弃大学学业，每天泡在图书馆，研究哲学，脑科学，心理学，系统论等

终研究出一套模式论，明了了这个世界运作的种种

一句话：古往今来，并没有什么新鲜事！

楼主：神棍催眠师 时间：2018-07-01 23:46:44

既然悟出了这个社会人生的核心

那这 80 万不足以维持生活，所以又四处联系国内某家上市公司，他们家的一个产品明显有大的漏洞

所以利用模式论技术，给他们做了一部分技术开发指导，产品的用户体验会更好，而且营销模式也利用了人性的弱点，结果产品大火

之后又帮助做了一些建议指导，获得了一部分股票分红  
被聘为心理顾问

以这家公司目前的股价，把分红的股票卖出去，北京二环内买两套房还是很轻松的

而此时，还不到 24 岁

所以，大神的人生不需要解释，你也无法理解的。

我们做一个案子的费用，是很多人十年年薪的总和

人生确实不是公平的，天生就是如此。

这也是楼主能一天悠闲的在天涯玩，而不用工作的原因

楼主：神棍催眠师 时间：2018-07-01 23:48:56  
所以写这些，也是找找天涯有缘人

能看懂的人，至少思想还有点深度，只要你掌握这套理论的十分之一

已经足以也让你改变命运了

可惜很多人不识货，只能笑了

楼主：神棍催眠师 时间：2018-07-01 23:54:41

@咪西咪西 2018 2018-07-01 23:49:40

向大神献上膝盖

-----  
竟然有人在线，有缘

收下你的膝盖了，既然如此有缘，要不给兄弟你看看面相，给你一点指导

也许你就可以咸鱼翻身了

楼主：神棍催眠师 时间：2018-07-02 01:57:31

请问各位朋友，帖子里面的图片怎么删除？

找不到删除键

楼主：神棍催眠师 时间：2018-07-02 14:12:31

昨晚看世界杯，西班牙和俄罗斯，看到有朋友想让更

但我又想看球。

于是想：那干脆边看球边更吧

结果这世界杯踢得太让人激动，影响了心情，让我也激动起来，一激动就暴露了自己的缺点

我这个人各方面都不错，就是有个最大的缺点，让我不能忍受

那就是：爱吹牛逼！

楼主：神棍催眠师 时间：2018-07-02 14:15:40

哈哈哈哈哈

让我笑一会儿，各位朋友们，昨晚你们看的也是不是很激动？

哎，天涯就喜欢这种讲故事，刺激脑神经的

实际上那些都是我编的，就像知乎一样，开始编造你的故事

但有朋友真的信了，人真的人容易受骗的，在此也提醒大家，莫轻易相信，否则会被骗

楼主：神棍催眠师 时间：2018-07-02 14:18:41

不过里面也有一部分是真的

赚 2 万块钱，80 万，上市提供咨询，公司股票分红这些是假的

其它都是真的

而且告诉大家：吹牛逼真的很爽，边写边笑，写的连我自己差点都信了～

楼主：神棍催眠师 时间：2018-07-02 14:21:51

刚才早上有个电话推销保险的，我又想起昨晚吹牛的事

于是又想吹，对方给我介绍保险

我说：你那能一次投 100 万吗，我不想每月交 1888，太麻烦，有钱人的世界你不懂

我最近买世界杯，一晚上赚了 300 万，而且我的钱来路不明，你们那能洗钱不？

对方小哥：不好意思，打扰了

楼主：神棍催眠师 时间：2018-07-02 14:25:43

大家别打我，昨晚是想起抖音一个段子

有人拜访一小哥：你对现在的自己满意吗？

小哥：我北京三套房，全国还有几家分店，价值千万，一切都还不错，很满意，不过我有个最大的缺点

主持人：什么缺点

小哥：爱吹牛逼！

哈哈啊哈

楼主：神棍催眠师 时间：2018-07-02 14:56:56

@hejie890 2018-07-02 11:28:01

楼主，你对 教练技术（LP 技术，好像是基于心理学的一种洗脑技术）怎么看？这个技术有什么危害？教练技术团队的最终目的是什么

---

教练技术本身没错，可以帮到人

但是到了国内，踏踏实实研究教练技术的人没有，都想着怎么开个班，捞一笔

所以各种三五天的培训班，忽悠广大爱好者入坑

请问：用脑子想象：一门技术是三五天能学会的？？？

我们带学生都是师徒制，长期指导的，孩子学着抓筷子，这么简单的动作，还得学 30 天呢

更何况教练技术。所以技术无罪，用技术忽悠人的有罪

楼主：神棍催眠师 时间：2018-07-02 15:03:33

@蓝莓果汁狸 2018-07-02 14:59:33

我发小也是催眠师

---

是职业催眠师吗，还是爱好者

国内职业催眠师寥寥无几，大多数都是参加培训班，学点皮毛

到了社会上，解决不了实际问题，自己赚不到钱的

楼主：神棍催眠师 时间：2018-07-02 15:06:33

好了，正经更新帖子

前面说了：模式决定成功

而人的一切又都和大脑相关，也就是说解决问题，得从了解大脑运行原理开始

包括喜怒哀乐思想行为，都和大脑有关

楼主：神棍催眠师 时间：2018-07-02 15:09:15

下期预告

1、一个人从出生到死亡，他的大脑是如何学习的。

2、大脑神经元链接又是如何决定了一个人一生的命运。

楼主：神棍催眠师 时间：2018-07-02 15:11:19

上一篇：命运掌握在大脑模式里

通过举例大脑神经多巴胺对情绪的影响，来说明我们一个真理：

一切思维和行为皆由大脑决定！

今天就讲模式论最核心，最核心，最最核心的内容：

大脑到底是如何决定我们的思维和行为，又是如何影响了我们的一生！

楼主：神棍催眠师 时间：2018-07-02 15:14:03

一、认识你的大脑

大家好，我是你们的项上人头大脑哥，我先做个自我介绍：

名字：大脑（brain）

体重：3斤左右

消耗：虽然我体重仅占身体的2%，但消耗热量达到20%，所以女孩子想减肥就多动脑，读书是个好办法。

作用：1. 我是你思想和行为的指挥官，一切思想行为都是由一条条神经元链接回路造就的。

2. 我的首要任务并不是学习，而是先谋生存。

喜好：我喜欢快乐轻松的事，讨厌让我痛苦的事。

财富值：土豪级别，说出来吓死你，我有1000亿神经元。相当于全世界人口的16倍或太空银河系的群星总数。

楼主：神棍催眠师 时间：2018-07-02 15:41:10

二、大脑的基础结构：神经元

神经元是人脑发挥功能的核心，每一个神经元老大哥有成千上万个的“树突”小弟。

这些树突小弟接受来自其它神经元大哥的电冲动信号，并将这些信号沿着一条称作“轴突”的长纤维传递出去。

楼主：神棍催眠师 时间：2018-07-02 15:41:46

每个神经元大哥仅有一条轴突道路，轴突被包裹在一层叫做“髓鞘”的组织中，

类似电线外层的绝缘线，作用是隔绝其他细胞的信号干扰，然后就可以加快信号的传递速度。

学习一个新技能，你每多训练一次，轴突上就会多包裹一层髓鞘质，髓鞘质越厚，那么你的反应速度就越快，而且更精准。

楼主：神棍催眠师 时间：2018-07-02 15:43:03

不同脑区，不同功能。

大脑又分为不同的脑区，各自具有对应的功能，我们的思想和学习皆来自于各脑区的神经链接回路。

另外我们经常发现男人和女人是两个截然不同的物种，互相无法理解。

那是因为他们的大脑神经连接回路就不一样，所以导致他们的思维和行为就不一样。

楼主：神棍催眠师 时间：2018-07-02 15:58:49

三、从出生到死亡，大脑是如何学习的

刚出生的孩子，他们的很多神经元彼此间都是没有链接起来的。

随着每天受到外界环境的刺激，神经元之间就会开始连接学会一些新技能。

婴儿的外在环境因素越丰富，神经元之间连接的次数越频繁，这样他们就能更快地学习。

所以婴儿应该多接受语言，视觉，听觉的刺激，有利于大脑发育学习。

12岁前神经元生长速度很快，但到了青春期，速度放缓，但另外两个成长过程应时而生：一是大脑发现有用的神经元连接日益巩固；二是无用的神经元连接逐渐消失，这就是大脑的优胜劣汰原则。

楼主：神棍催眠师 时间：2018-07-02 15:59:51

童年的学习非常非常重要，因为大脑各脑区学习发育有个机会之窗，在3-12岁最关键！

如果一个孩子，在两岁前没有受到视觉刺激，那么他就会终生失明。

如果这个孩子在 12 岁前从未听到别人说话，很可能他一辈子都学不会说话了。

因为原本用来负责完成这些任务的脑细胞，若不受到学习刺激，那么大脑就觉得这些细胞是没用的，会被剪除，或者调用来执行其它任务。

你看世界上所有的顶尖大师，都是在 12 岁前就接受专项学习训练的，比如莫扎特 4 岁就弹琴作曲，奥运会上的金牌得主，各项竞技运动的顶尖选手，大多数在 8 岁前就开始勤学苦练本门技能。

我国的很多游泳小将，你发现他们的年龄才十六七岁，就已经获得金牌，那你觉得他几岁就开始训练呢？

楼主：神棍催眠师 时间：2018-07-02 16:00:16

你在玩泥巴的时候，别人在专项训练，等你玩完泥巴，却发现同龄人已经是奥运会金牌得主。

前面简单科普了大脑的基本知识，接下来是我们要讲最最核心的重点：大脑如何学会一个新技能。

楼主：神棍催眠师 时间：2018-07-02 16:04:45

#### 四、大脑如何学会一个技能

世上技能千千万，在这里，选取一个大家都比较熟悉的技能来举例子：学习。

比如有个小孩叫小王，终于幼儿园毕业迈入小学一年级，他的老师要求背诵一篇语文课文，但是没有教给他怎么背诵课文。

于是他就自己瞎摸索，通过一遍遍的读课文，读的越来越熟后，发现自己背会这篇课文了。

小王大喜，他找到背诵课文的方法了：那就是重复记忆背诵法，通过反复读，直到读熟就能背会。

第二天老师又要求背诵一篇课文，这时候他已经有方法了，于是重复第一天的做法，反复读，直到完全背会。

随着背诵次数的增多，背诵课文的大脑神经回路会越来越熟练巩固，逐渐形成一个模式，也可以叫做习惯。

楼主：神棍催眠师 时间：2018-07-02 16:11:27

@A 豆包 2018-07-02 16:05:58

在关注，很有收获

-----  
谢谢，就喜欢这样潇洒点赞回复的人

虽寥寥几语，但透露出一种洒脱干练的逍遥个性

对这样的朋友，我想说：再来 100 个，照单全收

其实对楼主来说，各位朋友的回复，才是他坚持更下去的原因

毕竟心情一好，立刻码个 2 万字不成问题

楼主：神棍催眠师 时间：2018-07-02 16:15:17

小王到了二年级时，他会继续重复这种背诵模式，到了三年级，还是这种背诵模式。

再从三年级到小学毕业，他会一直重复这种模式。

这时候到初中了，你觉得他会怎么背诵课文啊？

他还是会一遍遍的读，这时候又加了政治和历史，遇到知识点背诵，你觉得他会怎么背呢？

他会把背诵语文课文的经验迁移到英语政治历史背诵上，那就是：继续一遍遍读，直到完全背会。

楼主：神棍催眠师 时间：2018-07-02 16:15:53

但是这种背诵方法，背诵速度会非常慢，而且背会后容易忘，小学的背诵内容少，还看不出来有什么问题。

但到了初中，背诵内容增多，科目增多，背起来会耗时又吃力！

小王同学开始感觉背诵很痛苦，关键好不容易背会的内容，过一周又忘了，于是导致这几门课成绩很差。

他很想奋进，但无论怎么背都记不住，到了下次考试，仍然考的一塌糊涂。

经过几次努力后，小王发现：努力是无用的！我们前面说过：大脑喜欢快乐简单的事情，最讨厌痛苦的事，遇到痛苦，它会选择逃避。

因为背诵知识点太痛苦，所以大脑选择逃避，于是他就对语文英语政治历史这几门课丧失了信心，讨厌这些学科，越讨厌成绩越差，形成恶性循环。

楼主：神棍催眠师 时间：2018-07-02 16:16:52

根据我们带的初中孩子来看，很多学生就因为背不会政治历史的知识点，对这门课就很排斥，成绩自然不理想。

于是从初一到初三，政史成绩都很差，于是中考后只能上一个普通的高中。

然后到了高中，小王同学还是会用一遍遍读的方式背诵课文，语文肯定还是一如

既往的差，只能上一个普通野鸡大学。

到了大学他还是这么背，走向社会参加公务员考试，他还是这么背，当他 80 岁时，假若要背一篇遗嘱，他还是会这么背，一直持续到他离开这个世界！

这就是背诵引发的惨案：一辈子都对背诵头痛万分，如果到了死后的世界，遇到背诵，我相信他还会这么背！可怜的小王，向你致敬！

楼主：神棍催眠师 时间：2018-07-02 16:20:10

同样有个小花花同学，一年级时他发现如果理解了课文的意思，通过文章意思来理解记忆，会记得很轻松。

小花花大喜，那么从此她就形成了：理解记忆法。

这种方法背诵速度快，还不容易遗忘。

到了初中，小花花就用这种方法背诵政治历史，结果发现很快就能背会，于是她的文科就学的不错，考到了好的高中，高中又考到了好的大学，从大学到死亡，她还是会如此背诵。

楼主：神棍催眠师 时间：2018-07-02 16:20:50

背诵是如此，上课听讲，写作业，大脑思考复习等也是如此，不断重复旧的模式。

于是你就会发现很多孩子，小学是中等生，初中还是中等，高中仍然是中等。

而有些孩子，小学优，中学继续优，高中还是优！

这就是大脑模式！一旦建立，就具有持久稳定性！

以后的岁月，看似你学了很多年，经历了很多事，但不过是一遍遍重复曾经第一次的模式而已。

而第一次模式，从孩子出生的那一瞬间就已经开始了，大多数模式在儿童期已经建立，如果刚开始的模式效率低下，那么一生都是如此低效率！和努力没有多大关系。

楼主：神棍催眠师 时间：2018-07-02 16:21:17

比如小王同学背一篇课文，只要采用重复记忆法这种模式，那么即使他再刻苦努力，背会一篇文章至少也得 20 分钟。

因为这种模式本身就决定了它的记忆上限，最少也得 30 分钟啊。也就是说无论多刻苦努力也没用，至少 20 分钟，这是规律！

若其他孩子也这么背诵，那么结果就和小王一样至少需要 20 分钟。

而小花花同学，不需要努力，只要采用理解记忆法，一篇课文 10 分钟就可以背会。

那么如果小王同学采用小花花同学的理解记忆法，那么小王也可以达到 10 分钟就能背会。

所以模式决定结果，若模式效率低下，你就是再努力再刻苦也没用，因为你的模式本身就决定了你的上限！

楼主：神棍催眠师 时间：2018-07-02 16:21:38

上文我们仅仅通过背诵这一个小的模式来阐述：模式如何影响一个人的一生，那么儿童期养成的学习模式，大脑思考问题模式，情绪反应模式，人际交往处理模式等等，都会不断影响你的一生，这就是 3 岁看小，7 岁看老的真理所在。

当各位看到这一块的时候，是不是有点悲哀，觉得：我现在已经二三十多岁了，小时候在我还傻乎乎玩泥巴的时候，这些模式就已经养成了，现在我还有救吗？

那我还能改变目前的人生模式吗？

答案是：虽然有点困哪，但仍然能！

详文请见下篇文章：

模式论（二）如何改变目前的模式，拥抱幸福人生。

楼主：神棍催眠师 时间：2018-07-02 16:24:57

想改变你的人生模式，先从察觉识别当前模式开始

今天的学习任务：

回忆你目前的生活，有哪些习惯模式是从小就一直持续到现在的？

学习模式：比如从小学到大学一直是学渣，或者数学贼溜，语文奇差，或者一直是智障……

情绪处理模式：如生气时总在重复同一种处理模式，或砸桌子发泄，或默默委屈，或自我哀叹，或找人倾诉……

人际沟通交流模式：见人就开启害羞模式，或者人来疯，自来熟……

我更完了，接下来看各位的表现了

想改变命运模式，就先回顾反思自己目前的某种固定模式，然后写出来

我看到后，也许说的一些建议会对你有帮助。

楼主：神棍催眠师 时间：2018-07-02 16:27:31

如果你只是傻乎乎的看，而不反思自己的模式，并参与回复

那么你就学不到任何东西，白看帖子了

就是神仙要救人，给个救命丸，也得那个人吃下去啊，对不对

所以欢迎写出你的模式，后面的文章会教你怎么处理改变的

否则，你只是看一看，当做趣闻而已

放下手机，你还是以前的你，你还是曾经的你

你的未来不用去算，就是过去的你！

楼主：神棍催眠师 时间：2018-07-02 16:33:41

我现在关闭帖子，去参加一次 5 人对抗战斗，虽然会很血腥残酷，但为了生活，必须勇敢面对，一定要赢！

如果 1 小时候后，战斗结束

没人点赞分享他的旧模式，那我就再去参加战斗，直到荣耀加身！

楼主：神棍催眠师 时间：2018-07-02 16:41:38

@Michemool 2018-07-02 16:35:24

楼主天天都在更新，难道没有工作吗？？？

你这个问题问的好

前面我吹牛说大学时利用心理学原理，赚了 80 万，北京二套房

那样的事虽然没发生，但我目前的生活还不错，自由职业

靠本事吃饭，一天只工作特定几小时，但收入足够

若不是有家庭责任，10 小时的工作，足够我一年的生活费了。

楼主：神棍催眠师 时间：2018-07-02 17:43:32

@zlylys 2018-07-02 17:32:12

抛砖：到了周末就放松，然后经常晚睡晚起。不知道算不算一种模式。还有，人一出生是不是一般模式相同？另外，评判模式是否应该有个标准呢楼主。

晚睡晚起当然算模式

凡是一直重复的就算模式。

人刚一出身，模式就不一样啊，首先天赋就不一样，其次你所在的家庭也不一样啊，你睡在挤破头的公立医院，他睡在私立特护医院

评判标准是：这种模式是达到此目标的最优模式吗？

楼主：神棍催眠师 时间：2018-07-02 17:44:38  
就如小王和小花花的背诵课文模式

目的都是背会课文，但小花花的模式可以让她在 3 分钟背会一篇课文  
而小王需要 30 分钟

这就是背诵差距，亦是人生差距  
楼主：神棍催眠师 时间：2018-07-02 17:59:16  
放两张图片，很有共鸣

楼主：神棍催眠师 时间：2018-07-02 18:47:01  
@guameizi2017 2018-07-02 18:40:46  
赞一个，楼主加油，多发干货!!!

-----  
湿货不行吗？  
楼主：神棍催眠师 时间：2018-07-02 19:12:29  
模式论（二）：为何改变人生命运如此困难，很多人的梦想最终都沦为了一时激情

上篇回顾：

3 岁看小，7 岁看老，现在的你看似满脸沧桑，实际不过是一个老小孩罢了。

年龄大了，但模式没变，还是小时候的模式！

因为模式一旦建立，以后就会不断重复同一种模式，经过不断的强化，会变得持久稳定，

正应了古话：江山易改，禀性难移！

楼主：神棍催眠师 时间：2018-07-02 19:13:23  
模式的恒久性是好事也是坏事。

好事：若第一次的模式高效，则一生高效。

坏事：若第一次的模式糟糕，则一生糟糕。

楼主：神棍催眠师 时间：2018-07-02 19:15:31  
1. 人生命运模式很难很难改变

看到命运很难改变。

如果你是一个 20 岁的有志青年，你会鄙视的说：哼，我命由我！想改变命运只

不过看我的决心罢了，让你瞧瞧我的中二之魂！

如果你是一个 30 岁的成人，你会半信半疑：改变命运貌似有点难，但我觉得还可以拼一把！

如果你是一个 50 岁的大叔，你会满意的点点头：小伙子，你说的不错，五十知天命啊！

那么为何命运如此难以改变？

一切皆在大脑神经链接中！

楼主：神棍催眠师 时间：2018-07-02 19:16:31

二、改变命运模式的三要素

一个人一生的所有活动，皆由思想、行为、情绪三者组成。

若讨论其本质，任何一个思想，一个行为，一种情绪，都分别是由大脑里一条条神经元链接回路产生的，并且都逐渐形成了对应的固定模式。

任何一种模式，都必然包含思想行为情绪。

楼主：神棍催眠师 时间：2018-07-02 19:17:35

如果想改变大脑神经回路的某一种模式，建立新模式，必须具备以下条件：

思想方面：

1. 首先得有改变当前模式的想法。
2. 必须知道正确的模式，自己应该怎么做。

行为方面：

1. 知道新模式的每个行为步骤具体怎么做，并实践执行的精准到位
2. 坚持重复新行为，直到大脑神经回路强化的非常稳固，慢慢变成一种新习惯，取代旧的模式。

情绪方面：

1. 人类大脑最核心的一种情绪模式：喜欢快乐，逃避痛苦，
2. 在形成这个新模式的过程中，必须能让大脑感觉到快乐，如果太痛苦，很多人

就会半途而废，很难坚持下去。

楼主：神棍催眠师 时间：2018-07-02 20:00:08

看完上述步骤，你是不是觉得很简单啊，并没有那么难。

别高兴的太早，看完目前生活的现状，你可能会很失望。

楼主：神棍催眠师 时间：2018-07-02 20:02:11

### 三、改变命运的残酷现实

很多人已经被生活磨练的没了脾气，安于现状，早已失去了改变命运的雄心壮志。

之前看过一个电影，有句台词很经典：并不是我们在掌控生活，而是生活推动着我们前进。

所以很多人已经不想再折腾了，得过且过吧，于是 50%的人已经放弃改变命运了。

楼主：神棍催眠师 时间：2018-07-02 20:13:15

即使有人还想拼一把改变自己的命运模式，要么认识不到改变命运的核心关键点，走错了方向，要么知道方向，却不知道新的模式具体该怎么做。

首先很多人的思想认识就有问题，觉得自己想改变命运模式，就得比之前更加刻苦努力。

但我们前几篇文章已经说了，改变命运的核心在于方法模式，而不是盲目努力。

于是这个人只会傻乎乎地努力强化旧的模式，在错误的道路渐行渐远……

楼主：神棍催眠师 时间：2018-07-02 20:17:03

就如小王同学背诵课文一样，他觉得只要自己更刻苦努力一点，就能背的更快。

岂不知：一遍遍的读课文这种背诵模式，即使再刻苦，又能快几分钟呢，模式本身早已注定了他的结局！

即使你还有勇气想改变生活，也知道仅靠努力是没用的，你想找到正确的方法，但改变依然困难重重，

楼主：神棍催眠师 时间：2018-07-02 20:18:04

这里我们举个例子：

#### 小浪学催眠

小浪同学是一枚 25 岁的有为青年，自己在一家公司上班，做着一份不喜欢的行政工作，每天感觉生无可恋。

他从小对心理学感兴趣，网上看到催眠的神奇技术后，又激起内心的呼唤：

我不想一辈子做行政工作，我想做我喜欢的事，我想学催眠，以后帮助别人，也可以维持生存。

虽有斗志，但他在第一关思想层面已经遇到困难了：不知道自己到底该怎么学催眠。

楼主：神棍催眠师 时间：2018-07-02 20:35:47

于是他上网看很多催眠视频，买了很多催眠书籍来看，又加了很多催眠群，慢慢的他对催眠有些基础了解了。

但他觉得自己学的还不够，怎么办呢，于是他搜更多的视频，买更多的书籍，加更多的群……

楼主：神棍催眠师 时间：2018-07-02 20:36:13

3个月后，他感觉学习了很多知识，但现实是：他还是不会催眠术。首先他在思想层面就有问题，他已经走在错误的方向了。

催眠是一门技术，必须通过实践训练才可以，但他的学习方式却是看书看视频，这只是理论学习，距离真正的催眠相差十万八千里。

这就是很多人的真实写照，想改变，却不得其核心要领，于是有一部分人就像小浪一样，伟大的梦想最后沦为了普通爱好。

楼主：神棍催眠师 时间：2018-07-02 20:42:57

第4个月，假设小浪同学看到我前面写的，突然觉悟了：恩，学催眠必须通过实践，不能单纯靠看书。

但紧跟着出现一个问题：他不知道该如何实践训练，到底该怎么做，按照书上说的先做放松吗？

那就按照书上的来实践吧，这时候遇到了行为和情绪层面的困难。

楼主：神棍催眠师 时间：2018-07-02 20:46:49

第一次练习，人都有畏难情绪，不敢迈出第一步，害怕自己第一次会做的很糟糕，害怕失败，所以犹豫了好久，终于鼓足勇气，找了一个朋友来练习催眠。

他按照书上的方法引导朋友，没想到朋友却笑场了，他不知道该怎么办，跪求朋友配合自己。

终于按照书上的引导词念完了，满怀期待的问朋友什么感受，朋友说没什么特别的感觉，就是感觉还比较放松啦。

小浪听到这句话，内心有点小激动，至少让朋友体验到放松了。

楼主：神棍催眠师 时间：2018-07-02 20:49:40

但问题是：接下来该怎么做，他很迷茫，而且刚才引导的时候，自己的很多方面都做的不到位，但也不知道该在什么地方改善。

这就是行为层面的问题：小浪不知道正确精准的催眠步骤，自己在那里瞎捉摸，不得要领，而且学的不成体系，只是一点碎片而已。

楼主：神棍催眠师 时间：2018-07-02 20:53:18

要努力更！做个励志今晚翻页的男人

更完一章，至于有没有人看，爱咋咋地吧，毕竟是曾经的坑贴

坑一次和坑两次，没有本质的区别，哈哈哈哈哈

楼主：神棍催眠师 时间：2018-07-02 20:53:50

于是小浪想到了参加专业培训，找了一个培训班，花点钱学了7天，看似学了一些基础知识。

回到家后也找了几个练习了，现在可以让朋友进入催眠状态了，也能做点简单催眠暗示了。

练了几次，还是重复之前的催眠引导模式，想给别人治疗一些心理问题，还是不知道该怎么做，又变得很迷茫了。

楼主：神棍催眠师 时间：2018-07-02 20:54:30

而且自己每天还要工作，找个练习对象又比较麻烦，朋友也已经失去兴趣了，有时候一两周才能找人练习一小时。

另外在技术方面一直重复那点基本的催眠放松，遇到瓶颈也无法前进了，小浪感到很沮丧。

1个月后，他自己也失去信心了，慢慢的又回到了以前的生活模式，工作吃饭睡觉。

有空了浏览一些关于催眠的文章视频，和催眠群里的朋友聊一聊，内心羡慕着那些催眠大师们，仅此而已，梦想慢慢沦为爱好……

楼主：神棍催眠师 时间：2018-07-02 20:57:22

这就是改变的困难所在！

思想方面：想改变却不知道具体方法，已经把一部分人挡在门外了。

行为方面：知道了方法，却没有名师指点，而且实践练习也不到位，再加上现实因素，很难每天持续坚持下去。

情绪方面：因为没有大的进步，体验不到成就感，刚开始兴奋的感觉也慢慢消逝，再加上人的懒惰型，慢慢也就放弃了。

楼主：神棍催眠师 时间：2018-07-02 21:12:33

新模式，毕竟是新的领域，很多方面对自己来说都是陌生的，而且实践起来困难重重，于是很多人又慢慢回到了旧模式舒适区。

回想我们自己曾经的生活，多少次的尝试改变，最终都沦为了一时激情。

所以对一个成年人来说，改变确实困难重重。

楼主：神棍催眠师 时间：2018-07-02 21:13:58  
那么我们还有改变的希望吗？

答案是：有困哪，但还有希望！

这时很多人就会想：也许只有那些意志力坚强的牛人，才能改变命运吧！

实际上，改变命运和意志力没多大关系，这不过是成功者的鸡汤感言而已。

你的生活环境，才是决定命运的核心所在！

楼主：神棍催眠师 时间：2018-07-02 21:14:39  
下篇我们正式分享：

改变命运模式的真正秘诀——改变环境！

楼主：神棍催眠师 时间：2018-07-02 21:16:19  
坐错了，这才是翻页王座沙发

楼主：神棍催眠师 时间：2018-07-02 21:54:55

@就是这么六六六 2018-07-02 21:33:15

神棍催眠师的帖子又更新了，同样的帖子，当初看帖子的我，和现在看帖子的我却截然不同。

为了给看帖子的各位一点信心，我在这里写下，我和马老师认识的过往与改变。

1

我和马老师的认识，是意外也不是意外。

几年前的时候，我正处在人生的低落期。每天的日常就是什么也不做，什么也不想做，不出门不与外面的人说话，饥一顿饱一顿……苟且而艰难地活着。

我知道这样不对，积极地去寻求自救。

在那一……

-----  
不错，写下来，会对别人有帮助的

另外这是我们公众号的小编，活捉她

如果没有她，也没有这个帖子内容的排版。

楼主：神棍催眠师 时间：2018-07-02 23:21:45  
我把手指伸长那照片删除了，为何封面还显示

那两张照片彻底影响了这个帖子的风水

如门神一般，阻挡了意愿

楼主：神棍催眠师 时间：2018-07-03 00:46:18

刚看到新闻，说为了提高中国大学生的水平，大学要增负

但根据模式论，增负作用不大，因为决定能不能培养出一个人才的核心，不是简

单的增加难度而已

最关键的模式没改变，做什么都是玩儿。当年退学，也是因为很明确，这样的大学授课模式，考核模式，注定了培养不出来人才

真正培养人才，请把考核变为论文或者课题组形式，而不是试卷，因为试卷反映的是零散知识点，而论文考察的面更广更具有深度。

课题组也需要综合思维才能达成，而一个人才必须具有这样的能力。

楼主：神棍催眠师 时间：2018-07-03 00:51:08

我们单纯拿论文来举例

假设要写一篇论文，首先你需要自己搜集素材，否则你毛线都写不出来，这使得学生必须自己去做，你还能闲下来？

有了素材，你还得有分析综合能力，能理清其中的联系

但这还不够，因为以前论文，要反映某个主题，而任何一个主题都不可能是独立的，尤其创新类主题，要求你和其它内容结合起来

这又考察你综合深度思维能力

这样的一篇论文，不仅可以确保学生掌握基本知识点而且可以培养学生的思维能力

更可以锻炼他们，为了达成一个目标，需要自己搜集各方材料，并做整合思维

这样的人，即使到了职场，也具有比别人更优秀的能力！

楼主：神棍催眠师 时间：2018-07-03 00:54:43

通过结果来引导过程走向，是人类最容易管理的模式

我管你怎么学，论文交上来，一眼就能看出你用了多少心，有没有创新能力，有没有深度思考能力

而论文模式本身，就决定了学生必须比之前更辛苦，才能写出一篇好文章。

楼主：神棍催眠师 时间：2018-07-03 00:56:13

弟兄们顶我上去，等我坐上教育部长的职位

引领教育改革之风吧

对不起，又忘了，开始吹牛了

哈哈哈哈哈

楼主：神棍催眠师 时间：2018-07-03 01:06:23

写的不够具体，先谈谈目前的大学模式为何无法培养出人才

看问题，一定要看本质，那就必须具有逆向思维！

我们先不看怎么培养人才，而是看结果：假设你成为了一个优秀的人才，你需要具备什么条件

任何顶尖人才，意味着他在某个领域很牛，任何领域都是一个完整的系统。系统必须具备两个核心要素：

1. 系统的组成元素

2. 系统的运行方式

楼主：神棍催眠师 时间：2018-07-03 01:22:05

举例来说，有一个顶级厨师人才

他以一盘西红柿炒鸡蛋闻名世界，太特么好吃了

那么他要炒出这盘菜，从无到有这就是一个完整的系统

他首先必须拥有基本系统元素：西红柿，鸡蛋，葱姜蒜，锅等等

而且他还必须对每个元素的性质了解透彻，比如西红柿在加热几分钟后味道最好，用铁锅还是铝锅味道更正，

但有基本元素知识还不够，还需要通过特定运行方式来运行这个系统，也就是怎么炒，这个菜才能闻名世界？

有的人是先炒蛋，放葱姜蒜，再放西红柿

有的人是先炒蛋，放西红柿，再放葱姜蒜

这就是两种不同的系统运行方式，那么出来的味道自然也不同

这个厨师的基本元素和炒菜方法，肯定和凡夫俗子的不一样，所以才能成为天下一绝

楼主：神棍催眠师 时间：2018-07-03 01:35:53

那么大学又是怎么培养人才的呢

还是逆向思维，从结果来看过程，我们检测这位学生学的好不好，看的是他的考试成绩

那来看一下大学的考试系统，怎么答题，能拿到合格成绩呢？

到了大学你会发现，大学试卷和初高中一样，只要你会基本的知识点，掌握书上给出的公式，再做点题，掌握其思路，这个题就能做出来

而这些知识点，公式，只要通过大脑记忆背诵很快就可以记住，然后思考方面，多做几道题，基本也就掌握固定解题思路了

也就是说：只要你记忆力好，再做点题，就能拿到合格的成绩，保证不挂科。

楼主：神棍催眠师 时间：2018-07-03 01:45:48

那么，如果我是一个大学生，我就没必要辛苦地去上课，可以每天玩

只需要在考试前 2 周，紧急突击，把老师画的重点背一背，再做点题就可以拿到合格成绩

但因为老师会点名，如果旷课多了，可能就没学分了，所以我们还必须去上课，但我可以玩手机，没必要听，反正老师也不管，也不会影响成绩，反正期末考前背一背就能合格啊！

哪有何必傻乎乎的听课呢？

于是，我们的学生在大学四年，仍然延续着高中的学习模式，背一背，做做题，就可以了

楼主：神棍催眠师 时间：2018-07-03 01:52:28

这样培养四年，出来的叫人才？

特么不就是一个大了 4 岁的高中生么？

如果你让他完成一个系统任务，首先他的基本元素就有问题，

基础的知识点应付完考试早就忘了，而且各个知识点之间的深度联系他也不知道

其次在这个系统的运行方式上，他毛线都不懂，怎么运行才最牛，可惜这些他会一脸懵逼。

楼主：神棍催眠师 时间：2018-07-03 02:04:04

比如马克思哲学课，文科生根本不用学，和高中考试一样

考的就是高中背的那点东西，没有任何价值含量

但如果考题变为写一篇论文：如何利用马哲方法论，掀起一场工人运动？

想写出这篇论文首先你得搞清楚马哲方法论，到底是什么玩意儿，工人运动你也得搞清楚

其次你还得把两者结合，具体怎么做才能搞起来运动，这考察你的综合思维能力，

以及跨学科知识应用能力，你得了解工人的心理需求，他们的生存需要，以及如何把他们组织到一起等

想把这些了解清楚，你自己又得查好多相关资料

这才是真正的学习啊！

可惜我们的大学培养出来的学生，和百度有什么区别，还不如百度好使。

楼主：神棍催眠师 时间：2018-07-03 02:06:33

闲的无聊，写了下大学问题，再回看：写的什么垃圾玩意儿

不过总算熬到 2 点，可以看世界杯了

楼主：神棍催眠师 时间：2018-07-03 12:04:19

@冷眸似秋 2018-07-03 01:34:41

如果真的有劫数这一说法，那是不是我们所有的一切早已经被天注定了，而不是被我们的模式注定的。就算是我们过的模式，也是早被天注定了，就好像从来不上天涯的我，机缘巧合的看到大师的贴，这是不是也是天注定的？

有个人走在路上，被一辆高速行驶的大卡车撞上了，那么这种模式必然导致这个人死亡或者重伤，对吧。

可这个人很守规矩的走自己路，也没闯红灯，但卡车过来要撞他，这不是这个人可以控制的，这是外力因素。

我们谈论的就是，作为一个人，你自己能控制范围内，怎么做，才能使自己的模式最优化。至于外力环境，我们是控制不了的，这就要看命运的安排，尽人事，知天命，命运注定了我们 7 分，但还有 3 分是自己可以把控的，上天给我们留了改变的机会！

我们要做的是，提升自己，改造自己，让自己的思维，行为，生活等模式更优化

那么在逆境时，蓄积待发，做好准备，别浮躁心神不宁，勿轻举妄动

等到顺境机会来临时，借势而起，飞黄腾达。

否则，自己不好好准备，即使在顺境，烂泥也是扶不上墙角的！

给你个机会，你也抓不住。

楼主：神棍催眠师 时间：2018-07-03 12:13:41

@u\_113147871 2018-07-03 02:28:22

家有孩儿，对教育和培养孩子良好学习习惯和思维感兴趣

我开发了一套高效学习快速提分系统，是专门教孩子学习方法，快速提高成绩的

在西安最顶尖的西工大附中，已经做了3年了，这一所学校每年考生清华北大的学生达到70多人，全国排名前十的中学

这里中考班的孩子，我们可以达到：3节课提高20分，不提分全额退费

但很多家长的教育方式就是错误的，他们认为：孩子成绩不好，是因为孩子不够努力刻苦，不够积极主动

哈哈哈哈哈

如果你的孩子不努力，那他应该成绩很差，所有科目都不想学

但你会发现孩子对他擅长的科目，会自己主动去学，都不用你催

但他较差的科目，你再催也没用，因为这科他的学习方法效率低，怎么学都学不上去，所以才讨厌的

所以各位看贴的朋友，别再冤枉你家孩子不努力了

学习成绩和努力没关系！如果孩子这门课会学，成绩也好，他就有成就感，会自己主动努力的去学，所以努力是个自然而然的结果，并不是原因！

可惜很多人把逻辑搞反了，觉得是因为努力了成绩才好的，实际是成绩好，所以才更努力！

楼主：神棍催眠师 时间：2018-07-03 12:21:54

既然说到这了，就多说几句孩子学习方面的

在我们眼里：没有一个孩子不想学好！

每个孩子都想学习好，得到父母，老师，同学的认可

但因为有些孩子的学习方法效率低，怎么学都学不上去，所以才慢慢的丧失信心的

就像前面举例的背诵课文，请问哪个孩子不想快点背完？

但小王同学的方法效率低，一遍遍读，把人搞的痛苦的要死，如果是你，各位家长你愿意这么痛苦的坚持背下去吗？

为什么小花花同学愿意背，是因为她刻苦吗？

错！

她还没有小王刻苦，她愿意主动背诵，是因为她的方法让她背起来很轻松，十来

分钟就可以解决，当然愿意主动背了！

如果小王也会高效背诵法，他也会和小花花一样愿意积极背诵的，

所以别再把什么都和努力牵扯到一起

可惜这个社会，已经被“努力就能成功”的鸡汤洗脑了

楼主：神棍催眠师 时间：2018-07-03 13:20:20

努力就能成功，

这句鸡汤的最大毒害点在于：让人们过分强调努力的重要性，于是忽略了最核心的因素：模式方法！

比如各位朋友，我问你：你为何到目前为止还没有成功，还是个凡夫俗子啊？

你心里面很容易就想到：哎，我意志力不行，之前也想过改变，但一直没坚持下去，也还不如别人那么努力，总之还是自己懒散，不够刻苦！

听到这话，我反手过去就是一巴掌！

1. 你以为你努力了，就能成功？

2. 你难道就没想过，你为什么不努力吗？

楼主：神棍催眠师 时间：2018-07-03 13:26:45

成功和努力有一毛钱关系吗？

背课文的小王难道不努力吗？虽然他背的慢，背的很痛苦，但他还是硬着头皮在背诵，而且一背就是1小时啊！

这叫不努力？但他努力就成功了吗，并没有！他过会又忘了

小花花背的快，是因为她努力吗？并没有！她反而只背诵了10分钟

你难道就没想过：我之因为没坚持下去，没努力，恰恰是自己的方法模式不对，导致效果甚微，看不到希望，最后才放弃的

如果你用一种方法，每个月都能赚10万，我敢保证你比谁都努力

但你要是累的像条狗，但还是和之前一样，请问有几个人能坚持下去，再说这样的坚持有什么用，你不过是重复过去的方法模式，那也就是过去的结果啊！

楼主：神棍催眠师 时间：2018-07-03 13:39:31

但其实我们了解为什么大家都会强调努力

因为：每个人都不专业！

如果是你本行业的事,比如你是卖衣服的销售员,别人问你怎么卖衣服才能成功,你绝对不会说:你努力就好

反而你会很专业的给他说明具体方法,比如遇到哪种顾客,应该怎么介绍他们才愿意买等

但隔行如隔山,遇到不是自己专业领域的,你自己就是菜鸟,那怎么给别人指导?

为了显示自己不是傻子,能给别人的唯一指导就是:嗯,你在努力努力试试吧,只要坚持总会成功的!

反正多努力总是没错的,于是这句话就传遍全世界!毕竟看起来没错啊

但我只想说说:呵呵!

楼主:神棍催眠师 时间:2018-07-03 13:57:08  
其实一旦你的方法对了,根本谈不上“努力”二字

因为:努力=虽然很痛苦,但还在坚持

而方法对了,根本不痛苦,做事很轻松,而且你能看到成果,有收获,就有成就感,这样你会主动心甘情愿去做的,这件事根本就不会痛苦的,反而让你很快乐兴奋,又何必“努力”呢?你会主动快乐的去做啊

即使遇到困哪了,你也会想到:嗯,我过去这样做成功了,确实有效,所以我只要继续去做,还是可以成功的,过去的经验给了他自信,他仍然会充满希望积极去做的

所以要搞清楚这个世界运行的真正规律啊,别被表象忽悠了

真理永远掌握在少数人手中!

可惜人们仍然狂妄自大的觉得:我说的才是对的!

你难道就没想过:假如你说的是对的,为何你还没成功?

楼主:神棍催眠师 时间:2018-07-03 14:00:32

@你给我的还不够 2018-07-03 02:57:20

世界杯结束后还希望老师像这样井喷般的更,喜欢看顺便也尝试一下改变自己

我想告诉你真相:这些内容我早就写好了,已经在其他地方发布出去了

哈哈哈哈哈

所以大家喜欢心情好，就复制粘贴，

若大家不感兴趣，就让它沉睡吧，毕竟说了，我不会更帅，不说，也不会变丑。

楼主：神棍催眠师 时间：2018-07-03 14:26:04

每天叫醒我们的，不是你的努力奋斗

而是生活环境模式，生活本身就注定了你必须工作才能混口饭吃

假如有 10 个人，都不想工作，无论我怎么给他们打鸡血，说你们要努力啊，他们也无动于衷的，或者只有

1 个人愿意去做

但如果我把环境模式变为：今天谁不工作，晚上就没饭吃

我敢保证，10 个人都得乖乖工作。

所以要让我打分的话，模式占 8 分，努力只占 2 分

想改变，多想想怎么从调整模式入手吧

楼主：神棍催眠师 时间：2018-07-03 14:43:20

@s 阿秋的梦想 2018-07-03 14:36:11

老师说的太 6 了，就像前边说的，抛开问题的表像，直指本心。努力只是我们给自己披上的一层皮而已，揭开它，我们会发现问题的本质。就像骑自行车和开汽车比快一样，就算你蹬得再用力，你也比不过汽车，只有从自行车上下来，换个更快的车才能解决问题。但是我们的大脑已经习惯了自行车，要想下来，谈何容易。

嗯，你这总结很好，而且举的例子也是我经常举的

是不是我们有缘啊，不会是八百年前失散多年的兄弟吧

哈哈

模式注定结局，自行车永远干不过小轿车的，还没开始，结局已定！

楼主：神棍催眠师 时间：2018-07-03 15:47:17

@空零 00 2018-07-03 15:37:05

一直对心理学的东西比较感兴趣，刚开始是因为想了解别人的心理动态，后面慢慢觉得自己对自己还不是了解的很透彻，所以最近也在读心理学方面的书，希望自己可以更了解自己，心理能更强大。今天注册了天涯，无意间看到这篇文章，从第一页一直看到最后，观点很新颖，受益匪浅，会一直拜读学习。请问哪里有系统的文章？我觉得你可以出本书，应该会畅销。看到你在西安做教育培训，西安太熟了，我的家乡，也是我读大学的地方。以后.....

本来也是的打算出书的，只是有些懒散

前面说的才是铺垫，真正核心的是一套大脑思维模式，如果出版了，有利于培养我国人才的创新能力

因为创新也是有模式的，并不是简单的灵感，他们可以变为模式

只要按照这个模式去思考研究，很容易出创新，可以量产

我们要把不稳定性的东西，研究出其规律，然后变为稳定的技术。

楼主：神棍催眠师 时间：2018-07-03 15:50:17

系统文章我写了一部分，还没写全，发在我的公众号了

至于你想学习心理学内容，我给你个最好的建议：拜师学艺

比自己看书强一万倍。。。

因为市面上心理类的书几千本，我还没见过几个看书成为大师的。。。

都是只言片语，不成系统

我写的模式论，也是想从最核心的地方，把各个心理流派，用统一的模式来阐释，这样有利于心理学的发展

否则很多人被各个流派搞的晕头转向，全是树叶不见根

楼主：神棍催眠师 时间：2018-07-03 17:30:33

我把剩下的也更完吧

上篇回顾：

想改变自己的人生命运模式，真的很难

但还有希望！

楼主：神棍催眠师 时间：2018-07-03 18:07:12

本篇主题：改变命运的正确方法

1. 意志力都是骗人的

2. 生活环境模型才是改变命运的关键

楼主：神棍催眠师 时间：2018-07-03 18:13:05

一、改变命运和意志力无关

首先在说正确的改命方法前，我们先来聊聊很多人的错误认识。

很多人认为改变命运，必须拥有拿破仑般非凡的意志力，唯有强悍之人才能掌握

命运之魂。

这里奉劝各位：别瞎幻想了，每个人的意志力都很脆弱，不堪一击！

楼主：神棍催眠师 时间：2018-07-03 18:15:51

举个很简单的例子，小学生每天都要写很多作业，虽然很痛苦，但这些祖国的小花朵仍然坚持完成了。

请问：这是因为小学生们意志力很坚强吗？

答案很明显：不是！

并不是小学生意志力坚强，而是害怕老师抽他而已。

楼主：神棍催眠师 时间：2018-07-03 18:54:44

@今日晴 27 2018-07-03 18:48:03

老师，我现在 33 了，每天过得跟废材一样。由于现在的工作是倒班的，睡眠也非常不好，现在的模式很糟糕，有猝死的可能。猝死还好了，一了百了。从小家境贫寒，和没有上过学的母亲一起生活，感觉从小就没有建立人生观，世界观，价值观。母亲没教我怎么与人相处，只叫我遇事则忍，所以我现在继承了她的无能、懦弱、抑郁。我还是想要一个开心的人生，一个没有别人的鄙视的环境。没有上进心的我如何才能改变，请老师帮我指明一条道.....

---

你站短我吧，介绍你的详细情况，包括职业模式，每日生活模式，以及你想达到的理想模式，我看能否帮你一把

楼主：神棍催眠师 时间：2018-07-03 20:36:52

如果学生环境模型设置为：老师告诉学生今后作业不检查，不写也不会受到惩罚，全凭各位祖国的花朵自觉完成。

我掐指一算，前两天可能还会有几个同学，凭借着自己非凡的意志力去写。

但不一周，全班阵亡，再无一人写作业。

楼主：神棍催眠师 时间：2018-07-03 21:29:37

同样的，每天早晨叫醒我们的，并不是我们的意志力，而是上班迟到了老板要扣钱。

一套简单的薪酬模型，就可以操控你的意志力！

事实证明：你所谓的意志力不抵 300 元的全勤奖。

若不是这套环境机制，很多人怕是要磨到上午 11 点才去公司上班。

所以改变命运的核心在于你目前所处的生活环境模型。

有的环境可以让人崛起，迈向人生巅峰，有的环境只会让人堕落沉沦。

楼主：神棍催眠师 时间：2018-07-03 21:30:22

在环境面前，个人意志力不过是个笑话。

意志力只是弱者的自我幻想慰藉，你总幻想若你意志足够坚强，定有乘风破浪时。

岂不知，你的生活环境模型早已注定了你的结局。

正如当下人们最焦虑的阶级定型论，贫者恒贫，富者恒富，寒门再难出贵子等。

虽然听起来很残酷，但这就是现实，社会环境不以人的意志为转移！

世间一切皆有规律，只要有迹可循，就可以模仿成功者的规律来改变命运。

所以我们仍有改变命运的希望，前提是你掌握了改变命运的核心钥匙。

楼主：神棍催眠师 时间：2018-07-03 21:30:49

## 二、生活环境模型才是改变命运的关键

所谓改变命运，其实就是放弃旧的模式，建立新的模式。

建立新模式就是大脑学习的过程，从思维行为情绪三方面去改变。

这三方面学习需要素材，而素材就来自于你的生活环境模型。

生活环境模型指的是外界环境，也可以叫做模式，制度等。

每一种活动，都有对应的外在环境模型，每个人从生下来，就处在家庭环境，学校环境，工作社会环境中。

环境为我们提供学习的一切素材，所以不同的环境塑造不同的人。

而要想建立新模式改变命运，正确的生活环境模型里必须包含两个要素：

1. 名师指点。

2. 能强化训练至少 6 个月

楼主：神棍催眠师 时间：2018-07-03 21:31:05

抱大神大腿很重要

想改变命运首先得知道方法门路，而最快捷获得方法的途径就是拜师学艺。

名师能教授你一个行业最核心的秘密方法。

这个世界遵循 20/80 法则，也就是说真理永远掌握在少数人手中，财富权利也掌握在少数人手中。

普通人看似了解这个世界，实际上对此一无所知，这个世界 90%的秘密，你一辈子都不可能知道的。

人生很短，一个人一生做不了几件事情，就这么简单的几件事情，你即使奋斗了二三十年，也不过是一知半解。

和这个领域的大神相比，仍然小学生一枚，你在自己擅长的领域尚且懵懵懂懂，又何谈其它你不了解的领域呢？

真传一句话，假传万卷书。

楼主：神棍催眠师 时间：2018-07-03 21:31:24

没有名师的醍醐灌顶，任凭你自己瞎鼓捣，一直是不得窍的，枉你一生，却把谬误当真理，不过是一遍遍重复错误的道路。

但很多人就是有迷之自信，总觉得自己很聪明，看过很多书，貌似懂得很多道理啊。

总觉得只要多查点资料，就可以学习别人的技术，脱离目前的困境，从而改变命运。

但问题是：既然你这么有才，互联网信息知识又如此丰富便捷，为何你还是平凡普通人一个？

楼主：神棍催眠师 时间：2018-07-03 21:31:44

听君一席话，胜读十年书，人生路上，能遇一名师指导，那对你的帮助之大不可言说。

名师最核心的一句话，就可解开你十年的困惑，这难道不是最快的捷径吗？

很多成功人士很希望拜访各种大师，哪怕不惜重金几十万，只为和大师吃顿饭聊聊天。

你以为这些成功人士疯了吗，还是说他们钱太多烧得慌，还是说贫穷限制了你的想象力，你想不出来其中缘由。

实际上越是一个行业的精英，他越有亲身体会，他很清楚自己本行业的秘密。

他也清楚本行业底层的劳动者，眼睛看到的都只是表象，真正的秘密掌握在像自己一样站在金字塔顶端的人手里。

每个行业都有核心秘密，而这些秘密就掌握在各行业大师手中。

楼主：神棍催眠师 时间：2018-07-03 21:31:55

这些大师经过几十年的经验积累改进，对行业了解的非常透彻。

若能得到大师们一星半点的点拨，胜过自己瞎鼓捣十年，花费十几万又算得了什

么，你收获的可是别人几十年的核心经验啊。

比如上篇文章中说的小浪学催眠，首先再思想方法层面他不懂怎么入门学习，自己觉得学催眠就应该懂点理论，先看很多书和视频，了解清楚催眠的原理再说。

实际上我们很清楚，真正学催眠，从来不是从看书开始，而是直接实践，很多人觉得不可思议，都不懂理论，怎么实践啊？

看吧，这就是专业和业余的区别。

楼主：神棍催眠师 时间：2018-07-03 21:32:52

打乒乓球的故事

野路子 3 年，不如专业训练 1 个月

讲个我自己的故事，我从初中开始就很喜欢打乒乓球。

到了周末，即使是大冬天的早晨外面还飘着小雪，也迫不及待的和同学挥几拍子，冻得受不了就回宿舍烤烤炉子，再出去打。

经过三年苦练，在学校里水平还算可以。

上了高中，体育老师要组建乒乓球队，在全校选拔学员，我很开心。

参加选拔时和体育老师对打，我觉得体育老师太菜了，杀了他好几个球，结果很自然地，我落选了，但有好多水平不如我的学生却入选了。

我心里感到很不平衡，觉得这老师没眼光，恼羞成怒了。

一个月后，我却发现，乒乓球队里之前很多水平不如我的学生，现在却变得很强，我已经打不过了。

这让我心里更不平衡了，凭什么我训练 3 年的大神，还不如别人训练 1 个月的小白？

直到上了大学，要上体育课，我选修的是乒乓球。

在上第一节课的路上，我幻想着老师会给我们教点神奇的大招，结果到了场地，连乒乓球拍子都没有，老师整节课都让我们对着空气前后挥手臂。

我有些不屑和失望。到了第二节课终于见到了拍子，但只允许我们像机器人一样训练单侧对打，双脚不允许左右移动。

等正面训练完，再训练反手对打。打一会儿后还要再对着空气挥拍子，根本不是我想象的大杀四方，灵活移动。

楼主：神棍催眠师 时间：2018-07-03 21:33:10

但是慢慢我却发现，我对球的掌控能力更强，站在原地即可左右开杀，不再像以前一样满场子左右移动，还累的要死。

这时候我才慢慢明白，高中时，为什么那些小白在短短 1 个月就超越了我。

因为我初中虽然练习了三年，但全是凭感觉在瞎练习，不成体系，不得章法。

虽练习 3 年，但却一直是重复错误的方法！

而一旦遇到正确的方法，再加上强化训练，很快就可以超越那些野路子的“大神”。

这就是职业和业余的区别，如若不是接触大学体育老师，就无法明白其中的奥秘，可以想象未来的我，仍然在重复错误的模式，仍然是个乒乓球菜鸟。

楼主：神棍催眠师 时间：2018-07-03 21:45:54

同样在其他行业也是如此，比如有些人让孩子上 5 万的天价幼儿园。

其他人觉得不可思议，不划算。

幼儿园能学到什么东西啊，小屁孩嘛就是玩一玩而已，和普通幼儿园没什么区别啊。

岂不知孩子的知觉、专注力、运动能力、语言能力、解决问题的能力、情绪调节能力等，这些能力都会在 3 岁前基本成型。

同样很多家长觉得小学也没那么重要，到了初中高中才是孩子最重要的时刻，那时再好好抓抓孩子的学习。

岂不知小学是培养学生习惯的黄金期，等到初中时，很多孩子习惯已经养成，很难改变了，再遇上青春期，孩子根本不会听你的，又怎么改变呢？

所以你觉得别人蠢，别人只会笑而不语，因为你不知道孩子发展的黄金期就在 12 岁前。

楼主：神棍催眠师 时间：2018-07-03 21:46:35

3 岁看小，7 岁看老。

在孩子 3 岁之前进行投资，是最划算的！

美国学者罗斯高教授曾介绍，在他们经济学上，一个拿过诺贝尔奖的教授赫克曼曾精确的计算出：

0 到 3 岁，投资一块钱，就会有 18 块钱回来；

3 到 4 岁，投资一块，赚回 7 块；

小学后，投资一块，赚回 3 块；

大学里，投资一块只能赚回一块；

楼主：神棍催眠师 时间：2018-07-03 21:52:12

所以很多时候，你觉得你掌握了真理，实际上拿的只是一堆谬误，而且还在不断重复谬误。

更可怕的是重复谬误到死，不仅让自己沉落，还把这种错误的理念传播给下一代，让子子孙孙都跟着你沉落……

综上所述，只是为了阐明名师指点的重要性，那么有了名师指点就够了吗？

这还远远不够，名师会给你正确的方法，让你知道新模式的路该怎么走，但后续还必须强化新模式，持续训练，并且继续得到大师的指导修正，这样持续至少 6 个月，新的模式才能在大脑里确定下来。

大脑神经回路才能稍微稳固，后续还得持续巩固训练，否则神经回路又会减弱，大脑遵循用进废退原则。

网上那些说 21 天养成一个习惯的，纯属瞎扯，习惯如果这么好养成，人人都成大神了。

但问题是：如何能够坚持训练 6 个月？

楼主：神棍催眠师 时间：2018-07-03 21:52:35

寻找能让你训练 6 个月的生活学习环境

有了名师指点和正确方法，很多人却难以坚持，那不是因为你的意志力不够强大。

小学生写作业是因为老师要求，你坚持准时上班是因为迟到会罚款。

同样想学习，你必须找到合适的环境，这个环境模型的自身属性就会督促你，要求你。

比如小浪学催眠，最佳的方式是找到一家催眠治疗机构，跟着老师学。

既可以解决名师的问题，又可以慢慢练手，训练技术，有问题还能直接得到老师的及时指正。

在练的过程中，即使小浪想偷懒，很多患者在那里等着呢，你的老师也在旁边看

着呢，你敢偷懒？

催眠治疗机构这个环境模型本身就会要求你努力学习训练。

而如果你处在家里的环境模型中，想学就学，不想学就可以偷懒也没人管。

楼主：神棍催眠师 时间：2018-07-03 21:52:52

任何改变，都是一种新模式的建立，离开旧模式的舒适区，会让人很痛苦，如果没有合适的环境督促强化。

那么很多人很快就会回到旧模式中，即使旧模式无效，但至少让人感觉舒服……

舒服着，舒服着，一生就这样走完了……

所以现在明白，改变命运，需要找到合适的环境，这个环境里既有大师给你指点迷津，又能督促你持续训练，唯有如此才能小有所获。

如果真的想改变，千万别想着自学，自学者百里挑一，你能确定你就是那幸运的一吗？而且那一位还得有天赋才行。

所以学习就赶快拜师学艺，别想着天下有免费的午餐，免费的东西没有任何价值，你是不会珍惜的。

楼主：神棍催眠师 时间：2018-07-03 21:53:06

但很多人觉得，我无钱无权，哪里去接触高人大师啊？

如果你的水平是1分，那么你的首要目标绝对不是找10分水平的大师，而是先找个3分水平的师傅，等你到达3分水平，再向上求。

否则即使找到10分的大师，大师说话你也听不懂的，纯属对牛弹琴，白浪费资源。

楼主：神棍催眠师 时间：2018-07-03 21:53:30

普通人寻求改变的几个方式：

1. 拜师，和大神做朋友，获取指点。
2. 进入此行业水平稍好的公司工作，慢慢锻炼
3. 加入此行业团体，哪怕是做志愿者也行，只要接触了1个人，就会接触10个人，从刚开始的一点，慢慢会渲染成一个圆。

但你会发现，无论这三种哪一个，最核心的共同点都是：能接触此行业的真实大神，带你飞。

可惜很多人目前的学习方式是：狂妄的自学！

埋头自己研究，总觉得互联网这么多视频课程，那么多书籍，这么多公众号帖子，只要自己努力学习研究，一定可以有所改变的。

岂不知：跟人学，才是最快的学习方式，人类最强大的学习能力是模仿他人的能力！

只要迈入某种生活环境模型，这种环境模型本身的属性就会把你塑造成对应的人物。

楼主：神棍催眠师 时间：2018-07-03 21:54:01

全文回顾：

1. 听君一席话，胜读十年书，大神的指点胜过千万书籍
2. 合适的环境模型才能督促你持续训练，至少 6 个月才能小有所成。
3. 听我一句劝，没过人的天赋，请放弃自学，有自学的时间和精力，不如先去寻访大神，得到指点再说
4. 社会的阶级属性，不是你的学历，不是你的意志力就可以改变的，你得迈入那个对应环境模型里，跟着人潜移默化的学习，才是最深远长久的。

最后请问：

有人要抱大腿吗？

楼主：神棍催眠师 时间：2018-07-03 21:56:02

@就是这么六六六 2018-07-03 21:01:50

4

再一次找到马老师，是我人生中又一个低谷。

我和一个很亲近的朋友闹僵了，朋友直白地告诉我，感觉我是一个很无趣的人，和我说话没意思，我身上有很多缺点，一直以来忍了我很久。

---

知道为什么更新了很多吗？

就想让你把你的故事，完整的写下来，今晚写完，方便涯友们看到连续版。

这叫做用户友好体验

哈哈

楼主：神棍催眠师 时间：2018-07-04 10:17:58

@烟花易冷 7YB 2018-07-04 09:54:29

朝广告发展了。果然核心的东西出钱也买不到。楼主的方向是培训模式，和教练技术有相似之处。但是意义不大，运动员培训得那么好，有几个混的好。懂得自我修正才能随时调整适应环境。

---

1. 模式论三里面提到的，最好拜师学艺，这不是广告，是给很多真的想改变之人的建议。

我们接触过太多想学一门技术，或者想改变自己的人，但这些人最后的结局都是把梦想变为了爱好，沦为了一时激情，他还是以前模式的他

凡是之前有过想改变的人，回顾自己的经历，应该更深有体会。

因为自学，1. 不成体系，不够系统，书籍视频看到的全是碎片化，而老师傅的系统是完整的，会直接让你上手

2. 在关键地方卡住时，一般你很难找到解决办法，但是若有老师傅，你的这些他已经经历过，人家一眼就能看出你的问题，给于指导，可以让你少走冤枉路

3. 最核心的是，有师傅指导，这是一个很好的环境模式，可以避免你偷懒，有个人约束着你，否则自己可能学一半，就开始懒散了，因为人更喜欢旧模式的舒适区，而任何该变都是带有痛苦的！

楼主：神棍催眠师 时间：2018-07-04 10:34:47  
帖子里说的拜师学艺，不是指的拜我为师

而是拜你自己所在的行业里，比你强的人为师，别心比天高，一心想着拜个全中国最牛的销售大师，实话说，你根本拜不到。

比如你是个服装销售员，那么你应该拜你们店里销售量最好的大姐为师，比你自已买一些什么《销售王道》，《成功推销员》，《销售女王的秘籍》等这些强多了！

我曾经休学时，在服装店卖过吉普男装，店里面有个女孩是销售女神，她每个月卖出去的衣服都比别人多。

我之前问过她，她为什么这么牛。

她说：我给顾客卖衣服，是站在顾客的角度考虑的。其他人见到有顾客进来，就只是常规的问法：您好，你想看个什么衣服，奥，裤子啊，我们这里有。。。。巴拉巴拉一大堆。

我卖衣服，是看顾客的需求，比如之前有个顾客进来，穿的比较商业一点，看起来像个商人，那人想买条裤子，我就给他推荐了一款快速容易晾干的裤子。

并且给他说这个裤子如果是出差，住酒店，晚上洗了，第二天早上就能干，这说到顾客的需求上了，那个顾客二话不说，直接付款了。

若拜这个女孩为师，她给你的指点都是非常具体接地气，非常详细的指导，你现学就可以现用，而如果你傻乎乎的看着书，可惜哪些书上说的理论很漂亮，可你却

不知道如何转化应用在自己具体的职业上，最后只能是脑子里过过瘾，过几天把书扔到桌子上当古董了

一次想提高销售业绩的雄心壮志变成了一时激情，你还是以前的你。

楼主：神棍催眠师 时间：2018-07-04 10:41:43

然后一个人经过好几次从立志打鸡血到失败的过程，慢慢的变得不敢再尝试，因为他好像觉得自己无法掌控命运，之前的经验都失败了，也许只能认命了

这就是很多人的人生，可他从来没意识到是自己之前的改变方式不对

总把自己想的太伟大，想凭借一己之力达到改变

任何一个行业的大牛，他们也是跟着很多大师学出来的，看看科学家，出名的巨匠，一般都是从名师，有几个是自学成才的呢，这样的比例实在太少。

楼主：神棍催眠师 时间：2018-07-04 10:56:28

@adultman 2018-07-04 10:47:57

如果人人都能成功，这个世界就不存在了，成功的人的数量服从 boltzman 分布，占有极少数，大部分的人都会成为平庸。你看蚂蚁世界，大部分都是工蚁，兵蚁，谁是成功的？

人类社会一样，都是要按照规律来。人人都是马云，那谁去淘宝买东西？谁为马云写代码？

楼主也是平庸的一个人，你能成为国家 吗？

是的，我也是普通人一个，如你所说，如果 10 分代表每个领域最成功的人。那么这样的人极少

如果我们目前是 1 分，那么目标不是达到 10 分，而是我们能不能前进到 3 分。

我们能不能比过去的自己优秀一点点？还是说已经放弃自我改变，听天由命。

莫心比天高

不是你成为马云就算成功，不是你当上比尔盖茨，就是成功

之前一个月卖出 3 件衣服，到现在能卖出 5 件衣服，这就是成功

之前和爱人关系不好，容易闹矛盾，现在学会和睦相处，这就是成功

之前工作中同事关系不好，自己工作也懒散，到现在能积极工作上进，这就是成功

楼主：神棍催眠师 时间：2018-07-04 11:04:56

@烟花易冷 7YB 2018-07-04 10:50:31

什么是合适的环境呢？有高素质的父母无疑是好的家庭环境，也是无私的良师。好学校无疑是好的学习环境。但是由父母决定，不是你想上就可以上的。有成长的行业无疑是好的工作环境，但是需要你有走在时代前沿的眼光，思想，技术。这也是由父母决定的。总结一句你父母在一定程度上决定了你的命运。你一定程度上决定了你子女的命运。再次证明一下人性自私的观点，人明明知道子女会处于社会底层，以后会和你一样迷惑，痛苦的过完一.....

---

是的，父母一定程度上会影响孩子的命运，人无论有多卑微，都希望自己的精神能传承下去，这是人类本能

就像动物一样，即使再弱小的小鸟，也会生下属于自己的孩子

我们长大成人，自己就不要孩子了吗？什么条件才符合生孩子的标准呢

你说你是中产阶级，那我会说，你别生了，你活得这么累，即使你的孩子，能和上层阶级比吗？这个社会这么残酷，为什么你要让你的孩子受罪，你是个自私的人

一只羊有一把草，一个人的到来不是偶然，一个人的离去亦不是偶然。

楼主：神棍催眠师 时间：2018-07-04 12:17:49

把

楼主：神棍催眠师 时间：2018-07-04 12:18:27

刚才我回复，说帖子不存在或者被隐藏

怎么回事

楼主：神棍催眠师 时间：2018-07-04 14:00:16

@丢了记忆 i 2018-07-04 13:26:11

开挂的人生

---

我前面已经澄清了，大学休学退学是真的，但是赚几十万，公司股票这些是开玩笑的

世界杯把人看醉了，于是开始胡言乱语吹牛了

所以并没有开挂。

楼主：神棍催眠师 时间：2018-07-04 14:40:19

@longlongtf 2018-07-04 14:16:08

小时候我爷爷常说，吃多少拿多少都是注定的，有人生下来就是皇帝命，有人一出生就含着金钥匙。我说的是起点，后天的不说

---

你爷爷说的是对的，每个人天生而不同

你天生是一辆自行车，这无法改变，但你可以选择一小时跑 100 米，还是 1000

米，还是 5000 米，这是你可控的

如果直接和轿车比，你肯定不占优势，但如果我们利用策略，利用自己的优势，体积小，那么抄近路，也许还会比轿车更快。

这就是现实，接受自己，并尽自己所能，达到自己期望的最优化效果就可以。

楼主：神棍催眠师 时间：2018-07-04 14:43:41

另外幸福和成功没多大关系

这是因为大脑对每个人都是公平的，乞丐和千万富翁相比，乞丐不会每天悲悲戚戚，富翁也不会每天乐乐呵呵

这是由大脑激素分泌规律决定，和钱多钱少没关系，这不是鸡汤，而是科学。有空了再详细说

各位对比自己目前的生活就知道，你每天不会痛苦万分，也不会高兴无忧，一般都是喜乐参半，人生不如意十之八九。

楼主：神棍催眠师 时间：2018-07-04 21:15:57

刚给家长讲完课，现在可以来天涯浪了

如果群里孩子正好是初三或者高中的，正好也给你们简单说下，也和我们说的模式论有关系

因为孩子的成绩也是由学习模式决定的，和努力没一毛钱关系。

成绩好，自然会努力的，成绩不好，努力将会是件很痛苦的事，而且努力也没用，因为方法不对啊。

所以各位家长，真的别难为孩子了，别再指责孩子态度不端正啊什么的了，那都是扯淡的

没有一个孩子不想学好的，实在是你的孩子做不到啊，效率低。

你要有那个精力去指责孩子，不如去给孩子找个好老师，让老师给孩子指导

对家长的建议就是：管住嘴，迈开腿

管住嘴指的是别唠叨，青春期的孩子最烦他妈妈唠叨了，而且你唠叨也没用

迈开腿指的是：你若想让孩子成绩好，去打听你们周边哪有好老师，这才是父母该做的

楼主：神棍催眠师 时间：2018-07-04 21:22:06

分享一点干货吧：

提高成绩最核心的两个要素：

### 1. 学会深度系统化思维，

就是做一道题后，要学会总结这个题的解题思路，并且和你以前做过的同类型题做对比，有什么区别和共同点，这样大脑容易深刻记住，并且博类旁通，可以画画思维导图之类的

可惜很多孩子就没“总结”这个意识和习惯，听完课忙着玩去了，结果过几天又给忘了，当然这不怪他们，毕竟没人给他们教啊

工大这边，凡是牛皮的老师，在课堂上老师就会带领学生总结，而且做一道题总结一道题，结果这个老师带的班，是全年级成绩最高的，

可惜有些老师却不懂，只顾着滔滔不绝的讲，根本就没想过学生到底吸收了多少，下课也不总结，于是乎看似老师很辛苦，但作用不大。。。。

这就是好老师和一般老师的差别。。。

各自培养出来的学生，自然水平也不一样啊

楼主：神棍催眠师 时间：2018-07-04 21:29:30

我们放几张图片，让大家感受下，什么叫做总结

这是我带的学生，他们用总结法，自己总结出来的笔记，之前很多人说要是他们当年有人这么教，可能清华北大都能考上了，可惜没人教啊

这不废话么，这套方法的创始人还在天涯写帖子呢

不过上清华北大有点难，上个重点大学还是容易的

看图，你可以让你的孩子模仿学习：

### 1. 数学手拉手模型解题思路

### 2. 方程与不等式组的上课和作业总结

楼主：神棍催眠师 时间：2018-07-04 21:50:55

上面 2 张图片，如果有哪位道友看懂了

请接受我一拜。。。

那是初中孩子的题，相信很多人已经忘光了。。。

楼主：神棍催眠师 时间：2018-07-04 21:53:55

除了深度系统思维之外

还有一个核心点，就是：

2. 避免考试粗心紧张

我们统计过，初三孩子，每次考试，90%的孩子所有科目粗心会丢 15~20 分

高三孩子，简直突破天际，粗心都在 30 分以上

哎，辛辛苦苦十几年，一上考场全丢完了

粗心也是一种模式，他们不是现在粗心，而是初一初二就粗心，小学就粗心。同样若不改变，高一到高三会粗心，高考绝对粗心

上了大学还是粗心。

这就是我们说的模式。

楼主：神棍催眠师 时间：2018-07-04 22:02:37

@支尾巴 2018-07-04 11:16:28

打从记事开始我就是个内向敏感的人。跟人说话就紧张，肾上腺素分泌加快，植物神经紊乱。

我心里清楚，在那么下去，身体会越来越差，人生也就那样了，心里一顿纠结后，终于鼓起勇气走出家门！一想到要搞人际交往，内心还真是忐忑呢，哈哈。

今年 3 月，我到亲戚开的冷饮饮料店打工，主要负责铲冰块和热闹的时候帮忙打包卖饮料。从一开始客人问一句答一句，到现在能主动询问。（虽然都很简短）距今为止 4 个月，感觉.....

---

你这个其实是缺乏社交技巧，就是你不知道和别人聊什么？

遇到卡壳时，怎么才能打开话题，这和内向关系不大

我以前遇到陌生人都不敢说话，初中的时候，假期结束我走在校园的路上，看到了我们班主任，我很想和他打个招呼

但我不知道说什么

于是我就一副欲言又止的样子，深情的看着班主任

班主任也很疑惑的看着我，最后还是班主任开口了：小马同学回来了啊

我回了一声：嗯

这一瞬间，我如释重负，终于松了一口气

你看我现在键盘敲得贼6，和别人交流也没问题，是因为我外向吗？

不，我不喜欢人多嘈杂的地方，更喜欢一个人待着，可以在家一个月不出门，也不说一句话。

但若遇到需要我开口的，我会应用技巧去交流的

如果你真的想改变，就在帖子里说，我教你技巧，但你必须去执行并不断反馈

楼主：神棍催眠师 时间：2018-07-04 22:14:38

@不好留名 2018-07-04 22:09:38

三月份领了二万二，老板很痛快就给钱了，四月份就四万二，各种理由拖着不发，五月份二万七现在还没发，大师这命怎么改变？不想干了，想改行学心理学研究发财的模式。

你这种月薪过万的人，还好意思在这里说，小心被拍砖

敢问兄弟做的什么行业啊

你这个理想很丰满，但心理行业的现实很骨感

我只见很多人累积花十几万参加各种心理大师的培训班，但自己最后还是什么都没学到

一分钱都赚不到。

你觉得你会是他们中幸运的一员吗？

没有一点天赋和真正大师的指点，劝你还是别投入这个行业，否则你会。。。嘿嘿。。血本无归

楼主：神棍催眠师 时间：2018-07-05 00:36:39

为何这帖子4页才只有一万点击量

是名字不吸引人吗，还是那两张照片惹的祸

给人一种暗示：就这傻子还谈命运？你配么

我已经删除了，可是还在那显示，这是为什么

谁知道怎么做

楼主：神棍催眠师 时间：2018-07-05 15:16:58

有一个人正在收听你的动态

指的是他收藏了帖子吗？

楼主：神棍催眠师 时间：2018-07-05 18:53:32

我觉得有必要写一下拖延症和不善于交流，这两个模式

其实解决起来也比较简单，可惜很多人不知道方法

楼主：神棍催眠师 时间：2018-07-05 19:00:14

在心理学领域，一个人若有所建树

必须了解人类思想行为模式，也就是精神动力学，一个人为何会这么做，原因是什么

好的一点是人类思想行为是有规律的，也就是会遵循固定的模式，所以我们才能认识到并加以利用

楼主：神棍催眠师 时间：2018-07-05 19:02:04

喜欢的朋友可以看看精神分析学里面，关于情感压抑升华，转移等内容

这有利于理解人类的规律，另外也要多看点社会心理学

当然最重要的还是：你需要敏锐的反思能力，以及大师的指导。

楼主：神棍催眠师 时间：2018-07-05 23:48:19

各位涯友，上面我们的徒弟小编给出的自我改变之法

详细具体，可操作

如果你有害羞，不懂社交，拖延，别人感觉你很无趣等等

请参照 666 的方法

毕竟人家是花了毛爷爷的，而你可以免费获得，还不偷着学？

楼主：神棍催眠师 时间：2018-07-06 15:12:56

楼主：神棍催眠师 时间：2018-07-06 21:28:45

前面有个涯友，说自己不善于交流，我给简单分享了一个：人际交往三连击

1. 你觉得某某事或人怎么样？
2. 为什么这么觉得
3. 我觉得巴拉巴拉

结果今天反馈，效果很好，有一样情况的可以参考

楼主：神棍催眠师 时间：2018-07-06 21:29:15

楼主：神棍催眠师 时间：2018-07-06 21:39:25

推荐大家看一个电视剧：《天道》

里面有一点：杀富济贫，杀富杀不掉，济贫也不会真的脱贫

因为两者的本质属性是不会因为一丁丁钱的问题，就被改变的

文化属性决定了不同阶层的思维行为方式。

思维模式真不是有几个钱就可以改变的

楼主：神棍催眠师 时间：2018-07-06 22:12:33

楼主：神棍催眠师 时间：2018-07-07 02:08:26

申明：模式论仅仅是一种规律的发现，预测，利用

在我们可控的范围内，会影响命运

但这个世界，并不是唯物主义世界，我们并不能掌控一切，只能尽人事，知天命。

做好自己可控的部分，剩下的自有定数！

这是个有神论的世界，还有很多我们不可知的因素在影响着我们的命运

当然很多人不信，内心可能想说：你一个学心理的还迷信，可耻

我理解这种想法

因为我曾经也无知，也喷过别人，对算命迷信嗤之以鼻，总觉得都是心理学的小把戏

唯有经历过，方知世界远不是书上看到的那么简单

楼主：神棍催眠师 时间：2018-07-07 02:15:17

另外如果有同行，那么建议多看看莲蓬鬼话

在自己的职业中，可能会挽留一个病人的生命或者家庭，也可能因为你的不了解，葬送一个人的未来

因为有些病，和心理疾病很相似，如一部分的

癔症，精神分裂，

凡迷信因素导致的病，必须用迷信的方法救人，但你却偏偏当做心理疾病，在那瞎鼓捣，延误病情，且没毛线用。

当然大部分还是心理因素引起的

只是多了解，多长见识，有利于个人能力提高，助人助己

楼主：神棍催眠师 时间：2018-07-08 12:47:24

预估这帖子要凉

楼主：神棍催眠师 时间：2018-07-10 00:33:03

·  
楼主：神棍催眠师 时间：2018-07-10 09:55:37

前面模式论只是讲了一个大概，目的是阐述：模式走向决定结果，而努力和意志力仅仅是其次。

同等模式下，谁努力谁会成功，比如两个人都骑的是自行车，则越努力者，骑得会快点

但现实往往是：你以为你和别人的模式相同，都是自行车??

实际上别人的却是飞机。

因为不同人的模式，你从表面是难窥全貌的，除非你俩一天到黑在一起，才有可能深入了解

但我们经常是表面之交，你看到的也只是一部分，所以会让你误以为他做的和你一样

实际完全不同，当别人成功时，你就会以为是别人更努力

只能说有点傻

为何老是在“努力”这件事上做文章呢？

楼主：神棍催眠师 时间：2018-07-10 10:32:06

接下来，我们通过详细案例来说明模式论到底为何物

楼主：神棍催眠师 时间：2018-07-11 11:22:52

举例 1：模式论之拖延症

很多人都有拖延症，假如我给各位群友布置一个任务：赶在下周日晚上 12 点，给我写一篇报告

那么根据系统要素：最终报告，一周时间，人的懒惰性

那么不用等到一周后，提前就可以预测出来，大多数人会等到周日下午或者晚上才写

但如果我把模式变一下：还是下周日晚上 12 点前交报告

但是需要每天写一部分拍照提交给我，让我看到你的进度

我敢保证很多人前 3 天就可以写完

因为周一你本来只想只写个题目，结果一写，想着要么再多写点吧，又写了三分之一

等到周二，写了三分之二后，想着要不全写完吧，也没什么麻烦的

于是周三基本完工

那我们能说：前一个模式下的你很懒惰，没意志力，没自控力，辣鸡一个

后一个模式下的你积极进取，立即执行，是个棒小伙！

难道是你突然之间性情大变吗？

别做梦了，和你的努力，态度，意志力自控力没一毛钱关系

核心在于模式不同，不同的模式注定了你不同的反应和结局，真的和你个人意志力没毛线关系

这就是我说的，环境模式才是核心，而所谓意志力是有限的

不同的模式就能塑造不同的意志力和努力程度

楼主：神棍催眠师 时间：2018-07-11 11:42:21

举例 2：模式论之恶人变好人？

之前美国进行奴隶贸易，用船从非洲把奴隶运送到美国，船长按人头收费，运送一个奴隶给 100 元

那时候奴隶的地位很低，和牲口一样，所以在船上吃不好，喝不好，睡不好，经过长途颠簸，等送到美国，一半都死掉了

我们可以说这个船长是个恶人，坏人，草菅人命。

但只要是这种模式，反正我按人头收费，照顾好奴隶是我的开恩，照顾不好也无

所谓啊

但是美国人不干了，所以把规则模式改变了：还是一个奴隶 100 元，但是必须按照活下来的奴隶才给钱，死掉的一分钱不给

于是瞬间，死亡率下降了，不到 10%，船长请的医生，给吃好喝好

请问这个船长突然变善良了吗？他可真是个好人啊，别人鄙视奴隶，把奴隶当牲口，他却这么照顾，真是人间天使的化身啊

请问：真的是这样吗？

一种模式，一种制度，可以让你瞬间变为冷血杀手

也可以让你变为善良的正义之人

比如当下的扶老人，老人倒地，见死不救，难道是世风日下，人心不古吗？

是制度问题，如果扶了，又没有监控证明，那么你必须负全责，请问有几个人敢？

但如果模式改为：一旦是老人诬陷，则入狱十年，我敢保证，很多人都愿意扶，老人也不敢诬陷

之前敢讹，是因为犯罪没成本啊，

楼主：神棍催眠师 时间：2018-07-11 11:44:55

我讹诈了，如果你有证据，大不了你骂我一顿，又不会坐牢

但如果你没证据，那棒棒哒，你必须赔钱

综合来说，这是个只赚不赔的买卖啊

楼主：神棍催眠师 时间：2018-07-11 11:47:04

从整个世界来说

天道规律最大，其次为社会运行潮流趋势，

再次之是个人生活环境，最次之是个人努力。

楼主：神棍催眠师 时间：2018-07-11 11:51:42

时势造英雄

所以模式环境才是核心，其他的只是模式下的产物而已

可惜人们往往看到的只是眼前的碎片生活，而看不清整个模式环境，于是只能沦为模式下的产物

而不能认识模式后，再加以利用改造。

凡金字塔顶尖者，是纵观全局者。

楼主：神棍催眠师 时间：2018-07-11 20:28:50

车上写的，闲了就会玩

楼主：神棍催眠师 时间：2018-07-12 10:29:23

@余儿的大海 2018-07-08 20:15:05

可能与1万小时理论，有异曲同工之妙。

对于某件事情，专注付出一万小时，就会成功。

---

不仅是专注1万小时，还需要精深训练，不断前进，遇到问题及时解决，而不是重复旧的模式

否则就是10万小时也没用

现实中很多人也有10年工作经验，也用了1万小时，为何还是平庸？

因为没有精深训练，只是重复旧方法而已

楼主：神棍催眠师 时间：2018-07-12 10:32:49

@浅草涩 2018-07-09 18:11:18

手术前是那种比较平和什么都看得开的，动完手术后脾气变得有点古怪了，不管什么事有点较真。

---

是有这种情况

前面说了，人的思维和行为，其实都在大脑里面。

如果你动的是脑部手术，可能大脑某部分被切除，或者被影响，那么就会失衡

这个很难改变，只能选择接受，然后再较真时，告诉自己：是我的大脑原因，我接受，然后转移注意力

楼主：神棍催眠师 时间：2018-07-12 16:09:27

足球的那位朋友

你的观点陈述了事实，不过忽略了最重要的因素

中国足球之因为如此辣鸡，真的不是缺少人才

就如我国获得诺贝尔奖的人一样，在国外研究就能过奖，国内就不行

为什么？

和环境模式有关系，环境不支持你发展，你能有什么办法？

13亿人，天才何其多，但没土壤，天才也只能沦为行业精英而已，但不足以挑起大梁。

楼主：神棍催眠师 时间：2018-07-12 16:25:34

国内能不能踢足球，取决于你有没有钱

没钱，你踢个毛线，问教练同意吗

楼主：神棍催眠师 时间：2018-07-12 22:27:22

过两天要去内蒙沙漠，带一群熊孩子们浪去了

所以这两天多说点

首先所谓的改变环境，不是要你辞职或者搬家，这些一般人都做不到

唯一可以做到的是改变自己的工作环境或者生活环境，这个改变不是天翻地覆

而是在你目前的基础上调整改进。

我们所谓的改变命运，第一步就是先从自己的工作开始，别扯其它那些雄心壮志，那都是鸡血

楼主：神棍催眠师 时间：2018-07-12 22:33:14

而调整改变，意味着和你的旧模式不一样

那么就要建立新模式，而新模式又是不熟悉的，大脑也就不愿意接受，有点排斥感

此时想和不情愿抗衡，唯有压力或者奖励

但奖励一般都是自己给自己的，所以可控性太大，没刺激性

所以更多要依赖压力，最好有个制度硬性要求自己，但按照目前你的工作环境，不可能为你单独设置个环境的

你又不是天王老子，你只是平凡的一个小人物而已

那么怎么办呢？

楼主：神棍催眠师 时间：2018-07-12 22:57:33

最佳方式是：找个老师带你，拜师学艺，凡是比你牛的人，那就是你的老师

所以别扯什么大师，高僧大德

也别扯什么马云，阿里巴巴，王健林，一下子遇到个大师，经过点拨，立马摇身一变，飞黄腾达，别做梦了，那是你电视剧看多了

去向比你厉害的同事虚心请教，现学现用现指导。

这个环境模式就很好啊

首先你的改变具有实用性，因为你的工作每天都需要用这个技能，但你之前又效率较低，经过同事点拨，起码会效率高一点

比如你处理一个表格，花了 1 小时，另外一个同事只花了 10 分钟，那你去请教啊

一旦尝试高效方法后，大脑尝到甜头，也会愿意继续用新方法

另外有老师给你指导了，如果你还是做的那么垃圾，那么你自己就会有压力，会在工作和老师的双重压力下，做一点稍微的改变

这就是一个凡夫俗子能做的的基本改变，说其它的伟大改变都是自我意淫

看帖子好几天了，请问有几个改变的？毛线改变都没有

工作还是以前的工作，爱人还是以前的爱人，家还是以前的家，你还是以前的你，一切都稳如流水，波澜不惊

虽然你觉得我说的话很有道理，但根据模式论，因为你的环境模式，一切都没变，所以你看我说的这些，并不会真的改变你现实生活的丝毫。。。

你还幻想着整一个惊天动地的命运大改变

可惜你的方向错了，先从身边的小事做起吧

楼主：神棍催眠师 时间：2018-07-12 23:02:58

那模式论有用吗？

用处无限大，但它仅仅适用于：适合它的人！

这类人的特征：

1. 自身即处在一个行业的中上水平，所以更能理解，会对你有很大启发
2. 有魄力，想改变，但迷茫的年轻人，可以为你选择职业时，提供一个思路，那就是选一个好的环境，环境本身就可以帮助塑造你自己，平台很重要
3. 适用于我等凡人，不求偷天换日，但求生活有点小起色，不过即使这样的人也寥寥无几，因为看热闹者多，实践者少。。。

总之：它仅对极少部分人有真实的改变，大多数人只能是一场思想乐子而已

楼主：神棍催眠师 时间：2018-07-12 23:05:39

@神棍催眠师 2018-07-11 20:28:50

车上写的，闲了就会玩

---

@你是果果 2018-07-12 09:23:37

楼主先别玩啊，可以指点下怎么提升当众讲话、即兴发言、上台演讲的水平吗？  
困扰中

请问楼主，不敢当众讲话或发言怎么破？

私下里能谈吐自如，也不害怕，但人多的情况就紧张，头脑一片空白，不知道说什么好，然后勉强挤出几句干巴巴的话，觉得好尴尬呀！

---

你翻看前面有朋友的回复，她是关于不知道和别人讲什么

而你是害怕面对众人发言，其实模式都一样

想改变吗？能说到做到吗？

楼主：神棍催眠师 时间：2018-07-12 23:07:49

等我从沙漠出来，讲点干货吧

#### 1. 如何解决令人痛苦的拖延症

楼主：神棍催眠师 时间：2018-07-13 08:52:15

@我只要天天开心 2018-07-13 03:17:02

我居然看完了！本来想了解怎么催眠鸡的！一直没给答案

---

好接下来教你如何催眠鸡

楼主：神棍催眠师 时间：2018-07-13 09:00:02

忘了催眠鸡这回事了，

催眠动物两步走：按住持 20 秒即可

第一步：按住

小动物翻过来，仰面朝天，露出他的脖子和柔软脆弱的腹部，按住它的身体

第二步：持续 20 秒。让它知道挣扎是无用的。之后放手，动物就会一动不动，好像被催眠一般。

原理解析：仰面朝天让动物暴露了要害，而如果你再把它按住，让它知道挣扎是无用的，那么它就会进入假死状态，保持一动不动，这样猛兽也许会把它当作死物，放弃吃它，那么可以躲过一劫

这利用了动物的假死本能，和催眠没多大关系，但外行人不懂，觉得催眠动物，好牛啊

知道原理的你，哈哈哈

楼主：神棍催眠师 时间：2018-07-13 09:02:00

所以看看央视小女孩催眠青蛙，兔子，鸡

难道没发现她把这些动物都翻过来了吗？

你们就没想过，催眠就催眠，翻人家小动物身子干嘛

可惜外行是不懂的

就这个5毛技术，很多人愿意花好几千大洋去学习。。。。。

楼主：神棍催眠师 时间：2018-07-13 09:38:49

现在就来说说拖延症吧。

一、为何会有拖延症？

每个人都或会有点拖延症，只是有些人的拖延症太严重，必须老中医给你治一治

要治病，首先得知道病因吧，为什么人们会得拖延症呢？

这是因为大脑基础原理：人们喜欢轻松快乐的事情，逃避痛苦的事。

我从没有见过谁对打游戏，泡吧，K歌，旅游，等这些项目有拖延症的。

人们一般拖延的项目是：工作，或者想去做某件事，但那件事你又没把握，或者担心做的不够好等，总之，就是这件事是比较痛苦一点的

楼主：神棍催眠师 时间：2018-07-13 09:44:52

比如你老板布置了一个工作，下周日晚上12点提交一份报告。

那么根据此系统元素：1. 人性的逃避痛苦，趋向快乐模式 2. 时间宽裕

可推出结果：你会一直拖延，直到下周日才会开始工作。这就是我们前面说的模式决定结局

楼主：神棍催眠师 时间：2018-07-13 10:00:39

具体还原一下你是如何拖延的

老板说下周日提交，你周一本来想做，但一想到报告需要搜集很多材料，有些素材你还不了解，而且你思路也还不是特别清晰，又担心一下子写不好

于是你越想感觉头越大，感觉需要你付出好多才行，这太难了，真的太难了，于是大脑就感到压力山大啊，太烦了。

遇到痛苦的事，大脑第一反应就是逃避，正好你们老板给了你逃避的环境模式：反正到周日才提交，现在我先撸一局游戏，明天再做

到了明天，一想到报告那么难写，好痛苦，要不后天吧

于是一天推一天，终于到了周日，本来还是很痛苦想拖，但是如果不完成报告，会有个更大的痛苦：老板会削你，甚至有可能你饭碗不保，那时候可就威胁到我们的基本生存了，没工作就没钱啊

于是两者一对比，大脑做出决定：硬着头皮上！

于是你很痛苦的开始查资料，但查了5分钟后，你发现：哎，并没有我想象的那么痛苦啊！

于是你就慢慢的去完成剩下的，虽然第一遍写的不是太好，但再经过稍微的修改

终于赶在晚上12点前完成了

这时候大呼一口气，老子终于做完啦。如释重负

同时也感觉：其实并没有想象的那么难，只是我之前想的太复杂了，其实早点做也可以的，毕竟不难啊

楼主：神棍催眠师 时间：2018-07-13 10:27:54

根据上面的案例，我们知道拖延是因为：1. 大脑觉得太痛苦 2. 时间充裕

那么想改变拖延症很简单，就从上面的两点出发

一、减轻大脑压力，让大脑觉得不痛苦

二、缩短时间要求：每天完成一点

之前的痛苦是因为你在不断自我想象，放大痛苦，一想到那么要做那么多事，太痛苦

现在我们把这个痛苦的事肢解为一些小的任务，比如 1. 查资料 2. 整理思路 3. 写下来

4. 综合完成

然后你告诉自己周一查资料 周二整理思路

假设今天是周一，你告诉自己，今天只需要查资料，其他的事都不用干，这样大脑会觉得：查资料不是什么难事啊，不是特别痛苦的

但是你内心还是想有点逃避，这时候再把查资料这个人物肢解一下，变成更小的任务：

1. 坐在电脑旁
2. 然后度娘输入关键字
3. 选择合适的资料

于是你告诉自己：嗯等会先不查完整的资料，我只是先坐在电脑旁，输入关键字就行，先不用选择，这个任务简直 so easy，大概只花 1 分钟而已，没有任何难度，做完我就可以先去撸一局游戏，撸完再去选择合适的资料

于是大脑觉得好轻松，任务太简单啦，于是屁颠屁颠坐到了电脑前，输入了三个字：拖延症

于是出来了一些资料，之前你想的搜完就撸游戏，但现在真的一搜，你发现：哎，这没啥难度啊，既然都搜出来了，那我瞅瞅吧，瞅完再去玩

但是随着你每多瞅一分钟，大脑的工作脑区会被激活的越来越多，此时你就会进入工作状态，而且根本没有任何压力，越做越兴奋

你就会想：顺便找完资料再撸一局吧，于是查资料的工作就在 40 分钟内完成了

本来你只想工作 1 分钟，结果很自然的工作了 40 分钟

这就是：迈开最微小的第一步！并且告诉大脑：我只做这一小步，做完就溜

但现实是：一旦开始做，首先大脑会觉得：并没有想象的那么痛苦，很简单，另外激活了工作脑区，会兴奋，于是就会完成工作！

这也是我们的大脑自我欺骗术，先能简单轻松到大脑愿意做，并加上时间限制：我只工作 1 分钟奥

大脑就会觉得：嗯，小意思，我愿意

如果你告诉大脑：今天把所有的事做完奥

大脑就会觉得：滚你妹的，太痛苦，我先撸一局再说！

楼主：神棍催眠师 时间：2018-07-13 10:33:01

到了周二，你告诉自己：嗯，我今天不需要有非常牛的思路

我等会只是坐在电脑前，打开 WORD，随便写几句胡乱思路，哪怕是发牢骚也行，而且我只呆 5 分钟就结束

于是你迈开第一步，在电脑前写了几句废话，还是没思路，但大脑会开始想思路，有可能稍微有点小思路了，又会多写一点

于是你又会工作 20 多分钟

这就是解决拖延症的秘诀：大脑自我欺骗术

楼主：神棍催眠师 时间：2018-07-13 10:39:29

上述是工作本来有点小难度，会拖延的人

还有一类人，具有完美主义倾向。就是这个工作难度不大，但是他想着：我一定要做到能让我满意的程度，必须完美。他不能忍受自己做出来垃圾的东西，他想搞个大的，牛皮哄哄的。

于是他会在脑子里不断想象各种方案，不断在大脑里优化

但是再怎么想，他都会觉得：嗯，这点还不够完美。我要再想一想

于是他每天都在想完美方案，但总是不可能想全，所以他会一直拖延

拖到地老天荒，甚至拖完整个一生

针对这种完美主义者，大脑自我欺骗术就是：我先把目前比较垃圾的方案写出来，或者去执行尝试下。以后我再慢慢修改变成完美方案，不着急的。

这样大脑就觉得很轻松：第一次先试下嘛，以后再变得完美吧

于是你开始尝试，但一旦开始尝试了，就会在这个基础上不断改进，自然而然慢慢就会变成好的方案啊

谁家的方案是一次性就做到完美的？

楼主：神棍催眠师 时间：2018-07-13 10:44:42

解决拖延症的第二个技术：先把锅甩出去，做出承诺

很多人想做事情，那么先给别人做出承诺，这样我们就具有一个好的环境模式了，比如我承诺：沙漠里出来就给大家写拖延症

那么到了那一天，我必须得写，因为已经承诺了，不写会违背诺言，会让人觉得这楼主垃圾一个，于是我会觉得名誉受损，为了维护名誉，也会迫使我去完成的

但如果不做这个承诺，没有环境要求，那我就可以拖，一个月后写也可以，反正是我的自由嘛

所以各位可以给你的老板承诺，或者其他，这样就你主动人为制造了合适的环境模式

比如老板让你周日完成报告，你可以告诉老板，我周一就给你汇报完成的进度

那么牛已经吹出去了，周一无论怎么样，都得整出点东西吧，于是你周一就会行

动的

楼主：神棍催眠师 时间：2018-07-13 10:50:27

从我写帖子的频率来看，涯友就能发现，我是个严重拖延症患者。。。

因为我是个完美主义者，我想要做就做个最完美的，垃圾的东西自己无法忍受

所以我很早就想写：如何解决拖延症

但我想的是：如何用一张图，直观明了，让大家一眼就能看懂拖延症，并且你能明白怎么执行

而且这张图要具有解释人类一切行为的作用，所以我在想怎么才能做出这么牛逼的一张图

于是就在不断优化中，拖延了。。。

我不想写出如上面给大家写的这种垃圾内容，那不符合我完美主义的要求。

但现实是：美好的作品，首先是从垃圾开始不断演化的。

楼主：神棍催眠师 时间：2018-07-13 10:55:11

而且本来我是想从沙漠里出来再写的

之因为刚才写了，是因为我早上要给高效学习弟子班的学员发一个教学视频

于是就坐到了电脑前，发完后我想看看天涯有没有人留言

于是打开论坛，发现有两位同学留言

其中一位说想知道怎么催眠鸡，我想着：这个太简单了，而且之前承诺过，那我就随便说下吧

等把催眠动物的方法说完后

我的大脑工作区域已经激活了，就想着：要不随便先胡乱写点拖延症的内容吧，反正又不难

本来我只想简单写一点，到了沙漠出来再完整写

但是一写就兴奋，于是就写完了。

但如果我刚开始写时想着：等会要写 3000 字奥

那我敢保证，一个字都不会出现

楼主：神棍催眠师 时间：2018-07-13 11:08:10

这个帖子本来是 16 年写的一点，后来就丢坑里了

最近又开始写，目的是为了：营造合适的环境模式，帮助完成公众号的帖子

因为我公众号一年才写两三篇文章，写的目的只是为了分享一点思想理念，没商业目的

那么这种环境模式就太宽松了，写了不会多赚一分钱，不写也不会少一根毛，全凭个人心情

正好前段时间分享了模式论的三篇，发现自己热情过去了，虽然还有很多要写，但不想写了，反正每人要求

于是想着要不到天涯，那么会有涯友互动，这样我肯定会为了各位天涯的朋友，多多少少写一点

但只要我开始写，肯定就能写出一大堆，到时候再转到公众号里就行了，

相当于是利用涯友的催更，来迫使自己写作，主动营造一个环境模式

当然这种环境模式还是稍有点宽松。

这种分享类帖子，全凭兴趣，不向小说类帖子，他们会有一个非常好的环境模式：必须写，每天写了才有读者看，才有可能出书，才有可能赚到钱维持生存。

那么生存的压力这种模式就会促使他必须写，而不是随意写

楼主：神棍催眠师 时间：2018-07-13 11:23:37

前面拖延症的内容，很多涯友看了后，肯定觉得：嗯，有道理，我也许以后可以用一下

这里明确告诉你：如果你想该掉拖延毛病，从现在开始，否则过几天，你还会是以前的你，我写的东西会变为垃圾，随风飘去，在你脑海里不留一丝一毫

为了给你营造一个好的环境模式，楼主可以帮你一把

你现在回复里写出，之前你想做的事，但一直拖延没做，可以是最近工作中的事，也可以是生活中的小事，比如克服社交困难，想找个女朋友，或者想去减肥啊等等都可以

然后你做出承诺，让天涯的朋友监督你，我也会监督你，然后你每天在这个帖子里记录你实践的情况，我给予你及时指导，这样你会立刻开始执行

我就算免费给你做一次人生教练吧，如果真正放在社会上的项目里，那都是需要银子大洋才行，而且价格不低，至少 4 个零

楼主：神棍催眠师 时间：2018-07-13 11:29:14

格式如下：

1. 自我介绍：如我是个 28 岁的小哥哥/小姐姐，
2. 想做的事：我最近想做某某事，如减肥
3. 这件事今天要迈开的第一步什么。如减肥的话，第一步是今天先少吃 1 粒米饭

请把第一步设置为最最简单，而且你能做到的，而且最多花费你 3 分钟时间即可的，别整个复杂又很大的，那样你做不到。

最后我承诺我现在就准备做，晚上 12 点前在帖子里向各位汇报战果

楼主：神棍催眠师 时间：2018-07-13 11:31:57

如：

我是个 56 岁的大哥哥，想健身，我今天要迈出的第一步是：下楼到外面走 10 米就够了，运动量不能太大。。。哈哈

我承诺我会做到，做不到我就是驴

晚上 12 点前我会给大家详细汇报战果

楼主：神棍催眠师 时间：2018-07-13 11:32:48

你复制粘贴就可以，把里面的年龄，性别，做的事情，以及迈开的第一步写上

其他不用动。静等各位驴友出现，哈哈

楼主：神棍催眠师 时间：2018-07-13 11:36:13

我觉得这样，这个帖子才有价值，能真正帮助大家，以后要不就设置为一个月教大家一门具体技术，帮助大家，改变自己。

否则只看帖子内容，你只是过过眼瘾，而我也只是瞎聊几句

说不定没兴趣就断更了

而如果各位涯友参与，那么在不断指导互动，以及看到能帮助到别人

就会更积极努力的更贴教技术

楼主：神棍催眠师 时间：2018-07-13 11:45:23

@王益九 2018-07-13 11:39:05

感谢你的真诚，不要说没人受益，模式论我是受益的。

---

谢谢，但思想受益，要想运用到自己的生活中，那是另一回事

我们做心理也好，催眠也罢，我的个人要求是，把心理技术这个当作一个产品

那么就必须做到产品对实地有用有效。

只说几句话还无法落实到实处

你说对你有帮助，具体生活中，已经有应用了吗？

楼主：神棍催眠师 时间：2018-07-13 11:49:59

一个技术你吹牛说的再好也没用

我不看你說什麼，我只看最终的结果，有效果那就认，没效果就是吹牛皮

模式论是经过我自己验证的，以及我带的学生验证过的，所以会分享出来

只是模式论很广泛，我只能说个大概，具体的很多细节还没说，说完可能需要一本书的量

以后完书了，可能才能看到模式论的强悍，可指导生活的任何方面

楼主：神棍催眠师 时间：2018-07-14 06:23:46

我是26岁的小哥哥，我想改变写帖子拖延的问题

迈出的第一步是，只要有网，就每天写帖子，先写一个标点符号即可，时间也先尝试一周

如果说每天都上来，大脑会压力比较大，所以先设定为一周吧

我承诺会做到，否则就是驴

楼主：神棍催眠师 时间：2018-07-14 06:25:48

手机客户端只能评论，没办法回复涯友的留言吗

楼主：神棍催眠师 时间：2018-07-15 10:13:49

每日打卡，今天一个标点符号

这两天在腾格里沙漠，放几张图片诱惑下大家

楼主：神棍催眠师 时间：2018-07-15 10:15:18

楼主：神棍催眠师 时间：2018-07-15 10:19:52  
沙漠腹地，草原，湖泊

这里面需要沙漠冲浪车才能开进来，没有路，一般人都不知道的，也进不来  
里面是牧民的草场，现在开始慢慢做旅游  
这边很不错，大家可以来玩。

楼主：神棍催眠师 时间：2018-07-16 08:26:45  
今日打卡，一个标点。

有两位朋友打卡，要戒烟，要锻炼  
这很棒

最关键的是：培养持续的习惯。因为偶尔一两天，谁都可以做到  
但要是每天都去做，就会让你压力大，会退缩

所以每天的任务就是：迈出最轻松的第一步，比如每天的目标是，只做一个俯卧撑，实际上一旦你做了第一个，肯定会做好几个

每天只少抽一根烟，一旦减少一根，也有可能是就是两根

这样持续下去，才会引起改变

楼主：神棍催眠师 时间：2018-07-17 20:38:54  
打卡。

楼主：神棍催眠师 时间：2018-07-17 21:28:05  
从沙漠出来，几天不见，阅读量到了2万8千多

看来还是不理睬，不关注，任其发展才有阅读量

其实写帖子的人，就关注个阅读量，回复量，图个乐呵，说明有人在意，才会有动力写下去

否则自己也没那个心劲儿了

我以前是看帖不回帖，无论写的多好都不回，只是默默看

自从自己写帖子后，才理解作者的心情，只要是好贴，就回复

因为我害怕没人回帖，楼主没动力不更了，那就学习不到好东西了

毕竟是人家的经验精华所在，分享出来是情义，不分享自己保留亦是自由！

所以涯友遇到好帖子，多给支持，受益最大的永远是自己

楼主：神棍催眠师 时间：2018-07-17 21:39:06

@刘宇晴 2018-07-17 00:14:52

7月16日戒烟第一天，因见客户，买了一包，对抽二支，晚饭4支共六支。之前一包的量，控制在百分之七十，有所成。

你个本来我只想评论区简单说下，但再一想：你认真执行了，而且产生效果了

那么既然你有诚意，我们就再教核心的吧

我前面说的模式论，仅是皮毛，如果你只是根据那个戒烟，成功率还是较低

知道为什么你以前戒烟，最后会失败吗？

因为你并不懂核心！

根本不需要戒烟！

根本不需要戒烟！

根本不需要戒烟！

重要的话强调三遍，烟不是用来戒的，否则你只会不断复发

首先要明白抽烟是为了什么，大多数人抽烟，是作为一种缓解紧张压力的方式，很少一部分是因为吸烟久了，大脑有点依赖，即使这样的人，还是可以解决的

那么如果你强硬的关闭这个减压通道，你的压力如何释放？？？你能扛一天，两天，三天，到第四天，你肯定会因为压力，扛不住又复吸的！

所以吸烟是个好事情，我鼓励你吸烟，这是你的减压方式。

我只需要你做的事情是，减少抽烟的支数，一天只允许抽3根，用来缓解压力。

其它的你是可以通过深呼吸，以及做喜欢的事缓解的，并不是非要每天吸一包不可，那只是因为你之前的习惯

无聊来一根，有空来一根，稍微屁大点事来一根，习惯性动作而已，并没有那么大的瘾

所以你的目标不是戒烟，而是每天抽烟 1~3 根缓解压力即可，这样对身体危害少一点，同时也缓解了压力

等你每天记录，达到 1 周能稳定在 3 根以内，我再教你下一步吧

戒掉后请我吃水果即可

楼主：神棍催眠师 时间：2018-07-17 21:48:53

我大学时，孤独寂寞冷，经常抽烟，一人独坐湖边，思考人生，此时放开音乐，看着夕阳，波光粼粼，晚霞映透半边天，然后点起一根烟，真乃神仙也

但我一般只抽一根，因为第二根已经失去感觉了，反而会败坏第一根的感觉

一天在 5 根以内，而且只在情绪激昂时，或者压力很大时，只抽一根，要么助兴，要么舔忧自我可怜

但绝不会连续开启第二根。

现在我已经不再抽烟了，因为它已经失去了作用，把那点能量全部集中在高兴的事件本身，或者痛苦的事件本身即可

尽兴！

楼主：神棍催眠师 时间：2018-07-17 22:05:54

有灵魂的吸烟，如在此图中的美景时，可以抽一根

所以抽烟的同胞，别再想着怎么戒烟了，你唯一的爱好就这么一丁点

要是连这个都剥夺了，你岂不可怜的一无所有，生无可恋？

人生中你唯有吸烟时，才觉得自己操控着这支烟的一切，可以让它烧慢点，也可以让它烧快点，亦可以只是深情望着它，亦可以吐个不怎么样的烟圈

在此刻，你感觉你是这根烟命运的操控着，你才有一点掌控感，才觉得自己是牛皮哄哄的，

否则工作中被老板骂，家庭中被爱人指责，可怜七尺男儿身，深陷痛苦孤独中，问有几人懂，唯有一根小烟，尚能抚慰这受伤的灵魂

所以请好好对待这根小烟，它是有灵魂的，不要像糙汉一样，一天十几根，你那是强暴糟蹋了烟

你不配得到它对你灵魂的抚慰只用，那么小烟只会对你的恶劣行径，给予对应的报复，让你得肺癌

以上言语，不是在鼓励你吸烟，而是说如何做一个灵魂烟手，每天在最精华的 3 根以内。当你能做到这一点时，其实你已经可以自如决定要不要吸烟了

那时候，才叫真正的不再吸烟。

以上言语，纯属扯淡，没有任何人身攻击之意，烟民朋友请勿见怪，有心者自懂，无意者就当看个乐呵，吹个牛

楼主：神棍催眠师 时间：2018-07-17 22:11:22

@ty\_summertea 2018-07-17 21:30:04

楼主加油，还指着你给我指点迷经呢！

-----  
都不端茶倒水好生伺候者，就想获得千古牛皮第一人的指点，

这恐怕有点不现实

楼主：神棍催眠师 时间：2018-07-17 22:14:48

还不翻页，真可恶

楼主：神棍催眠师 时间：2018-07-17 22:16:05

@海阔天空、东 2018-07-17 17:01:41

今日打卡，俯卧撑 35 个。

-----  
好！看下文

楼主：神棍催眠师 时间：2018-07-17 22:18:22

关于前面报名参加改变的涯友们

你们在第一天，第二天很容易做到

但到了第三四天，必定会产生一点懈怠心理，想着：要不今天先放自己一马吧，明天再做

这很正常

此时做一件事就可以挽回

开启大脑欺骗术，告诉自己：嗯，今天就偷个懒，只做一个俯卧撑就行了没必要坚持做 35 个。

也就是说此时才是大脑欺骗术的用武之地！

楼主：神棍催眠师 时间：2018-07-18 13:16:31

@孚益 2018-07-18 08:29:54

虽然不是学心理学的，但以个人经历感悟，楼主说的是真的

---

真的假不了，假的真不了

世界的运行，是有内在规律的

楼主：神棍催眠师 时间：2018-07-18 13:17:29

@蜀桑源农产品 2018-07-18 11:06:06

我偏要逆天改命

---

世界上说这句话的人中，99%都是吹牛皮

但我期望你是那意外的 1%！

楼主：神棍催眠师 时间：2018-07-18 13:18:39

@王益九 2018-07-18 09:22:27

戒烟我有发言权，我的体会是，凡是说戒烟很容易的人说明没有成瘾，几十年的烟龄不是下个决心就能搞定的，我是把所有过场都用遍了的，没用。

真正戒烟只要若干秒钟，当我再次看到别人吸烟的“动作”是，第一感是“怂”，第二感是“渣”，从此戒断。

---

可以具体说下过程和感受，方便其他天涯的朋友参考

包括之前做过哪些尝试，怎么失败的，以及最后怎么解决的

楼主：神棍催眠师 时间：2018-07-18 13:20:39

@builder20121107 2018-07-18 08:52:51

今天打卡。

昨天聊了估计有几分钟。看她在看卖水晶的直播，就讨论了一下，为什么去寺庙禅修的时候会要求拿掉水晶饰品。估计是能量场有影响？

---

做的很好

另外老婆做的一些事吗，学会把感谢用语言表达给她听，而不是你藏在心底

比如：老婆，今天做的饭菜很香啊，谢谢老婆，有这样的老婆还有何求，以前我做的不到位，以后争取像老婆一样优秀！

下次你老婆会给你做更好吃的，哈哈哈哈

楼主：神棍催眠师 时间：2018-07-18 13:31:19

给大家推荐一套书籍，关于神秘学和人生意义的书

《巫师唐望的教诲》系列，共有 13 本书。其中教诲这本书就不错

很少有人接触到这类书，关于印第安巫师对人生观，修行的记录

楼主：神棍催眠师 时间：2018-07-18 13:31:47

其实刚才的推荐只是为了翻页，坐沙发

楼主：神棍催眠师 时间：2018-07-18 19:19:37

@那拉海兰珠 2018-07-18 18:51:28

楼主，我就想问催眠能治疗好焦虑症吗，有什么权威专家吗

催眠作为心理治疗的一个技术，是可以用来治疗焦虑症的，权威专家不认识

国内心里行业才正在发展，你咨询当地靠谱的心理咨询师即可，若非常严重，还需要去医院心理科，药物控制

因为焦虑症不单是心理因素，还有大脑生理因素，大脑部分脑区过度激活了，需要药物抑制

楼主：神棍催眠师 时间：2018-07-18 19:30:17

@wereqa9090 2018-07-18 18:36:18

你都说了读书没用，你却研究怎么考高分的方法。看来你也是为了生存，不是做研究。

这里说的改变命运，靠读几本书很难，指的是成人，成人要改变需要整个生活环境去支持，不是看本书打鸡血就可以的，

但长期看书，是可以扩展你的思维，升级你的思维模式，还是会有点用的，只是很缓慢，很缓慢，有时候即使脑子想的很好，但现实环境却不支持，所以更难改变

对一个平民百姓来说，孩子读书是最能改变命运的方式，凡是说读书无用论的不是脑袋秀逗了就是傻了。

目前国内孩子读书的目的，更重要的是考到一个好的大学，有文凭，能到一个更优秀的工作环境中，怎么能说读书无用？

另外可以明确告诉各位天涯朋友，未来孩子是否优秀，取决于他的父母是否优秀

以前寒门出贵子，但现在社会，不好意思，读书拼的是爹，你爹没钱，你就没能力上好的学校，也没能力半年花几万让孩子上补习班，所以一个孩子即使本身水平一般，但在优秀老师的指导下，仍然可以有所发展，但这一切需要一项东西：钱！

过去寒门能出贵子，是因为教育资源相对平衡，公立学校水平还不错，但现在随着私立学校崛起，公立学校变得很垃圾，好学生好老师都到了私立学校

那么，请问你没钱，如何上私立？如何请的起优秀教师给你孩子补课？

所以只有极少数极具天赋的寒门孩子凭借天赋能冲破，有所发展。

虽然很多人不愿意面对这个事实，但这就是现实

楼主：神棍催眠师 时间：2018-07-18 19:36:52

我们在西安，最顶尖的西工大附中，一所学校出 70 多个清华北大，全国排在前十的重点中学，2018 年，理科一本率 98%

知道里面的学生都是哪些人吗？

大多数学生都是官二代，或者富二代，父母非官即富。

这所学校一学期学费 8000 多，铁一中初中部的班费一学期就是 1000 元。然后每学期 6 个月的课外补课费，最少在 1 万，这还不包括假期的预科补课费，那个基本半个月就达到 1 万了。。。

这已经算少的了。有的初三孩子一学期就是 5~10 万，上一对一全日制

楼主：神棍催眠师 时间：2018-07-18 20:53:04

@laoying16122 2018-07-18 16:41:12

看到老师写的文章，很有启发。我是那种千年不回贴的，今天无论如何也要顶一下。

对于现在的生活，我很想改变，不然就是每天重复，这样下去不会有任何的改变和进步。

我觉得自己的思维模式受原生家庭影响太大，我经常反思，反省，

-----  
别反省了，没用

你知道为何会到今天这个地步，这是原因

而改变需要的是具体做法，你都不知道如何去做，知道原因有什么用？

另外我帖子中已经给出了一点方法，就是那个每日打卡练习的，结果只有少部分人懂得立马执行，叶公好龙。

楼主：神棍催眠师 时间：2018-07-18 20:55:38

@秀水青衫 2018-07-18 16:57:03

很有意思，全部看完。让我想起小学时学过一篇课文《走一步，再走一步》。宏大的目标都可以分成一个个小步骤，以此为单位，走一步即接近目标一步。

是的，改变更重要的是欺骗大脑，都不是走一小步，而是先迈开脚就够了，剩下的大脑会自动激活去执行的

楼主：神棍催眠师 时间：2018-07-18 23:06:39

@刘宇晴 2018-07-18 22:05:30

7月18日，戒烟第三天，还余1支，三个小时没抽了，估计会干掉。

还有个事请教楼主，小孩高一，成绩一般，不过很努力的学，但是学习效率不高，期终考不进反退，小孩也很苦恼，有什么方法吗？

首先你并不是在戒烟，所以以后别再说戒烟俩字，就说今天健康的吸烟几支，每天6支，早中晚各3支，这样貌似很合你的情况。

关于孩子学习，难道没看我前面说的吗？

改变命运，和努力没一毛钱关系

同样孩子的学习，也和努力没一毛钱关系，看到这句话的一瞬间，人们条件反射似的会有一种冲动：开喷！

因为我们终于觉得：哼，老子其他的不懂，起码学习还懂点，至少我也上过学，成绩肯定得努力才能学好啊！你这说和努力没关系，瞎扯什么蛋，开喷这个傻子楼主。

面对这种，我们都懒得争论了，只有：呵呵

详细看下文：

楼主：神棍催眠师 时间：2018-07-18 23:26:05

并不是努力了成绩才好，而是成绩好所以才更努力，努力只是个结果，可惜很多人看成了原因。

这就是世界的本末颠倒，搞不清楚这个逻辑，你的视野格局也就到此为止了。

可惜这个逻辑很多人没搞懂，不仅仅是家长，包括老师也是如此，经常指责孩子太懒

如果孩子真的太懒，所有科目应该都很垃圾，可他擅长的科目他却会积极主动去学，只有成绩较低，自己不擅长的科目，孩子才会懒惰

凡是学习好的孩子，会主动学习，因为他懂方法，学习成绩能提高，有成就感自豪感

而学习成绩差的孩子，会逃避学习，因为怎么学都学不上去，太特么痛苦了，只有逃避

我前面已经说了，大脑喜欢快乐，逃避痛苦，对孩子来说，手机游戏，电脑游戏

都是逃避痛苦的好去处

于是有些孩子就沉迷游戏了

其实大多数沉迷游戏孩子的根本原因出在：玩游戏是为了逃避痛苦，因为班级很多孩子玩游戏，为何偏偏只有你的孩子沉迷游戏？你难道没想过原因吗？

而且我们经常遇到很多在班级前 5 的孩子，游戏玩的也很 6，都是大神级别的，他们不但没沉迷，成绩也没掉下来，你就没想过为什么吗？

但很多家长看不到本质，总是在游戏本身上做文章，连病因都没找到，你能治好孩子的病？

所以孩子的学习，方法第一，只要方法对了，成绩有所提高，自信来了，他会自动努力

有些孩子很努力但成绩低，是因为方法不对，骑个自行车在追飞机，能追上么

我们的这套高效学习法，目前正在全国开始推广，以后孩子们自然会受益的，这套方法培养的是孩子们的深度系统思维能力，而且是独立学习能力，可为创新能力奠定基础

但在这个论坛里，我不想过多谈论，因为一旦说起来，很多人就会问具体怎么做，一方面会偏离帖子的本意，另外说了也没用，凡是上了初中的孩子，家长基本就没什么用了，孩子不听你的话了，说啥都白瞎

另外如果我三言两语说完，你给孩子说了，成绩就提高了

那我就是神仙了，这学习也太容易了吧，我们弟子班的学员，一个技术，让他们练习一周，都才到皮毛地步，所以三句话改变不了事情的本质

学习也是一种模式，改变模式习惯，需要专门指导。

如果有孩子的，多让孩子反思学习方法，把精力放在不会的题上，多做总结。

楼主：神棍催眠师 时间：2018-07-18 23:30:09

正好今天给家长写了一点，贴上来

低效率学习的四大具体表现：

1. 上课老师讲的时候能听懂，但到了作业和考试时就不会做了
2. 上课效率低，喜欢的课认真听，不喜欢的课敷衍了事，有些课即使认真听了，过两天也忘了，没有吸收

3. 写作业效率低，把精力浪费在会做的题上了，最明显的就是回家先抢着写喜欢科目的作业，或者简单题，累了才写难题。

还有写作业拖沓缓慢

4. 不会复习，每次都是盲目刷题，眉毛胡子一把抓，不成体系，没有策略。

楼主：神棍催眠师 时间：2018-07-18 23:38:31

关于学习这一块所说的，不用怀疑。

我们的学员，我甚至让他们上课轻松听，晚上抄作业，但一个月后，成绩却提升了。

为什么？

因为尖子生就是这么干的。。。

原理就在于：你傻乎乎的把精力放在会做的垃圾作业里，等写完作业累的要死，想研究不会的题，已经有心无力了

可是尖子生抄作业，把时间腾出来，专门研究自己不会的题型

请问考试时，谁占优势？

你的孩子是以前会的，现在还是会

以前不会的，现在还是不会。。。

尖子生是会的继续会，不会的现在也会了

这就是差距！

关于学习方面，就说这么多，言尽于此，未来这套项目自然会传播到全国，不必着急，

这个世界的一切都在变得精细科学化，但唯有学习领域，很多人的方法和几十年前的人并没有什么两样

只有在运动领域，才真正应用了科学的锻炼学习法，应用了很多脑科学的原理，包括请心理教练，进行大脑模拟，精深练习等等

但在学生学习领域，却是一片荒芜，不过现在有些家长也意识到是孩子方法的问题，而正确的方法，也正在传播

楼主：神棍催眠师 时间：2018-07-18 23:53:08

忽然想到一个段子：如果努力有用，还要天才干什么？

爱迪生说：天才，百分之一是灵感，百分之九十九是汗水。但那百分之一的灵感是最重要的，甚至比那百分之九十九的汗水都要重要。

可惜我们总是喜欢这句话的前半句，当作心灵鸡汤在给孩子灌。

很多领域的大牛，除了比别人更努力之外，还有一个重要因素，他们确实具有天赋！

可惜很多人不愿意承认，总觉得若承认了，好像自己没天赋就不公平，自己就没戏了

事实就是如此，这个世界本来就不公平。

楼主：神棍催眠师 时间：2018-07-18 23:56:24

世界的规则掌握在少数人手中

比如钻石，大家都觉得钻石象征着爱情，可钻石本身有毛用啊？

这个理念从何而来？钻石商为了忽悠大众，搞出来的理念

然后一群人就在跟风。

钻石商站在高处，笑开了花

其他的很多东西，亦是如此。

楼主：神棍催眠师 时间：2018-07-19 02:54:40

熬个小夜，世界杯刚过，正好看到新闻说C罗很自律

我反手就是一巴掌，自律个屁，对你来说那是自律，对C罗来说，那是：习惯！

如果他一天不锻炼，心就会痒痒，怕是要睡不着觉

比如我说我每天都坚持看书，你说我是不是很自律？

呵呵，那只是习惯，就如吃饭一样，对我来说。没有任何难度，若不看书反而很难受

每天锻炼对你来说很难受，对C罗来说，根本谈不上自律两个字，那是轻松的小事

所以成功，优秀的习惯很重要，习惯就是一种模式

别再瞎说了，怎么总是说不到点子上，瞎忽悠大众的智商呢，习惯个自律是两码事

楼主：神棍催眠师 时间：2018-07-19 09:40:03

有朋友提到了，楼主开贴是为了赚钱，这里我们做一次完整的澄清，也是最后一次

首先自从我写了催眠和学生学习这一块，早已经预料到会有人说是广告，很正常。

我在看别人帖子的时候，也经常怀疑楼主是不是骗钱的。

这里说一下现状，首先若论赚钱，在天涯写帖子去赚钱，实质上我们是不屑的，看不上这点小钱。

如果放在我刚出道的时候，那时候确实生存困难，还有可能各处找钱赚

但现在，我们教学生都是带班的，一对一几乎就不接的，每周只上几个小时的课，一个月的月薪就是很多人半年的薪酬，教育行业，只要牛皮教学有效的老师，月薪就是很多人的年薪。

不了解的建议多了解这个行业

今天立此为证：

天涯的朋友，你有问题，可以在群里说，我看到有空了会回复，如果涉及个人隐私，你可以站短，但是我只是给你指条路，不再接受加微信扣扣这些东西，更不会牵扯到钱的层面

本来还想说有些特殊病患情况，涉及到职业道德，必须出手的，我可以帮忙，但一想，还是算了，生死有命，

我不想因为这个惹得一身骚，写帖子一旦牵扯到钱的问题，就会变质，乱七八糟一大堆事，即使你是好心也没用，在莲蓬鬼话看到太多这样的例子，最终会搞得帖子里鸡飞狗跳，好好的氛围就被破坏了

这个帖子只作为无聊牢骚贴，写的原因前面也已经写了，我想写就继续写，不想写就扔坑了

如果还有人不信，想反驳的，请拿出证据来，用事实说话

如果哪位涯友被我骗钱了，可以在帖子里站出来揭发

楼主：神棍催眠师 时间：2018-07-19 09:41:43

@霎哈嘉 2018-07-19 09:07:04

大神洗脑功抓住了人的弱点，其实这也是心理的一部分。目前也在学习研究古文化，请教了

---

怎么个洗脑功啊，详细说说

哪里有问题？如果是马云给我洗脑，我非常愿意的

从电脑学习领域来说，无论成功的人，还是失败的人，都是洗脑的结果

只不过有的人是用智慧之水在洗脑，有的人用傻瓜之水在洗脑

楼主：神棍催眠师 时间：2018-07-19 09:49:01

@laoying16122 2018-07-19 09:30:40

想去做改变，也该改变。但是从哪里开始呢？

前面有人想健身，想戒烟，这些目标很具体，我都不知道从哪里做起？任意设定一个目标，还是说在自己生活工作中找一个点开始做？

有没有人和我一样有这些困惑呢？

-----  
就是生活中随便的一个小点，比如想改变懒床的习惯，想和老婆多交流，想改变害羞，紧张的问题等

平凡的人生，没那么多惊天动地的大事，也没有什么命运的轰轰烈烈

楼主：神棍催眠师 时间：2018-07-19 09:51:47

建议涯友看帖子时，不要点只看楼主

有很多朋友根据帖子的指导，每天打卡写出了他们的蜕变经历，这才是最有用的

因为会让我们知道：别人可以做到，那么要不我也可以试试？

楼主：神棍催眠师 时间：2018-07-19 09:59:04

我刚做催眠的时候，有个老师，研究奇门遁甲

他说很多时候即使他知道很多人有问题，他也不会出手相救的

除非这个人找到了他，那么他就得出手，否则不会主动去指点的

当时我很难理解，既然你有能力，为什么就不能帮帮那些痛苦的人呢？怎么能这么狠心呢？

但经历的多了，也就明白了。

当然他是因为涉及玄学这一块，本来也涉及因果层面

但即使不是因果层面，有些时候还是专心做好自己的事，如果你真的想帮人，还有其它途径，但这种舔着脸的事情，至少我不会去做。

楼主：神棍催眠师 时间：2018-07-19 10:10:49

很早以前高中时我不迷信，是科学的唯物主义者

遇到什么牛皮的玄学故事，我总是想：如果迷信的东西都是真的，就应该让这个社会知道，证明自己。

但没有几个人站出来证明自己，说明迷信是假的，都是忽悠人的，否则为什么要受委屈，不去证明呢

慢慢了解的多了才知道，除了国家的文化舆论刻意引导外，还有一个因素就是：

1. 再牛皮，也不过是遵循天道，个人并没有多大的能耐
2. 这些牛皮的人，已经不屑去证明了，也没必要，见了太多的生生死死，一切皆有命，不是你说两嘴就可以改变的
3. 他们也从初生牛犊不怕虎，慢慢变成了处事稳重，知道有些事不说为妙，过好自己的生活就行

所以现在，对我不了解的内容，即使感觉匪夷所思，也会保持中立态度，隔行如隔山，没有调查权就没有发言权，否则就是瞎喷。

放在我刚玩天涯时，看到一些不可思议的事，虽然没写出来，但脑子里已经开喷了

最后才知道，自己是多么的无知.....

楼主：神棍催眠师 时间：2018-07-19 10:58:35

这个帖子楼主的这句话很对

楼主：神棍催眠师 时间：2018-07-19 11:19:21

这就是刚才那个楼主的帖子，挺好看，对玄学感兴趣的可以看，为了让她继续更，看故事

这我也是煞费苦心啊

[http://bbs.tianya.cn/m/post\\_share\\_weilun.jsp?id=1707984&item=16&f=a](http://bbs.tianya.cn/m/post_share_weilun.jsp?id=1707984&item=16&f=a)

楼主：神棍催眠师 时间：2018-07-20 11:41:36

@杨加勇 2016 2018-07-20 01:47:16

不知道催眠师的大名，这两天上海催眠大师邱瀚民被曝是个骗子，警方公布其真实身份：原名邱翠云，感觉瞬间就 Low 了。

-----  
我前面已经说过，国内真正做催眠研究的没几个，手指头都能掐出来

大多数是借着催眠狂敛钱。

毕竟既然可以轻松忽悠割韭菜，又何必辛苦默默接个案？

这也是现在心气浮躁的社会现状，在没有规范时，哪个来钱快做那个，反正没人管

楼主：神棍催眠师 时间：2018-07-20 11:42:31

@海阔天空、东 2018-07-20 07:51:45

今日打卡，七点半就醒了，不想起床，躺着耍了哈儿手机，感觉有点口渴，就起来喝了点水，顺便就把俯卧撑做了 42 个，想想还是有些懒～

不是懒，最关键的是你起来喝口水

现在才是考验你的时候，下次不想做的时候，都别说做一个俯卧撑，告诉自己，立马起来走一圈也行，走完你肯定会做的

楼主：神棍催眠师 时间：2018-07-20 11:47:03

@那拉海兰珠 2018-07-19 12:01:57

然后遇到错题就不容许自己第二次犯错，就是一定要记住怎么做的，其实并记不住，久而复始，就特别焦虑，新知识学习的压力，旧知识没掌握住的压力，还有高三升学的压力，焦虑变得更加严重了，那个时候考试我已经完全不能集中注意力了

所以发现了吗？这是曾经那次的经历导致的，之后你因为那次经历，学习是会有焦虑的情绪，其实本来也没什么，但是因为你想到之前的经验

就在不断自我暗示，完了，又和之前一样了，我肯定又记不住了

于是你会发现真的记不住，越记不住越焦虑心急，越心急越记不住，恶性循环，到最后你给自己封印了：只要是学习，我就记不住！

实际上真的是这样吗？

来，我今天给你布置第一个任务：

请在本子上总结下我说的模式论内容的核心有几点，然后拍照传上来。

正好你自己也看看是你真的记不住，还是在不断自我负面暗示，如果你真的记不住，你根本都无法回复这个帖子的。。。看了后面的早忘了前面的了

楼主：神棍催眠师 时间：2018-07-20 11:50:35

@刘宇晴 2018-07-20 00:11:24

楼主好，不要由个别人的言论而毁了您的初心，您的言论知者自知，不知者无谓，没必要受他人影响。

继续戒烟，

昨天看了您的回复，教育得好，十分认同！今天硬是没买烟，但朋友给了二支。

嚼一天口香糖，明天继续跟大脑斗争。

关于孩子教育问题，今天跟小孩交流了一下，您提的四个要点，招招命中。我也告知了她后续的学习方法，行不行？顺其自然了，离楼主又远，又送您那学习去。

---

你这思想还是有问题，什么叫做和大脑斗争？？？

我让你戒烟了吗？只是每天吸那6根，充分享受吸烟的乐趣，而不是随随便便吸烟。

哎，真是免费的东西不好好看啊

另外孩子的问题，以后看造化吧，在天涯我不会和任何涯友产生实质性联系

那个方法在未来5年，肯定会全国都铺开的，别着急。

楼主：神棍催眠师 时间：2018-07-20 11:55:31

@凤栖屋 2018-07-19 14:53:09

你好，楼主，最近一直追你的帖子，谢谢你让我对学习这块有了新的认识！孩子10岁，开学上四年级，做题一直马虎，做奥数题的时候稍微难一点的自己不动脑子，都要给他点一下，请问有什么好的方法吗？

---

不想再谈学习的问题。

因为我给你说了也没用，没老师指导很少有人能执行，三天打鱼两天晒网的

做题马虎这个习惯，因为粗心，错一道罚抄5遍，分分钟把这个病治好

做奥数题的，一看就是被迫的，而且我掐指一算，你孩子没有总结性思维，所以即使你给他讲了，多几天同类型题稍微变一点，他肯定还是会忘，不会做。

别问我怎么知道的，带过几千个学生，什么样的都见过。

一叶而知秋，很多东西，一个点反映的就是一个面，知一则知三

楼主：神棍催眠师 时间：2018-07-20 12:03:49

一说话就充满戾气，这病得改

也可能和熬夜有关系，长期睡眠不好或者熬夜的人，容易发怒

情绪控制的阈值很低，稍微有点事就火了

要多静坐，早休息

楼主：神棍催眠师 时间：2018-07-20 12:11:47

后面有时间，我想好好聊下国内的心理行业，目前的发展现状

之前还有个心理咨询师证，那是唯一合法的证书，国家出品，但因为那个证书太垃圾了，没什么含金量，国家都看不下去了，直接取消了，什么二级三级咨询师，空名头而已

所以目前心理行业，没有证书，也缺少正规的培训

于是各种个人培训班遍地开花，很多人有心理需求，想解决自己的心理问题，但找不到好的咨询师，于是跑去参加各种几天的工作坊

结果就是没多大用，算是交了一波学费，几天后回来，你还是以前的你。

不吹牛的说，楼主想做的就是致力于中国的心理行业，这现状实在看不下去了

但因为我只擅长技术创新领域，在商业运作方面，没兴趣去做，所以未来得找人合作

以正规公司商业化模式推广，才能快速宣传，让更多人受益，否则仅凭一己之力，没多大作为。

楼主：神棍催眠师 时间：2018-07-20 12:19:05

吹个牛，

如若不死，未来国内心理行业，楼主会是个角儿的，毕竟楼主年龄还小，今年才19岁。

立此为证！

因为过去我的预言基本都实现了，从高中我就知道，未来我不会屈人之下，会是军师的角色，绝对不会给别人打工，必须要有充分的自由

这些年来，一直按照这个路线在执行。

从高中看了菲利普津巴多的《心理学》，充分肯定了我有这个天赋

现在模式论创新理念里面的很多东西，其实都是我高中时的理念，不过后面扩展了而已。

楼主：神棍催眠师 时间：2018-07-20 20:52:12

人气过3万，就失去更贴的热情了

最激动的时期是从2000~5000~1万~2万

楼主：神棍催眠师 时间：2018-07-20 23:46:58

刚下飞机，回复下宇晴说的俄罗斯通灵者朱莉王

论玄学这一块，最牛的还是我们中国

随便找一个靠谱点的出马仙，你的过去一目了然，当然这些都是小仙的功劳，只是附在人身上做事而已

周易八卦，涵盖宇宙人生，这些更牛

只是国外组织了这样的活动，国内因为政治正确，不能光明正大组织罢了

只能说，国内这一行，牛人太多了

楼主：神棍催眠师 时间：2018-07-21 00:07:31

前面吹牛说 19 岁

谁都能看出来是假的，但还是有人有点信，为什么？

因为我们的的大脑喜欢快乐轻松事，不想过多分析劳累，所以只要是稍微有一点麻烦的事，在没有外力要求下，就会逃避不去想

根据前文最基本的上大学，以及在社会从事心里行业，怎么说也不可能是 19 啊～

人真的很好骗，真的。

不信看看各种营销套路，基本是一套一个准

因为这个世界上，每个人真正懂得的领域极其单一狭窄，就你工作上的那点事还懂点，其它领域的，哪怕你是 50 岁，也不过是小白一个

此时大脑做判断，遵循人云亦云原则，会返回到原始判断领域，就看谁会吹，谁会包装了，再加上心理学上的一点技巧，你妥妥的就被忽悠了

楼主：神棍催眠师 时间：2018-07-21 00:17:31

人类的大脑，一次只能考虑一件事，而且还只能聚焦在最核心的内容，会忽略周边细节

比如你现在想象一个红色的苹果

你会发现脑子中的画面就是个红苹果，最多再想到在树上，但是更完整的画面你想不到，比如苹果树在什么地方，周边有什么等

同样我们考虑事情时，也会很单一简单化，比如我问你：如果你有个人生导师，你期望他如何给你指导

于是你在大脑里，只能想出大概的画面：一个很仙的白胡子老头，给你在指点

但实际上，现实中，可能是一个普通大叔，在办公室烧烤摊给你指点

这就是想象和现实的差距

利用这一点，商家只要给你营造一幅你最需要的蓝图，画个大饼。你就会上钩，因为你的大脑根本想不到具体的细节，脑子中只有大概的轮廓。

楼主：神棍催眠师 时间：2018-07-21 00:22:00

有本书《思考，快与慢》

感兴趣的可以看看，讲的就是我们大脑的思考规律

你就会发现：利用大脑漏洞，忽悠人很容易，看了后也可以让我们规避掉一些思维误区

楼主：神棍催眠师 时间：2018-07-21 00:51:25

推荐一首印第安人的曲子：最后的莫西干人

曲子好听，其含义亦有深度

楼主：神棍催眠师 时间：2018-07-23 15:34:41

吹不动了，最近心有点累

楼主：神棍催眠师 时间：2018-07-23 16:05:30

@你给我的还不够 2018-07-22 19:34:58

感谢老师对模式的重要性的诠释，近日通过考察加盟了一个传统行业，好产品固然重要而且很多，但没有好的经营模式也会难有起色

-----  
模式决定结局

楼主：神棍催眠师 时间：2018-07-23 16:23:39

@心肝寅宝宝 2018-07-23 16:10:42

楼主有个问题一直困扰我，让我有时候很痛苦。不知道你能不能给我一定的帮助？我怀疑自己得了躁郁症，不知道是不是？

-----  
1. 去你们医院心理科做一下诊断

2. 在当地找个心理咨询师，咨询调整

现在要问你的是：你这个情况从什么时候开始的？那时候发生了什么事情？或者是否经常熬夜等

楼主：神棍催眠师 时间：2018-07-23 23:42:06

晚上来冒个泡，以后有的忙了

要是忘了各位天涯好友，莫见怪

楼主：神棍催眠师 时间：2018-07-24 12:06:06

懒，放张西安高新一中今年的高考录取图

楼主：神棍催眠师 时间：2018-07-24 12:19:38  
最近长生生物的疫苗问题

惹起人们的愤怒。每个家庭都觉得：这家公司太恶心，这家董事长太没人性！丧尽天良

可惜矛头指错了地方，你并没有看到问题的本质

核心问题出在：国家监管不力，漏洞太大！

商人的第一要务是逐利，如果一件事情只要做到 2 分的程度，就能赚的满满的，请问你还愿意努力做到 10 分的程度吗？

如果我就是随便生产，无视安全，但仍然没人管，能赚到钱，那我又何必劳心费力搞质量呢？

我前面说的模式论，不同模式造就不同结果

在监管不力的模式下，人人都会变成恶人坏人。若监管严格，人们又会变为好人大善人

个人本身能耐有限，良好的制度模式才是核心！

楼主：神棍催眠师 时间：2018-07-24 12:26:57

如果我们总是在指责这个人，这家公司，那么大不了公司破产，个人坐牢

但很快又会有下一家这样恶心的公司出现，真的是变坏了吗？

不是，是制度让人变坏了

国外同样发生过疫苗问题，但其惩罚力度极大，罚到你怀疑人生，而且监管很严

所以不是国外的人素质高，而是不敢乱造次

如果路口不设置红绿灯，闯红灯要罚分罚款，我想人们都会迅速变得没素质

但一旦有处罚，人人又变得素质极高

和素质有个毛线关系，人本身，大多为凡夫俗子而已，靠着制度在生活，只有极少数人能突破制度和环境限制

楼主：神棍催眠师 时间：2018-07-24 12:29:44

所以要骂，就骂国家药品监督局，这才是正点！

结果我们却发现，国家老大发表讲话：追查涉世公司，给世人一个说法

老大你应该后面再补一句：追查监管机构，严惩不贷！

楼主：神棍催眠师 时间：2018-07-24 12:45:57

有些人可能觉得：我要是这家公司老总，我一定会确保质量怎么怎么样的

我反手就是一巴掌，赶快别吹牛皮了，到时候你也是那个德行，并不会比她好到哪儿去

你不信是吧，看看你现在的工作，如果你们老板只是让你做一份策划书，你敷衍了事做出来了，结果你们老板竟然采纳了。你还获得了5毛一包的辣条奖励

请问下次做策划书，你会想方设法做个一流的策划书吗？

你不会的

但这份策划书却是涉及到给人们科普防止艾滋病的，就因为你的辣鸡策划，导致人们对他的认识有限，于是很多人还是继续得艾滋

对，这里指的就是吃皇粮的人们，在没有硬性要求下，都是做样子敷衍了事，这种我见过太多了，如果稍微动动脑子，都能做出来更好的宣传文案，让更多人受益

那么，我们能指责：是这些吃皇粮的人素质太差，没人性吗？

这里不仅仅是皇粮者，也是其它任何行业的各位看帖者

我亦是如此

楼主：神棍催眠师 时间：2018-07-24 12:47:41

楼主：神棍催眠师 时间：2018-07-24 22:50:06

发现要翻页了

楼主：神棍催眠师 时间：2018-07-24 22:50:31

让大哥我来坐沙发

楼主：神棍催眠师 时间：2018-07-24 23:07:00

对假疫苗应该像巴顿学习。

二战时，巴顿将军了解到，阵亡的盟军战士中竟有一半是在跳伞时摔死的。他马上赶到降落伞厂家，从生产线上抓起一个伞包，让负责人带伞包从高空跳下。

然后，不定期抽检流水线上伞包让负责人跳。从此，战士们再再没有因跳伞而阵亡。

由此联想：是不是可以不定期抓个疫苗厂家负责人让狗咬一口，再给他注射狂犬疫苗，看看谁还敢造假疫苗。

模式决定成功

楼主：神棍催眠师 时间：2018-07-25 23:44:42

天涯何处无芳草

楼主：神棍催眠师 时间：2018-07-26 12:45:49

冒个泡，有人私信我，想要加微信来撩我

我只想说：欢迎来撩，但起码你得在帖子里给顶顶贴吧

否则一点诚意都没有，对一个楼主来说：顶贴才是他最看重的，其它的撩都是无意义的，早过了春情萌动的阶段

完全就是浪费感情，我看都是想免费唠嗑的

楼主：神棍催眠师 时间：2018-07-26 22:02:16

有些人，有些事

都是必然要去做，否则其人会很痛苦

有些人很羡慕天才，实际上天才并没有你想象的那么快乐轻松

你以为有天赋就能获得那种秒杀凡人的快感，自豪感吗？

错！

那只是凡人的幻想，真正的天才是不屑于和凡人做对比的，他们对自己有极高的要求

他们的评判标准是自我要求，他们看到的是自己给自己制定的高标准

如若一生无法达到，而且是一般水平，那么他会受到内心的谴责折磨，终生抱着遗憾，即使他吃喝无忧，在别人眼里看似很成功，但在他自己的眼里，自己也是一毛不值，虚度人生，时时受着内在灵魂的拷问，生不如死

楼主：神棍催眠师 时间：2018-07-26 22:04:52

如果这个天才正好从事着自己喜欢的行业，并且做出一点成就，你以为你就高兴了吗？

不，他还是孤独的。

所以每个人都有每个人的喜怒哀乐。

不想写了，有点烦，这纯粹就是凑字数的

楼主：神棍催眠师 时间：2018-07-26 22:10:04  
刚看了下，帖子点击量4万了

但是却高兴不起来，中二病犯了，哈哈哈哈哈

曾经是个很纯粹的人，现在一天插科打诨，嘻嘻哈哈，自我欺骗，自我麻醉。

楼主：神棍催眠师 时间：2018-07-26 22:15:23  
有人曾经中二之魂爆发，

理念是：人生非黑即白，绝不容许灰色存在

要么华丽丽的生，要么死去，决不能苟且偷生

然后慢慢的，慢慢的，开始习惯苟且偷生了.....

最痛苦的不是偷生，而是内心还有个声音时刻提醒你：你伙子，你就继续苟且吧，朕的大好江山都被你苟且完了，你该去拯救天下苍生啊！

嗯，我要崛起，

不，还是先看个电视剧吧

楼主：神棍催眠师 时间：2018-07-26 22:29:05  
各位，要开始凑字数了

（一）梦他乡，少年时

从前，已不知是何时，但我想，是不久，见到了一个少年，在他乡！

那地方，有些凄苦，不知何说，有些劲恨之风，肆意掠过戈壁荒漠，空气又总是抹不去那种呼呼嘶嘶的呜咽声，要说境况，也不至于如此恶劣，

每次见到他，是黄昏落日时，

夕阳血染的色彩，滚动流淌者，

我见他，就那样仰望着天空，叼着一根败草，瑟瑟发抖！

他的生命也是这样的吗？忘不了的，是那眼神，孤独落寞的水晶闪烁者，辣刺刺的灼痛了我，不再看了，转身，风这样烈，扫伤了他的脸庞，一头乱发，风起舞，这样的日子，已过去很久了，他，每日，就在那时，会来到，夕阳可能永不变吧！

若不是这样，黄沙漫天飞舞，遮天蔽日时，他还来干什么？

夕阳一定是没变！我总想问他，为什么，可当我抬头时，那双眼，我感到惭愧不已，

我走的那天，没有日出，他还在那里，站着，风扯着衣摆飒飒作响，我只能看到他单薄的背影，是还在等待寻找么？

我要走了，终于可以不再怕那浓郁的黑眸，可我已失去了勇气上前拍拍他的肩膀，他本也知道一切的，我想，他的心可能被什么温柔捏碎了，是悲伤吧！

我也不知道，反正就是那么一种感觉，梦回时，冬已去，不知败草可青？

2011.7月，流浪归来。

楼主：神棍催眠师 时间：2018-07-27 00:12:11

今日月圆之夜，又要忍受体内洪荒之力

实在是痛苦啊，这样的日子何时是个头啊，难道我的特异之能就无法消除吗？

宁愿不要这神兽之力啊！

楼主：神棍催眠师 时间：2018-07-27 10:12:45

最近看到各种名人人性骚扰新闻，章文，朱军的。

很多人会疑惑，为何这么多有关性的新闻

哈哈哈哈哈，这不废话么

食色性也。

性是人的原始本能！和你每天必须要吃饭睡觉一样，你能不吃饭么？不能吧

那你能缺少性吗？答案也是NO

尤其是男人，这是有生理本能的，很多男人撸前淫如魔，撸后圣如佛

为什么呢？

因为撸完射精后，生理压力已经释放掉了，所以索然无味，瞬间他就会觉得：真没意思！

但是只要再过几天，能量又蓄满了，于是性冲动又起来了，又想解决，又变得淫如魔了

此时怎么解决这股冲动呢？

楼主：神棍催眠师 时间：2018-07-27 10:22:19

如果是单身汉，那么只能撸一发

如果是结婚了，那么内部解决

那为什么很多人已经结婚了，又去性骚扰别人，或者包小三出轨呢？

原理依然很简单，主要有两大原因

1. 寻猎新奇刺激感：自己的爱人，基本一两年后失去新奇感了，无法再体验到强烈的刺激愉悦感，更像是例行公事。而大脑还记得曾经刚开始的那种新鲜刺激感，所以总想再体验那样的感觉。

那么只能找另一个女人，才能获得新鲜刺激感。

妻不如妾，妾不如偷，这种心理刺激远胜过生理刺激

2. 男人生物本能，获得更多交配权。

看看动物世界就能明白，雄性首领拥有的最大权利是什么？交配权，而交配权意味着可以让自己的基因更多的传递下去，这是一种本能，所以男人天生就希望和更多异性交配，让自己的基因遗传下去

只是现在我们知道给你生猴子不现实，所以这种冲动变为：只要能多交配即可

所以遵循上述原则：1. 生物本能 2. 天生就希望多交配

那么世界上没有一个好男人，这句话是正确的，哈哈哈哈哈

楼主：神棍催眠师 时间：2018-07-27 10:28:23

有些女性涯友看到这就不乐意了。哼，楼主吹牛皮

我老公才不是这样呢，他很爱我的，他对我很忠心的。

我呼的就是一巴掌扇过去，不是你老公不出轨，实在是他没机会

要么是他自己没能力，不会撩别人，撩不到那还谈何出轨

要么是没有异性主动撩他，要是有的话，他基本扛不住几波的，很快会沦陷，毕竟男人是下半身动物，脑子里一半都想着：性。

当然上述说的是大多数男性，当然有极少数男性不一样，其实也不是他牛皮，只是他的层次太高，能和他匹配的异性太少，宁缺毋滥，所以没出轨罢了

楼主：神棍催眠师 时间：2018-07-27 10:33:38

综上所述：只要男性得到机会，出轨可能性会直线飙升

那么金钱和权利，就是最好的春药

因为拥有钱权，你就可以合法购买性，你有大把的机会，而且可以为所欲为

我是导演，你会贴上门给我潜规则。

既然可以为所欲为，又何必压制呢？

这就是现实。

不过男性出轨大多数都只是为了满足新奇感的性欲。只是为了多个炮友玩一玩

他真正爱的还是自己的老婆，所以大多数男人还是希望家里红旗不倒，家外彩旗飘飘

一般不会离婚的。

当然有一小部分男人，本来就因为无法忍受老婆才出轨的，那么是有可能离婚的。

楼主：神棍催眠师 时间：2018-07-27 10:42:16

男性说完了，说说女性为何会出轨

两大原因：

1. 生理需求：体验大脑快感
2. 感情需求：夫妻感情不合

性快感是非常强烈的一种体验，尤其对女性来说，那么大脑就会上瘾，就和你喜欢吃好吃的一样，而性比吃的可好吃多了。。。

于是如果老公长期不在，无法满足生理需求时，要么自我解决，要么通过出轨，但这毕竟是少数。

真正的导火索还是夫妻感情不太和睦。那么若再无法满足生理需求的情况下，出轨率会直线飙升。

所以女性大多数是因为感情不和，那么希望找个人安慰自己，给予感情慰藉。有了感情后，性也就变得自然而然了。

所以对男人来说，只要是个女的就行，为了性而性

但对女人来说，不能随便哪个男的都行，必须是还得有感情的人才会发生关系。当然有少数女人，尤其是有钱有权的，也会像男人一样，为了玩一玩，但主导权在女人手里。

楼主：神棍催眠师 时间：2018-07-27 10:48:59

看了上述描述，有些朋友可能会愤怒，会生气

我能理解你，但现实就是现实，不会因为你生气，它就不发生

唯有认清现实，方能做出改变

如果想要婚姻和睦，需要好好经营，就和你做生意一样，绝对不是说，反正已经是一家人了，就不用在乎了。。。那就为后续出轨埋下了伏笔

另外孩子也是维系家庭的重要因素，很多人即使婚姻不幸，但仍然维持，都是为了孩子。

这个世界变得越来越浮躁，而且未来离婚率会不断升高的，经济越发达，人们的认知和经济能力水平越高，离婚成本越低，那么不爽咱就离，谁怕谁。

反正离了你，我也不会饿死的。

楼主：神棍催眠师 时间：2018-07-27 11:00:27

好了上面说了这么多，算是简单科普了，为何男女爱出轨

这是千百年以来永恒的话题，英雄难过美人关

色是刮骨钢刀，对修行的人来说，尤其如此

钱和权利，可以很轻松的放弃，但是色，呵呵，很难很难，毕竟身体的本能冲动时刻在体内激荡，如果不懂得化解之法，刻意压制，那么只会越压越强烈。

曾经在内观时，最强烈的感受是两大方面：恐惧感和性

在经过 3 天的连续打坐后，每天打坐 10 小时，摒除一切外在刺激，不看书，不交流，不玩手机，完全专注在自身

此时缺少了外在刺激，那么大脑为了获得刺激，就会让那些习气浮上来，供我们继续品尝。这时候优先浮上来的，就是最根深蒂固的习气

首先是恐惧感，那时候一闭眼，脑子里都是对各种蛇，各种鬼的强烈恐惧感，做梦都会被吓醒，但以前我做梦，是很少会被吓醒的

另外一个就是性，一闭眼就是各种裸体，这裸体很奇怪，都是丰满裸体，很像雕塑那种类型，在脑子里飘，然后做梦也会被吓醒来，一个裸体有何可怕？但就是会被吓醒

直到慢慢，不再对其附着，只是观察感受，不悲不喜，才慢慢化解掉，后面就再也没有出现了。

由此可知，我们内心深处的习气是多么的深，即使不接受外在刺激，也会自己浮上来

修行之路，何其漫长艰巨。

楼主：神棍催眠师 时间：2018-07-27 11:04:57

另外建议有条件的朋友，可以参加葛印卡 10 日内观体验下，很不错，这是个公益机构

不收费，走的时候想给多少给多少，不给也可以。全国至少有 8 个内观中心

在网上报名，搜葛印卡内观网

一般比较火，最好提前 2 个月报名，否则没名额。

具体的也可以看下我写的内观体验帖：

帖子名：记录在十天闭关期间，从感受到体内“脉轮”震动到被噩梦惊醒的真实经历

<http://bbs.tianya.cn/post-105-536587-1.shtml>

楼主：神棍催眠师 时间：2018-07-27 11:06:16

今天更的很多啊，因为昨晚是月圆之夜，体内洪荒之力太强，终于在早上爆发了

哈哈哈哈哈

楼主：神棍催眠师 时间：2018-07-27 11:07:19

@u\_109072778 2018-07-27 02:40:58

我睡不着又来顶顶帖，人生还易，睡个安稳觉也不易

-----  
睡不着是吧，你看看楼主的网名

楼主：神棍催眠师 时间：2018-07-27 11:16:08

这个帖子会变成 40 页的胖帖吗？

我觉得能，很早以前写的帖子都半途而废了

这个帖子，就是每天发标点符号，我也要把它变为 40 页神贴，这样出去就可以说：哼哼，我是帖神我怕谁！

看尽了帖子里涯友的分分合合，有些人追到一半就离开了，有些新人又进来了，有些人只是和你擦肩而过，有些人成为你的朋友，过段时间又淡然冷寂下去了

这不就是人生吗？

看尽了帖子里各种喷王怼帖质疑者，你得有个好心态去面对，不能因为这一点挫折就放弃写帖

这不就是人生吗？磨练我们如何面对人生挫折

所以帖如人生！

如果能写到 40 页，那么也相当于 40 年的人生阅历啊

这是微缩版的人生体验，因小见大。

结论就是：要是能做到 40 页帖神，你就可以面对人生一切，犹如一个智慧老人，面对流水落叶，春来冬去，脸上浮现出淡然的微笑。

楼主：神棍催眠师 时间：2018-07-27 11:17:44

哈哈，吹得连我自己都信了

很佩服楼主的自我催眠术！

有没有人要学这门神奇的技术？

第一步就是：开吹！

楼主：神棍催眠师 时间：2018-07-27 11:23:53

楼太难盖了，写了这么多，才到 635 楼

我是不是要学别人，三句话就发出去呢，哈哈哈哈哈

只为刷帖

楼主：神棍催眠师 时间：2018-07-27 11:36:05

这里澄清一下：月圆之夜的说法

这是开玩笑的，也是为了提醒各位涯友

昨晚睡前看到窗外月亮很圆很美，就想恶搞一下，开个玩笑

说了个体内洪荒之力，我知道有一部分涯友肯定会相信的，如果此时我再包装下自己

说我怎么牛皮，编点小时候的灵异之事，那么随便就可以包装成一个大神

接着就会有人联系我，帮他解决事情，然后达到完美的一血，骗到钱财，有些还可以骗色

楼主：神棍催眠师 时间：2018-07-27 11:47:37

前面吹我大学赚了 80 万时，就是在提醒各位涯友，你可长个心眼吧

但是看帖的人都是为了追求新鲜刺激，也不愿意动脑子，所以智商水平啊，真的让人堪忧

只要迎合你们的需求，编点料，很多人都会信的

就因为这样，才会造就一些神棍骗子忽悠涯友，还被涯友捧为大神，实在是要笑了

天涯骗子分为两大类

第一类：把别人的经历，改编下，包装成自己的，然后装逼成大神，开始骗财骗色

第二类：自己了解一点心理学哲学玄学理论，于是说出一些让人感觉很有道理的话，先取得信任感，然后再吹牛逼说自己的特殊身份，忽悠的大众直呼：哇，遇到大神了，赶快跪拜！

其中第二类才最可怕，因为他说的话有真有假，你很难区分

另外人们也不想去区分，因为人类有个特点，就是希望有个大神来引领，一旦觉得他是大神，就不会再质疑，也不愿意去质疑

因为人们总是想走捷径

最好找个大神，然后他说的所有话都是正确的，这样就可以减少自己的焦虑

否则你说一个人，说的话有真有假，你还要费力去分辨，这非常累，会引起人的焦虑，所以最好就是全然相信！那么就没了焦虑

所以骗人不要太容易，月圆之夜算是再次提醒各位。

给一个人讲道理，还不如去骗他来的容易。

骗术，是最高明的心理学应用。

楼主：神棍催眠师 时间：2018-07-27 12:08:50

有朋友给打赏，非常感谢

不过大家不用打赏，我里面还有 1000 多个赏金，但不知道怎么用

都是我给别的帖子楼主去打赏的。

如果各位有心，多项顶贴，把帖子分享给朋友，让别人也受益即可。

楼主：神棍催眠师 时间：2018-07-27 12:21:42

@道即如来 2018-07-27 12:20:07

这么好的体验经历，出来顶一个??

---

楼主最爱这种看帖顶贴的，你是真心的爱楼主。。。。

楼主：神棍催眠师 时间：2018-07-27 12:41:33

@支尾巴 2018-07-27 12:31:13

心理学运用的好，即使是个其貌不扬，一贫如洗的人，也会成为一个把妹达人。而且我发现只要网上有关把妹的帖子浏览回复都很高，但内容都没说到核心，确有很多人直呼大神。

---

这位朋友，性是第一生产力，哈哈

关于撩妹啊，和贫富无关，穷光蛋也可以撩一大堆

这涉及人类交际学，在这里我不想过多宣传

本来这个社会就浮躁不堪，如果再教大家如何撩妹，这实在不是一件好事

曾经刚到社会没钱时，想着办个撩妹班来赚钱，但幸亏没办，不然就是造孽

撩妹真的很容易。但对不会撩的人来说，难比登天。

当然现在有些人就在办这种班，收费很贵，但其实教的很垃圾，全是理论，听起来很有希望，可真正实践时，出很多问题

只为收你的人头税。

楼主：神棍催眠师 时间：2018-07-27 23:37:48

帖子既然有开始，就注定了会有结束的那一天

楼主：神棍催眠师 时间：2018-07-28 00:04:32

@刘宇晴 2018-07-27 23:58:01

感冒，好难受的说。

---

多喝热水

哈哈哈哈哈

楼主：神棍催眠师 时间：2018-07-28 13:35:04

周末难道不应该是给帖子涨人气的时候么

楼主：神棍催眠师 时间：2018-07-28 14:32:18

。

楼主：神棍催眠师 时间：2018-07-28 14:47:43

杂谈里面有个帖子楼很高

天涯确实是消遣娱乐之地。

楼主：神棍催眠师 时间：2018-07-28 16:55:24

想给大家介绍一位哲学家，大学期间其实主要做的是研究哲学

其中有几个人的哲学，对我产生很大的影响，其中之一便是：维特根斯坦

楼主：神棍催眠师 时间：2018-07-28 16:58:31  
这是豆瓣上一位朋友写的，豆瓣网名：进取宝宝

一开始，他并不是天才。他的哥哥们才是。他始终记得童年时的一幕：某个半夜，他被钢琴声吵醒，顺着琴声下楼，看见哥哥汉斯在近乎疯狂地弹奏钢琴，大汗淋漓，浑然忘我，如被附体。

他被这一幕惊呆了。他知道这就是天才。这就是天才应该有的模样。而不是像他那样，毫无特别之处，温和，顺从。为了赢得父母对他这样的平凡孩子的爱，他小小年纪就学会隐藏自己的真实想法以取悦于人。而更为痛苦的是，他必须努力与自己内心的一个声音斗争：我在这个世界是多余的。我是个没用的人。因为我不是天才。

要么作为一个天才活着，要么趁早自我了结。自杀的念头从他很小时就跟随着他，几乎折磨了他整整一生。

然而，在这个诞生了一整窝天才的大家庭里，谁也没想到最终的结局竟然是：他的天才哥哥们都相继自杀，而他，这个八个孩子中的最平庸者，却成了 20 世纪甚至整个哲学史上最杰出的人物、不世出的天才。

第一个确认他天才的人，是罗素。罗素收他为爱徒，给了他无尽的赞美和支持，让他得以暂时从自杀的念头中摆脱出来。他的姐姐不久之后去剑桥，无比震惊地听到罗素说：“哲学的下一步将由你弟弟迈出。”不久之后，他就让罗素一度想自杀。因为他对罗素新论文的否定让罗素无比绝望，充满挫败感。不知不觉间，两人已变换了位置，他成了罗素的导师。

第二个确认他天才的人，是 20 世纪另一位伟大的天才——凯恩斯。和罗素一样，凯恩斯也是罕见的同时拥有高智商和高情商的人。不像这个年轻人，情商和智商严重不对等。凯恩斯在辨认出他的天才之后，并未与其深交，但终其一生竭尽全力给予他各种帮助（这正是凯恩斯高情商的表现之一）。一战后他重回剑桥时，凯恩斯甚至亲自去火车站接他。

中年时，他就已经完全超越了他的老师罗素，也超越了那个时代所有的哲学家。晚年时，他更是成为神一般的存在。虽然没有几个人听得懂他在说什么，但所到之处，年轻的学生们对其如痴如醉，仿佛他是苏格拉底再世。

他确实几乎可以和柏拉图、苏格拉底、康德相比肩，赵汀阳先生说，“因为他显示出那些古代大师般深不可测的创造性。”

他没有作为天才出生，但是作为哲学史上最伟大的天才而死去。所以，临终之际，

他终于可以说：Tell them I' ve had a wonderful life.

他就是维特根斯坦。

《天才之于责任——维特根斯坦传》具备一部杰出传记所需的全部特质：它既是一部细致动人的个人成长史，一部丰富壮阔的时代史，也是一部精彩的名人八卦集。原来维特根斯坦和希特勒曾是校友，而且两人当时的成绩都非常糟糕；原来维特根斯坦和罗素起先互相崇拜，最终又交恶；原来维特根斯坦跟凯恩斯一样更爱男人……20 世纪这些杰出头脑之间的交往，留下段子无数，妙语如珠。

在这本传记之前，关于维特根斯坦，我只知道那句无人不晓的名言——凡不可言说的必保持沉默；以及那两个最著名的段子（见注）。他的名字对我这个哲学门外汉而言，只是个玄乎又空洞的存在。《维特根斯坦传》则成功地将这个玄乎的神话还原成一个丰满的故事：一个天才如何度过了焦虑而备受折磨的一生。

书中最打动我的部分，是维特根斯坦在偏僻的乡村小学教书，以及二战期间在医院当义工的经历。虽然那些岁月对维特根斯坦来说实在很失败，但它让我们看到，一颗真正杰出的头脑和伟大的心灵是如何在贫瘠的土壤中成长，如何与那些平凡心智相碰撞的。

在维特根斯坦的心目中，只有莫扎特和贝多芬才是真正的“上帝之子”。但在 20 世纪的天才们眼中，他一人高高在上。罗素在写给情人的信里提到维特根斯坦时说：他是雪崩，相比之下，我只是个雪球。而迎接维特根斯坦回到剑桥的凯恩斯，写信给妻子说：唔，上帝到了，我在 5 点 15 分的火车上接到了他。

对比其人生的起点和终点，维特根斯坦的故事至少安慰我：在生与死之间，人类所有的姿态并非都是徒劳。

-----  
楼主：神棍催眠师 时间：2018-07-28 16:58:43

注：

段子一：罗素在剑桥的办公室有一天闯来一位年轻的陌生人，他焦躁不安，痛苦不堪，身处自杀边缘。因为他不知道自己该当一个飞行员还是一个哲学家，想让罗素给他意见。罗素说，你去就你感兴趣的随便什么哲学问题写篇东西给我看看吧，然后我就告诉你我的意见。年轻人几天后拿来文章给罗素看。罗素只看了第一句，就知道这家伙是个天才，于是告诉他：你必须做个哲学家。

段子二：他没有学位，没有像样的论文，又没有钱，需要奖学金。于是，剑桥决定给他一个博士学位，从而让他获得研究经费。剑桥派罗素和摩尔做他博士答辩的主考官。答辩开始，维特根斯坦就主考官的问题滔滔不绝一阵子之后，站起身来拍拍主考官的肩膀，安慰他俩说：就这样吧，反正你们也听不懂。然后扬长而去。摩尔在随后写给校委的报告里说：毫无疑问他是个天才。。。。

发表于《经济观察报-书评增刊》2012年2月号  
楼主：神棍催眠师 时间：2018-07-28 17:05:03  
维特根斯坦的伟大在于：开启了语言哲学，以及解构主义等

他把问题的本质不断缩小，想探讨人生？先探讨下语言吧

毕竟语言承载着思想，我们想任何问题，其实都是内在的对话，对话就需要语言表达才能理解

但如果我们的语言本身就存在限制性，又如何能完美的认识世界呢？

对我来说，最大的震惊不在于语言之说，而是他能看到本质，抛开表象，不但深入问题的核心

而这是我最痴迷的地方，即：如何无限接近真理的本质！

如何思维，才能到达窥见问题的本质，世界的本质

这除了需要必要的素材，更需要一套剥茧抽丝般的思维模式。

楼主：神棍催眠师 时间：2018-07-28 17:09:42

他的著作：哲学研究

感兴趣的可以看看，但很多人可能看不下去

可以看看解析版的，也会有点启发的。

不过这个时代，人心浮躁，很少有人能安心看这么深奥晦涩的书籍了

越是在科技发达的时代，人们反而越缺少深度思维，大家都喜欢快节奏娱乐化

于是，这就注定了：这也是一个极容易忽悠人的时代。

没脑子就该被忽悠，这是思维懒惰的代价！

楼主：神棍催眠师 时间：2018-07-29 09:12:47

我看你俩一天打卡做俯卧撑很嗨，我也打个卡

任务很简单，睡前平板1秒+俯卧撑1个，

楼主：神棍催眠师 时间：2018-07-29 15:16:44

楼主最终决定了，遵从内心召唤

履行自己应该做的事，每天早晨7:30起床，晚上12:30前睡觉

一部分时间用来做对社会人们有益的事情。

从今晚执行

楼主：神棍催眠师 时间：2018-07-29 15:49:52

推荐个杂谈里面的帖子

写的挺好：灵异人生

[http://bbs.tianya.cn/m/post\\_share\\_weilun.jsp?id=5887534&item=free&f=a](http://bbs.tianya.cn/m/post_share_weilun.jsp?id=5887534&item=free&f=a)

楼主：神棍催眠师 时间：2018-07-29 16:05:04

刚看到一个新闻

智商不够，文字来凑

男子自称“开天眼”：诱骗7名女性开房

6小时前 作者：荔枝网

去年11月底，南京市民何女士在网上认识了一名自称是算命大师的男子。何女士称，“我一开始觉得肯定是骗子，网上这种算命骗钱的太多了。

就没有理他，但是他一直要加我，说他开过“天眼”。不胜其烦的何女士通过了对方的好友申请，并没有打算理他。但是对方在留言中准确说出了何女士的职业以及居住地的周边环境，并称何女士三个月内有一灾。

几个月后，何女士的父亲住院开刀，男友又提出了分手，何女士心情十分低落，想到了算命大师的话。于是，深陷困境的何女士主动联系算命大师帮忙消灾，对方称需要找一个1988年7月7日出生的属龙男子提供阳气，阴阳平衡后，自然会消灾。

“神算子”称已经为何女士施过法，一周内这名男子会主动来找何女士，她到时要约这名男子开房补阳气。何女士称，“按照大师说的，每个月就见三次，7号、17号、27号开房，这种关系大概维持了半年吧”。

今年6月份，提供阳气的男孩突然失踪了，连算命大师也联系不上了。左想右想，何女士怀疑自己被骗了，报警求助。很快民警根据何女士提供的信息，找到了所谓的“神算子”韩某，30岁，镇江一家物流公司的员工。

民警发现，韩某在社交软件中将自己包装成了神算子，至少有7名女性上当。南京市公安局鼓楼分局挹江门派出所民警孙藩一介绍，“发现韩某是在网上搜索一款可以定位的软件，下载下来之后，用这个定位软件定位女孩子的位置，比如工作单位，比如居住地点位置，定完位置之后就可以看地图，看周边地理概貌”。

韩某根据定位软件得到的信息编造一套说辞，获取受害人的信任。南京市公安局鼓楼分局挹江门派出所民警孙藩一称，“得到初步信任之后，问受害人要手相面

相，姓名，生辰八字。

要到这些东西之后，他也不懂，就在百度上搜索一些专业术语复制粘贴发给女孩子，女孩就对他深信不疑。他最终的目的是引导女孩子往所谓的消灾就要阴阳平衡发展。受害人信以为真后，韩某再以真实身份加这些女受害人，以消灾之名发生关系。

韩某使用定位软件获取他人信息的行为，已经涉嫌侵犯公民个人信息罪。目前，韩某已被刑事拘留。

楼主：神棍催眠师 时间：2018-07-29 16:05:57

这个骗子，我只想说：优秀！

楼主：神棍催眠师 时间：2018-07-30 12:51:26

昨晚 30 秒平板，一个俯卧撑

优秀

楼主：神棍催眠师 时间：2018-07-30 18:13:27

楼主：神棍催眠师 时间：2018-08-01 12:11:42

最近暑假开课了，一个人每天批 80 个学生的作业，晚上早上都耗费在这上面了

还有其它弟子班的课

所以一有空就想着先休息会儿，天涯帖子有点懒了，见谅

楼主：神棍催眠师 时间：2018-08-01 12:12:47

作为老师，如果连续性讲课，是一种很耗散能量的事情

因为说话会耗散我们的气，长期下去，身体必然会垮。。。

楼主：神棍催眠师 时间：2018-08-01 23:01:02

晚上去西安交大校园里溜达了一圈，有一股想买运动鞋的冲动

有在附近的吗、晚上一起减肥健身吧

毕竟作为一个 200 斤的小胖子，体重严重影响形象，走在路上都没自信

楼主：神棍催眠师 时间：2018-08-06 00:14:09

周日晚上，最近在减肥，至少减掉 5 克，很不错了

楼主：神棍催眠师 时间：2018-08-06 19:22:00

标点占楼

楼主：神棍催眠师 时间：2018-08-08 10:21:01

好久没写了，今天写一下

很多人最感兴趣的

人生幸福快乐取决于什么？是金钱名利还是什么

之前的很多这类文章大多数是文学创作，或者鸡汤

不够全面，不成体系，不够专业

那么就让我们从最最本质的方面：人类大脑幸福判断原理出发

给出最正确的答案！

楼主：神棍催眠师 时间：2018-08-08 13:30:12

所谓幸福感，人生美好

实际上都取决于大脑的激素分泌

那么大脑怎么才能分泌快乐激素呢？

那就需要刺激才行啊，刺激又分为物质刺激和心理刺激

物质刺激：比如你吃了好吃的，赚大钱了，找到男女朋友了等

心理刺激：也就是思想刺激，比如你觉得你的未来会很美好，你觉得你比其他人的生活更幸福，你思想觉得你的未来人生是有希望的等等

楼主：神棍催眠师 时间：2018-08-08 13:37:47

首先说结论：幸福感源自对比差距！若你经过对比后，发现差距很大，而你又是优势一方，则会很开心。

任何事物本身不存在任何价值，价值是通过对比判断，然后产生的。

比如你觉得一杯水没什么多大价值吧，1块钱就能买一瓶，但如果你困在沙漠里，那么它的价值比一颗钻石还贵重，值个几十万没问题。

这时候你会发现价值这个东西，是随着你对比的参照物变化而变化的。

那么我们来看人生

楼主：神棍催眠师 时间：2018-08-08 13:43:49

在人生中，最幸福的不是你拥有 1000 万，而是你从 100 万不断赚到 1000 万。

这个月工资 5000，你并不会很开心，但如果老板把工资涨到 6000，你会很开心，因为经过对比，发现差距有 1000。

但是你只会开心几个月时间，之后大脑就会觉得习以为常，不会有任何刺激感，此时刺激度为 0，你和 5000 的时候一样

如果下次再涨到 7000，这又会是一个刺激，有差距，那么就价值，你又会高兴，可惜还是好景不长，生活又会再度回到普通状态

就和你遇到最好吃的鸡腿一样，吃第一个的时候，你是从味觉无感受，一下子感受到了鸡腿的美味，会很开心，但只要连续吃 3 个，大脑就会对这个美味刺激产生耐受性，去极化，觉得不再那么刺激，此时你会觉得：也就那样。。。

楼主：神棍催眠师 时间：2018-08-08 13:48:57

也就是说，大脑对一个事物，只要多次重复刺激，慢慢它就会新鲜感，大脑会觉得这个事情太平常了，也就没价值了，也就不会分泌快乐激素了

就和我们前段时间去沙漠，坐沙漠冲浪车冲浪一样，刚开始孩子们非常兴奋，确实大脑感到第一次体验，很刺激，孩子们也很开心

但是慢慢地，这个刺激一直在重复，我们都冲浪了 1 个多小时，所以到最后，大家竟然能在冲浪车上睡着。。。

不会再觉得冲浪有任何刺激感。

大脑对任何刺激都具有耐受性，一旦多次重复，则无任何价值

正如各位目前的人生，因为你每天都在重复，所以你觉得人生也就那样，平淡无奇，如果突然多发奖金了，孩子从倒数进步了 10 个名次啊，媳妇变回 20 岁啦，这些事会让你高兴下

但很快，又会归于平淡。

楼主：神棍催眠师 时间：2018-08-08 14:02:01

所以从物质刺激上来说，除非你的生活每个月，或者每半年就有大的物质改观，那么你会有一些快乐感

但是大多数人的生活，没什么新鲜事，几十年如一日，并不会多开心的。

这时候你会问：千万富翁是不是很幸福？

答案是：只要他每天重复，那么依然和你的幸福感差不多，并不会比你开心多少。。。

因为再豪华的房子，除了前三个月开心，之后会觉得一般般

哪怕每天坐私人飞机，3 个月后，也就失去刺激感了

每天都泡酒吧，3 个月后，亦失去刺激感了

就你的生活一模一样，和你的感受也一模一样

但是你会觉得他们很幸福，因为你是这么想的：我月薪 5000。他月薪 5 万，我要

是他会很幸福。你说的是对的，因为从 5 千到 5 万是有差距的，也就具有价值

但是对土豪来说，他本身已经在月薪 5 万了，除非他月薪 10 万，他才会开心，否则他也和你一样，生活不过如此

同样对非洲人来说，他们也会羡慕你月薪 5000 的生活，他们觉得你肯定很幸福，请问你幸福吗？

明白了没？

幸福感不在于你拥有多少，而在于差距对比后的差值，差值越大，大脑反应越强烈。如果你是优势一方，则爽爆天，但若你是弱势一方，则会痛苦不堪

这是物质刺激方面的。

结论：人生不如意十有八九，无论你贫富贵贱，大脑都是公平的，凡是一直重复的事情，则无任何新鲜感，偶尔去旅游一次可以，但是天天旅游，只有累的感受

楼主：神棍催眠师 时间：2018-08-08 14:14:49  
婚姻中也是一样，很多人会发现明星出轨率很高

有的人会说：都娶到陈圆圆这样的美女老婆，还出轨啊

哈哈，实不相瞒，只要经过一两年，陈圆圆=普通人，甚至在他老公眼里，还不如隔壁小王老婆

男女之间有真正纯洁的友谊吗？

答案：有，结婚三年后

所以凡是重复刺激的事情，毛线刺激感都没有，大脑也就不分泌了，你也就平平淡淡了

楼主：神棍催眠师 时间：2018-08-08 15:25:15  
物质方面，很多人都不会有大的改观变化，反而压力不断

那么就得心从心理思想方便着手了

心理方面幸福原则=知足常乐，常怀感恩。

有句话叫做比上不足，比下有余

所以假设你目前月薪 5000，你就和月薪 2000 的人对比，然后感恩自己还比那些人好一点，比非洲的人好，比伊拉克战乱区命在旦夕的人好，也比那些身患疾病，

躺在医院的人好

这样经过向下的对比，你会觉得自己还是很幸运的，此时大脑也会分泌一种安定祥和的激素，你不会有大的兴奋感，但是会有种安然的满足感。

这就是知足常乐的原因。知足是因为和不幸的人对比后产生的，觉得月薪 5000 其实也不错，这样就不会有大的焦虑感和压力，以及愤恨感。

常怀感恩之心，意味着：我们要感谢苍天赐予我们健康的身体，感谢有饭吃，不挨饿，没战乱，已经很不错了

这样我们才会感觉尚有一丝满足感，虽然生活工作压力都很大，但至少还活着，不用每天提心吊胆被炮弹轰死，也不用担心每天喝不上水

但能做到知足常乐太难了，很多人都是身在福中不知福。

楼主：神棍催眠师 时间：2018-08-08 15:41:47

前面说了美好，接下来我们再来说说痛苦

痛苦也是和大脑激素分泌有关

但只要是持续性的痛苦，大脑也会产生耐受性，最后变得习以为常

一个中二少年，刚开始进入社会看什么都愤世嫉俗，但慢慢的你也会变成当年你讨厌的那种人，而浑然不觉

所以你以为乞丐很可怜吗？你以为坐牢的人很可怜吗？

别做梦了，他们已经习惯化了，所以他们的幸福感和你是差不多的。

那么那种人会最痛苦呢？

楼主：神棍催眠师 时间：2018-08-08 15:47:57

那就是不断受到剧烈刺激的人

一直当乞丐不痛苦，痛苦的是你是从百万富翁变成乞丐的这类人，更痛苦的是过段时间你又变为富翁，然后又沦为乞丐的人

一直生病还罢了，你认了

但是时不时的生病，没有规律可循时，才是最痛苦

婚姻中每个月固定吵一次架不可怕，可怕的是吵架无规律，不可预期，你根本不知道下一刻是爱还是吵架，那就很痛苦

躁郁症患者比单纯的抑郁症患者更容易自杀，也更痛苦

因为一直抑郁，你会习惯

但是躁郁症患者，上一刻躁狂发作时，你会自信满满，感觉你充满力量，充满想法，充满改变世界的的能力，但下一刻，到了抑郁发作时，你会像泄了气的皮球，连出去吃饭都感觉困难重重，生命看不到希望，一切都感觉很难，一切都无意义

这种天堂地狱的反差刺激，会让人痛苦万分，只想解脱，所以就自杀了。

楼主：神棍催眠师 时间：2018-08-08 16:11:36

因为大脑的分泌机制

注定了人生是无止境的，贪欲也是无止境的

因为任何事物，一旦多次体验，则失去了价值感，即使吸毒，次数多了，也会变得乏味，除非加大剂量才有感觉

若想快乐，只能不断寻求下一刻，成为欲望的奴隶。

除非我们能从心理方面调节，知足常乐，方获幸福。

楼主：神棍催眠师 时间：2018-08-08 16:18:07

看了上述简单科普后，你就明白：人生各有各的不幸

别羡慕他人，也别埋汰自己

你岂不知，即使你目前的生活，都是很多人羡慕一辈子都无法获得的。

这个世界，不是只有中国人，有 70 亿人，根据世界银行的报告，世界极度贫困人口仍有 12 亿人之多。尽管近年来许多国家的极度贫困率迅速下降，但世行估计，到 2015 年仍将有 9.7 亿人每天生活费用不足 1.25 美元。

楼主：神棍催眠师 时间：2018-08-08 18:45:35

今天更了这么多，都没个赞么

楼主：神棍催眠师 时间：2018-08-08 19:34:35

任何行业都有诀窍，包括写帖子

哈哈哈哈哈

晚上发帖子，点击量更高

楼主：神棍催眠师 时间：2018-08-08 20:53:58

@支尾巴 2018-08-08 19:20:20

一直关注这个帖子，今天终于更新了！开心??

你都不催楼主更新，肯定就不会更新了啊

看贴不回帖，吃饭没青菜

楼主：神棍催眠师 时间：2018-08-08 21:24:00

另外大脑激素分泌还有个最公平的机制。

那就是阴晴圆缺，喜怒哀乐，每一样，无论任何一个人，都必须经历

而且一个正常人不可能整天都开心快乐，也不可能整天都痛苦万分

比如你去K歌，刚开始会很兴奋开心，2小时大脑激素分泌就回归正常，你会感到疲累平淡

同样假如你情绪低落了几天，激素攒的差不多了，那么即使你抬眼望蓝天，也会莫名很开心

不是因为你境界高了，只是到了快乐激素该分泌的时候了

所以快乐痛苦，在一天中是不断轮回的，这和你外在刺激无关，这是大脑本质属性

就何睡觉吃饭一样，哪怕你是天皇老子，你也得睡觉吃饭

不会因为你是土豪，就可以不吃饭

楼主：神棍催眠师 时间：2018-08-08 21:25:25

同样，无论有钱没钱，大脑每天都会分泌快乐激素，有高潮也有低谷

早上起来，一般分泌的少，越到了晚上，分泌的越多

所以很多人到了晚上，就是开心的时候了

抑郁症患者很多在早上自杀，就是因为早晨大脑分泌激素很少，再加上抑郁症患者本来就分泌那么一丁点，所以会非常痛苦

此时就像解脱。

楼主：神棍催眠师 时间：2018-08-08 21:28:17

大家有没有感到早上起来，情绪比较呆滞平淡

然后到了下午，慢慢情绪热火起来了，会慢慢兴奋开心

楼主：神棍催眠师 时间：2018-08-08 21:46:14

哎，随着社会的高速发展

目前中国有5400万抑郁症患者

他们中接受治疗的寥寥无几，心理患者接受心理咨询的不到10%

而且大多数只是单纯地开药

一定要药物+心理咨询。两者结合效果才最好

另外国内目前心理行业，有水平的人还是太少太少

即使你想找，也找不到

相信未来会有所改善的

楼主：神棍催眠师 时间：2018-08-08 21:46:37

另外心理患者会越来越多的

楼主：神棍催眠师 时间：2018-08-08 22:37:31

另外抑郁症患者必须遵从医嘱，千万不要觉得好点了就擅自停药

那样很快会复发，一旦再次复发

之前的药物药效就会打折，还得不换药，加大治疗难度

楼主：神棍催眠师 时间：2018-08-08 22:40:37

导致抑郁症的因素

一般有婚姻或者爱情导致

还有一部分是因为压力太大，持续累积，最后抑郁的

其它类的比较少

因为未来社会压力会越来越大，阶级分层明显，教育医疗是很多人头痛的

贫富差距不断加大，看似公平，实则不公平

再加上网络的对比，压力不用看，会不断蔓延。。。

楼主：神棍催眠师 时间：2018-08-08 22:42:35

我不信今晚不能过 5 万，各位同胞顶起来

楼主：神棍催眠师 时间：2018-08-08 23:17:54

@shiningstar3ee 2018-08-08 22:55:05

这就是天涯的最高水准了吧

-----  
什么意思？

楼主：神棍催眠师 时间：2018-08-09 00:10:29

最近一周，每晚睡前做平板，仰卧起坐 50 个

刚开始感觉想偷懒，经过一周，快变成习惯了

一到睡觉时，就想做两个

然后再看到已经减肥一克左右，也有动力了，于是这个改变是轻松的，有成果的，大脑也更愿意遵循了

楼主：神棍催眠师 时间：2018-08-09 00:29:45

目前晚上不吃饭了，发现其实并不饿

楼主：神棍催眠师 时间：2018-08-09 00:56:01

人可以傻到什么地步？

为了几百个点击量，不断奋斗

哈哈

楼主：神棍催眠师 时间：2018-08-09 11:56:50

有些朋友对修行感兴趣，给大家推荐一本印度的小书：《瑜伽经》

这和国内见到的瑜伽八竿子打不着

瑜伽最原始的意义是：联结。是用来修行解脱，不被世俗表象迷惑的

但目前社会上的瑜伽班，让很多人以为瑜伽就是锻炼身体，塑造体型的

哎，可惜了

真正的东西变成了瞎扯淡的东西，关键还打着“瑜伽”的名号

很多练瑜伽健身的怕都不知道瑜伽真正是用来干嘛的

原始瑜伽不是身体训练，而是一套打坐修行，心灵训练的技术，和身体动作八竿子打不着。

楼主：神棍催眠师 时间：2018-08-09 12:12:11

给大家看看这本书里对瑜伽的解释

你就明白世面上的瑜伽，和这个差的有多离谱了

楼主：神棍催眠师 时间：2018-08-09 12:17:27

总之，无论瑜伽，还是大脑分泌模式

如果我们单纯依靠外在刺激，那么就是欲望的努力

在你享乐的那一瞬间，就注定了接下来会是痛苦。

比如你今天吃到好吃的，感觉非常开心，那么过几天，你就又回想吃一次，不然就觉得难受

同样第一次谈恋爱感觉兴奋奇妙，一旦结婚后，体验不到时，就幻想，就出轨追寻那种刺激

同样孩子考了个 100 分，你高兴的很，那就注定了，下次当他考 80 分时，你会很痛苦，很生气。

所以凡是执着于美妙，那么一旦无法再次得到时，就是痛苦。

另外即使初恋很美好，即使你能多次得到，也会因为大脑的重复刺激，导致失去新鲜感，即使和曾经的初恋在一起，还是会寻求其它的刺激，让仍然注定是痛苦！

楼主：神棍催眠师 时间：2018-08-09 12:25:04

为了让大家更好地理解心性训练的主要性

这里谈两个概念：事实和观念

在人类的认知里，实际上是不存在事实的，凡是我們认知到的，都是经过大脑加工过的，也就是观念。

原始事实不具有任何价值，真正影响人喜怒哀乐的是对事实的认知观念

比如我现在说一个事实：

现在有一份工作，你需要每天锻炼，在缺氧的环境中，负重前行 3 公里，爬荒无人烟的雪山，并且发生意外的死亡率很高，一个月给你 5 万，你做这个工作吗？

上述是一个事实，很多人一看就会觉得，拿命去换 10 万元，不划算

但是，很多爬珠穆朗玛峰的人，都没人给工资，反而自己掏好几万块钱在做这个事情。他们不但不觉得这个事痛苦，反而很兴奋，但对你来说，却不是高兴而是害怕

但是你俩面对的都是同样的事实，因为观念不同，则对其情感也不同。

楼主：神棍催眠师 时间：2018-08-09 12:29:33

同样我们有时候会对某件事感到焦虑，其实这个事实本身并没有什么，关键是你的观念

比如买衣服，我以前网上买衣服时，会非常纠结，到底该买那种？担忧一旦买回来，又不好看或者怎么样

但经过好几次这样的焦虑后，我发现，无论你最后买回来的是垃圾还是好看的，一旦买回来，就会穿，这时候反而觉得无所谓

有了这个经验认识后，再买东西，直接买，虽然还是有纠结的焦虑，但是观念是：焦虑是正常的，反正买回来无论好坏都会穿

于是买东西不再是痛苦的事情了

楼主：神棍催眠师 时间：2018-08-09 12:32:33

同样买房的时候，会很焦虑担心，什么学区房，交通方便不，在中心位置不等

很焦虑，但这时候想：假定最后回来房子，不可能是十全十美，最后也会接受

就像很多人的房子一样，他们也不是最佳，但仍然接受了

这样一想，你就会轻松很多，尽量买合适的即可，不会再那么焦虑。

人是不可能做出最佳策略的，他只能做出在当前环境下最合适的选择。

楼主：神棍催眠师 时间：2018-08-09 12:36:21

还有个情况就是，我们总是想做一件事，却没去做，会焦虑

但你最后一想：反正之前焦虑过，最后事实是仍然没做，所以现在也不用焦虑了，反正结果还是不会去做啦，释然吧，这只是观念而已，事实都是：肯定不会去做啦。

这样就把这次焦虑当做良心发现的自我谴责吧，等一会儿自然就被其他事情吸引注意力了，又会忘了自我谴责

这就是生活嘛

各位，如果拥有上述思想观念，一个凡人的一生岂不美哉美哉，平庸但接受。。。。

楼主：神棍催眠师 时间：2018-08-09 12:51:29

再说一个事实和观念的事，就会发现这个世界大多数人被表象遮蔽了双眼

比如：如果你的男朋友或者女朋友，之前和 5 个人发生了性关系，请问你愿意和他结婚吗？

现实是，每个人都会在结婚前谈几段恋爱，有可能都会发生性关系，但当你是第 6 个人时，你也会接受，觉得这是正常的

但是换个事实：假设你爱人之前做援交工作，同样和 5 个人发生关系，此时你愿意和他结婚吗？

事实都一样，但是你的认知不一样，结果就不一样。

人就是这么可笑。从事实来说，你爱的人都和别人发生性关系了，这是事实。

同样，关于处女这个观念，在有些人眼里是很神圣的

但是不好意思，在某些部落，新娘结婚，要请被人来给新娘破处。如果是国内，怕是要被揍死吧

但不同的人，因为观念不同，事实也不同。

所以事实本身并无任何价值，对人来说，认知观念才是核心

于是人与人的差别，在思想观念层次上也就体现出来了

同样是破产，有的人想的是如何振作，有的人想的是如何自我可怜哀鸣

楼主：神棍催眠师 时间：2018-08-09 12:55:46  
同样是月薪 3000

有的人想的是还有和睦的家庭，还有健康的身体，感觉很知足。

有的人想的是凭什么我比别人拿的少，凭什么他们那么逍遥，我这么可怜？这些官二代富二代太可恨了，于是心生愤怒，岂不知你这样是在傻乎乎的在自我虐待

因为你的愤怒，是无法伤害别人的，只能伤害自己，把自己搞的很郁闷，闷闷不乐，但事实还是没有改变啊，不会因为你的愤怒就变成月薪 4000 吧。

那又何必自虐呢？

楼主：神棍催眠师 时间：2018-08-09 13:03:49  
上述观念训练，只是作为凡人的认知

如果是修行，那么这个认知需要拔高到更高层次，认知变得精细化，情绪也微妙化，对一切都要很保持十足的洞察力

常年累月去修行，才能抛开世俗凡尘的表象观念，那时候连快乐的观念都会舍弃。

可惜这样的人寥寥无几，目前的社会环境，注定了古代修行模式的消失。现在有真正修行的人，整个大中国，怕是用手指头都能数的过来

但目前社会上却“大师”横行，满世界，随便拉出来一个都是大师

包括这个帖子，有人都叫我大师，恐怕这就是大师满天飞的原因吧

像我这重水平，冠以大师俩字，怕是玷污了其本来名号

但人们心气浮躁，只要是能满足自己需求的，就是大师。。。。

于是大师就明白了，尽管满足需求，拿人钱财，替人消灾，比修行轻松多了。。  
还修个毛线啊

楼主：神棍催眠师 时间：2018-08-09 13:07:37

人们需要的不是真修行的大师，如果遇到一个真大师，让你修行，你会去做么？  
你根本坚持不下去的。

人们需要的只是满足自己欲望的“大师”。能给自己指点迷津，让自己赚更多钱，  
生活更美满，治疗身体疾病痛苦，而修行，不不不，那太苦了，都接触不到好吃的，  
好玩的，性生活，这是无法忍受的

我们需要的是能让自己世俗生活更舒服的“大师”

而骗子是最懂如何满足你欲望的人，于是各种被忽悠上当的，被骗财骗色的。

楼主：神棍催眠师 时间：2018-08-09 13:08:19

上午都没吃饭，一顿嘴炮

歇了。。。

楼主：神棍催眠师 时间：2018-08-09 15:01:34

这个点赞可以积累分数，来吧各位，疯狂点赞

满足这世俗的欲望，让我欲壑难填，陷入贪欲之中吧

钱财使你痛苦执着，那么拿来我替你赎罪，替你花吧

我这里建设一个灵修花园，一个乌托邦的世界

我们专注内心，不再被外在世界的纷争干扰，自我净化，走向灵魂之路吧

不要九万八，只需要 8888，你就拥有另一种人生。

各位你以为没人交钱吗？想交钱的太多了，只不过我说的有点露骨而已，另外一  
番包装，绝对迷倒一大堆人

而这样的情况，在现实中正在上演～

大师们骗钱骗色实在太容易了，真的。不接触这个圈子，你不会懂人的精神内心  
荒芜到什么程度，看似外边精明，实则傻乎乎一个～

随随便便就被忽悠。

来吧，灵修花园欢迎你！

这样的花园，很多人向往，于是有人就会满足你  
楼主：神棍催眠师 时间：2018-08-09 15:07:34  
上述则是邪教骗子的忽悠经

抓住了俗人最渴望的，然后俗人如抓住救命稻草般赶快抓住

有时候即使你知道那是骗人的，你还会追随

只因为：你太需要有人指引！你不想再被困惑，只希望有人给你答案，哪怕它是假的，也胜过自己焦虑犹豫

之前美国有个邪教团体，乱忽悠人，但仍然有一大堆信众，有科学研究者不服，在他们的聚会上向大众一一反驳漏洞之处

但人们还是选择相信邪教

研究者不懂，问那些人，为什么你知道是假的还信

大众：我之前就纠结过很多次，但那很痛苦，我只希望有人给我确定的答案，哪怕它是假的

这样我也会安心，不再焦虑！

楼主：神棍催眠师 时间：2018-08-09 16:38:50  
这帖子开不下去了，从昨晚到今天，不到 5 万  
楼主：神棍催眠师 时间：2018-08-09 20:52:50  
教大家一个缓解焦虑的技术

最坏结果术

比如你对自己目前的工作很焦虑，很想跳槽，又不敢。那么请列出不跳槽的结果是什么，跳槽的最坏结果是什么？

比如不跳槽继续混着，有口饭吃

跳槽有可能失败，失败的最坏结果你能吃承受吗

最坏的结果若可以称承受，那么就去做吧

楼主：神棍催眠师 时间：2018-08-09 21:02:59  
比如各位目前的平凡生活，虽然你有很多不满，但最坏结果是，至少你有饭吃，有屋住，身体还健康

那么还是比较好的，在这个基础上，虽有痛苦，但尚且还可以

同样如我，自由职业，最坏的结果是没学生带了

但我还有技术，随便一出售，又可以生存

所以就不用过分焦虑担忧。

楼主：神棍催眠师 时间：2018-08-09 21:24:04

比如婚姻，两个人最坏的结果是离婚，但不会死人。

未来还有其它可能，所以遇到婚姻问题，比如家暴，出轨等，遇到矛盾也不必过分焦虑，六神无主

楼主：神棍催眠师 时间：2018-08-09 23:03:20

各位涯友，有个生意，卖月球，因为月球不属于任何国家，谁先占领算谁的

只要 299 元，你就能拥有 4000 平米的一块月球领地

想要吗？

是不是觉得有点扯？

哈哈，美国有人就在卖，而且都是千万级别的生意

只因为人们为了好玩，价格也还可以，所以这生意非常火爆

说这个案例是为了证明：事实本身无意义，但观念可以赋予意义

有些人买月球的地，为了送给自己的女朋友作礼物

同样钻石本身也没什么鸟用，但只要把它和爱情联系起来，就变得尊贵了

人不断在赋予事物以意义，满足的是自己的欲望

所以即使不是钻石，也会是其它一件替代品，总之，爱情总要有个见证～这才是最核心的

至于拿什么见证，就看商人怎么给你洗脑宣传了

楼主：神棍催眠师 时间：2018-08-09 23:08:50

另外也告诉大家，很多人的自我认知，也是由他人的评价赋予你的

别人说你漂亮，你就傻乎乎乐呵，即使你并不特别漂亮，但你也爱听好听的

别人说你这个人不行，你也会自我怀疑，说的人多了，你也会默认

世界上，唯有那些建立起自我认知系统的人，才不会在意别人赋予他的意义

这类人的人生意义是由自己赋予的，别人的评价，他不会在乎

而凡人大多是乌合之众，所谓的意义依赖于外在赋予

很多人都想活出自我，那建议你多看看哲学书，多动动脑子

否则只能活出大众期望的自我～

楼主：神棍催眠师 时间：2018-08-09 23:46:24

说起人类的从众心理，给大家推荐一本书：《乌合之众》

楼主：神棍催眠师 时间：2018-08-10 11:38:37

@shiningstar3ee 2018-08-10 08:12:48

如果可以打赏，我愿意给老师打赏啊，人生的收获。

改变人生的，触动灵魂的，最多 10 件事，这就是其中一件。

---

不用打赏，若说你觉得真的很受益

那么为了让你的受益感受更强烈，那么我建议你多付出一些，才能配得上受益度

因为一个人对一件事付出越多，此事价值越多

而天下免费的东西，就是垃圾一个，大脑会觉得理所当然，不去重视

在天涯看帖，很多人其实并不会会有大的改变，因为付出的太少了，看过就过了，生活继续

那你怎么付出呢

建议如下：金钱+行动回报

1. 金钱方面：可以给一些公益平台捐点钱，就当做是你从别处获益，那么你也反馈出来，让其他人受益

2. 行动方面：可以推荐这个帖子给合适的人，并且积极点赞

以上付出越多，大脑会觉得：这个东西真的有用，太特了有用了，你看我都为此付出了这么多，可见其重要性！

楼主：神棍催眠师 时间：2018-08-10 11:45:05

另外说到这个话题

劝各位想成长进步的同学，如果要学一门技术，还是花点钱比较靠谱

但前提是你先找一个好的老师，负责人的老师，但目前技能培训这一块，大多数都是短期培训，效果弱一点

最好找个能长期督导培训的

为何说要花费呢，很多人觉得我网上自己查资料，看书看视频也能学会啊

我只能说：哈哈哈哈哈

小聪明而已，只会害了自己，为了省下那一件衣服钱，最后丢掉了一次技能提升，自我提升的机会！

因为凡是免费的，得来太容易，所以不会珍惜，也就不会认真对待，都是三天打鱼两天晒网，最后的结果是不了了之。。。。

不过现在有些人已经意识到了，有付费学习的意识了。未来知识型社会，需要终生学习，不断学习，所以找对方法

别为了省那即使一百块，而让自己失去成千上万的发展机会。

楼主：神棍催眠师 时间：2018-08-10 11:51:59

不过这也取决于你的经济情况

社会上各阶层最爱学习提升的人排名如下

上层阶级最爱学习，有不足之处就会寻找资源去提升自我，或者获得重要信息。一方面是因为他越在高层，越懂得知识信息的重要性，另一方面他们无金钱之忧，钱不是问题，有好老师就可以

中产层次之。一部分中产者没学习的意识，觉得生活还过得去，愿意给孩子投资，但对自己投资较少，一部分已经意识到了自我投资的重要性

底层阶层最弱，因为这类人每天想的是生存问题和娱乐问题。做的工作也是基础类工作，技能要求较低，没有体验过高技能工种能带来的巨大收益，也就没念想刺激

另外还有个重要原因是金钱紧缺，宁愿先满足娱乐需要，也不会考虑自我提升

于是这个社会会变得：强者愈强，弱者愈弱！

楼主：神棍催眠师 时间：2018-08-10 12:02:53

人们有时候有仇富心理

觉得凭什么有些人那么富，我这么穷

这么说吧，凡是靠自己能力富裕的人，都是人才！都是优秀的人而不是你想象的那种土豪，啥事不干就有钱

比如教育行业，有人一年能做 8000 万，有的人一年 600 万，有的人一年只有十几万

8000 万很多吧，可你知道付出了多少吗？备课之精细，上课频次之多，有时候拿命在工作

不要再仇富了，没事了向这些人多学学比埋怨强

楼主：神棍催眠师 时间：2018-08-10 13:39:09  
一直不明白，为何这帖子不火呢？

事出必有因

请各位涯友分析下

楼主：神棍催眠师 时间：2018-08-10 14:26:37

@shiningstar3ee 2018-08-10 14:15:31

啊，才看第一次发帖时间，两年前的？这也太冷了吧？

---

哈哈，这是 2 年前的帖子，之后放弃更新了

最近拿出来更新的。

楼主：神棍催眠师 时间：2018-08-10 14:40:14  
@shiningstar3ee

谢谢朋友的打赏，心意领了

可以把打赏的钱用来做公益，腾讯公益有活动。

写这个帖子不是为了商业目的

所以如果觉得受益，就捐 10 元钱做公益。

楼主：神棍催眠师 时间：2018-08-10 14:48:54

刚有朋友打赏了一个真牛皮沙发，5000 赏金

我给回赠了一个天涯贝，现在才搞明白，1 个天涯贝=100 赏金

也就是说朋友打赏了 50 元。

无法再回赠了，我把剩下的以你的名字，@shiningstar3ee，捐出去吧。

谢谢各位的支持，刚捐了，截图如下

楼主：神棍催眠师 时间：2018-08-10 14:54:18  
多做公益，有利于培养我们的善心，也更会让我们知足常乐

毕竟你比受捐助的人条件好一点。

这样爱心多了，人的情绪状态也会平稳安详一点

否则功利性的社会，让我们离本性越来越远

这个世界就是一个修行场，当人们认识到：大家都是一样的，你就是我，我就是你。无分别时，亦无矛盾，无悲亦无喜

否则，只要有我们对立，必有痛苦！

对立的模式注定了，人世间，苦乐参半，苦多乐少

楼主：神棍催眠师 时间：2018-08-10 22:58:49

马上9楼了

楼主：神棍催眠师 时间：2018-08-11 10:13:47

有朋友说这帖子不火的原因是，因为里面的理念让很多人不爽？

不会吧，这个世界的规律并不会因为你不喜欢就不存在。

唯一可做的是认识规律，承认现实，然后利用规律改造自己的生活

做个调查，我想知道，作为一个读者，看到这帖子内容，你们的内心感受是怎样的？写出来我了解下，这样方便我改进

楼主：神棍催眠师 时间：2018-08-11 11:59:30

早晨又送出1000元大奖，一个上初一的女孩，从班级十几名考到了第二名

我们给应用高效学习法后，成绩进入前3名的孩子，奖励1000大洋

目前已经有6个孩子获奖了

带了这么多学生，有如下感受：

1. 越是成绩好的孩子，越注重学习方法，有些孩子都是全年级前十，仍学高效方法，这类学生相当于已经预定了清华北大的名额，他们学校年级前40，都可进清北。

反而越是成绩差的孩子，越不注重方法，反而在努力上做文章，总觉得自己还不够刻苦，可惜理解偏了。

2. 方法对了，事半功倍，早晨这孩子之前语文也补课，但成绩就是上不去，不会吸收，应用精准学习法后，从 80 分到了 95 分，

通过学生学习，引申到各位涯友的平常生活

越优秀，越注重学习，越注重方法模式

越平庸，越最注重努力，越是盲目生活。

很多人觉得我注重努力有什么错？努力难道不好吗？

请容我笑一会儿：哈哈

朋友，何谓努力？就是痛苦的事情你在坚持

不是努力不好，

而是：凡是要努力的事情，一般情况你都难以坚持下去，也就是说你连努力都做不到

为何做不到？

因为你的方法模式不对，所以才痛苦！才难以坚持。

如果方法对了，那就不会痛苦，又何谈努力？那是自愿乐呵去做的，而不是很勉强在做的。

楼主：神棍催眠师 时间：2018-08-11 12:02:30

哎，这个努力和模式的逻辑

就是强调八百遍都不为过

因为很多人看似懂了，实际上脑子就没转过，还是毛线都不懂～

如果懂了，意味着你的生活开始有不一样的地方了

当然一部分涯友反馈说，已经有改变了，那才说明真懂了

楼主：神棍催眠师 时间：2018-08-12 00:06:43

平板现在可以坚持 2 分钟了，不得不佩服自己 666

每天睡前 3 分钟仰卧起坐 50 个+平板 2 分钟

此为人生标配，各位开动起来吧

其实写这个帖子就是为了给我的网络健身馆打广告，相信有一天会有成千上万粉丝每天锻炼的

然后我不就成功了么，现在看到楼主的真面目了吧

楼主：神棍催眠师 时间：2018-08-12 14:06:26

刚看了下招风耳，还是有点道理的

楼主：神棍催眠师 时间：2018-08-12 14:07:21

压涯友们，楼主招风耳要发财了，快抱住大腿

哈哈哈

楼主：神棍催眠师 时间：2018-08-13 10:44:55

楼主是从鬼话过来的，莲蓬鬼话对我世界观，人生观的影响还是很大的

从一个无神论慢慢转变为有神论，方知世界之大，自己曾如此无知

那么偶尔也会推荐一些好帖子，放到这里，毕竟天涯现在好帖子越来越少了，鬼话都变成小说创作基地了

人生命运，前面的模式论强调的是事实规律，但在规律背后还有更大的规律模式，那就是命运

命运定下了你的格局基调，然后在这个基础上应用模式论，会事半功倍！

但很多人是唯物主义，总觉得人定胜天。

孔子说过：君子不可以不不知命

那是因为孔老夫子是周易大师啊，他虽然不谈怪力乱神，但并没否定。

另外我们现在看到周易的十翼就是孔子写的。

楼主：神棍催眠师 时间：2018-08-13 10:46:14

摊主暴走基的帖子。讲他经历的怪力乱神

[http://bbs.tianya.cn/m/post\\_share\\_weilun.jsp?id=1685279&item=16&f=a](http://bbs.tianya.cn/m/post_share_weilun.jsp?id=1685279&item=16&f=a)

楼主：神棍催眠师 时间：2018-08-13 10:49:07

给大家看一个朋友反馈的

她上学时为何一直抄黑板报很慢的原因

模式，重复一生啊

楼主：神棍催眠师 时间：2018-08-13 21:18:02

恍恍惚惚，风风火火

楼主：神棍催眠师 时间：2018-08-13 21:21:53

这破帖子，就这么不温不火，我也得把它搞到 10 万点击量

哈哈，还就不信这个邪

楼主：神棍催眠师 时间：2018-08-13 23:27:15

@心随你 2018 2018-08-13 23:25:48

神棍怎么加你

-----  
加我干嘛

楼主：神棍催眠师 时间：2018-08-14 10:24:21

点赞能赚分，指的是点赞者有奖励，被点赞者也有奖励。

这个奖励因为是刚开始，知道的人还不多，现在奖励非常丰厚，现在的价格是每分 5 分钱，点一个赞奖励 110 分，也就是 5.5 元。往后可能奖励的分越来越少，抓住机会。

楼主：神棍催眠师 时间：2018-08-14 12:45:17

凡是说道理都懂，我就是我做不到的朋友

我想说：你懂个毛线！

凡是这种情况，要么你所谓的懂道理，懂得都是垃圾无用的道理

要么你就根本不懂装懂

看懂几个中文字不等于懂道理

相对论这几个字谁都懂，简单的解释谁都懂

请问你懂相对论吗？你懂真正的量子力学吗？

懂个毛线

楼主：神棍催眠师 时间：2018-08-14 12:47:25

嘴之懂和心之懂

差距十万八千里

嘴之懂只需要一秒

心之懂，也许十年也未必吃透

区区 5000 字的道德经，谁都看的懂

但你能说你懂道德经？

楼主：神棍催眠师 时间：2018-08-14 20:16:14

我来揭秘这个帖子不火的原因吧

是因为前面理论稍微有点多，来天涯，大多数人是看故事的

如果上面的理论用故事的形式写下来，会受到人们喜欢的

否则凡是动脑子的事，人们是不愿意去做的

于是，注定了少数动脑子的人掌握核心，大多数人跟在后面盲目随从

自古至今，从来如此。

楼主：神棍催眠师 时间：2018-08-14 22:15:19

@神马都是一啸 2018-08-14 22:10:51

西安有一个英国人托尼，办了一个黄河慈善厨房，坚持 13 年，今天微信看到他的故事。神棍老师知道此人吗？

---

我看过他的故事，但没见过这个人

楼主：神棍催眠师 时间：2018-08-14 22:47:29

@征服葵田谷 2018-08-14 22:39:17

楼主。。。。

---

意欲何为？

楼主：神棍催眠师 时间：2018-08-15 11:12:40

@瞎说啥大实话 2018-08-15 09:12:33

今天打卡：晚上一定要十一点前睡觉！ 不然就不如驴？！

---

希望今晚不要成为驴

楼主：神棍催眠师 时间：2018-08-15 11:24:05

看到曾经初中时的照片

那时候有厦门大学的研究生来西北贫困地区支教一年，楼主就在曾经最贫困的宁夏西海固地区，现在情况有所改善，和贵州那边交通不便比起来，这边已经好很多了

支教团队每一年换一批

当时对我们那边的孩子影响还是很大的，不同的教育方式和理念，和学生们的关

系都不错

这种一年制的支教是很棒的，厦大的这个支教模式很好，每年选的都是研究生，而且选拔优秀的过来

这比单纯在寒暑假支教的短期模式要好很多。

下图是当年隔壁班同学点着蜡烛看书的照片

楼主：神棍催眠师 时间：2018-08-15 11:29:18

所以那边很多孩子对厦门大学是很向往的，也指引我走向这个学校

虽然退学了，但在学校里受益良多，感谢学校没把我勒令退学，得以在学校安静看书自学2年

因为一般挂科超过20多学分就要退学

我当年有一年半都没去上课，20多门课，全零分。

楼主：神棍催眠师 时间：2018-08-15 11:35:51

刚看到新闻，学诚法师辞去佛协会会长职务

虽然xing侵丑闻全网被删，但被实名举报

看来国家调查后出事了，把其会长职位撸掉了

哎，修行

寥寥无几。

楼主：神棍催眠师 时间：2018-08-15 15:45:33

@雯哈嘉 2018-08-15 13:02:32

崇拜你呀楼主，可以跟你混不

-----  
我教你梳中分

楼主：神棍催眠师 时间：2018-08-15 15:47:54

很多人对心理行业感兴趣，我觉得可以把的心理学之路这段经历写下来

供想走这条路的人参考一下，你就明白若走职业心理催眠之路，绝不是你想象的那么简单

当然如果你家有矿，那无所谓

下篇预告：我是如何成为一名心理催眠师的

楼主：神棍催眠师 时间：2018-08-15 16:31:19  
给大家推荐些我收藏的精品好贴，我觉得是比较靠谱的，也许会让重新认识这个神奇的世界

其中第4个和第5个，自身属于大神级别

1. 一位心理咨询师对精鬼神怪的探索  
<http://bbs.tianya.cn/post-105-531175-9.shtml#6398998>

2. 仙凡影尘录--- 一名道士的三十年灵异经历  
<http://bbs.tianya.cn/post-16-626321-1.shtml#178>

3. 姑妄听之-----不信鬼神的人复述鬼故事  
<http://bbs.tianya.cn/post-16-770697-1.shtml>

4. 骑仙鹤的师父门下童子人间经历  
<http://bbs.tianya.cn/post-16-816480-1.shtml#174>

5. 我的神仙哥们儿  
<http://bbs.tianya.cn/post-16-782356-34.shtml#34780422>

楼主：神棍催眠师 时间：2018-08-15 21:00:29  
@瞎说啥大实话 2018-08-15 20:12:41  
今晚想继续催眠兔崽子们，强抱起一只的时候，发现阿福吓得都哭了！我第一次知道兔子也会哭的！一只眼睛下面毛都湿了... 可恶的人类总能想到么蛾子怎么作弄俺们动物们！

-----  
哈哈，因为仰面躺着时，是最危险的时刻。

露出了它的致命薄弱点  
楼主：神棍催眠师 时间：2018-08-16 17:13:13

楼主：神棍催眠师 时间：2018-08-16 19:17:16

楼主：神棍催眠师 时间：2018-08-16 19:59:10  
关于向少妇卖仁波切这段

哈哈，请容我笑一会儿，这事真的存在

你问怎么才能赚快钱，我告诉你：市场需求什么，你就提供什么

即使是假的，人们依然会乐此不疲的购买

前提是：你得具有慧眼，看清真正的需求点，可惜很多人看到的是表面需求

楼主：神棍催眠师 时间：2018-08-16 20:02:51  
比如七夕节卖礼物的

直男癌不懂，你只要设计的稍微浪漫点，价格定在 150~300 元之间，可大卖。

其实大家对品质并没有那么看重

就是图个浪漫，定价太便宜显示不出心意，太贵承担不起

楼主：神棍催眠师 时间：2018-08-16 20:08:28  
这破帖子

还是讲故事吧，谨以此文送给想学心理学的朋友，看看成为一名职业心理催眠师的道路是多么艰难，也让大家了解下心理行业的现状

另外也算个人自传，勉励自我。

楼主：神棍催眠师 时间：2018-08-16 20:10:16  
一：机缘

某年某日，在中国西北某个荒凉之地，一个少年在此成长生活~小时非常听话懂事，从不与人发生争执，也不打架闹事~规规矩矩，不曾想，日后却因为行为思想怪异，偏颇人之常理，又因为从事某种职业，于是在人们眼中成为了神棍！行走在玄学与生命的绳索上~

首先，敬卡卡与巫师唐望！

我们所看见这个世界只是对世界的一种看法或一种描述。这一切会存在，只是因为我们的注意力。我们现在坐着的这块石头会是石头，因为我们被强迫把它当成石头来注意。

停顿了内在对话，随之就能停顿此世界，我们以我们的注意力维持住世界的影像，如果我们不把注意力集中在这世界上，这个世界就会崩溃。

楼主：神棍催眠师 时间：2018-08-16 20:10:48  
接上回：

记得小的时候，有做过很奇妙的梦~梦到一个看不到太阳，但天色却非常柔和，感觉整个大地都笼罩在安详与平静中，处在那种天空下，感觉非常的幸福，天空非常的干净明丽，现实的天空无法比拟，因为现实中天空没有感情~

而在那个梦境里，我是一个小孩，在家附近玩耍，瞥见远处柔和的天空，感觉好像被一种暖暖的爱所包裹~整个环境充满了感情~

之后又梦到很多奇异的梦境，这种梦，是一辈子也难以忘怀的！

楼主：神棍催眠师 时间：2018-08-16 20:20:08

小时，无甚奇事，除了乖巧还是乖巧，有点点预言梦以及奇梦而已！擅于胡思乱想~

## 一、初中

初中时，就对人生哲学比较感兴趣，记得老师奖励了一本书《菜根谭》，那本书里面讲了很多人生哲理，那时候我对这些很感兴趣，经常翻开来读

另外读书是我的一大爱好，放了寒暑假，家里没书读，我会骑自行车，来回 20 公里，就为了到县里的书店，借故事书来看，每本书每天是 3 毛钱的借读费

于是每次都拿两本，三天读完后再去拿新的

记得小学没书读，我会把哥哥的语文书翻出来，看里面的故事，这是一种自动反应，也说明大脑喜欢故事，喜欢思考。

初中除了读书外，已经对心理学开始感兴趣了，善于观察人，不过一般都是自己琢磨，比如看别人的照片，就凭直觉来判断这个人的学习好坏，性格等等，一般来说正确率还是挺高的

楼主：神棍催眠师 时间：2018-08-16 20:45:33

记得有一次我放在宿舍里的十几块钱被偷了，我怀疑是某一位同学干的

于是我就叫这个同学的名字，观察他的表情反应

当时他一直装着听不见，没反应

最后经其它同学反映，可能是他们几个人一起干的

另外初中时，思想比较成熟一点，对同班同学中很多人的行为，感觉比较幼稚，因为一眼就能看出其行为背后的真正动机

当年我在学校自我感觉良好，结果等到大学毕业，同学们再次相聚时，很多人很惊讶，说我变了，变得温文尔雅，翩翩君子，（哈哈，夸奖语是我脑补的）

初中时的我给人感觉很高傲冷漠，独来独往不合群，自带装笔范儿

最大的惊讶应该是我自己，因为我从来没想到自己在大家的眼中，是这种样子的。

我爱人就是我初中同班同学，大学时初中同学听说她和我谈恋爱，很多人对我爱人感到非常诧异：你怎么会和他那种人谈恋爱？

哎，我做错了什么

但当时自己觉得和同学相处很融洽啊，可能自带王者气质吧，哈哈哈哈

不过回看当年初中毕业照片，看起来确实有点傲，因为那时候我想让自己变得成熟一点，不过这应该是每个初中孩子都有的愿望

楼主：神棍催眠师 时间：2018-08-16 20:51:53

二、高中

转眼到了高中，于西北某市国家直属重点扶贫中学上学，因为考来不易，又因为特傻特天真，努力学习，在别人周末出去上网的时候，竟然大清早起来跑到操场上背英语单词~

高一上学期，猛然从开学时的倒数第四跃居全班前三名~常言说：有得必有失！

因为过于刻苦，上课时时刻刻保持高度注意力集中，然后为了省钱，饮食上吃的也就是土豆白菜，营养跟不上，偶尔开始出现失眠，多梦，梦中梦！

终于在一日上午上课之时，头痛欲裂，似针扎入脑壳，等下课后跑到操场上，瞬间没有疼痛~

刚开始并没有在意，但是又经历几次这样特殊的待遇后~心慌然顿悟，从此走上了另一条道路！

楼主：神棍催眠师 时间：2018-08-16 20:58:13

那时，突然想起父亲每次打电话说的话：你吃好，喝好，穿暖和就行！注意身体！

父亲从来没有过问我的学习情况，也没有教导要好好学习，每次打电话，总是这几句话！

于是，在又一次疼痛袭来，难以承受时，突然脑子里出现一个声音：何必拿着生命去换取考试的分数！

又仔细一想，是啊，如此年轻，以后的路还很长，为什么要冒着生命危险，竟然只为了考个好分数，太亏本了！

于是，从这一次彻底改变了人生轨迹！

无论上下课，还是晚自习，或者刻刻苦苦，拿着福尔摩斯探案全集，津津有味努力学习，或者上课呼呼大睡~瞬间，学习成绩下落，尤其恐惧数学~因为作业基本靠抄！

到了周末，上网包夜，抡起台球杆，拍起小篮球~日子倒也舒畅

那时候经常去书摊逛，会买点读者和其它心理学的旧书，前文说过那本《普通心理学》，我平常没事就拿出来看，很多我之前自己摸索出来的理论，我自己觉得很牛，结果一看那本书，已经被人写在书里了。

另外对于那本书里的一些理论，我也会提出个人见解，在书上做了很多笔记想法，那时我就觉得自己对心理学是有一定天赋的

记得高一时，英语老师看到这本书，问我喜欢心理学？

我说对，我以后大学就学心理学。

楼主：神棍催眠师 时间：2018-08-16 21:04:52

这里记载高一时的两个思想见解

### 一、蜜蜂的辛劳

记得有一次要写英语作文，题目就是赞扬蜜蜂的辛劳精神，为人类提供了蜂蜜

我的作文写的却是：这都是人为强加上去的，蜜蜂酿蜜，这是动物的本能，但人类却赞扬他们的辛劳精神，这是人类主动强加的，对于蜜蜂自身来说，他们才不会觉得这是辛劳呢

这个案例只是体现，高中时就对思辨这类事情感兴趣。

### 二、抖腿的原因

那时候很多学生会抖腿，或者夹腿，我敏锐的认识到其中的原因就两个

一个原因是紧张引起的，另外一个原因就是可以引起性刺激，虽然不够是很强烈，但这种摩擦会带来舒适感，所以很多人不自觉的会抖。

这些都可反馈出，那时候比较喜欢观察和思考

楼主：神棍催眠师 时间：2018-08-16 21:07:02

到了高二要分科，因为恐惧繁琐的数学，于是选择文科~那时人们觉得文科没有前途，大多数成绩好的会选择理科，但是神棍比较机智，文科时间多，可以看小说等等~此后果然如此，每天下午泡在阅览室，看些 UFO，世界未解之谜等等

周末出去后，买些心理学，教育学，气功入门，中医治疗手册，针灸秘籍，麻衣神相等等来看~

凡是涉及到人和这个世界的，我都感兴趣

每晚自习，皆刻苦学习此类书籍~终于功夫不负有心人，某一日，略懂看相摸骨之术

惹得无数小女生晚自习时悄悄跑到神棍桌子前，伸出纤细小手，被神棍仔细揣摩一番后，给予三两奇妙断言，悻悻离去~因为断言不是伤痛即是疾病~但即是如此，来着络绎不绝，并且本着“只摸女骨~男士勿扰”的原则，摸着无数小手，有细腻润滑者，亦有粗糙铁汉者~依手感而考虑断言之多少~

不曾想，摸着一女子，赐予几句瞎扯良言，回去却把此事告知其父亲，此女子父亲是给我们代课的老师，于是乎，一日在课上，老师曰：某些同学不好好学习，乱看乱说，难道不知麻衣神相之规矩，可看不可言！

原来老师也喜欢这些东东，但是经此在全班一说，从此没落，再无小手可揣摩~不过也摸得够了~算是了而无憾吧！

楼主：神棍催眠师 时间：2018-08-16 21:16:52

另外那时候我对中医特别感兴趣，每天晚自习自学，把整整一本中医书自学完了

还做了完整的笔记，我宿舍床边的墙上，贴的都是人体经络图。

那时候想的就是，如果以后不学习心理学，那我就成为一名中医。

高二还买了一些关于人类大脑创新的书籍

从那本书上我汲取到：世上根本没有创新，所谓创新，就是把现存的各种物品，重新组合一下而已。

比如那时候流行一种笔，就是笔头上挂个弹簧玩具啊这类的，你可以说它是创新，但实际上不过是笔+玩具的组合而已

那时候还研究了几个创新小项目

记忆比较明确的是一个项目：给教育部的一封信

哈哈哈哈哈

当年那封信的开头确实是，中国教育部你好：

信的内容是，建议在我们的书本和作业本每页最下面的空白处，可以写一些脑筋急转弯或者名人名言这类的，以及一些趣味知识等

这样显得不会那么枯燥，大家无聊时可以看看这些，还能开动脑筋，并且增加趣味

我记得那封信写了十几页，最后也没发出去，因为不知道到底该发给谁

结果多年后，我确实有一些作业本的最下面见到了一些名人名言，我一想：这不就是我当年的想法吗？

可见我多么的机智。

楼主：神棍催眠师 时间：2018-08-16 21:22:57

另外记当年的一件糗事

有一次我们学校来了一位北师大的心理学教授，给我们班做了一个讲座

具体内容忘了，但是里面有一点冥想的内容

然后那个教授留了电子邮箱，说欢迎大家和他交流

于是有一次我去网吧包夜，就想给这个教授写封电子邮件，表明我对心理学是多么喜欢，想要未来学习心理学

结果在网吧里，那时候刚玩电脑不久，什么都不会，只会看个电影，申请了个QQ，用QQ给教授写邮件时，硬是不会切换输入法，每次都是英文，然后我就傻乎乎的一直尝试

一直尝试了好久，最终放弃了。。。。

楼主：神棍催眠师 时间：2018-08-16 21:34:03

还有件事印象很深刻，那就是第一次看到政治书的哲学部分

我记得当时刚开学，领到了新课本

就随意翻看政治新课本，课本讲的是哲学部分

当看到“世界是运动的，是普遍联系的”这句话时，惊为天人，浑身犹如遭受了电击，感觉太震撼了，这特么的说的怎么这么精辟呢

区区几个字道出了世界的本质啊！这几句话简单，但是蕴藏的内容实在是太多了

当时我对哲学非常感兴趣，从这也能看出，我的大脑本来就对心理哲学具有一定得领悟能力

记得高考结束后，很多书都扔掉了，但我把政治关于哲学的那本书留了下来，一直保存着，我觉得这写的实在太好了，这么有价值的东西，应该多看多回味，不应该丢弃！

楼主：神棍催眠师 时间：2018-08-16 21:46:39

高中因为是文科生，所以我有大量的空余时间，一般都用来研究自己感兴趣的東西了

尤其心理学关于人的涉猎很多，学校图书馆有很多关于心理学的杂刊，我是经常光顾的

那时候对很多事情都有自己的见解，我目前的很多理论，其实是在高中就已经形成了，只是后来大学又在其基础上添加了一些东西上去而已

除了学习心理学之外，在性格方面，也有一点小叛逆，有时候会逃体育舞蹈课，老师让写检查，我就写因为舞蹈课我不喜欢，我也不认为跳舞对我来说有什么用，有那个时间我觉得去操场思考人生更好

哈哈

另外奥运会传递火炬那次，我怂恿宿舍的一起去看火炬传递仪式，但是班主任提前明令禁止，不允许出去

但我们宿舍的大清早偷偷翻墙出去看了

结果上午被班主任发现要写检查

我的检查写的是：我觉得这个事情很好，很有纪念意义，很多年后，我可以对我孙子说，你爷爷当年为了看奥运火炬，翻墙去追逐这个愿望，为了自己喜欢的事就应该去做，即使有困难也要克服

结果班主任看到我写的，怒了，说：这是检查吗？你给我当着全班的面读一遍

于是我很平静的读完了检查，但台下同宿舍的替我捏了把汗。。。害怕老师削我

现在看来，那检查确实有点二。。。

楼主：神棍催眠师 时间：2018-08-16 21:59:38  
浑浑然，玩玩耍耍中度过了两年快乐时光~

因为平时发挥正常，每次考试，可得全班九，十名，非常满意，曾经看过一篇报道，说凡是以后大有成就者，上学时的成绩都在 3~15 名中间，现在想来，非常感谢此研究之作者，你说的话太让人听着舒服了！

经历传说中的高考后，自己已知能考多少，想来梦想中的北师大心理系已无可能本着随顺而安的原则照吃照喝

成绩下来，吓人一跳，全班第二！全省文科排 55 名，不容易啊

这里说下为何成绩这么好，实际上并不是我的成绩高，高考成绩还没我平时模考

成绩高，但因为大家的成绩低了，所以凸显我的成绩高

大家为何低了呢？

因为当年的数学考试，在第一道大题，原本应该是最简单的送分题，但我们那一届那道题太难了，计算量很大，我最后直接放弃了

而且在考场当时看到这道题，本来我也紧张了，但转念一想：又不是难我一个人，于是机智的笑了，我已经预测出来这次考完肯定很多人会崩溃

结果下了考场，果然很多女同学都哭了，这就涉及考试答题策略，其实是心理学的一点技巧。

楼主：神棍催眠师 时间：2018-08-16 22:03:00

成绩很好，想着有机会实现梦想，那个兴奋劲儿别提了！

可是填报志愿时，却发现心理学属于理科，北师大在这边没有想要招收文科的意思，给文科生的专业都是学前教育，政治等

只有中国农林大学提供心理学专业，但上这个学校，我觉得对不起我那成绩，而且要学就找最好的心理学学校，不能委曲求全。

于是在失望中报了南方某所美丽的名校，只因听说此校风景优美，美女无数，而且商学院挺厉害！其工商管理在全国赫赫有名，是国家重点学科

想着等以后经商赚它个百八十万，自己搞投资研究脑科学，心理学，走迂回曲线

楼主：神棍催眠师 时间：2018-08-16 22:10:33  
高考结束后，我就想着，赶快历练自己的商业本能，为以后赚钱研究心理学打下基础

有一次很天真的去一个大酒店应聘，我说想应聘管理岗位，这样我可以把你们公司发现的问题，带到大学去询问老师，到时候可以给你们指导意见

哈哈哈哈

结果人事部门说他们只招收服务员，管理岗要不要。

现在想来，太天真烂漫搞笑了

开学后坐火车到南方校园，开学时是一个人走的，家里也没人送，我自己觉得也没必要家人送。

在火车上座位旁边遇到一个大二的学姐，就和她聊关于学校的事，最后她还以为我也是大二的学生，哈哈哈，这波装的可以，但真不是我有意的。

楼主：神棍催眠师 时间：2018-08-16 22:26:27  
另外也在火车上结识了老乡，也是我的学长，他大二了

到学校后，学长说他在给新生卖英语周刊报纸，问我想干吗？貌似是 120 元钱，我可以提成 15 元

我当然想干啊，可以锻炼自己嘛

于是作为一名大一学生，我给其它的大一新生推销英语报纸，最后好像也没卖出去几份，但是脸皮厚，敲宿舍门，装作大二学生，给新生一个个推广

大一开学军训后，正好看到宿舍楼底下有个招聘广告，是学校里大二学生发起的，类似是要组织一个外卖创业团队，于是我去应聘入伙

然后和他们一起去学校外边的餐馆，和那些老板去谈我们的想法，给他们送餐

其中在一个西餐店，我们给老板说这个想法，那老板说你们给这么多餐厅送餐，怕是忙不过来，我给说出了解决方案

然后我们留下联系方式就走了

之后那个西餐店老板单独给我打电话，意思是觉得这几个人中，我能力还不错，不过他并不知道我是大一新生，他想让我只给他这一个店建一个送餐团队，他给我付月薪 800 元，我欣然同意了

于是开始招聘学生送餐，但是最后因为有些学生动不动就请假，没人送餐，于是就只能我自己出马送餐

最后搞得我一听见手机铃声都怕，担心又是让我去送餐，这很打扰我的个人时间，让我不爽，压力也有点大

所以做了大概快一个月，我就辞职不干了，老板包了一个红包，拿到宿舍一看，我擦，才 500 元

不过我也没说啥，总算是了却了一个头疼事。

说这个故事的目的是强调，当年我之所以如此努力，并不是为了那点钱，而是想及早锻炼商业才能，为了我以后开公司，赚钱，争取在 30 岁左右可以有钱，去买脑科学的研究设备，尽快开启心理学研究之路。

之后不送餐时，我就在看一些商业书籍，认真做笔记，都是为了走迂回路线，实现我的心理学之梦

楼主：神棍催眠师 时间：2018-08-16 22:28:09

写的有点累，不写了

楼主：神棍催眠师 时间：2018-08-16 23:42:01

@哈哈善 2018-08-16 23:18:25

支持原创内容

---

不错奥，小伙子，一个人顶起了一片天啊

都被你顶到 10 页了，强强强

楼主：神棍催眠师 时间：2018-08-16 23:43:48

@yrz888@哈哈善

你俩是一个人吗？

这顶贴套路 666

楼主：神棍催眠师 时间：2018-08-16 23:49:06

看看你俩这顶贴方式，不知道的还以为是我雇来的水军部队

楼主：神棍催眠师 时间：2018-08-16 23:51:41

你俩还有个共同特点，就是都有一个赞

请问是何方神圣，，，，如此给力

难不成只是为了给自己点赞赚分么

学心理的就是这么洞察一切，哈哈哈

事出反常必有妖

楼主：神棍催眠师 时间：2018-08-16 23:58:39

@yrz888 2018-08-16 23:57:14

你真是神棍了，看好你

---

真不是熟人？

楼主：神棍催眠师 时间：2018-08-17 13: 22: 36

这个抢红包怎么玩啊，我也发几个大家抢

楼主：神棍催眠师 时间：2018-08-17 13: 24: 56

为什么手机端没发红包的按钮

楼主：神棍催眠师 时间：2018-08-17 20: 08: 47

原来电脑上可以发红包，可惜密码忘了，明天给大家发

楼主：神棍催眠师 时间：2018-08-17 20: 33: 21

继续接上回，自从一个月的送餐团队之后

就在看商业书籍，做笔记，那时候冲劲儿很足，满脑子想的都是赶快学习，为了

梦想而努力

那时候除了上课，就是图书馆

里面各式各样书籍，哲学，心理学，生理学琳琅满目，使人惊喜！

犹如掉到了知识的海洋中，如饥似渴的在学习，那时候我干劲十足，我觉得将来一定要在心理行业做出一番成就，所以现在抓紧学习我还考虑到时候若条件允许，要出国学习脑科学知识，毕竟心理学国外起步比国内早很多

我还订了个英语学习

计划，也在看神经生理学书籍，那时候我觉得所谓心理学，其实最终的本质都是大脑神经学，一定要从本质入手。

那时候的自己，一有空就在研究这些，有一件事可以说明自己的冲劲儿有多大

那就是：当时看到朋友在谈恋爱，我是不屑的

虽然当时我想谈恋爱，分分钟就可以，实在是太英俊潇洒，风流倜傥了，哈哈

哈因为我当时觉得谈恋爱实在很麻烦，纯属浪费我的宝贵时间，有时候可能要陪女朋友什么的，占用太多时间，这是不被允许的！我要学习，实现梦想才是王道！

楼主：神棍催眠师 时间：2018-08-17 20:42:43

在图书馆浏览商业书籍时，自然就看到了哲学书，现在还记得序号是K字开头

然后接触到了萨特等人的存在主义学说，简单介绍一下存在主义学说

存在主义 (Existentialism) 是一个哲学的非理性主义思潮，以强调个人、独立自主和主观经验。

最先提出的是尼采。索伦·克尔凯郭尔、叔本华、雅斯贝尔斯和马丁·海德格尔可被看作其先驱。

尤其在 20 世纪中它流传非常广泛。法国哲学家萨特和作家阿尔伯特·加缪是其代表人物。

加缪的局外人相信大家了解，包括尼采的《查拉图斯拉如是说》

除了雅斯贝尔斯没怎么看国外，其它的这几位都在深入涉猎

其实研究心理学并不是我的最终目的，更准确的表述是，我想研究的是：人人为何活着，这个世界运行的是如何，规律是什么？这就涉及到哲学了，所以初期我自然被存在主义学说吸引

因为他们强调的是人

应该怎么活着？

当然后面我才了解到这实在是太肤浅了，可能大多数人和我一样对哲学的概念就是人生吧，其实这些只是表面的，哲学的本质核心比这深入的多。

楼主：神棍催眠师 时间：2018-08-17 20:46:10

存在主义的书很合我的胃口，我认同其中的理念

那就是人的独立性，个人存在感，不能成为一个庸俗的人

一定要活出自我，慢慢的我对自己的要求愈来愈高，我的世界一定是非黑即白的，一定要纯粹，决不允许出现灰色的妥协地带

楼主：神棍催眠师 时间：2018-08-17 21:00:41

二、命运改变的时刻

我记得那是一天下午，我在图书馆哲学书籍旁浏览，外面的阳光透过窗户洒进来，一切都是美好的

我翻到了黑格尔的一本书：小逻辑

之前对黑格尔早有耳闻，但是他的这个书名，让我提不起兴趣，那天实在无聊

我就想拿起来研究研究黑格尔到底是何方神圣

打开书后，全篇都是主体与客体的关系这些玩意，我实在看不懂啊，但我不想就这么认怂，勉强懵逼状态下翻了十几页，最后实在是翻不下去了，太特么枯燥乏味了！

这么枯燥的玩意还被尊称为大师，我实在难以理解，还是存在主义的书籍，看起来轻松

于是我就把书放下，出去图书馆散步了

但走在路上的时候，我就一直思考里面主体客体的关系，慢慢地

我感觉有那么一点意思了，这个世界看似复杂，实际上可以概括为两个核心内容：认识和本体论

本体论指的是这个世界的本原到底是什么？这里自然就牵扯到二元论了，比如你想描述手心，但手心自身无法描述自己，一定是通过手背的对比，衬托出意义的

同样你说好是什么？也是通过坏的对比，才能描述

最后一归纳就是主体和客体的辩证关系

我当时越想越觉得：哇，原来思考问题需要不断深入本质啊，现在回头来看那些人生意义的讨论，归根结底还是主体客体的关系

也就是人活着的意义是自我赋予的，还是被人赋予的，我们是主体还是客体？

所以那天散步时，对我的震撼还是挺大的，原来真正的哲学是这些最核心抽象的东西

对我影响更大的，看问题要看本质，不断脱离表象，不断问为什么，然后到达本质

楼主：神棍催眠师 时间：2018-08-17 21:11:15

那天看完黑格尔的小逻辑后，我真的怕了他，就没再看他

这时候又翻到了康德的《纯粹理性批判》，里面也把我看的一脸懵逼，主要在讲认识论问题

说人对世界的认识功能到底是怎么回事

康德的理论是因为我们的大脑先天就拥有理解某个事物的结构，所以看到那个事物才能理解它

如果我们的大脑对图形没有概念，那么我们就无法在现实中认识图形

他的意思是，我们能认识世界，是因为这种功能天生就赋予我们了，这就涉及到先验观念。

人类先天就具有某些功能，所以才能认识世界，但这同样引出一个问题

电脑能完全认识这个世界吗？如果大脑只具有部分能力，那也就只能认识一部分世界的真理，那么宗教，关于神一类的知识，我们能认识到吗？

人类的认识是不是就局限在先天能力中，超出这个范畴的是无法认识的。

你别说，虽然里面还是绕老绕去，康德这个老光棍提出这个概念，还是非常新颖的，我之前从来没想到过先验这一块

给我的震撼依然是：我觉得以前看问题太肤浅了，看看人家康德的研究，一下直指最最核心的问题：大脑到底能认识这个世界到何种程度

于是我想，我以后想问题也要多问为什么，抓最本质核心的内容

楼主：神棍催眠师 时间：2018-08-17 21:23:28

在这两位大神级的影响下，我认识到看问题要看本质

此时第三位大神出现了，由此开始，我的命运轨迹就完全被改变了

这第三位大神就是佛洛伊德

当时我记得看了他的那本梦的解析以及日常生活中犯得口误笔误的原因

他说这一切失误并不是看起来那么简单，而是反映你潜意识深处的真实想法

比如你本来想夸一个人漂亮，结果说成了嫖客，说明你潜意识觉得他本来就是那个嫖客，根本不是漂亮

还有梦的解析，他说潜意识压抑的很多事情，会以梦的形式表现出来，虽然有时候很隐晦，但多分析还是能分析出来的

看完佛洛伊德后，我也开始分析记录我的梦境，有时候确实梦就是白天一些事物的反应

除此之外，我也开始剖析自我，因为经过三位大神的洗礼，我觉得我看问题要看本质

那就自我剖析，看看自己每天的行为背后，更深层的动机是什么吧

于是我开始记录我每天从早到晚发生的事情，并一件件分析其背后的动机

比如我走在路上，为什么偏向于有女孩的那一边，那是因为我内心深处想去看看这女孩是不是美女

哈哈，类似这样的深刻自我剖析，一天中会进行好多次

再加上那时候我比较独来独往，一般不怎么和同学朋友去玩，觉得那都是浪费时间

所以那段时间思想很纯粹，每天都能有大量的时间剖析一天发生的所有事

经过一段时间后，命运改变的那一天终于降临了。。。。

楼主：神棍催眠师 时间：2018-08-17 21:30:33

我清晰的记得那是一天下午，快要日落时，走在校园小路，凉爽的空气吹着整个人非常痛快，边走边思索，突然想到这些天来不断总结自己的行为与情感

发现了一个真理：人是永远不可能快乐的！

因为我在不断剖析每天的自我状态时，能清晰的感受到从早到晚情绪的变化情况，经过好多天后，我发现了我每天情绪变化的规律：人不可能一直快乐，也不可能一直痛苦

楼主：神棍催眠师 时间：2018-08-17 21:45:48

人是不可能永远快乐的

即使让全世界的人都吃好喝好，穿上名牌，吃上山珍海味，住上高楼大房，依然摆脱不掉痛苦的根源！

因为我发现早晨情绪比较平静，然后慢慢的到下午晚上情绪开始活跃兴奋，并且有时候几天都比较沉闷，积累到一个时间点，你就是看一眼天空都觉得好幸福快乐

这时候我意识到快乐与痛苦受制于大脑的激素调节分泌，快乐因子和痛苦因子就像白天黑夜一样不断轮转，此一时快乐，下一时痛苦必定紧接着而来！这一切和你吃喝玩乐无关！

即使你约着朋友狂欢一整天，但是接下来就是消沉失落，没有人可以连续狂欢的，因为你的大脑快乐因子无法一直支撑着你，慢慢快乐因子就会消退，这个时候人绝对会慢慢感觉索然无味，不如回家睡觉，高潮已过~

所以人一辈子永远就在这种快乐与痛苦中旋转，如此一想，人生好不可怜啊！

那么还哪有必要去研究脑科学，研究心理学，即使能解决世界上所有人的病痛，依然无法让他们永远快乐！只是做着摩天轮的游戏而已！

就在那一刻，深深的打击到了我！

我这么多年，为了心理学的奋斗，最终目的是想让人们脱离痛苦，能够快乐的生活

但是现实告诉我：永远都不可能

哪怕世界人人富裕，人人无病，心理健康，他还是会有痛苦烦恼，因为大脑本身

就注定了人必然一辈子在痛苦和快乐的轮盘中旋转

人就好像被愚弄，被控制一般，不过是大脑激素的奴隶而已

那一刻，我感到痛苦无比，这么多年的辛苦白费了，梦想突然坍塌了，我觉得再多的努力都是枉然，你心理学技术再牛又能如何，人们还是依然痛苦，我无法改变这个大脑激素分泌这个本质。

当时的心情就像有人告诉你，只要念经 10 年就能见到你梦想中的神，于是你每天废寝忘食在念经，只为了见那个神，你此生的梦想就是见这个神，可是念了 10 年经后，那个人却告诉你：神根本不存在。

我的梦想破灭了，我一生为之奋斗的目标变成了永不可能，那一刻，我不知道活着还有什么意义

前面说过，我不想过庸俗的一生，除了最喜欢的心理学，我不觉得这世上还有什么值得我为之奋斗，金钱权利，我是不屑的

于是从那天起，我就此沉沦

楼主：神棍催眠师 时间：2018-08-17 21:51:36

从那以后，我问自己：你学那么多商业知识，你之前锻炼自己的商业才能

你每天研究哲学，这一切又有什么意义呢

在大学呆着还有什么意义？未来一切都失去意义了，因为你看到了最终结果，但你却无法改变。

于是我想这条路已经行不通了，这个现实世界对我已经没有任何吸引力，不值得我为之奋斗努力

我想要远走高飞，到一个没人的地方隐居，了却余生。

楼主：神棍催眠师 时间：2018-08-17 22:05:23

我想了半天，最后发现新疆最适合我隐居

我希望自己在一个风景美丽，有山有水有草原，有马的地方，度过剩下的人生

所以那时候我疯狂的看很多关于草原，关于马的电影和书籍，我对马有种天然的情感，我总想驰马奔腾，忘乎所以，不再想世间的任何事

到了大二学期刚开学，这种厌世心理变得愈来愈强，总想逃离这无聊的世界

我记得很多次的下午，我坐在阳台，望着外面的宿舍楼和马路，内心却感到寂寥

孤独，这世界一切都和我无关了，外面再热闹，风景再美好，我已与之隔离

同时内心的世界犹如蒙上了一层阴郁的乌云，内心压抑愈来愈重，这种情绪让人喘不过气来

看着阳台，我想如果我跳下去会怎么样？

自杀的念头开始浮现，这时候我开始寻找同类，就在图书馆

看那些年级轻轻就自杀的传记，像大门乐队吉姆莫里森，像尼采的疯狂等等

我能理解他们的痛苦与挣扎，以及其孤独。

楼主：神棍催眠师 时间：2018-08-17 22:17:54

在大二开学后 2 个月，我终于再也无法忍受

那天晚上 7 点左右，天刚刚黑，我站在图书馆门前的芙蓉湖旁，望着黑黝黝的湖水

拨通了大哥的电话，我说我不想读大学了，大哥问你做什么？再说一遍

我说我不上大学了，大哥很生气，问我为什么

我说上大学已经没有任何意义了

大哥说怎么个没意义，别人都读的好好的，为什么就你不行

我说反正我不想读了，大哥非常生气，发怒了

他说你既然觉得没意义，还不如去死了算了！

就在那一刻，我的眼泪疯狂涌出，哽咽的无法说话，那一刻把我自己也吓到了

因为毫无征兆，我已经好多年没流泪了，当时眼泪刷刷的不断往下流，却哭不出来

我不想让大哥知道我哭了，

我就说了声：嗯

然后挂了电话

眼泪还是无法控制的流，根本控制不住，我也不知道自己为什么就突然流泪了

我不想让别人看见，就去图书馆的厕所里，关上门，让眼泪不断地流

过了十来分钟才停止

我就出了图书馆，走在夜幕下的校园小路上，内心已经决定：无论如何，我不会再上学了，我要走！

楼主：神棍催眠师 时间：2018-08-17 22:28:00

即使现在写下这一幕，泪花也在眼眶里打转，依然能体会到当时的心情

就是心脏突然收紧，然后哽咽，流泪。

在校园走了一会儿，到了一片草地，我坐下来，打开手机

发现大哥打了好几个电话，父母也打了电话，还有一个哥也给我打电话了，那个哥是我大嫂的兄弟，也是我初中上学时的化学老师

可能大哥说完那句话，觉得说过头了，怕我突然想不开，意识到问题很严重，

给我打电话我没接，就赶紧给父母和那个哥说了，希望能劝劝我

害怕我做傻事

其实是我手机放在书包里，一直没听到铃声。

我立马给家里回了电话，说是因为刚才没听见，让他们放心，我也没打算自杀，只是不想再无意义的读大学了

最后我说大学我是不上，要不我先休学吧，这样一年后还可以再复学

其实我知道直接说退学，家人肯定无法接受，因为我是我们整个家族里唯一的一个大学生，而且还是这么好的大学，怎么能轻易放弃呢

最后家人见我心意已决，也就无奈的同意了。

楼主：神棍催眠师 时间：2018-08-17 22:41:49

于是开始着手办理休学手续，我在想如何获得学校批准

那只能装病了，神经衰弱这种病最合适，因为仪器是查不出来的，全凭一张嘴胡说

在网上查了神经衰弱的症状，然后给医生说我每天头痛失眠无法上课学习，想休学回家修养一年，希望医生能开个休学证明，医生给我开了

然后我立刻就去火车站买好了几天后回家的火车票

然后我请大学的几个老乡朋友吃了一顿饭，我们几个平时玩的还不错，但他们不知道我为何请客，就当是离别宴吧，这一离开，也许就永不会再见了

然后把宿舍打扫干净，拖了一遍地，给一个舍友桌子上留了一张纸条：我走了，各位保重

然后只带了几件衣服，其余的所有东西都没带，就这样坐船离开了漳州校区

到了厦门码头，正是下午，我让旁边照相的给我照了两张相，算作最后的留念

然后一直望着大海，波光粼粼，风景很美，但终要再见了

坐上火车，正是黄昏时，看着海水，看着船只，看黄昏的晚霞，有些伤感

当时我想的是永远和这里诀别了，不会再来了。

在车上给朋友发了个短信，说我离开了，他们保重，他们还以为开玩笑，我说是真的，只是之前没给他们说，我想一个人安静的离开。

楼主：神棍催眠师 时间：2018-08-17 23:02:25

回到家后，我想的是和家人相聚一下，然后就远走高飞去新疆

在家里我给母亲说我以后不结婚，就一个人流浪生活，母亲笑了，但笑中流露出苦涩心酸的味道

当时说的时候无知，之后大哥说当着母亲的面那样说不合适

我一想，确实会伤了母亲的心，为人父母，都想孩子幸福的过完一生。

在家里呆了一周多，我就说要走新疆，父母说那就和二哥一起走吧，

二哥十几岁就去了新疆，在那边生活了十来年，正好过段时间也来老家几天，到时候正好一起

在这个等待的过程中，每天都是很痛苦的，虽然当时已经是冬天了，都12月份了，但我还是想走，我每天早晨醒来总是长吁短叹的

终于等到二哥要走，去买火车票时，家人问我要钱没，我说自己有，不想让家人担心，其实我记得卡里只有500元钱，结果到了取款机前一查，只有几分钱。

我一想遭了，钱肯定被学校扣去了，因为学费正好缺600元，是自动扣除的。

于是让二哥帮忙买了，坐上火车

到了新疆境内，坐在火车上，看着一望无际的戈壁滩和茫茫白雪，我内心无限焦虑，因为我在为未来担忧，身无分文，我该如何生存？想的是要么就在饭点当服务员总是可以的吧，这样积累点钱后，等到了春天，我就去伊犁天山，找个地方去隐居。

虽然这样想着，但是人生地不熟，对未知的地方还是非常焦虑

到了乌鲁木齐正好是晚上，刚一下火车，冻得我直哆嗦，没想到这么冷，来的时候衣服穿少了，整个市区地面上全是冰雪

二哥说要么先跟他一起去塔城，我一想身无分文，一起走吧

到了塔城，平凡的生活了 10 来天，有天在自助取款机上查，莫名其妙发现卡上多出了 2000 元钱，喜出望外啊！

我不知道是哪来的 2000 元，有可能是学校里的助学金，因为我决定要退学，就不想再接受助学金，给我纯属浪费，虽然我自己没申请，可能是班委帮忙申请了

不管怎么说，那点钱给了我十足的信心，简直就是救命钱啊，一下子感觉广阔世界，大有作为，不用担心了

单凭这点钱，足矣挨到春天上山了

楼主：神棍催眠师 时间：2018-08-18 12:33:45  
于是在这个寒冬腊月，我的心却是暖的

2000 在手，心不慌啊

于是我返回乌鲁木齐，想着找个工作，再赚一点钱，天气缓和了到伊犁天山

说下当时在乌鲁木齐的十来天是如何过的

刚开始住宿，住的是车站旁边的小旅馆，8 人间，高低床，一晚上 20 元，没办法，钱少需要省着花

在旅馆里认识了一个老头，大概 50 岁左右，老家也是宁夏的，目前就在伊犁地区

我说我以后会过去那边，他说他也在那边，可以去他那边

然后我就当真了，我说到时候住你家行不，或者帮忙给我租个房子，他说可以，然后我们就留了电话，第二天我俩还去公园溜达玩了一圈，他就坐火车回伊犁了

剩下的几天，我没事干啊，就四处溜达，然后住宿条件也变了，20 元还是太贵，

正好我的身份证上刚满 18 岁，可以去网吧了

上网的时候发现包夜挺便宜啊，一晚上才 8 块钱

于是我就每天晚上睡在网吧里，早晨去洗手间洗脸刷牙，美滋滋，白天就四处溜达

楼主：神棍催眠师 时间：2018-08-18 12:47:57

这里说下我当时差点被骗的经历

当时我也想着找个工作，但又不能是长期的，我只想干两三个月，于是看到街边电线杆上，各处贴的日结 200，干一天结一天的费

这让我看到了希望，但我想确定我没学历，人家要不于是

打电话过去，我问有什么要求，我没有学历行吗？

那个人说可以的，我问什么工作，她说是在五星级酒店当服务员，但需要面试才行

然后约定到喜来登酒店面试

我一听，五星级酒店，不错啊，心里乐开花。

我买了张地图，坐公交到了酒店门口，然后打电话，却发现打不通，一打过去就是忙音，嘟嘟嘟的

这可把我着急的，好不容易有个机会，我得抓住啊

我又很着急的打了好几次电话，终于接通了，我问去几楼面试，她说就在酒店一楼大厅，我进去后，他们会派人面试

我进去时，保安要安检，其他人提的是拉杆箱进出，我提的是一个旧的手提包，里面装的是衣服。

我内心感觉很不好意思，然后坐到大厅，一看这酒店好豪华啊，我这身装扮，坐在那边都有点不好意思了，我用望穿秋水的眼光，在搜索经过我旁边的人中，有哪个会是面试官，还是稍有点紧张地

结果左等右等，毛线人都没有

握有打了电话过去，她说他们在安排人暗中面试观察我，于是我就在那坐着等

等了特么快一个小时了，我想应该暗中观察面试完了吧，就打电话过去问结果怎么样，她说恭喜你，面试合格

楼主：神棍催眠师 时间：2018-08-18 12:57:09

美滋滋的回去后，他们主动打电话联系我了

说让我买一张 300 元的电话充值卡，他们到时候会给每个服务员配一个电话，需要缴纳 300 元话费，第一个月结束后会给我们报销，不过刚开始我们需要自己掏钱

当时我就感觉有点问题了，这看似合理，但总觉得有点扯，她催我赶快买上后联系她，做入职准备，要给我准备手机和制服等

于是我很机制的只买了 100 元的充值卡，我想看下一步她会怎么做

即使被骗，我也可以给自己手机充值

到了晚上我在网吧，就开始查这种日结 200，买电话卡的靠谱不

结果很多人说都被骗了，是一种骗术，当时内心感到很自豪，幸亏我机智啊

结果第二天那人就问我买好没，我说买好了，她让我把充值卡上的序列号密码发给他，他要给我的酒店手机充值

我很机智的回绝了，哈哈

楼主：神棍催眠师 时间：2018-08-18 14:06:51

经过这一骗，我想着算了，就靠这 2000 生活吧

于是给伊犁老头打电话，说我去他家，呆几个月行不，

他时候可以，于是坐火车先到伊宁市，那边逛了两天，然后坐大巴车去他们那个村子

村子属于新源县某个村，我下午还给老头打电话，说到他那边可能晚上 7 点了

楼主：神棍催眠师 时间：2018-08-18 18:31:12

@w235444172 2018-08-18 18:09:09

坐等更新。。。。。

就是睡着也不更新了

楼主：神棍催眠师 时间：2018-08-18 19:01:36

刚忘了说当年那个骗局的心理模式了

如果让我现在看那个广告，一看就会觉得不靠谱，但当年初入社会，经验不足。

首先满大街电线杆子上贴的广告，肯定不靠谱，但当年为什么会差点上当呢

因为骗子抓准了客户需求

首先很多找不到工作，文化程度又不高，又缺钱的人，心中最急迫的是：赶快找个活干

所以只要有一线希望，他都会去尝试的

另外电线杆子广告，一旦你打电话过去，人家也就可以判断你的身份，你肯定缺钱文化程度低，因为凡是大学毕业生，不会在电杆子上找工作的。。。

等你上钩后，开始一步步骗局

首先让你去五星级酒店，你感觉这应该会很正规对吧，降低你的防备心理，而且当时我打电话时，就是忙音，这是在故意制造焦虑感，我记得当时我们通话到一半，就会突然断了，你想我肯定非常着急啊

都到了面试的时间点了，但还找不到人，肯定无线着急

这就是最高明的地方！

故此让你焦虑，然后人一旦充满情绪，那么智商立即会下降，理性不存

接下来就可以任人摆布了，他说暗中面试，我还信了

毕竟刚在焦虑感中还没缓过来，别人说什么就信什么

最后再编个看似有道理的幌子，就能骗你的电话费了

即使这样低级的骗术，我相信一定让一部分人上过当。

所以我说骗子是心理技术玩的最溜的人

楼主：神棍催眠师 时间：2018-08-18 19:13:01

这个制造焦虑感，然后骗钱的模式，在当前仍然非常流行，尤其在一些会销和电话诈骗中

不断制造焦虑，等到你焦虑快爆发时，就是你智商为零时，别人说什么你就会信什么

有些涯友，可能觉得不会的，自己肯定不会上当的，我只想说你还是太年轻

在情绪面前，人类会瞬间返回原始模式，理性基本不存

比如人在非常生气的时候，你和他谈理性？不好意思，那时候他是原始人

他只会做出两个反应，战斗或者逃跑，要么大声吼，砸，愤怒，要么认怂滚的远远地

我之前赶火车时，离开车只有 5 分钟时间了，别人都上车了，我才检完票，准备开足马力来个百米冲刺，赶上那趟车

这时候有两个人说，你赶不上了，要是给他们 30 块钱，可以让我快速上车，能赶上

我犹豫了，我担心真的赶不上，但我想 200 米外就是火车，这几分钟没问题吧

他们言之凿凿的说：你肯定赶不上了！

我已经六神无主了，很慌了，就在即将信了这两个人的鬼话时，内心还是相信能冲上去

所以就没再废话向火车冲，结果只用了 2 分钟，上车等了一会儿才开车

如果那两个鬼再忽悠我两句，或者直接过来帮我拿行李，命令式的让我跟他们走，那我肯定就会被忽悠了

因为人在极度焦虑，慌乱无神时，大脑一片混乱，这时候只要有人非常强硬的给你指条路，很多人就会跟上，毕竟有条路会缓解你的焦虑感，让你有方向

同样，很多人谈恋爱，会故意给女孩子制造点危险，然后再来个英雄救美，就会获得女孩子的极大好感

就是因为情绪刺激越激烈，那么一旦你让她获得安全感，他觉得你的价值感就越大！另外安全感本身就是人类最缺乏的，尤其女性。

楼主：神棍催眠师 时间：2018-08-18 19:18:19  
关于安全感，再多一句话

很多人希望自己能获得自由，哈哈哈哈哈

可惜很多人根本不懂何谓“自由”，你自由就是吃喝无忧，没人管你，你想干嘛就干嘛

这种自由，我只要给你一年的时间，你心底就会希望有人来约束你，强硬式的让你做某件事

否则你会感到无意义，看似每天什么都可以做，但其实你根本没有任何价值感，你会很焦虑的

自由和束缚是一对儿，如果没有束缚，那么根本就谈不上自由一说

所以很多人要的不是自由，他只是想短暂的脱离束缚而已，等浪够了，又会贱兮兮的求着给自己来点束缚，因为他发现自己貌似活的无意义

此时你给他个活干，他又会觉得重获新生，自己存在又有意义了

这就是人

楼主：神棍催眠师 时间：2018-08-18 22:00:02

有朋友说要宣传正能量，如果自欺欺人算是正能量的话

那我做不到，我只是写出客观规律

就像老子道德经写的：天地不仁以万物为刍狗。

这个世界不是只为了人类而存在的，该有的灾难仍然会到来，不会为了你的安危而不下冰雹

人类唯有认清现实规律，方能改变

我的帖子不是说努力没用，而是一旦你的模式方法有问题，会很痛苦，那你根本很难做到去努力坚持

先思考方法模式，再谈努力。

就像人一样，首先看的是格局

算命也是先定大格局。

言尽于此，看不懂的就当看不懂吧，就当楼主在瞎扯

楼主：神棍催眠师 时间：2018-08-19 12:52:56

@九方十地

关于楼主年龄，前面也说了，今年 26

达到目前高度，用了十年。

楼主：神棍催眠师 时间：2018-08-19 22:14:18

终于结课了

可以放松了

楼主：神棍催眠师 时间：2018-08-20 21:17:37

我决定今晚多少更一点，不然以后会少更

写个人经历也是为了让大家看到一个人的成长历程

楼主：神棍催眠师 时间：2018-08-21 11:28:54

@村姑小林子 2018-08-21 09:31:20

我很好奇，像楼主这样的人，会喜欢什么样的女孩子？

-----  
那你猜猜会喜欢那种类型的啊

楼主：神棍催眠师 时间：2018-08-21 11:58:53

继续更新吧，前面说了离开乌鲁木齐，到了伊宁投奔老头

当天到老头的村子时，已经是晚上 8 点左右了

下车后，天已经黑了，但是因为有明亮的月光，所以还是如明昼一般，放眼望去，眼前白茫茫一片，全是雪。。。。

这个村的门头很帅，是一个雕塑，上面至少有 7 匹奔腾的马，当时看到马的雕塑，让我很兴奋，也许这个村子有很多马，正好实现我喜欢马的愿望

但是紧接着，我就高兴不起来了

因为给老头打电话，显示的是老头已经关机，当时我就蒙逼了，这人生地不熟，今夜该走向何处？

楼主：神棍催眠师 时间：2018-08-21 12:13:00

而且这里不像内地，进村就能看到人家

我当时只能看到有一条笔直伸向远方的雪路，却看不到一户人家

于是我只能硬着头皮不断前行，走了大概 1 公里，还是见不到人家，然后我突然看到一群黑乎乎的影子

走进才发现是一群马，虽然看不清，但是能看出轮廓，内心还是有点兴奋的

但是还是没人家，我不知道继续走下去有什么意义，就想着要不就在雪地，找个地方坐一夜，第二天白天再打听老头吧

结果一坐下来，就感觉渗骨的寒意漫上全身，坐不住了

只能继续起来走，才感觉舒服一点

终于见到一户亮灯的人家，我敲门，结果开门的是一个哈萨克族男人，我问他认识有个姓马的老头不？

他说不认识，让我继续往里面走

于是又不断前行，之后人家稍微密集点，又打听了一家，还是不知道

于是我只能放弃了，最后无奈，找到了一个草垛子，我钻了进去，想窝着睡一觉可是没过几分钟，感觉各处都吹进来冷风，冻的没地儿钻啊

最后无奈，只能把包藏在草垛子里，自己出去外面走动，走着反而感觉不到冷于是我就一直沿着那条路，走啊走，突然遇到了几条狗，那边的牧民家家都养狗而且特么的狗还不栓住，结果不一会儿我的屁股后面就跟了 4 条狗当时快吓尿了，茫茫黑夜，孤身一人，面对 4 条狗，心慌的一匹。

为了自卫，我停下从地上捡了一块石头，大不了来一场人狗大战！

可我一停住，狗也停住了，我假装要扔石头，狗就认怂了，掉头跑

等我再往前走时，狗又跟到我后面了

但我已经不怕了，原来是一群怂狗，只要我不跑，他们也不敢怎么样的

于是，那一夜，我就一直在行走中度过。。。用双脚丈量着这片大地

楼主：神棍催眠师 时间：2018-08-21 12:25:56

快凌晨 5 点多时，我回到了草窝，把包拿上

看到有一户人家亮起了灯

于是我就去敲门，进去是一个哈萨克男人，我说自己找个姓马的回族老头，他是否认识

他说认识，很热情的让我先在屋子里烤火，等天亮了，再去找

这里描述下这个屋子，进门一排用木头支起来的简易床板，从南墙连到北墙，就是个大通铺

上面铺着毛毡，然后有一个大火炉，非常暖和

哈萨克老头之后洗漱，做了礼拜，然后他从另一个屋子里拿出一个包袱，打开里面全是硬邦邦的饷

当时看到的第一眼，我震惊了，牛皮！

我们的饼子一般用盘子装，他们的直接裹在一块布里，然后他拿出刀，削了几片饷给我

又拿了一个杯子，里面倒上刚泡好的红茶，紧接着又倒进一些牛奶

这就是最地道的奶茶了，让我长见识了，原来真正的奶茶是这个样子的，不像我们平常喝的冷饮奶茶，既没茶，也没奶

我就着饅，喝着奶茶，感觉还是不错的，就是饅太硬了，牙不好的人怕是啃不动

吃完天亮了，我为了感谢，给他留了一些橘子

这里说一下，在伊犁地区，哈萨克牧民其实非常热情，即使不认识你，也会热情招待

楼主：神棍催眠师 时间：2018-08-21 12:37:39

然后他出门给我大概指了方向，我就去找老头了，经过几番来回，终于打听到老头家

他说昨晚手机关机了

老头家有一个 13 岁左右的女孩，还有一个 10 岁的男孩，听说家里老婆抛弃离开这个家了，主要是女孩做饭，老头脾气有点不好，男孩一旦不听话，就给男孩儿头上两巴掌，他们家还有两只大火鸡

慢慢和小男孩熟悉了，就问他附近哪里有马

他带我去一个湖边，有哈萨克牧民赶着几十只羊，还有马。我就问一个哈萨克小伙，能骑下他们的马不？

他说可以，刚骑上后，一下子感觉坐的老高了，平常感觉马比较低，骑上去还是挺高的

他让我和他赛跑，虽然我是第一次骑，但还是接受了挑战

跑了大概 50 米，无论我怎么打马，就是跑不快啊

本来我担心会从马上摔下去，但是马一旦跑起来，其实是非常平稳的，反而是马慢走时，会左右晃，很难坐稳。

过了一次骑马的瘾，为了感谢，我给那哈萨克小伙给了几支烟

他们抽的是草烟，自己卷的

很少买盒烟，一方面是贵，另外一方面觉得盒烟抽起来没劲儿。。

楼主：神棍催眠师 时间：2018-08-21 12:43:58

在老头家几天后，我问哪里可以租到房子

他说他亲兄弟也在这个村，听说我是大学生，会英语，想让我给他的儿子和女儿教英语

他们都已经 3 年级多了，虽然有英语课本，但没人教，连 26 个字母都不会

我给他孩子教授英语，他们家管饭，并且在旁边有一间别人的屋子，可以让我和两外一个青年同住

那个青年刚从监狱出来，年龄 25 岁左右，之前因为过失杀人罪入狱，当时听到后还有点担心，但见了那个青年，感觉挺和善，就没什么担心的了

于是离开老头家，给老头留了 100 元的饭钱，谢谢他的招待

楼主：神棍催眠师 时间：2018-08-21 12:59:36

搬到新房子后，给那家两个孩子早晨教英语，布置任务让背诵，我就出去溜达，一般去一家台球馆打球，谁输了谁掏台费

虽然在学校感觉台球技术可以，但在这里，还是会被一些中学生虐，虐的我心疼钱啊

给那俩孩子教了一周左右，发现这俩家伙有点偷懒，我教完让他们背诵字母，然后我去打台球，等回来，这姐弟俩都偷懒没好好完成，所以后面家长一看，也就放弃了

于是我只能自己解决吃饭问题了，虽然他家还是叫我去吃饭，但是无功不受禄，有房住已经很感激了，谢了他们的好意，没再去了。

为了省钱，我买了一箱子泡面，上午晚上各一包，一天开销才 2 元，加上台球钱，基本在 5 元以内

上午打完球，下午一般回到房子，无聊，听听音乐，就开始看古龙的小说，因为金庸的小说主角，我总觉得都是又傻，又愚蠢的类型，比如射雕英雄传郭靖，令狐冲对岳不群的忠诚这种

相反古龙的小说主角都是风流倜傥，又非常聪明，化险为夷的类型，符合我的期望，哈哈

那段时间，晚上就开始牙疼，很痛苦，牙疼不是病，疼起来要人命啊！

为了缓解牙疼只能继续看小说

直到我吃了 20 多天泡面，才明白原来牙疼是因为吃泡面上火了，我擦

所以之后我一直买牛黄上清丸，一感觉上火就吃，效果不错，牙疼问题解决了

楼主：神棍催眠师 时间：2018-08-21 13:03:38

下面分享一些在那个村子时的一些见闻

首先说说和我同住一屋的青年，他的传奇经历。

我把之前写的贴上来

楼主：神棍催眠师 时间：2018-08-21 13:03:57

说下西域某边境发生的故事吧~

神棍曾休学去新疆流浪半年，流浪中遇见一小伙，他讲述了他的拜见某位隐士高人的传奇，这里贴一下~

他的家就在新疆伊犁地区，小的时候不好好上学，早早辍学在家，每天伙同一些伙伴给赌场里面卖烟卖包子~收入很好，因为他和几个赌客关系好，然后赌客一般赢了都会多给他几个钱的~

楼主：神棍催眠师 时间：2018-08-21 13:04:33

那时候他和一个女孩子搞暧昧，结果另外一个男的也对这个女孩有兴趣，就欺负他，那时候他比较瘦小，欺负了几次后，他就自己身上带了把刀，以防万一！

有天他正好在路上走，要经过一条桥，桥很窄，能过一人，他上了桥后，就看见对面那个男孩身后带了一帮人，每人手里都带着家伙，他一看，跑已经不可能了，于是抽出自己带的刀，一狠心，只能迎面上去了！

楼主：神棍催眠师 时间：2018-08-21 13:05:03

因为对方冲在最前面的就是那个男孩，所以开始他俩就冲上去互相开始乱斗~

一个不小心，一刀捅到了对方男孩身上，那个男孩倒了下去~鲜血直冒~~

其他人看到后，作鸟兽散，都跑走了，毕竟都是孩子，没那个胆子

他自己也害怕，就回家了

不曾想最后那个男孩因为失血过多死亡了！

于是他开始了逃亡生活，这个属于过失杀人，虽不至于死刑，但是坐牢是必须的！

楼主：神棍催眠师 时间：2018-08-21 13:05:29

因为处在边境，所以躲哪呢？

他就想到了趁着一些出境运输货物的大卡车上偷偷出境，毕竟在国内也没地方躲啊，他偷偷跳上一辆运输大货车，给自己身上涂了很多蒜，因为过关口时，有警察搜查，会带狗，蒜味可以遮掩，狗就闻不出来了

到了边境，他果然顺利蒙混过关，但是随着车继续走，他也不知道要去哪里，对于其他国家自己也不熟，他就开始害怕了，当时就从车上跳了下来~滚到草丛里

了，远远的看到有户人家，那家人正在烙榔饼，这是一种类似于饅，但是又不一样的东西，他当时也饿啊，又不敢正大光明去要

楼主：神棍催眠师 时间：2018-08-21 13:05:41

所以他就偷偷躲在草丛里，等那家人烙完饼进屋后，他偷偷跑上去偷了两个！

结果被人家发现，放开两条狗追他，把他吓得半死，疯了似的跑！

最后那家人可能觉得也没啥，一个傻孩子偷了点吃的而已，狗也没追上，他们就把狗叫回去了，他跑到很远后，惊魂未定，填了点肚子~又看到天色已晚，快要黑了，但是还没有地方睡觉，而且这荒郊野外，都是山和树，晚上要是有狼来怎么办？

楼主：神棍催眠师 时间：2018-08-21 13:05:49

于是他就看到远处有树，想着到时候躲到树上狼就没办法了，又找了些干柴枝，点着，如此过了一夜，相安无事~

第二天他瞎走，结果看到远处有高山上，貌似有房子，大喜，跑上去，发现是很小的几间房子，里面有一个道士和一个童子

最后说明来意后，童子带他到道士旁，

道士说：幸亏你小子聪明，昨晚在山下树上睡了，否则你就会被狼吃了！

这小子听后大惊：你怎么知道我昨晚在树上睡了？因为从山上根本不可能看到他昨晚住的地方~

道士笑而不语，道士甚至给他描述了他是怎么找树枝点火的呢~

楼主：神棍催眠师 时间：2018-08-21 13:05:57

然后道士收留了他，差不多有一年时间，那个童子照顾道士的饮食，并且不允许他靠近道士身边，聊天说话必须保持在5米外，他也不知道原因~

也许是他沾染俗气，怕把老道的气场给破坏了吧~

然后这个童子大概十来岁，看起来乖巧机灵~也不怎么说话

这里讲几个他在山上的奇事：

楼主：神棍催眠师 时间：2018-08-21 13:06:06

一：跟虫子说话的童子

他说这个童子很有意思，有次他看到这个童子趴在一片草地，不知道嘀咕什么，而且半天都不起来，还说的津津有味的

他就跑到童子面前问：你干嘛呢？

童子：嘘.....我和虫子说话呢！

刚开始他以为是童子和他开玩笑，就说童子瞎扯

结果童子生气了，怪他打扰了人家和虫子的甜言蜜语~于是把他赶跑了~

至今，他不知所以然~~~

楼主：神棍催眠师 时间：2018-08-21 13:06:16

二：天气干燥，作法下雨

他说这个山上有很多修行者~隔着山头就有每个人的地盘~尤其以道教为多

因为某些原因，山的名字不能说出来~

有次，道士就对他说，这两天天气有点干燥，你去山那边的某某某那边，让他给下点雨~

于是他就跑到那边山上，说明事由后，那个道士就拿出一些符咒，还找了个公鸡，反正不知怎么鼓捣后，过会就真的会下雨~~~

我问过他，会不会是赶巧要下雨，然后老道忽悠你呢~

他说不是的，都让作法下过好多次雨了~~~没有一次失误~

我想说，难道在修道的世界中，可以这么任性么???

楼主：神棍催眠师 时间：2018-08-21 13:06:46

三：打坐七七四十九天

更神奇的是，道士有时候会打坐，就在外面一块石头上，然后一坐就是 49 天，也不吃不喝~

我问那老道不饿么？他说不会的，吸收日月之精华~~~额

有时候我也会怀疑他所说的真实性，但是有件事可以印证

那就是他自己也会打坐，而且已经通了小周天，他说是那个道士教他的，而且书里面有一些纸片，上面画着人的身体经络

有一次，他感冒了，我说你吃点药

他说不用，只要打坐一会就好了~

然后他就盘腿，然后手里面结印，并告诉我，我不能动他，否则有生命危险~~

我就看着他，坐了大概半小时，在快要结束时，发现他的手指自动变换了手势，已经不是原来的印了~

我问他：刚才你的手势变了，你知道么？

他答曰：不知道啊~

楼主：神棍催眠师 时间：2018-08-21 13:07:03

关于道士在新疆那边，应该会有，因为当年丘处机竟然跑到伊犁特克斯建了一座八卦城~

现在的特克斯就是按照八卦的方式建立的，条条大道通往中央一个转盘~

你说，老丘闲的没事干，跑到边疆那么远的地方，建了一个城~~~额，自己想吧~

这个城市现在网上就能搜到~另外还有个笑话

说有一个男的，开着车，在晚上偷偷开进特克斯，因为他貌似没有合法手续，

然后开到一个路口，发现前面站着个交警，他就赶紧掉头从其他路走，

结果往前走，又碰到那个交警，于是又掉头

在城里转了一夜，最后还是能看到那个交警~~

其实那个交警是个人物塑像，就在八卦城的中央立着~但是所有的路最后都会和中央连着~所以可怜那个男的转了一夜~~~

关于这个道士，这小子说有时候说到某些事情，道士也会稍微激动，说他们当时年轻的时候和别人厮杀时，那个场面~

不过当他细问时，道士就闭口不言了

楼主：神棍催眠师 时间：2018-08-21 13:08:16

这就是新疆特克斯城

楼主：神棍催眠师 时间：2018-08-21 13:10:01

讲个故事大家笑笑~

还是过意杀人的那位朋友给我讲的，他最后下山，貌似自首，被判刑了，事情就是发生在监狱的~

在监狱里，很多人都会问：你是怎么进来的啊？犯的什么罪啊？

然后问到一个犯人的犯罪经过和罪名，这个犯人就开讲啦！

他说有一次他可能是偷东西还是咋的，跑到一户人家，从窗子上看到，屋子里有个美艳少女啊~那个销魂曼妙，实在不可言说

于是作为一个男人，自然冲动不已，但是呢，他在窗子外面又没那个胆去和姑娘搭个讪喽，欲火焚身啊，恰巧在这时，看到这家院子里有头小毛驴~

于是，慌不择食，跑到驴圈里，把小毛驴给上了!!! 你没有听错! 是把驴给上了!

但是呢，问题还不在这里，最后的结果竟然是驴倒毙身亡!!!

我到现在想不通此人到底有何能耐，能把驴给搞死~~~，可能此驴不甘心，在最后时刻悲愤嘶叫！于是惊动了此家人，出来把这小子逮了送交公安局！

我问是不是要赔一笔钱，干嘛还坐牢啊？

我这朋友说，哪有这么简单！

给判的罪是：破坏劳动工具罪!!!

神棍真的是长见识了，第一次听说破坏劳动工具罪，奇葩啊!!! 记得当时笑了半晚上~

这罪名。。。

楼主：神棍催眠师 时间：2018-08-21 13:10:13

忘了说，还有破坏猎犬罪的~

有个犯人爱吃狗肉，偷狗杀狗，有天可能把那片区的狗肉尝的差不多了，估计吃腻了，就想尝尝军队的警犬啥味道，偷偷潜猎，把附近部队养的警犬杀了吃了，于是坐牢了！

这狗肉吃的，好有境界！

楼主：神棍催眠师 时间：2018-08-21 13:12:38

他说他在监狱属于表现良好的，当个类似班长的小职位

有时候晚上熄灯后，监狱里会有人偷偷下床，跑到别人的床上，然后就能听见床摇晃的声音

哎，不容易，哈哈哈

有时候他听到会提醒他们安静点。。。

楼主：神棍催眠师 时间：2018-08-21 13:22:16

接下来发点当时在那个村的景色照片和见闻

这里一到冬天，就白茫茫一片，整个冬天雪都不会融化，只有等到 3 月份，雪才会开始融化

这就是那边的路，一眼望去，没几户人家

楼主：神棍催眠师 时间：2018-08-21 13:35:09  
那边牧民之间离的都比较远，所以每周会有一次集市

到了周五，很多人从十几里远的地方骑马过来，集市上各种商人都赶来开始做生意，

卖吃的，卖衣服，买卖牛羊等，一般等到那一天，就是我最期盼的，不仅在集市上可以溜达逛热闹，吃点好吃的改善生活

更关键的是，等到上午 12 点左右，牧民们就会骑马赶往下一个场地，那也是一种娱乐活动：赛马！

他们赛马一般都会下注，伊犁马很高大英俊，尤其是赛马，那个体型非常漂亮，大长腿，皮毛很光滑，那边的人对赛马也很爱惜，会给马披上毯子。

赛马的尾巴是扎起来的，有的人还会把码头上的那一撮毛扎起来，很好看

这就是赛马

看到两个老头手里的红票子了吗？这是在下注，等下注完后，就会开始比赛

楼主：神棍催眠师 时间：2018-08-21 13:39:10  
他们下注完后，会牵出赛马，然后雇佣 10 岁的孩子骑马开始比赛

对，你没有看错，赛手就是 10 岁左右的孩子，赛马是不加鞍子的，直接骑在光滑的马背上

当时我对这些小选手是佩服的五体投地，

然后比赛结束后，赢了的赛手，会获得一点金钱奖励

哈萨克民族是骑在马背上的民族，看看下图就明白了

下图的这个孩子目测最多 6 岁，但已经骑马四处溜达

楼主：神棍催眠师 时间：2018-08-21 13:45:56

这些都是 11 年的事，那时候手机像素很渣

我放几张网上找清晰的图片，大家看看伊犁马，以及赛马的孩子

看看这些孩子，以及雪地赛马

楼主：神棍催眠师 时间：2018-08-21 16:06:32

这破广告也来楼里了，多谢涨脸，说明这帖子还不错，值得发广告

楼主：神棍催眠师 时间：2018-08-21 17:51:54

有朋友问有没有微信群

但我不知道建微信群做什么，大家瞎聊天？

如果要建，也一定是要做点有意义的事，能帮助人的才行。

楼主：神棍催眠师 时间：2018-08-21 17:57:59

继续更

在那个村的一个月，每天更多的是孤独和寂寥，因为白天无所事事，白天房子只有我一个人，同室的小伙伴白天在他妈妈的餐馆里帮忙，晚上才回房子

回顾那时候的心态，那时我只是在等待，等待雪融化了，我就想着搬到山上，找个地方隐居几个月，也许能悟出生命的意义，开启另一种生活模式

如果没钱了，就在外面打工一两个月，也就够山上一年的开销了

至于现实生活中的未来，不在我的考虑之中，我也不想结婚，更不会容忍自己掉进世俗的游乐场

楼主：神棍催眠师 时间：2018-08-21 18:12:12

但好景不长，有一天我去镇子的网吧去下载音乐，完了查银行卡，结果突然发现卡里只剩下 600 多元钱了

当时瞬间懵了～

这特么接下来让我怎么活啊？

很焦虑

正好那几天我同宿舍的小伙伴告诉我一个消息，为了方便叙述，叫他瘦哥吧，他也确实瘦

瘦哥说他过几天就要离开了，要跟着他舅舅去乌鲁木齐干活，一个月 2000 元

当时听到，我只是觉得，以后只剩下自己一个人了，有点失落

过了几天他要走了，在装行李，我突然醒悟过来：跟着他一起打工啊，赚上钱再回来伊犁上山

我就让他打电话问他舅舅，能不能把我带上，回复说可以

瞬间心里美滋滋啊，可是我没铺盖被子啊，去乌鲁木齐要自己带被子，房子里的被子，是之前教孩子英语那家的铺盖

瘦哥说要不求他们，送我得了

于是我俩就厚着脸皮去了，我没好意思说，瘦哥帮我说了，他们同意了

于是为了表达谢意，我把半箱子剩下的方便面送给他们了，大概有十几包吧

于是，我和瘦哥去找他舅舅会合，他舅舅还带了另外两个同村的，于是我们五人组出发前往乌鲁木齐了。

楼主：神棍催眠师 时间：2018-08-21 18:15:33

前面忘了说，为什么卡里剩 600 元了，应该是学校扣掉了，我的助学贷款不够学费，还差一点，正好遇到 2 月多开学，就扣了

楼主：神棍催眠师 时间：2018-08-21 20:21:39

。

楼主：神棍催眠师 时间：2018-08-21 21:47:39

延误起飞到半夜 1 点，额

楼主：神棍催眠师 时间：2018-08-21 22:10:37

出来个人唠唠嗑

楼主：神棍催眠师 时间：2018-08-26 21:34:09

最近家里出了点事

可能要加快进度更了

楼主：神棍催眠师 时间：2018-08-26 22:51:55

曾经我的命运，如今延续到侄子的身上

难道是我没开好头么

楼主：神棍催眠师 时间：2018-08-27 17:21:46

想更，但依然在躺尸中

楼主：神棍催眠师 时间：2018-08-29 12:55:26

@日渐丰腴柳惨败 2018-08-29 12:26:56

那我用一个“缘”字，你来说说我的感情状态。

---

你还真把我当神棍啦？

这个帖子怎么变成测字算命帖了，前面我都是胡说八道的，这你也信

楼主：神棍催眠师 时间：2018-08-30 14:21:05

开更吧吗，不然这个帖子又要成坑了，后面该简化的我就简单写了

否则一本书都写不完，本来想当个半传记去写，但发现没那个耐心

我还是着重写成长历程，和心理学之路吧

楼主：神棍催眠师 时间：2018-08-30 14:37:07

接上回，一行 5 人组去打工挣点隐居的钱

到了乌鲁木齐，一个老板开车把我们接到了一个偏远郊区的粉条厂

生产的是宽粉，还有火锅粉条等

从机器里压制宽粉，然后用剪子剪成长度差不多的样子，搭在竹竿上，然后晾到外面，在太阳下风干，打包装车，就送到市区了。

刚开始让我剪宽粉，虽然看着很简单，但是当我真正上手时，发现滑不溜秋的，根本抓不住

没那个水平

于是我就负责晾晒，他们慢慢制作，制好了放到车子上，我拉出去晾晒到架子上

这样我就有很多空闲时间，这里没有知音，唯一的精神交流就是打开手机看古龙的小说，或者看午后的天空抽烟发呆，时光慢慢流失，徒留无限伤感.....

发几张图片，从表情就可看出当时的精神状态

楼主：神棍催眠师 时间：2018-08-30 14:41:51  
这后面就是晾晒架

车子上就是打包好的宽粉条

楼主：神棍催眠师 时间：2018-08-30 14:59:27  
当时是应该4月份左右，天气渐暖，

到了乌鲁木齐，先理了长发，告别过去，重新做人

为了纪念这长发，我还专门去照了张相

长发剪掉后，我去网吧浪了一圈，自拍了一张，发现剪成买羊肉串的了。。。

不过此时心情很好，即将有个新的开始了。

楼主：神棍催眠师 时间：2018-08-30 15:06:53  
隐居我害怕遇到坏人或者野兽

所以在市区大巴扎，买了一把屠龙宝刀

这是新疆大巴扎（集市）

这是我买的屠龙刀

这种小刀很漂亮，当时25元左右，刀刃没开，不过能吓唬人

起码宝刀在手，安全感会强点，遇到狼也能拼一拼，起码比空手好

楼主：神棍催眠师 时间：2018-08-30 15:18:01

当时看地图，说离乌鲁木齐 30 公里的地方，有个南山，那里是冰山

我想就去那边隐居吧，于是我把所有行李装在一个袋子里，扛在肩上

沿着一条公路，向南山进发，从早上走到下午，走到一片戈壁滩，又累又热，但南山连影子都看不见

我内心退缩了，这特么太远了，要不算了吧

于是打算原路返回，但当时已经黄昏了

于是想着就在戈壁滩睡一晚，第二天再找其他合适的地方隐居

但那一晚上让我印象深刻

新疆早晚温差很大，天黑了，别人都是脱衣服睡觉，而我正相反，把所有衣服拿出来，一件件套在身上保暖，内心也担忧晚上会不会有狼

但看很远处有一两户人家，觉得应该不至于有狼吧，拿出我的宝刀，放在身旁

然后天作被，地作床，横躺于茫茫戈壁

楼主：神棍催眠师 时间：2018-08-30 15:22:39

当天晚上很快入睡了，但是冷风嗖嗖，迷迷糊糊终于睡着了

结果半夜被冻醒来了，一睁眼，看见月亮正在升起，但那时候没那个心情赏月，快把老子冻死了

于是缩紧身子，迷糊中又睡着了

结果凌晨 4 点左右，又特么把我冻醒了，一睁眼，月亮跑到了另一头

迷迷糊糊好不容易熬到了早晨，晒上太阳，那真是舒服啊。

楼主：神棍催眠师 时间：2018-08-30 15:39:03

第二天在返回市区的路上，看到远方一个蓝色的水库，我想着要么就在水库旁隐

居吧

因为水是很重要的，有水一切都好办

到了水库后，发现了一个秘密的隐居妙地，水库旁有一个深沟，沟里长得都是横七竖八的树木，类似于一片原始林地，没有任何人烟，而且最帅的地方是，里面有小溪流过，应该是天山上的雪水融化后形成的，这简直就是天赐啊

这片林子非常大，广阔天地，就我一个人，岂不美哉

于是跑到附近的商店，买了7个饅饼，7包牛奶，7个巧克力，

每天一个，打算先隐居1周试一试  
这就是那一片林地

楼主：神棍催眠师 时间：2018-08-30 16:15:29  
在这片林地，我竟然发现了一只鳄鱼

而且差点把我的手咬了

楼主：神棍催眠师 时间：2018-09-02 13:09:36  
更新，终于更到我想写的地方了

### （一）隐居体验

话说当天下午到了绝世林地，喜出望外，有水有树，与世隔绝

真乃修行好地方

但是眼看着天快要黑了，内心却无比焦虑，因为我担心晚上会下雨，一旦下雨，我该睡在什么地方呢？

又没有帐篷，所以我就在林子里面四处找，看有没有适合搭帐篷的地方。

但是找了好多地方都没有，我本来想着把我带的塑料，搭在一个地方，

如果一旦下雨，起码可以避雨，否则我要是睡着了，半夜开始下雨，那就没地方

躲藏了。

所以当时是非常焦虑的，但是找了好多地方都不合适，最后只能放弃了，想着那就这样吧，然后再一个树旁边，简单的搭了一个窝

楼主：神棍催眠师 时间：2018-09-02 13:18:19  
当天晚上就凑合着睡着了。

到了早上6点左右，我就自然醒来了。然后，开始搭灶做早餐。

在林子里面找了几块石头，找了一点柴火，然后开始煮茶。

既然隐居，起码也有茶吧，于是拿着铁缸子，泉水旁灌了水，生火煮茶，这小日子还是美滋滋的。

就着茶水吃了囊，然后就在林子里面尝试着打坐，装着像一个修行人一样修行，期望着也许会有特别的收获

那时候也不懂具体的打坐方法，只能坐在那边，闭着眼睛慢慢的做呼吸，做了大概十分钟左右，也没什么特别的感受，又无聊了。

楼主：神棍催眠师 时间：2018-09-02 13:22:24  
这时候不知道具体该做什么事情，于是只能躺在树旁，看着泉水，晒着太阳，慢慢的困意来袭，昏昏然睡着了

等醒来之后，还是不知道该做什么事情，于是只能在林子里面瞎转，好不容易将时光熬到了上午，看着太阳。

躺在树枝上，无聊的发呆，发呆，还是发呆就这样，到了上午，肚子饿了，再吃一点饷，

就这样坐着慢慢的看着太阳落下，内心并没有得到升华，反而是一种无聊的空虚，这难道就是所谓的修行吗？这难道就是我期望的隐居吗？

就在这困惑中，又到了睡觉的时候了。

第二天醒来，还是煮茶吃，然后无聊，再无聊，然后慢慢的熬到晚上。

楼主：神棍催眠师 时间：2018-09-02 18:43:43  
发现一个新宝贝，用讯飞输入法，直接说转文字，速度那叫一个快

楼主：神棍催眠师 时间：2018-09-03 15:46:19  
今日香飘飘奶茶大涨 8%

原来这就是东东同学的阴谋…

哈哈，这就是无法理解的中国股市

楼主：神棍催眠师 时间：2018-09-03 15:46:58

楼主这几天在江苏徐州，中国矿业大学，在这的朋友们约起来

楼主：神棍催眠师 时间：2018-09-03 22:00:03

来矿大一圈，又怀念曾经在学校的日子

还是在学校好啊

楼主：神棍催眠师 时间：2018-09-03 22:06:25

今天坐在火车上，在上卫生间的时候，发现好几个卫生间的纸篓里面充满了水

仔细一看，原来是把纸篓放在水龙头下面了，上完厕所的人，要洗手，肯定水就流到纸篓里了

我就在想：放这个纸篓的人，绝对不是最终收拾卫生的人，否则就这样子。

最后收拾起来非常的麻烦。

而这就是我们所说的模式论，当你把桶放在水龙头下的那一瞬间就注定了，最终这个桶里面肯定会有很多的水。

楼主：神棍催眠师 时间：2018-09-03 22:13:49

很多事情，还没开始，就已经可以预料得到结局，这就是规律

很多大神，只不过是看清了内在规律，并善于利用而已

大师，善假于物也。

楼主：神棍催眠师 时间：2018-09-05 16:41:31

不偷懒了，今晚上火车更新，喜大普奔

楼主：神棍催眠师 时间：2018-09-05 16:46:56

我知道在一个没有人的角落，楼主一边紧盯着屏幕，一边用颤抖的小手按着刷新，一遍一遍，没回复！又是没回复吗？

楼主内心涌现出一种失望，眼神中透露着凄凉。

是的，楼主，我理解你，这种冷落的感觉在这个地方太常见了，在这里该火的说说不会火，骗回复的说说却永远被回复着。

楼主的无奈我很懂，所以我来了，带来了经验，人气，零点几秒的首页显示。

而我讨要的，仅仅是一层楼而已，不用谢我，但请记住我，记住我来过。

楼主：神棍催眠师 时间：2018-09-05 18:16:41

开更，前面说到树林里隐居，只有一个感受：孤独寂寞无聊

相信很多人有个隐居梦，渴望在一个有山有水的世外桃源，过着与世不争，恬淡悠然的生活

再也没有世俗的尔虞我诈，虚情假意，也没有工作的压力，只是遵从内心的引导，过有灵魂的生活

在此，明确告诉你：醒醒吧，别再意淫了！

这叫做：幻想！

重要的事情说三遍，朋友，你这是赤裸裸的天真啊，纯属电视古侠剧看多了，或者脑残营销文看多了！

楼主：神棍催眠师 时间：2018-09-05 18:46:21

前面已经说过了，我们人类的大脑，做事情前总喜欢提前模拟，这样心里有个大概轮廓，会有安全感

但大脑的模拟永远是最简单的。因为它无法模拟出非常具体的场景，模拟出的只是你自认为的简单画面

比如你回忆下自己之前去旅游的经历，你会发现旅游前想象的和实地相差太大了

隐居也是如此，生活并没有什么浪漫，无论什么阶层，无论你是富人，还是穷人，生活本身并不会那么甜蜜浪漫，有的只是平淡如流水，日复一日。

所以隐居的那几天，打破了之前的幻想

之前休学时想象的隐居画面是静态的：我坐在一个风景美好的地方打坐，吃的少喝得少，无欲无求

现实是：打坐不到十分钟就烦恼了，然后吃喝确实少，无欲无求变成了无聊，啥事不做，对着空气发呆一整天。

很多人应该体验过，比如工作几天后的休息日，本来很期盼，但真到了休息的时候，你却发现不知道该做什么

于是只能无聊的刷手机，看电视，或者陪孩子而已，并没有让你浪的飞起

楼主：神棍催眠师 时间：2018-09-05 18:56:55

在那几天我深刻意识到：

1. 想象的生活大多不过是幻想而已，真实的生活是平淡的

另外借用微商的一句广告语：如果你不会游泳，换再大的游泳池也没用！

也就是说外在的环境并不会改变你的本质，不是说你拿个苹果手机，戴个大金链子，装逼如风，如影随行，你就是有威望的人了

隐居也是如此，你以为隐居，自己的灵魂就可以得到升华，实际上你还是凡夫俗子而已，所谓隐居不过是逃避和装逼。

这一方面打破了我的幻想，另一方面也深刻认识到：无论在哪里，生活的本质都是平淡，人生不如意十之八九，并没有想象中的那么浪漫，很多人都是为了生活而生活！

意思就是：他并不知道自己该怎么活，是被生活推动着走的。

是为了生存，你必须工作，为了家人，为了孩子去生活而已。

楼主：神棍催眠师 时间：2018-09-05 19:04:55

本质不变，换环境也没多大的用

这里不是说环境没用，而是单纯换环境，短时间内不会改变本质，另外修行最重要的是有人指导去实践，而不是环境。

由此联想，富人和穷人的快乐本质也是一样的

所谓有品味的人和低俗的人快乐本质也是一样的

大家都是追逐欲望快乐而已，只不过所谓有品味的人是以喝茶看书听高雅的古典音乐会这种模式获得快乐

低俗的人是通过看段子讲黄色笑话听 DJ 获得快乐的

但是高雅人士总觉得自己牛逼，高人一等，其实你也不过是为了点乐子而已

听古典和听 DJ，都是乐子释放压力而已，两者的本质都是为了寻乐，并没有脱离出欲望阶层。

楼主：神棍催眠师 时间：2018-09-05 19:20:28

自从打破隐居的幻想后，我也意识到：其实我在这里隐居，和在家里生活，在学校生活，体验都是一样的

并没有灵魂升华。

在这里强烈推荐杨德昌先生的一系列电影，充满了现实的哲思。

如电影《一一》，里面我觉得最经典的一幕是：

男主角的妈妈 80 多岁了，摔倒昏迷了，一直无法醒来，医生说也许家里人经常和她说话，有可能能唤醒

于是家里决定，每天家里安排一个亲人进去和老太太聊天，依次轮流

其中有个大胖子，平时很能说，他进去简单说了下今天发生的事，之后却不知道该说什么了

接下来是男主的老婆，说了不到三分钟也说不下去了，结果这老婆说了几次后，自己变抑郁了，因为她发现每天说的生活都是一样的，无外乎昨天吃什么，做什么，今天吃什么做什么

好像每天做的都是同样的事，于是感觉生活好没意义，就抑郁了

她想上山寺庙里修行，在庙里呆了段时间，她又回来了，坐在房子里，男主问她：怎么又回来了

她哭着说：我以为到了山上，会有什么不一样，可是我却发现生活并没有什么不同

男主：是的，在你离开的这段时间，我也有机会体验一段不一样的生活，但结果发现：我总是幻想者，如果人生能够再来一次，我一定会过得很精彩，可当真的有机会再来一遍时，我发现并没有不同，还不如不曾来过～

这段话，非常精彩，现实就是这样。

很多人总是幻想，如果自己再年少 20 岁，一定怎么怎么做，呵呵，再给你一次机会，你还是之前那个样子的

凡是想反驳的，请深刻反思自己的生活后再来发言。

楼主：神棍催眠师 时间：2018-09-05 19:28:18

那几天除了无聊反思生活，还有一个特点就是：一听到有人的声音，就会非常兴奋，跑去寻找

因为那里与世隔绝，也没玩手机，没看书，所以大脑没有任何刺激，很渴望有点

新鲜的

所以有一天我听到有嬉笑声，我就跑了很远去寻找这个声音，发现是几个人在露营，我就远远的看了会

所以孤独是件很可怕的事

世界上有一种刑法，叫做关禁闭，不打你，不骂你，就把你关在一个隔音的小黑屋，很多人撑不过三天，就会发疯，没有外界刺激，实在是太痛苦了

之前看一个楼主的经历帖子，讲的是他户外工作，有一项任务是巡线，在荒无人烟的地方，一个人转一天

很多人都不愿意去做，只有一个小伙子会去，那个小伙子的巡逻时，会对着小石头说话，把石头当做人，瞎扯淡，才能抵御孤独的侵蚀。

楼主：神棍催眠师 时间：2018-09-05 19:44:44

在隐居到第5天时，实在无聊，我就打开手机，听大门乐队的歌曲：RIDERS ON THE STORM，译为《暴风骑士》，

听到音乐的那一刻，确实很享受。

这时候接到了一个电话，是一个表哥打来的，他听说我来新疆了，问我这边有什么好的工作，他想做

我说目前我没工作，不了解

他说要不和他一起干，他在一个工地上做工，一天100元，管吃住。

于是我想，反正这破隐居也没意思，不如干点活赚点钱，然后再到伊犁天山看草原，到那边再生活试试，也许会不一样

于是我出山了，在工地做小工，干了20天左右

有一天我和一个小伙子在夹板上抽烟，我是躺着抽的，他是坐着抽的，结果被监工发现了

监工说：你特么的还躺着抽烟，赶快别干了，要辞退我俩。

正好我也不想干了，其实抽烟本身没事，关键是我躺着抽，他无法忍受这么潇洒的抽烟

其它工友说我去给监工道个歉，没事的，但老子正好不想干了，趁这个机会走吧

另外一个小伙子还是留下来继续干

于是结算工资，大概 1800 元，内心乐开了花

完全够我去天山浪了，正好表哥也不想干，我说我要去隐居，他可能也不知道去哪，于是跟我一起走

这次有钱了，汲取之前的教训，打算买好装备

于是买了帐篷和一个 80 升的背包，这样所有的东西都可以背在身上，不用抗在肩膀上了

然后坐火车到了伊犁，野外露营了几天，表哥就想找工作，没办法我也跟着干吧，于是在当地打工了几个月，为了本文主题，就不细写那些经历了，那时候就一个状态：单纯是为了活着而活着，吃饭干活睡觉，没有任何理想和抱负。

那时候幻想着，买一匹马，然后骑着回家，千里走单骑，因为我太喜欢马了，可惜最后表哥生病，打工的钱都被花完了，还买毛线的马啊

不得已又坐火车回老家了。

楼主：神棍催眠师 时间：2018-09-13 09:39:06

本来不想更了，有朋友催就写吧，后面个人方面会少写，主要借助个人经历阐述一些心理学知识和技巧

### (一)回家抑郁烦躁

话说 6 月从新疆回到老家后，每天不知道该做什么，生活又失去了方向，就两条路：要么继续闲呆在家里，要么等 9 月份去复学

但复学是不可能去的，觉得无意义

而在家里闲呆着，看不到任何生活意义

于是整个人生停滞了，不知活着还要做什么，于是我有些抑郁愤怒情绪，但又没法对外发泄，于是只能自我愤怒

有时候家里让干点活，我也是带着愤怒的心态去做的，因为那时候什么都不想做，躺尸状态，干活对我来说也是无意义的。

这样大概一周后，我发现自己对于做事情产生了很大的压力感

比如说要收拾整理一个乱屋子，我就感觉很复杂很难，但是一旦和家人一起干完后，又觉得原来也不是那么难，但若让我独自一人去做，就会感觉很痛苦，不会

去做。

这就是很多抑郁症患者的心理发展路程

刚开始可能因为现实生活压力，或者情感受挫，情绪低落了几天

在这几天他一直沉浸在负面情绪和思维中，现实中这个刺激可能还继续存在，比如失恋或者压力大

一旦这样持续一两个月，他就形成了一个负面思维的脑回路，整天的大部分时间都在负面思维情绪中，这时候因为持续痛苦情绪的刺激，大脑激素分泌就会失衡。会过度释放压力激素，人就会感觉做什么事都有极大的压力，会不断逃避，一旦没有逃避的通路，很容易积累到一定程度后直接崩溃

楼主：神棍催眠师 时间：2018-09-13 09:43:57

有些重度抑郁症患者，整天只能躺在床上，以泪洗面

你让他自己去穿鞋吃个饭，他都感觉压力好大，很困难，这对很多人来说感到不可思议，觉得：穿个鞋有那么难吗？？？

这里告诉大家原理，很多重度抑郁症患者的大脑激素分泌失衡了，即使在他们睡着时，大脑也不断分泌压力激素

这就导致他的整个大脑被压力激素包围了，所以一切事情对他来说都难于上天

楼主：神棍催眠师 时间：2018-09-13 16:19:22

所以抑郁症总结起来就是：激素分泌+负面思维回路

抑郁症患者刚开始因为压力刺激，导致持续焦虑痛苦，大脑快乐激素分泌减少，然后思维也变得消极，最后形成了消极的思维脑回路，所以你说什么，他都会说无意义，完全就是油盐不进

经过 1-3 个月的持续固化，最后进入中重度抑郁

另外情绪影响思维回路，人一旦情绪痛苦，大脑的思维回路也容易变为消极负面回路，一般人过几天就调整回来了

抑郁症患者是一直在强化负面思维回路。

所以治疗中重度抑郁症患者，最好是药物+心理咨询

药物就是调节大脑激素分泌的，然后心理咨询调节思维脑回路

双管齐下，则效果杠杠的。

但目前很多人只是单纯吃药，没做心理咨询，那么效果会弱很多，他的思维不变，

还是会继续抑郁。

同样对重度抑郁来说，单纯咨询也没用，生理激素不是你两句话就能改善的

楼主：神棍催眠师 时间：2018-09-13 16:26:26

抑郁症患者有明显特征就是情绪持续低落，也就是说感受不到快乐，你即使给他几百万，他也无法嗨起来

最近科学家做了个看鼠的抑郁症试验，

首先把一个公老鼠和母老鼠放到一个笼子里，公鼠度过了快乐的一段时光，科学家把它的快乐神经回路标记了出来

然后把公鼠关禁闭三天，于是看鼠抑郁了，茶饭不思，此时再把它放到母老鼠笼子里，它完全没有任何反应，已经看破红尘，对母色没一点兴趣，继续抑郁着

然后科学家激活了公鼠大脑之前标记的快乐神经回路

楼主：神棍催眠师 时间：2018-09-13 17:43:58

激活快乐回路后，再把它关到母鼠笼子里，公鼠确实有点春心萌动了，有点心动的感觉

但这只持续了 24 小时，之后又陷入抑郁了

于是科学家每隔一天刺激一次快乐回路，慢慢的老鼠就快乐的时间更长了，逐渐好转了。

通过这个实验，我们发现，一旦抑郁，很难通过外在的刺激让患者快乐，你给他说什么也没用，道理他比你清楚，但就是很痛苦，因为大脑快乐激素太少人很痛苦。

楼主：神棍催眠师 时间：2018-09-13 17:52:46

科学家是直接用电刺激大脑回路的

对于人类来说，也有电刺激疗法

接下来顺便说下抑郁症发病原因：生理+心理负面思维

生理方面：

1. 有些人长期睡眠不好，则情绪容易发怒，若再有工作生活压力，则容易让大脑过度痛苦，抑郁

2. 还有一些产妇，刚生孩子后，激素会有变化，就会感到莫名其妙情绪低落，据调查至少有 40%的产妇有抑郁情况，但国内目前很多人还意识不到，多关爱产妇吧。

心理方面：

1. 工作压力，生活压力

2. 失恋或者婚姻问题

3. 其它负面的思维

楼主：神棍催眠师 时间：2018-09-13 17:59:26

如果抑郁了怎么办？

1. 不要害羞，先去医院开药，然后社会上找心理咨询师，找靠谱的，有些吹牛逼说一次，三次保证治好的，绝对是骗钱的！这个世上凡是敢百分百保证的，都是扯淡，但正好迎合了你的渴望，所以就上当了

2. 每天可以跑步，或者运动，因为运动可以让大脑分泌快乐激素，这样你会感觉稍微快乐一点。如果自己不想做，可以让家人或者朋友陪自己每天运动

3. 千万别独自整天宅在家里无所事事。即使一个没压力的人，只要在家宅3个月无所事事，也容易胡思乱想，会变抑郁。

所以我的建议是一定多出去走走活动，或者干一些你能胜任的轻松工作，或者做点爱好的事，总之是找点事做，别闲着

4. 如果是因为现实的工作压力导致，若在药物和心理治疗后，还是不行，可以考虑请假或者辞职，另选一份轻松的工作

否则你每天都要遭受工作压力的刺激，很难有所好转

楼主：神棍催眠师 时间：2018-09-13 18:01:11

推荐一个日本电影：丈夫得了抑郁症

楼主：神棍催眠师 时间：2018-09-13 18:16:43

还有本书：我的那条叫做抑郁的黑狗

通过这个书，你可以了解抑郁症患者的感受

最后说下，大家不要觉得有了心理问题就羞于启齿，不好意思去看医生

我来说个数据你就明白，得心理疾病是多么正常的一件事

1. 我国目前精神心理疾病患者至少 1 亿，也就是十个人里面就有一位心理问题者，只是很多人强装坚强罢了，表面微笑，内心痛苦

2. 世界卫生组织预测，到 2020 年，抑郁症将成为心脑血管疾病后的第二大疾病，每年中国因抑郁症自杀人数为 30 万。

之因为国人不去就医，一方面因为我国心理行业才起步，科普教育做的严重不到位，人们思想认识还不到位。美国总统都配有专门的心理治疗师，在国外如果你情绪不爽，就可以找心理咨询师，他们觉得这很正常

另外告诉大家，这个社会压力太大，谁都有心理问题，只是轻重程度不同罢了，谁要吹牛说自己啥问题都没有，那恭喜你，你已经成仙了！

所以有心理问题很正常，说出来，别害怕。楼主就有心理问题，比如容易焦虑，懒惰，有时候情绪低落等，只是我可以调节，程度比较轻，不影响正常生活

国人不愿就医的另一个原因是经济原因，吃药费用还低点，但若做心理咨询，一小时至少 300，十次就是 3000。很多人觉得贵，这些没纳入医保，国外貌似把心理治疗纳入医保了。

另外有些人经济问题还可以，但认识不够，如果得了癌症，花 20 万都觉得正常

但如果得了抑郁症，让他花 20 万，他会觉得疯了吧，于是就拖，有些人就这样一步步走到了深渊～然后家长才开始后悔：早知如此，我花 20 万也行，可惜人不在在了

另外学生也是心理问题多发群体，我们已经接触了好些个因学业压力，或者人际交往等造成心理问题的孩子，请家长多关注孩子心理健康，多看看有关心理教育的书或者视频，现在这类网上很多的，算没多大用，但算是科普，

但一旦你孩子有心理问题，那么看书看视频没用的，必须找专业心理咨询师

楼主：神棍催眠师 时间：2018-09-13 19:34:00

妹的，写了半天，电脑没电了，哎

简单重写吧

（2）抑郁治疗经历

家人看我这样，把我拉进医院，第一个医生问我有幻听幻视没，我说没有

让我到精神科医院看，怀疑我是精神分裂症，真是牛逼的怀疑

换医院医生随便问了点，就说是抑郁症，开了 300 元的一盒药，整个就诊过程不超过 10 分钟，确实有点不靠谱，不过现在很多医院应该还不错，都会让你填表，或者做做大脑检测等

药物我只吃了一科，之后没吃，因为我的主要是思想方面的问题，没有现实压力但帖子里若有抑郁患者，补课私自停药，否则容易复发，一旦复发，则会更难治疗

家人让我复学，我还是不想去，觉得没意义

有一天下午，迎着清风徐徐，骑着摩托车奔驰在山路上，车子不断加速，我也慢慢变得兴奋，大脑开始分泌快乐激素，在快乐情绪的感染下，思想回路也产生变化了，在那一刻我突然觉得：要不就去学校混个文凭吧，也没什么大不了的，就当是为了父母拿个文凭吧。

于是我的思想转变了，一切不爽的症状瞬间消失的一干二净，告别了抑郁状态。所以单纯的思想引起的抑郁，一旦转变过来，那么也很容易康复的。

这就是为什么说需要吃药，因为药物可以稳定我们的情绪，情绪稳定了，也可以改善我们的思维，不再那么消极，此时若做心理咨询，再积极正面思维，那么就可以调整过来的。

骑摩托飙车就是让大脑快乐一点，思维也转变了。

楼主：神棍催眠师 时间：2018-09-14 21:40:30

(三)复学：如何成为大师

自从决定复学后，大哥让我出去转一圈散散心

于是去上海，西藏，青海湖，孟达天池等地转了一圈，背着帐篷，走那睡那

之后9月份回到厦大复学，那时的思维是：浑浑噩噩，混吃混喝混个文凭，再也不看心理学和有事吗哲学的书籍

于是开学的第一个月，尝试谈恋爱，这样就会减少独处的时间

结果一个月后，感到索然无味，内心深处还是想看有关人的书籍，于是又开始看哲学心理学书了

一个人，一旦具有某方面的明显优势，则大脑会强迫你去接触相关内容，这样你才会开心，觉得生活有价值

这是身不由己的，不看都不行，不看大脑觉得做其他事都是浪费生命

楼主：神棍催眠师 时间：2018-09-14 21:42:30

就这样经过一学期后，一切OK

直到有一天，一本书改变了命运轨迹，这本书叫做：《一万小时天才理论》

楼主：神棍催眠师 时间：2018-09-17 09:15:01

(二)续 复学：如何成为大师

有一天不知怎么看到一本书《一万小时天才理论》，在我组装的奔腾 4 电脑上看电子版，很快就入迷了

里面有个理论：想要成为任何一个行业的顶尖大师，总共需要 1 万小时的精深练习！

按每天训练 3 小时来算，需要 10 年才能成为顶尖

而且是精深练习，什么意思呢，比如我前面说过的打乒乓球

很多人的练习都是抡起拍子，左手拳，右手拳，一顿神操作，战绩 0-5，但自己玩的不亦乐乎，看似在练习，实际是瞎运动而已，这样练习 100 年也无法成为大师

真正的专业精深练习是：把一套完整动作，拆分为很多小的部分，针对每个小部分，专项训练

比如职业乒乓球训练，第一步绝对不是拿起拍子瞎搞，而是先训练手臂运动，然后练习发球，再练习接球，再练同一个方向的对打等

只有把每一个小部分练习的炉火纯青，才会进行下一部分，最后再综合起来练习

这样即使遇到瓶颈，也知道是哪个部分的问题，针对性训练即可，而一般人遇到瓶颈，只能囫圇吞枣，整体性的瞎挥拍，结果没多大进步，最后停止在某个水平。

楼主：神棍催眠师 时间：2018-09-17 09:39:16

当时看到这个理论，犹如醍醐灌顶，灵魂一击！

脑子中浮现出一个声音：如果我采用精深练习，绝对可以在心理行业大有作为，毕竟很多人的技术都是瞎搞一通，并不是精深专业训练！

同时很多人并没有痴迷其中，每天真正训练时间也不到 3~8 小时

但我对人，对心理学感兴趣，是可以痴迷其中，再加科学的精深训练，十年后绝对会有成就！

这为我指明了方向，既然无法堕落，那就奋力一拼。

于此同时我就明白：目前的大学教育模式，是无法培养出大师的，因为我们四年大学中，总共大概学 40 本书，抛除辣鸡水课的书籍，专业书至少 20 本

但厚如砖头的一本书，很多大神耗费几十年心血写的研究成果，让我们一学期就轻松过完了，而且过的还不止一本，是好多本！

另外每本书每周也只上一两次课，上完课就做其他事，很少有人再专门研究训练，很多人都是考前突击训练，能过 60 分就万事大吉了

这样能学到毛线知识，根本就是延续高中的死记硬背，没有多大的深刻思维训练，这也不是真正的精深练习。

这样学四年出来，最后只是了解一点皮毛理论知识，然后混个文凭，凭文凭在社会上重新学习，走向职业化道路，纯粹为了混口饭吃。

这样的大学是没有灵魂的，是虚度人生混日子的！

此时一个选择摆在面前：是选择卓越还是混文凭？

如果混文凭，那么就给自己留了后路，剩下的三年可能把心理学当爱好，不会刻苦研究，最后也是凭学历找个工作，从此变为普通职员一个

但我不愿受到束缚，应该不会进公司，更不会考公务员，那么这个学历证书对我就没什么用了

还不如破釜沉舟，赌一把，抛弃文凭，自断后路，这几年好好研究心理学，最后到社会上凭本事吃饭，要么成功，要么失败，都是自己的选择

要么黑，要么白，但绝不能是妥协的灰色

于是选择放弃学业，专研心理学。

楼主：神棍催眠师 时间：2018-09-17 10:00:25

于是之后就没什么上课了，大部分时间在图书馆看书，或者用电脑看电子书或者电影

刚开始看的是《影响力》《学习之道》等

边看还边做笔记

学业方面我只挑自己喜欢的课去听听，或者蹭别哲学系的课，但听了一节逻辑学后就没再去了，太特么复杂了，白马非马，这都啥玩意，还不如自己看书

这样大二下学期所有科目全挂，有门课老师把答案都发了，也没去考，下定决心靠本事吃饭，不留后路。

到了大三，纯粹一节课都不去上了，每天睡到十点多醒来，去图书馆看会书，吃饭，然后休息，下午再去图书馆，到了 4 点多就到芙蓉湖边，看着湖水游客，太

阳照在草地上，绿色的草地上浮现出荧黄色的光芒

然后听着音乐，点一根烟，脑子里回想刚看书里面的理论，就这样一直思考至晚饭时间

吃完饭又走到湖边，目送完黄昏落日后，再去图书馆看书到晚上 9 点多

就这样一个人独来独往，确实有些孤独寂寞，有时为了让自己放松下，会晚上去朋友宿舍，打开电脑玩 CF 直到半夜两三点困了才睡，因为水平太菜，与人对打，出门就死，所以一直打僵尸模式，尚能获得一点成就感。

而且那时候我不用智能手机，嫌其触屏打字麻烦，容易打错字

拿的是老人机，只能打电话上 QQ，这样手机就没什么好玩的，不会耗费我的时间

之因为啰里啰嗦说每日的作息生活，是因为说明一点：

我每天几乎都是一个人，除了看书就是湖边发呆，没有任何其它事干扰

所以一旦我看到某个理论，就是一天到黑，无论走路还是吃饭，都反复咀嚼思考这个理论，并且和现实生活中的事件联系起来，慢慢的融会贯通。

楼主：神棍催眠师 时间：2018-09-17 10:37:18

我们看很多顶尖领域的大师，可总结出两个特征：

整日狂痴迷+执着

他们的世界只有自己的爱好，其它方面一概不理，唯有这种疯狂执着才能浇灌出丰硕的成果

而很多普通人只是浅尝辄止，半途而废了

想要痴迷，就得疯狂，离了他的研究，他就无法活着

一个人若有这种劲头，必有所成

因为这意味着他的大脑 24 小时都在反复想着一个事情，不仅是每天，还是几十年如一日想着那一件事，那么又怎么可能不成功呢？

而凡人的大脑 24 小时想了几十个不同的杂事，结果每个事都做的一般般，无法专注执着在一个领域

这就是大师和凡人的区别，我以前认为大师是因为他们大脑聪明，最后看了很多大师的传记才发现发现，除了天赋外，其实大师比普通人更加努力钻研，投入的时间精力更多，莫扎特 5 岁时，每天要弹琴 8 小时，这样练习了很多年

所以要成功，先疯狂！  
而且一定要保持纯粹，不为外界其它事所干扰！

而大三不上课的这一年，恰好营造出了最好的学习环境：独来独往，不被任何事影响，整天钻研在一个事情上

那时候我看的更多是哲学书籍，而且不是简单的人生意义，而是对世界的规律，人类的思维规律感兴趣

因为一切思想都源自大脑思维，不同的思维模式就决定了你会有什么样的思想

那期间看的最多的书是：系统论，几何原本，控制论，

这些书有一个特点：

楼主：神棍催眠师 时间：2018-09-18 15:43:44  
人类大脑的运行方式，很多人不懂的

比如下面：

研究表明，汉字序顺并不一定影响阅读。比如当你看完这句话后，才发这现里的字全是都乱的。

楼主：神棍催眠师 时间：2018-09-20 19:28:36  
在更贴和玩游戏之间挣扎，好纠结

楼主：神棍催眠师 时间：2018-09-21 10:04:35  
为了仅有的几个粉丝，再胡写一点吧

续更上面那基本书有个特点：

在一个系统中，如何发展调整，达到最终结果

研究系统，是因为这个世界，这个社会。抛除表面的现象，背后都遵循固定的规律

这个社会发展的规律，世界的真理，和一门学科紧密相关：数学！

世界的尽头是物理，物理的尽头是数学！

所谓科学，最基本的要求是实证可量化，那就得用数学，包括导弹这些，都需要数学，更何况日常生活。

虽然我的数学很烂，但我对数学背后的推理模型却很感兴趣，比如欧几里得几何，几千个推理都是建立在最简单的5条公理上，我们假定这5条是先天性正确的

楼主：神棍催眠师 时间：2018-09-21 10:06:55

简单写下，大家可以瞅瞅，都是最最简单的

公设 1：两点可以决定一条直线。

公设 2：直线可以沿其正反两个方向无限延长。

公设 3：在平面内，所有与某一定点的距离相等的点可构成一个圆。

公设 4：凡直角都相等。

公设 5：同一平面内一条直线和另外两条直线相交，若在这条直线同侧的两个内角之和小于  $180^\circ$ ，则另外两条直线一定相交。

公理 1：等于同量的量彼此相等。

公理 2：相等的量加某一量，其和仍相等。

公理 3：相等的量减某一量，其差仍相等。

公理 4：彼此能够重合的几何图形是全等的。

公理 5：整体大于部分。

由上述的 10 个公理和公设以及命题和定义构成的证明系统称为欧几里德公理系统

楼主：神棍催眠师 时间：2018-09-21 10:34:33

看过这 10 条，大家觉得都是正确的吧！

但问题就出在这里，你怎么证明它是正确的？

无法证明，我们只能假设它如上帝赋予的般正确，毋庸置疑

在其基础上推理了砖头厚的几千个定理

那么我们可以想一下：若这 10 条公理的根基是错的，那建立在其上的整个欧几里得大厦将会轰然倒塌！

这就是说：即使世间最精确的数学，其根基也是有问题的

那建立在数学之上的其它学科和真理，也可能会轰然倒塌

这就会引出：我们能正确全面的认识这个世界吗？

1+1 为何等于 2，这么简单的题，数学家到现在还没证明出来，我们只是假定它是正确的罢了

所以数学家很清楚，数学的根基是不稳的

比如哥德尔不完备定理，在一个系统内，你是不能证明自己是正确的，也不能证

伪

这需要引入另一个系统才能证明，而另一个系统又需要其它系统证明

于是这就无止境了

最后还是中国周易牛逼，阴阳相互依靠才能成功

比如你怎么评价我是个好人，一定得引入一个坏人，经过对比，才能判定我是好人

于是乎，一个人的价值无法先天赋予，一定是和其它对比，才能赋予，从根子上就决定了：世上并没有天生牛逼的人，只有和蝼蚁对比后，显得牛逼的人。

关于数学根基，我们再举例

欧几里得几何大家觉得很正确，凡是非欧几何同样正确

三角形三角之和可以是 180 度，也可以在曲面上大于或者小于 180 度，在其基础上又可以建立非欧几何，同样是另一座大厦

同样数学里面，我们规定 0 是最小的，那我要是规定 5 是最小的，是不是同样可以建立另一套数学体系？

由此我们知道：无论是欧几里得几何，还是非欧几何，它们虽然看起来不同，但它俩背后都遵循一个固定模型去推理，我们只要研究它俩背后的推理模型即可

也就是说：万变不离其宗！

我们探索这个“宗”就行。

一旦明白了“宗”，那么你就可以随意创造世界了

你用 0 为最小创立的数学，我可以用 1 或者 2 或者 3，以此类推为最小，创立同样正确的另一套数学，大家都是正确的

那这就牛逼了！

这同样告诉我们：创新是无止境的，而且也并没有那么难，只要抽取出现象背后的原理，你就可以创新了

楼主：神棍催眠师 时间：2018-09-21 10:46:02

由此我对数学愈发着迷

因为数学是最精确的一门学科，它的推理思维有很多种，很适合思维训练

但人类的思维创新总是容易被表面经验束缚受限，那么我们是不是可以利用数学思维来创新呢？

比如 A, B 两个人打架，会出现什么结果呢？

我们经验思维就会说，要么 A 揍 B，要么 B 揍 A，要么互揍

但如果我们抛除表面经验，把它转化为纯粹的数学符号，则有下列结果：

$A - B$   $B - A$

$A - A$   $B - B$

通过数学逻辑列举，我们发现遗漏了一点：A 也可以揍自己啊。

但因为我们经验中觉得，你怎么能自己揍自己呢，应该去揍 B 啊，

看吧，这就是经验的束缚性

所以从那时候起，我发现了创新的秘诀：把经验的东西，转化为数学符号

应用逻辑穷尽各种可能后

再转化为经验，然后就出现无数个可能了

这样就可以打开思维，创造新的东东

楼主：神棍催眠师 时间：2018-09-21 11:36:25

写了半天，忘保存了

经验思维局限案例：如何让鸡蛋站立不倒？

大脑就会出现画面：鸡蛋在桌子上，然后不扶就倒了

然后你想半天也想不出站立的办法

其实可以把鸡蛋使劲砸在桌子上，鸡蛋虽然烂了，但肯定能站立。

但我们绝对不会想到这个砸烂的方法，不符合常理

所以其它思维局限也是一样，大脑视觉想象里只会出现常规性画面，很难有新的创新

但若转化为数学符号，从原理出来，则会有 N 多创意

所以创新也要依据科学的方法，绝对不能依靠平常我们以为的灵光一现，因为灵光一现跟主观，那太难了～

楼主：神棍催眠师 时间：2018-09-21 11:49:10  
所以那时候看的最多的就是一些数学理论，系统论等

研究如何把很复杂的东西，不断深化，转为最最核心简单的本质。

这些其实属于思维哲学领域

有一天，无意看到泡妞的文章，里面说了一个方法：神经程序语言学 NLP

由此开启了心理治疗的新思维

那本泡妞书：《把妹达人》

内容是美国一个记者去卧底，记录美国一些屌丝如何把妹，他们之前苦于长得丑，又穷，找不到女朋友，于是有人苦心钻研，利用心理学，人际交往学，催眠学等

糅合实践出了一套把妹理论，然后在酒吧巡猎，效果奇好！

可以在几天之内，甚至几小时之内俘获芳心滚床单，猎艳无数

成为一代把妹导师，然后他们又招收徒弟，徒弟出来后又推成出新，创造新的把妹技术

不断完善，越来越强，成功率不断飙升，无论你是良家少妇，还是已经有男朋友，还是孤身一人

都有针对性方法解决

随着成功率的上升，这些人从最原始的找女朋友变成了：玩弄异性

因为即使有男朋友的，他们也能迅速撩来，导致他们不再相信爱情，整天脑子里就想着怎么约炮

慢慢的这个群体越来越堕落，直到一位导师精神异常发疯，团体四分五裂，作者记录了整个发展历程，同时也警醒世人，莫沉迷于此

楼主：神棍催眠师 时间：2018-09-21 12:23:54

这本书给我最大的震撼和启发有两点：

1. 把妹竟然轻松至如此地步，我以前的观念是在 3 天左右成功算是不错了，但应

用一些技术，可以在短短一个小时内成功，我自己对把妹倒没多大兴趣

但这个案例印证了理论：只要懂得一个事物的核心原理，那么可以达到事半功倍的效果

而把妹如此牛的原因在于：神经程序语言学

于是就研究这个学说，由此打开心理学的新世界

第二个启发是，把妹达人训练徒弟的方式，正好符合一万小时天才理论中的精神练习法，把把妹拆分为一个个部分，针对性训练，最后来个完整的，所以可以快速培养一批学员。

楼主：神棍催眠师 时间：2018-09-21 12:30:12

关于把妹理论，我们简单说一下

其实它也可以叫做：人际交往理论。

期中最核心理论是价值学说：人们只愿意和高于自己价值的人交往

所以在把妹中只要展现自己的高价值即可

恋爱需要两种价值：

任选一种皆可

1. 保证生存价值：土豪
2. 优秀基因价值：有才有趣

所以把妹和穷富美丑没关系，关键是你展现出来的价值。

提高自己的价值，打压对方的价值，然后再给对方一点认可，这样欲擒故纵，欲罢不能。

楼主：神棍催眠师 时间：2018-09-21 12:43:57

比如在酒吧，他们会穿的花枝招展，吸引注意力，身上带一些小玩意，和女性沟通，然后打压再认可

再利用一点心理学技术，快速增加亲密好感，肢体接触等

最后成功约出去。

具体我们就不展开说了，只需要知道一点：知识就是生产力，掌握事物的核心原理，那么你就站在金字塔尖端，一切皆有可能。

既然谈到了，就多说点

就因为这本书，很多国内的人看到后，也开始学着把妹收徒弟骗钱，一个个情感恋爱大师横空出现，只要 8888 元，就能让你拥有女朋友

于是一些单身汉，就寂寞难耐，渴望获得女朋友

花钱报名，结果去了就是讲了三天的理论，导师吹牛逼自己的把妹经验

培训完，各回各家，各找各妈，结果屁都没学到！只交了一波智商税

极少数实践的，也是给你一些固定套路，让你自己去尝试，结果很多人还是不敢去试。

之前因为非法培训骗钱，被举报，有几个导师被拘了

在此忠告一句：还是找个心理咨询师，都比这靠谱

楼主：神棍催眠师 时间：2018-09-21 12:46:42

这套理论，不仅可以应用把妹把汉子，也可以用在任何人际交往上面

人们不会和乞丐做朋友的，谁都想和马云做朋友

所以人有了价值，才会获得尊敬。

之后专门研究了神经程序语言学，简介如下：

楼主：神棍催眠师 时间：2018-09-21 12:54:20

NLP 神经语言程式 (Neuro Linguistic Programming) 是人工智能的一个领域，是指从破解成功人士的语言及思维模式入手，独创性地将他们的思维模式进行解码后，发现了人类思想、情绪和行为背后的规律，并将其归结为一套可复制可模仿的程式。

中心技巧是模仿

起源

NLP 首创于上世纪七十年代初期。1970 年，在美国加州大学的桑塔·克鲁兹 (Santa Cruz) 校区内，

有两位因不满于传统心理学的治疗过程冗长，效果反复不定的弊端，于是集各家所长，用他们的学识和独特的创造力，历经三年多的实验与训练，终于形成了后来震撼世人的、可以改变人类行为的 NLP(神经语言程序学) 框架。

这两位科学家就是美国语言学家约翰·葛瑞德 (Dr. John Grinder, 一译约翰·葛林德) 和身兼数学家、心理治疗师和电脑专家的理查·班德勒 (Dr. Richard Bandler)。

约翰·葛林德原为语言学博士并在加州大学实习，早年也曾在美国联邦调查局驻海外机构服务，葛林德以其模仿语言及行为的能力而屡建奇功，数次获奖；

而理查得·班德勒主修为计算机科学，却爱好心理学，业余博览心理学类群书。

俩人因缘凑合而相处，这也难怪这门新兴的实用心理学，取名为 (Neuro-Linguistic Programming, 简称 NLP) 神经语法程序学，俩人将所学背景都加进去了。[1]

在理查·班德勒 (Dr. Richard Bandler) 和约翰·葛林德 (Dr. John Grinder) 自 1970 年开始的几年探讨摸索过程中，重点研究了四位极为卓越的沟通及心理治疗大师、能够持续创造人类行为杰出改变的顶尖大师所用的方法。

NLP 的学问便是籍由不断寻问：“这些大师是如何做到这么卓越的效果？”而发展出来的。从另一个角度看，NLP 是研究一个人的头脑如何运作，因而我们的人生怎样可以凭着了解自己大脑运作的模式而变得更成功更快乐。这四位被模仿和研究的顶尖大师分别是：

密尔顿·艾瑞克森 (Dr. Milton H. Erickson) 博士，有史以来最伟大的催眠治疗师；

维琴尼亚·萨提尔 (Virginia Satir, 一译萨提亚)，杰出的家庭婚姻诊疗及亲子教育大师；

格利葛利·拜特森

楼主：神棍催眠师 时间：2018-09-21 12:55:14

格利葛利·拜特森 (Gregory Bateson)，是一位英国的人类学家，他除了本身就是成就的楷模外，还对葛林德和班德勒这两位 NLP 创造者的早期作品有极大的影响。

弗烈兹·皮耳氏 (Fritz Pearls)，完形治疗创始人。

约翰·葛林德和理查·班德勒通过对四位科学家所用方法的深入研究，一方面运用 NLP 的“仿效”技巧，亲自向四位大师学习；另一方面，将四位大师的心法适当修正，创造性地扩充和坚实了当时的 NLP 的内涵。他们的成果，反映了 NLP 神秘有趣、令人兴奋的另一面——透过策略导引与模仿，能快速学习任何事物，并能取其精华，更胜于蓝。

因而，NLP (神经语言程序学) 包含了传统的神经学、生理学、心理学、语言学和大脑控制学等。

当时，他们俩人有幸能一方面运用 NLP 的技巧之一——模仿 (Modeling)，亲自向上述四位大师学习，另一方面也将四位大师的心法，适当修正与发展，扩充坚实了当时初生的 NLP 内涵。

楼主：神棍催眠师 时间：2018-09-21 19:23:43

前面说了那么多，很多朋友可能还是不理解 NLP 的具体技术

举例：

恐高症案例

人的一切思想都是由 5 种感官(视觉，听觉，味觉，触觉，嗅觉)输入刺激，然后反应的

有一个人恐高，首先当他站在高处，外在视觉上看到悬崖，内在视觉就会想象自己掉下去的画面，然后他会内在对话告诉自己：我要是掉下去就完蛋了，

然后一股恐惧情绪油然而生，产生恐高心理

这就是恐高症的一套完整神经程序流程

如果其他人也按照这个思想流程想一遍，他也会得恐高症

但是有些人就是不怕高，那是为什么呢？

因为不怕高的人，他们的神经程序流程和恐高症的流程不一样

不恐高的人外在视觉看到悬崖，内在视觉不会产生掉下去的画面，他们看的是到底有多深，然后内在对话是：哇，这悬崖真特么险，要是掉下去会摔成屎，但我知道我目前是安全的

于是他产生的是一种很刺激惊险的情绪，而不是恐惧

这就是区别！

楼主：神棍催眠师 时间：2018-09-21 19:35:24

若治疗恐高的人，就要改变他的神经程序，在看到悬崖后，让他不要想掉下去的画面而是转化为内在对话，告诉自己很安全，这样就会削弱恐惧感

当然真正的治疗比这个要复杂点，但原理是一样的

人的任何一个思想和行为，都有一套完整的流程

那么想改变一个人的思想行为，只需要改变它内在的神经反应程序即可

由此出发，我们可以非常精确的治疗修正某个出问题的程序即可，非常的高精尖有效果，比传统心理咨询手法要高明的多

但正统心理学界却不承认这个疗法，在我看来：实践是检验真理的唯一标准

这个方法有效果，那就牛皮，就值得学习，名分这个问题，无关紧要

前面说 NLP 也是一门模仿的技术

意思就是世间有很多牛皮闪闪的人，如果我们发现他们的神经程序思维模式，然后再复制模仿，那么我们也可以像他们一样牛皮

这话是正确的，同样的模式，必然同样的结果！

很多成功学就是从 NLP 获得启发

然后成功学传到中国就变味了，由陈安之宣扬，确实利用了 NLP 的技术，但目的不是为了让你走向成功之路

而是让你产生一种幻觉：我也会成功

通过会场的外在刺激和内在想象，一顿鸡血过去。人人激情高涨，感觉立马就可以成为下一个马云

陈安之大师玩耍的就是这个效果，你感觉爽了，就可以收割韭菜了

于是很多人花好多万去学，会场激情满满，第二天醒来，一切恢复原样，你又成为了那个屌丝

这就是恶心的成功学，也叫敛财学。幸亏现在上当的人多了，大家都变聪明了  
楼主：神棍催眠师 时间：2018-09-21 19:40:59  
给我的帮助，一方面是给予了最精确的治疗思维，另外也让我认识到“大脑神经学”是非常重要的

现在所谓的心理咨询技术，大多是经验学派而已

没有科学的依据，而最科学的就是大脑神经运行规律，如果不从这个根上研究，是无法有大的成就的

但目前国内学习心理的专业人士，认识到这一点的仍然寥寥无几

大多沉迷在乱七八糟的一大堆理论中，结果越学越乱，不同学派，不同的理论，他已经不知道自己该听那个学派的

楼主：神棍催眠师 时间：2018-09-22 21:21:45  
我就等着 ID: 保定人

他会把这个帖子顶的飞起～

楼主：神棍催眠师 时间：2018-09-23 23:12:48

今天搬砖三小时，双手已无力敲字

这就是真实的楼主，唯有搬砖才能糊口，唯有在帖子里吹牛才能自我安慰，恍若九五至尊，扶摇九天之上，继续逍遥吹牛皮

楼主：神棍催眠师 时间：2018-09-27 06:34:10

刚晚上做了个梦，梦里我去向一个投资人介绍自己的项目，想把心理学做成具体产品推向市场，帮助更多人，结果投资人表现出一幅高高在上的感觉，把自己当爷了

最后没投资，还对心理学装出很了解的样子，临走时，他拿着一盒儿童药，然后和一个小仪器连接，药盒就会打开，对我说：看吧，这才是高科技～

我：额

然后这货走了，我望着马路，自尊心受到极大挫败，当时痛下决心：大不了我好好在天涯这帖子，等火了后出书，也能帮助人。

又一想，若想出书，每篇帖子内容就得精心雕琢，提前写好，修改了再发才有质量

嗯，就这么决定了

然后就醒来了，吓得我赶紧上来更新了

楼主：神棍催眠师 时间：2018-09-27 18:28:21

更吧，再不更可能就真的荒废了，毕竟还没达到10万点击量的目标

话说自从接触NLP，越觉得心理治疗必须精准到人的思想流程，成功者怎么想的，失败者又是怎么想的

然后可以复制让自己趋向更高一层，也可以修改流程治疗心理问题。

再结合前面说的数学思维创新理论，我觉得凭借这套思维创新和思考技术，已经小有所成了，以后也许靠这个吃饭

尤其NLP可以帮助学生提高成绩

我想再不济我也可以做家教，给孩子补课提高成绩赚钱

楼主：神棍催眠师 时间：2018-09-27 18:47:48

在此期间，也看一些人从哪里来，要到哪里去的书籍，比如书籍：巫师唐望的故事；一个瑜伽行者的自传等

看了瑜伽传，对里面人可以通过给脉轮冲能量，达到觉悟很感兴趣，特意去厦大

后山闭关 7 天，拿了被子，蚊帐，一大桶水，一大包馒头，在后山的坟堆间找到一块大石头，正好有个檐子，在里面搭蚊帐做了个窝，应用书中介绍的克利亚瑜呼吸法练习，期望有不同的体验

结果并没有特殊体验，反而让海风吹黑了脸，不过内心很平静

当我下山走在路上，看到人时，内心有股安详温和的情感，感觉一切都很美好

可惜这样的感觉仅持续了半天后，就消失在正常的俗世生活了。

楼主：神棍催眠师 时间：2018-10-01 11:57:16

十一大家都去浪了吗

楼主：神棍催眠师 时间：2018-10-02 21:45:01

骗回复

楼主：神棍催眠师 时间：2018-10-03 05:30:28

长沙玩一玩

楼主：神棍催眠师 时间：2018-10-09 13:24:55

冒个泡，这明还活着

楼主：神棍催眠师 时间：2018-10-12 20:13:19

谢谢各位的顶帖，抽空会更新的

楼主：神棍催眠师 时间：2018-10-14 08:22:21

@ty\_君莫问 265 2018-10-14 01:56:54

标题催眠？催眠呢，翻了好几页了，还没讲催眠就有热心网友再问远程催眠怎么收费了，老铁 666

---

何谓催眠：影响人的思维或者行为，即是催眠

你想象的可能是闭着眼睛，一个人下达指令，就是催眠了

“自信”“催眠”“自卑”

这些话语是笼统的，真正的研究必须深入脑科学，神经科学领域，因为一切都源自大脑神经链接

模式论是心理学，催眠等学科综合的产物，是从大脑神经链接模式出发探索的

楼主：神棍催眠师 时间：2018-10-14 08:26:28

@支尾巴 2018-10-11 07:21:45

刚看到个帖子，有个家伙说自己意念增高两个月长了 26 厘米。

虽说有催眠增高这么一回事，但要在那么短时间快速生长有没有可能呢？

---

意念手指增长知道吧，可以在 10 秒内让手指增长 1cm，但等一会儿又会缩回去

这是因为手指关节缝有空隙，用点劲就可以伸长

同样身高也是如此，脊柱间也有空隙，用力伸还是能高一点的。人体早晨比晚上高一点，

至于催眠 2 个月就增高 26cm, 我保持怀疑态度

催眠意念暗示可以影响身体发育，但 2 个月这么高，有点奇迹成分，这个催眠还得天天做，长期做，才能稳固

楼主：神棍催眠师 时间：2018-10-14 08:52:04

这段时间懒散了，还有几个朋友支持，就更下去，上文说了看了瑜伽抓后，在后山洞里打坐，没什么收获

当我下山走在路上，看到人时，内心有股安详温和的情感，感觉一切都很美好

可惜这样的感觉仅持续了半天后，就消失在正常的俗世生活了。

时间很快到了大三下半学期，一股无名的焦虑感慢慢袭来，整天笼罩在惶恐中

焦虑的原因是：我到社会上如何生存？没有文凭，没有技能，我能做什么，又如何养家糊口？

放弃文凭的决定真的正确吗，和别人走不一样的路，真的是正确的吗？

当人类面对选择时，为了证明自己的选择是正确的，就会找相应的支持物，这种支持可能是你的朋友，可能是一些书籍，可能是盲目自信，杜绝他人质疑等

而为了证明为理想放弃文凭是正确的道路，我选择了书籍，在图书馆找到了古斯塔夫·勒庞的《乌合之众》，这是研究群体心理学一本书

书中的核心思想是：当许多的个人一旦构成一个群体时，就会产生独特的集体心理，这种集体心理通过彼此情绪上的相互感染，会使得个人不由自主的丧失理性思考的能力，

其行为方式会和平时独处的时候大相径庭，头脑变得简单化，人们会非常容易不加怀疑地接受群体提供的意见、想法和信念，并盲目的模仿群体中其他人的行为和态度。

勒庞的理论将集体行为描述为一种根本上基于情绪的、非理性的甚至是疯狂的行为，即使是理性的个体，一旦融入群体中也会变成非理性的个体。

这个理论是颗救命丹，大学本来就不能荒废大好时光，不能在轻松玩乐中度过，而应该奋斗钻研。所以大多数学生都是乌合之众，为了混文凭随波逐流的生活学习，唯我独立清醒，众人越是弱智，越不能同流合污，越证明走独立之路是正确的。

当时就是在这种自我安慰中缓解内心的焦虑。

在刚开始做决定时，其实被一种悲壮的情绪所激励，很果断

但一旦经过一段时间的生活，才会发现后续要面对的是，和别人不一样的境地，前方的路是黑暗的，没有模板的，你不知道如何走，需要自己一步步摸索，这才是最痛苦的，此时你可能会后悔，但已经没了回头路，唯有一步步向前。

其实很多在大学退学的人，到了社会上找工作时，发现只能干一些苦力活，步步艰难，这时都会后悔当初的冲动选择，所以做决定时要慎重

当然我对自己的选择不后悔的，是经过慎重考虑的。只是面对现实焦虑，需要找个支持物，给自己一个正当的理由坚持下去，否则会把自己逼到绝境。

楼主：神棍催眠师 时间：2018-10-14 09:15:55

同样人生活着的意义，也需要一个理由

大多数人是不会叩问人生意义的，凡是叩问者，说明现实生活已经遭受到了挫折和不如意。

人是被生活推动着走的，从早上醒来，就开始忙活洗漱，因为等会有个任务是要上班赚钱，白天的时间就在工作中的杂乱事中度过了，等到了晚上吃完饭，再看会手机玩玩放松下，又到了睡觉的时候，脑子里还会想明天上午要不和同事吃个黄焖鸡米饭

然后这样的日子日复一日，每天都有事情要去做，结婚后，为家庭付出，等孩子抚养长大，又要操心儿女大事

等自己到了七八十岁老了的时候，空闲时间抱抱孙子孙女，出去溜达溜达，这就是很多人的一生

假若你要问自己：那我活着的意义是什么？

很多人第一反应是：我现在有工作，有家庭孩子，这就是意义啊

然后如果再深刻反思：难道就这样结束一生吗

这时很多人就会处于懵逼状态.....

对啊，就这样结婚生子然后死去，我活着到底为了什么？有没有更高的使命和意义呢？世界上的人就像蝼蚁一般活着死去，下一批继续活着死去吗

随着叩问的不断深入，你会陷入痛苦中，你找不到生活的意义，若再痴迷探索下去，要么陷入虚无中，要么经过一番痛苦挣扎，有所领悟，又以新的思想境界融

入到现实生活中。

但大多数人的叩问，都是一时情绪低落的产物，等情绪过去，第二天又会陷入生活中作的种种繁琐事中，根本没那个时间反思活着的意义。

这就是平凡的生活，其实每个人，在不同的年龄段，都有目标任务需要他去做，少年时的目标是上学考大学，20多岁为了工作恋爱而生活。30多岁为了家庭孩子而生活

在不同的时期，都会体验到不一样的人生经验，在不同的纠结困难事件中，磨砺自己不断成长，这样当自己老了，回首这一生，自己也经历了很多，领悟了很多。

每个人的经历不一样，领悟也是不一样的，但对自己来说，你收获了属于自己独特的一生

楼主：神棍催眠师 时间：2018-10-14 09:29:59

当然如果你是个有神论者，此生并不是生命的终结，而只是一个修炼场，让自己体验酸甜苦辣，等自己离开这一生时，带着收获体验离开

然后开启另一个世界的下一段人生

当怀着这样的认识生活时，会让我们面对痛苦生活时，更能坚持下去，甚至会盼着多一点苦难

因为你知道来到这个世间就是为了体验成长的，如果是轻松的生活，那么只会贪图享乐，也没什么可磨练学习的，反而越是痛苦艰难，越能磨练，也让我们自己看看，自己能创造出怎样的奇迹

这么一想，就把重点放在了：嗯，即使困哪，我要试试，看自己会如何解决这个问题。

所以有宗教信仰，也会给人一种力量活下去，本来人生不如意十之八九，生活确实是苦多甜少的。

当然对楼主来说，以前觉得宗教就如教科书所说，是一种心理安慰，但随着探索愈多，种种迹象表明，宗教并非心理安慰，而是确有其实，生命也不是唯物论所说的那样，死后一切皆无

死后还有另外的生活，并不会一了百了

很多自杀的人，觉得死后一切就解脱了，岂不知死后还得继续生活

而且这一世修炼的不好，死后也不会有快乐生活的，只会比人世间更痛苦，死后还是会延续你生前的习气秉性，活着懒惰，死后也是个懒鬼，活着好色，死后也是个好色鬼，活着坚强，死后也是个坚强鬼

哈哈哈哈

楼主：神棍催眠师 时间：2018-10-14 09:34:16

@霾是家乡醇 2018-10-14 09:17:16

我想知道你打的赌是什么??

---

当初赌约貌似是：坚持每天写一篇公众号帖子，结果写了十几篇后就懒散放弃了

输了就在天涯写点东西，算是惩罚

赌约也有可能是坚持每天打坐 1 小时，最后也没坚持下去，变成了梦中打坐。。

于是就写帖子

楼主：神棍催眠师 时间：2018-10-14 12:12:23

刚聊到做选择需要理由时，引申了一下人生活着的理由

因为没人愿意看别人的个人经历，之因为写，一方面是给想学心理学的人一个参考，通过楼主的心理学之路，揭开心理这个行业的现状，另外一方面穿插一些心理学内容，也许会对有些朋友有丁点帮助

接下来回到正文

话说从《乌合之众》里找到了继续坚持下去的理由，但未来生存的焦虑还是有的，那时候经常看梵高，莫奈等艺术家的传记

他们的特点就是：穷！但坚持后终于成功了

于是我也幻想：即使以后穷，只要坚持，也会像他们一样成功的，这也算是一点对抗焦虑的安慰吧

转眼就到了大三下学期快要结束了，该学的已经差不多了，需要到社会中历练了，毕竟在学校一年学费 6000 多，有这个钱都足够在社会上生存锻炼了

但在临走前一个月，内心非常焦虑，晚上躺在床上，内心惶惶然无法入睡，翻来覆去，无奈只能起床看会书缓解，等到凌晨 4 点多，还是充满焦虑，压力山大。

因为想要证明我放弃文凭，跟随兴趣的选择是对的，但离开校园，走入社会，又不知道该做什么，没有方向，也不敢确定自己是否能做出一番事业来，那时候家人又会如何看我，有负于他们的理解信任

于是拿着防潮垫，出去到湖边，此时还没天亮，外面一片朦胧黑，望着黑乎乎的湖水，内心烦乱，躺也不是，坐也不是，只能胡思乱想，到累了再回去宿舍睡觉

楼主：神棍催眠师 时间：2018-10-14 12:33:29  
临近6月份，办理休学后，回到了银川。

投靠一个高中朋友，他在银川工作，租了个房子，这样我可以有个住的地方

我走的时候只带了一个背包，没拿被子这些

到了朋友租住的房子，发现就是一间毛坯房，里面放了一张干板子床，床上面光溜溜的没垫子也没被子，原来他之前也没带行李

于是我俩就挤在干板床上睡，晚上睡觉硌的不行，只能一侧躺一会儿，再换另一侧，这样还好点

为什么不买被子呢，因为穷，得省着点花

第二天醒来，得找工作啊，但是没有文凭不好找，另外也想把学到的技术应用出来

于是我想自己可以做家教，可以用NLP技术，帮助学生提高成绩，再怎么说我带小学孩子应该没问题，于是打印了一些传单，拿到校门口去发，在小区里贴

刚开始很害羞，总觉得在小区贴广告像做贼一样，于是拉了一个朋友陪我一起贴，这样心安一点

然后发传单时，刚开始在校门口，看到一群家长在等着接孩子，我想发传单介绍，又很不好意思，于是在旁边看了好久，终于鼓足勇气，缓缓走向人群，想向第一位家长张口时，又瞬间怂了下来，假装自己只是个路人，灰溜溜的继续向前走，到一颗树旁停下来，再给自己打打气，复习模拟了一下等会要说的话术

然后走向前面的一位家长，内心无比忐忑，手心出汗

嘴角挤出一丝微笑，用颤抖的声音问那个家长：等孩子呢啊

家长：嗯

我：来，这个单子看一下

家长：哦

只要迈出第一步，就不那么害怕了，于是见家长就给塞一张，管他要不要，发完后内心终于松了一口气回家了

满怀期待的等家长来联系我，结果过了两三天，只有一个家长联系我，但最后也没上课

于是这个家教计划就这么泡汤了。。。。

这是现实给予的第一次打击

楼主：神棍催眠师 时间：2018-10-18 13:10:19

@ty\_爱丽斯与花 2018-10-15 09:02:46

楼主，赶紧更啊，我现在坚持的事情是每天学英语半小时，走路半小时

好，这就来更

楼主：神棍催眠师 时间：2018-10-18 13:11:10

昨晚做梦，梦到天涯有人留言帖子怎么还不更

醒来后，觉得这是个提醒，只能开始更了

楼主：神棍催眠师 时间：2018-10-18 13:17:34

于是这个家教计划就这么泡汤了。。。。

这是现实给予的第一次打击

接上文：

一、休学打工求生之卖衣服

家教计划泡汤，于是在人才市场，找到一份百货大楼 JEEP 服装店卖衣服的活，底薪 1500+提成

经过半天的培训后入职，刚开始记各种服装的编号，记得比别人快，获得店长表扬

但到了接待顾客时，却呆若木鸡，只会最笨拙的几句：您好，需要什么？可以试穿

这样的话，明显不如其他几位女销售员做的自然亲切

干了半个月后，发现不适合我的性格，不太懂得怎么迎合顾客需求

于是辞职了，获得 800 元工资，

又得找下一份工作了。。。。

楼主：神棍催眠师 时间：2018-10-18 13:48:41

二、休学打工求生之做电话销售

卖衣服失败后，又在人才市场遇到一位 40 岁的大姐，国字脸，身材为中等胖度，她初中文化水平，年轻时做过电话营销，后来结婚，婚姻不太幸福，于是自己又出来工作，想要经济独立一点。

她说想创业给销售员做电话营销培训，问我有意向吗

我觉得创业不错，然后这大姐给我描绘了一幅未来美好的前程，于是我就被忽悠入伙了

月工资 1000 元。。。。。

工资这么低还接受，是因为我想做讲师，招来销售员，我可以给他们培训一些心理学技术，那时候正好看了个催眠式销售，虽然我自己不是个成功的销售员，但给别人讲还是可以的

于是我俩合作，她动用自己强大的社交能力，四处缝迎，费尽心思和别人交流，让我们获得了免费的办公场地，免费的客户资源

我每天的工作就是做电话销售，一方面给企业打电话，问他们需要员工的销售培训不，我们可以提供

一方面给有意愿找销售工作的人，打电话问他们想不想接受培训再上岗

那时候基本发传单，招生都是我一个人在做，大姐负责外面的沟通合作。

大姐说为了让我看起来更专业，拉到商场买了一身黑西装，200 多元，结果不太合身，穿上有点大，不过这样起码看起来人模狗样，像那么回事

做了一段时间营销，企业没人愿意接受我们这不专业的培训，但他们想让我们给提供销售人员

于是我们招收做销售的人，教这些人电话营销的技巧，结果还招了 10 来个，打着免费培训的幌子，但教材费需要收 200 元，这本电话营销教材就是大姐曾经接受电话营销培训时，他们公司发的，大姐稍作改动，就变成了自己的教材。

但做了三个月后，我发现我成了做招生的，想当讲师基本没戏

于是辞职了

这三个月的经历给我最大的启发就是：先别想着多完美，撸起袖子就干，哪怕刚开始很垃圾，哪怕刚开始一无所有，先做着再说。

为何有这样的启发呢，源于两件事

第一件事：做表格

有次大姐让我用 Word 做一个表格，我做了半天，想让表格间距都一样长，但我却不会做，只能手动调整，结果调整了好长时间都达不到我期望的要求

于是大姐生气了，嫌弃我无能，她拿过去做，前面说了她只有初中学历，对这个也不专业

但她就用手动调整的形式，虽然看起来有的宽有的窄，但是能用！立马就可以用！

从这个经历我就觉得，一切事你先去做，第一次肯定做不好，那么之后再修改都行，但千万不能因为想做到完美，结果做了一天都没做来，导致下一步计划无法施展。

第二件事：哪怕一无所有，但也要一步步尝试

前面说过我们创业时，一无所有，大姐硬是凭着三寸不烂之舌，给别人说好话，放低身态，求爷爷告奶奶，获得了免费的办公场地和一点点的资源

这样到第三个月，起码还招来 10 个人，卖教材也能赚 2000 元，算是有点收入了。

看看大姐的创业史，全凭自己一张嘴，忽悠来了我，也忽悠到了资源，最后如果不是我的离职，可能还能做出一点感觉来

楼主：神棍催眠师 时间：2018-10-18 14:05:18

另外在这三个月给别人打工的经历中，也发现我自己不适合职场

感觉每天朝九晚五上班，受到种种束缚，压力很大

每天一起来想到等会又要受到大姐的指责，就感觉很不爽，大姐到后期对我的教育，基本就是劈头盖脸的批评，让借给我们场地的老板都看不下去了，老板说他如果招收到一个像我一样的员工，是一件幸事，但却每天被大姐这样指责，实在是不应该

其实大姐刚开始创业，乱七八糟的事一大堆，我也刚开始经历职场，很多东西也是第一次入手

必然会出各种问题

但每次大姐批评完后，都会给你一点糖吃，开始描绘未来远大图景，比如：小马，好好干，以后给你买一套房子，我们换个更大的办公室等等。

有一次我朋友休息，来办公室看我，当时我们正忙着给销售人员培训，布置场地，一会需要电话，一会需要投影等，烧水倒茶等

我手忙脚乱，楼上楼下来回跑，结果还是被大姐劈头盖脸一顿，连我朋友都看不去了，称大姐为“泼辣的老妇人”，他们劝我辞职

但我还抱着当催眠式销售讲师的梦，所以一直隐忍，直到最后觉得当讲师无望，才辞职。

这 3 个月的打工经历，虽然压力大，但收获还是很大的，老妇人的创业，也给了我自信，那就是无论啥事，先撸起袖子干！而且哪怕很困哪，也一定要坚持下去，最后总会有那么一点收获的。

楼主：神棍催眠师 时间：2018-10-18 14:29:52

### 三、踏入催眠师探索之路

辞职时已经 12 月份了，那时候看了一些催眠的资料，觉得催眠师收费很高，而且效果很强悍，很多人也感觉很神秘，比单纯的心理咨询宣传效果好，

另外催眠也是探索我们大脑潜意识奥秘的，这样既可以维生，又可以探索人生奥秘，一举两得，岂不美哉，

既然之前走了一些迂回曲线，那么这次不如直接从心理催眠入手

当时女朋友也毕业了，在太原工作，这样长期两地分开也不好，我想着要不我也到太原，可以照顾她，我可以找一个心理工作室，在里面工作学习研究技术，毕竟催眠方面，我也只是看了几本书，一些视频，会一点理论，但技术是严重缺乏的，而且催眠术是从国外传播过来的，中国才刚开始兴起，很多技术还很 low，我们需要静下心来，扎实研究高水平，有明显治疗效果的技术。

到了太原后，网上搜了一家心理工作室，老板是个 50 多岁的阿姨，我说想借着工作室研究琢磨技术，阿姨说她想找一个销售员，帮她跑学校市场，给学生做心理讲座，技术方面不需要

于是又跑到一个当地的催眠工作室，我说研究提升催眠技术，他满脸自信，昂着头告诉我：技术我们已经很完美了，很牛了

然后他拿出一个盒子，打开里面是一个水晶球，和一个存有一些放松音乐的 MP3

当我看到水晶球的那一刻，如遭雷劈，震惊不已，呆若木鸡，许久才缓过神来。

这特么就是你说的技术完美？？？

晃动水晶球做催眠，这都是 100 年前的老旧技术了，这么 low，你竟然说技术很牛逼了

我只能呵呵了，亏得你们在网上宣传，治疗效果多么的牛掰，原来都是嘴炮瞎扯淡

而且他们最重要的目标是，希望招到想学催眠术的人，让他们交费，给培训技术

但这种用水晶球做催眠的，一看就是大忽悠，让很多想学催眠的人，缴纳智商税罢了

他给我一份资料，说我可以做个代理，给他们招生，他们派老师给培训，然后给我一点分成

我们还要负责老师的差旅培训费，一天是1万元。

但就这晃水晶球的技术，还是算了吧。

由此也可以知道，当时国内的催眠水平很低，大多数人都是学点皮毛，然后就开班授课，赚培训费，反正菜鸟也不懂催眠，给教教催眠人桥，讲讲理论，台上催眠几个学员做做表演，让大家感觉很神奇就可以，然后几天结束后，各回各家，各找各妈，再招收下一批学员，继续赚钱

这种模式一直持续到现在，而且目前忽悠手段更高明，到后文再讲。

经过这次的经历，我觉得靠别人是没戏的，只能自己研究催眠技术才靠谱。

楼主：神棍催眠师 时间：2018-10-18 14:49:06

于是自己在家看看催眠视频，想着要学催眠，既然没人，那先从自我催眠开始吧，尝试着听博恩崔西的：自我催眠录音带

还有廖阅鹏的“前世今生”录音带

躺在床上，听着音频引导，结果好几次都是睡着梦周公了

根本无法做自我催眠，后面又让女朋友听那个催眠音频，结果也没什么神奇的事出现，她也只是感觉放松而已

那时候女朋友每天在外面工作，而我无所事事，整天闲在家里，催眠技术也没发练习实践，感觉就像个失败者，只能当个家庭做饭男

这样让我压力很大，本来休学想证明自己多牛，结果却连工作都没有，整天混日子，没有收入，完全没有任何底气，我猜想女朋友内心也会觉得：当时吹得不是很厉害么，现在怎么变成无用男了

我就像一个寄生虫，再这样下去就变成被女朋友包养了，每天看女朋友脸色行事，自己的人格简直就像被踩踏到地下摩擦，摩擦

我一定得证明自己还是有能力的，在催眠领域能有一番作为的。

于是呆了一个月，我想着要么还是回银川吧，自己再想办法，这样自己压力起码会小点，否则每天都被女朋友看到无所事事，连我自己都鄙视自己。。。

于是打道回府，在去银川前，先回了一趟老家。

楼主：神棍催眠师 时间：2018-10-18 15:15:43

#### 四、迈出第一步，给侄子做催眠

回到老家时，正好侄子侄女也放寒假了

我一直想着给别人做催眠，练习自己的技术，但却没有自信

于是我想着先拿侄子侄女练习，这样即使失败也不丢脸，毕竟她俩还小

我网上找了一篇催眠放松引导词，背了一两天，然后想开始实践，但看到侄子后又怂了，

还是害怕自己做不好，给自己找理由：我还没准备好，要么明天再做吧

到了第二天，又怂了，想着再准备一下，还是明天再做吧

到了第三天，还是这么怂，我就试探性的给侄子说，我们做个游戏，你闭上眼睛，然后放松下来，从头开始，慢慢放松，然后放松胳膊，放松脚

当我从 3 数到 1，你就会被催眠倒下

3。。

2...

1...

侄子装着躺到被子上了，我还窃喜有效果

结果侄子起来说：我没有被催眠啊，我还清醒着呢。。。

这个暴击给 100 分。

虽然效果不咋滴，但是至少迈出了催眠的第一步，我这才发现：其实并没有想象中的那么难，也就那么回事。

一旦有了第一次的经验，就给人很大的自信，起码敢于尝试了，于是又给做了几次简单的放松。

这就是第一次给别人催眠的经历

然后现实中，很多人看到电视上的催眠表演，感觉很震撼，自己就想学催眠，但

是大多数都是买了一本又一本的催眠书，看了一个又一个的催眠教学视频，加了一个又一个的催眠群，感觉自己有所收获，感觉自己是在学习催眠，实际上这根本算不上学习

因为催眠是一门技术，而技术只有通过实践练习才能获得，看理论只能学会理论而已

但很多人都误以为：只要我看催眠书，那就是在学催眠了。

错！

我没见谁看了一本《开车技能大全》就学会了开车，也没见谁看了一本《厨师养成计划》，然后就突然成为厨师了

看书学的是理论，激活的是大脑的理论思想区域，而催眠术需要的是实际技能，需要通过实践，激活大脑的行为区域，这根本就是两码事，但很多人误以为思想就是行为。

包括目前的很多网上的技能教学培训，大家花几十块钱买一套，以为看看视频就能学会，别做梦了，你需要看着视频，自己不断实践才能完全掌握的。

但就是这个实践，很多人却做不到

因为他就和我一样，会一直看书，总觉得自己还没准备好，等自己了解的非常充分了，才有胆量开始实践

于是他就看了N多本书，永远在准备着，不敢迈出第一步

久而久之变成了一个思想理论学习者。甚至很多催眠爱好者，说起理论来头头是道，你感觉他简直就是个专家，但他却从没有做过哪怕一次的催眠实践。

他就像我一样，不敢迈出第一步

但是，世间没有什么事是准备充分才去做的，因为无论你准备的多么充分，当开始实践时，都会漏洞百出，第一次肯定会出现各种大大小小的问题

所以完美是通过一次次的训练，一次次的打击，慢慢才能改善修正，最后趋向完美，第一次就想做的很漂亮是不可能的。。。

这也送给天涯朋友，如果你想做一件事，先迈出实践的第一步，哪怕很垃圾也没事，千万不要觉得自己还没准备好，于是打着准备的幌子，又是看书，又是看资料的，没用

看的越多，自己越怂，越觉得自己还没准备好，不敢开始，于是就这样慢慢的耗

去了当初的勇气，最后沦为了一时激情，还是重复着以前的生活

现实中很多人想法多多，行动寥寥。

从这次经历我就知道，学习催眠，正确的顺序是：先实践，后看理论

楼主：神棍催眠师 时间：2018-10-18 15:20:22

很多人会说：我都不会催眠，怎么实践呢？

很简单，先大概了解一点催眠，网上搜一篇催眠引导词，然后就开始照着念，去找人练习。只有经过实践，你才会发现问题，然后带着问题看书学习修正，再练再看，这样就会螺旋式不断上升进步！

而如果你看了很多理论，你觉得掌握的不错了，可一实践，你会发现现实和你看的理论相差十万八千里，看过的理论没多大用，你还是得从头开始学习

楼主：神棍催眠师 时间：2018-10-18 15:26:25

@海伯伦 2018-10-18 14:14:13

催眠和心理辅导 是发自与国外 用好了就好 用不好 很极端

---

举例说明用不好，会有什么极端后果

其实这有点夸大了，有时候操作不当，会有一些影响，但没那么极端

只要是一个职业心里咨询师，或者催眠师，他有至少 3 年的实践训练

犯极端错误的可能是很小的，当然如果是一些二把刀爱好者，那么乱操作，会不太好，但极端结果还是比较少见的，很多时候都是半途失败

所以找催眠师，还是要找靠谱的，可惜目前市面上职业催眠师很少的，大多数都是上了几次培训班，学了一点点皮毛的催眠爱好者

楼主：神棍催眠师 时间：2018-10-18 16:27:03

五、银川医科大学实践 1 个月

经过给侄子的简单催眠后，迈出第一步，不再怂了

现在可以找人练手了

于是在老家呆了几天，就回到了银川，然后和几个朋友一起另外找了个房子合租，但是当时身无分文，身上总共不到 300 块钱

租房需要 2000 元，又没脸找家人要，于是给远在新疆的二哥打电话，借了 2000 元，特地嘱咐不要给家人说，免得他们担心，觉得我休学后混的很失败，我要证明自己的能力，自己可以养活自己。

当朋友都去上班后，我就在家想着找谁练手呢？很多人一听催眠都被吓跑了，觉

得会把他们控制了，而学技术必须得练习才可以，找谁实践呢？

想来想去，大脑顿生一妙计，我可以找大学里面学心理学的学生啊，他们对催眠肯定感兴趣，那么我借着给他们培训催眠技术的名义，可以给他们做催眠，练习提高我的技术，然后我边学边给他们教

这计划简直堪称完美啊

但首先得有个催眠场地，那么可以借大学校园里的心理咨询室开展，那么这就需要大学心理老师的同意

我想他们学心理的，我如果给学生教催眠技术，那么心理老师也应该会同意吧，毕竟是帮学生掌握一个技能么

虽然我自己也才只练习一两次，但我就是有迷之自信，可以边练手边教，毕竟学生对催眠是一窍不通，甚至当时很多人都没听过催眠，此时才是 2014 年。整个银川市的心理机构，还没有一家专门做催眠的，所以广阔天地，大有作为啊

但想让大学老师同意，看来得找学校的心理老师，当时我想着医科大学学生，若能学点催眠技术，那么他们以后在医院给病患做点催眠放松，那可以缓解病人痛苦，加快康复，算是一件好事

于是搜索了宁夏医科大学心理科李老师的联系方式，怀着忐忑的心情，无比紧张的打了个电话，说预约个时间想去学校见面后详谈一点合作，没想到李老师同意了

于是坐公交车到了医科大，终于找到李老师的办公室，当时很紧张，看到李老师后，她和蔼可亲的面容让我稍微放松了一点，唯一能证明我身份的就是厦大学生证

我拿给李老师看，然后说自己为了学心理学，休学了，现在想在贵校给学生教催眠技术，这样也可以方便我自己研究催眠技术

李老师很佩服我的这种执着精神，说可以给我一个机会，让我拿出一个具体的方案给她，然后她考虑下

没想到第一次还算顺利，这了我莫大的鼓舞

内心无比激动地离开办公室，走在医科大校园里，感觉今天天气真好。。。内心更是一个大晴天

屁颠屁颠跑回家写了三四页的计划书，里面说了会教学生一些放松技术，然后测试学生的催眠易感性，通过数据对比，看哪种催眠术的效果最好，这样有数据，也许老师还可以发表一篇关于不同催眠技术效果对比的论文，也许还可以和老师

合作呢，这样老师也愿意啊。

当时有 3 种催眠技术：

1. 传统标准派催眠放松法
2. NLP 式催眠引导法
3. 艾瑞克森式催眠技术

下图贴一下当年的计划书样子

楼主：神棍催眠师 时间：2018-10-18 16:41:25

这个计划书里面，NLP 技术和艾瑞克森催眠技术，有很多看起来很高大上的专业术语

这样让人看起来像那么回事

这个计划书，我也不确定李老师是否能答应

为了给自己更多机会，又跑到宁夏大学，找他们的心理学主任，带着这份计划书，说想给他们学心理学的学生教催眠技术

主任：催眠有一些危险性，你给学生教了，学生要是做坏事怎么办？

我：老师你放心，我教的都是催眠放松法，这是最低级水平，想做坏事也得非常高水平才有可能

主任带着一种自信的表情说：我还是不放心，而且我也学过催眠，还是在德国学的，都有证书，你呢，你会什么

我：基础放松我还是会的，学生学点这个还是挺有用的

主任：嗯，让我考虑下去，你先回去吧

离开办公室我就知道希望渺茫，主任想着：我这种获得过国外催眠证书的高手都在这放着，哪轮的到你这种菜鸟呢

当时感觉被深深地鄙视了，内心想着：哼，我一定要提高水平，混出一番样子来

实话说什么国外证书，那都不过是几天的短暂培训，能学会点简单放松暗示罢了，和我心中高水平的催眠技术差的还是十万八千里，虽然我目前没达到，但以后肯

定会!

而且如果是真正的高手,是不担心催眠做坏事的,因为能做坏事的催眠师,起码要达到中等水平,有这水平,放着好好的治疗赚钱不做,做啥坏事啊

说明大家对催眠术还是不了解,被这两个字忽悠了,总觉得催眠会把人控制了,然后说出秘密啊这些的。。

今天想去那位主任当时的反应,觉得可以理解,毕竟对我水平也不了解,随便给他学生做催眠,确实得负责任,还是稳妥点比较好。

那边没戏后,盼着医科大的李老师能给自己一个机会。

楼主: 神棍催眠师 时间: 2018-10-18 16:57:10

过了几天,我询问李老师,她说可以让我试下

李老师为了发展学校的心理咨询,特地申请了一个“朋辈心理咨询师”项目,让一些心理学爱好者,学习心理咨询技术,考取国家三级心理咨询师,免培训费

然后学些学生,应用学过的技术,可以给一些有需求的学生做咨询,这算是同辈间的咨询

不得不说这个项目挺好,当然受益最大的还是考取证书的学生,毕竟可以免去2000多元的培训费

不过考证的培训,一般都是讲理论,很少教实践技术,所以这些学生还是很缺实战技术,只能在咨询室做一些最简单的登记预约,倾听学生的诉苦

重要的心理咨询还是得需要李老师亲自做,但李老师还要给学生上心理课,还有乱起八糟的其他事,她比较忙,当时同意让我试试,也可能想着让这些朋辈咨询师多学点技术,成长起来,能为她分担点压力。

我提出的要求是,每天至少给我提供2名学生当小白鼠,我给他们做催眠。然后每周可以安排几次集中培训,他们朋辈心理咨询师中,对催眠感兴趣的学生可自愿报名参加

李老师说这没问题,朋辈咨询师中没课的学生可以给我做小白鼠

不过刚开始先给她和一位老师,以及她带的两位心理研究生做一次催眠,他们体验一次,催眠什么感觉。因为当时很多学心理学的学生也不会催眠,包括一些大学心理老师也不会这个技术,或者只会简单的放松暗示而已,毕竟催眠在国内才开始发展,真正会催眠的就没几个人。

通过这次催眠体验,正好也可以看出我的水平如何

楼主: 神棍催眠师 时间: 2018-10-18 17:06:14

于是回家后，我就开始背诵催眠引导词，不断模拟训练，直到顺畅流利

然后在一天上午，给李老师和一位老师，她的两位心理研究生做催眠体验，虽然经过很多练习，但第一次还是有点紧张的。

先让他们都舒服地躺在沙发上

然后闭上眼睛，做深呼吸放松

然后想象吸进来一股股蓝色的能量，随着呼气的时候到达自己的左手臂，手臂就会变得很放松

然后让这种放松的感觉，随着呼气蔓延到右手臂，然后再到腹部，到双腿双脚

最后整个身体都被这股蓝色的能量包围，整个人会非常舒服

整个引导大概进行到 10 分钟时，李老师已经呼呼大睡了，这给我很大的鼓舞的自信啊

于是让他们随着我的呼唤，从 1 数到 5，数到 5 时，慢慢醒过来

醒来后问他们的感受，苗同学说她感觉自己身体非常轻，都好像要飘起来一样，李老师说她也很放松，都快睡着了，其它人也感觉很舒服

总体看起来还不错，也算是认可了我的技术。

楼主：神棍催眠师 时间：2018-10-18 17:23:01

连我自己都么想到，第一次的效果这么好，也许和我深沉富有磁性的声音有关吧，哈哈哈哈哈，自恋下

然后我每天早晨去咨询室，找个同学，给她做催眠研究，那时候我对深度催眠很感兴趣，看了一些案例，说深度催眠后，会出现神奇的变化

我查阅了深度催眠技巧后，打算给学生做 6 级深度催眠测试，网上下载了引导词

下图是 6 级深度催眠的作用

于是我把引导词打印出来，照着引导词给学生做催眠，一般都是女学生

因为朋辈咨询师中大多数是女生，对心理学感兴趣。而且女生的催眠易感性更高，更容易催眠，而男性防备心理较重。

经过几次练习后，发现有些女生，从 1 级慢慢上升，很容易就能达到 6 级深度，

出现一些我们引导的幻觉，这让我深受鼓舞

之前看网上别人的案例，觉得哇，好神奇，好牛掰，想着这得多牛的技术才能做到啊，如果自己也有这水平，那就牛气了

当自己也能做到时，就感觉：原来不过如此而已，并没有什么难度嘛，所以很多事你感觉很牛很难，实际上自己只要训练，也可以做到的，并没你想象的那么难！

做成功几例后，我自信心大涨，也对催眠的理解更深了。

此时已经不再满足于一对一的催眠，而是想做群体催眠，练习技术了

刚开始是给五六个学生做群体催眠练习，效果还可以，熟练后李老师说周末，给 50 多位朋辈心理咨询师做一次群体催眠体验

我激动不已，第一次给 50 多人做体验，那时候在电视上看了加拿大催眠师格伦在鲁豫有约上的群体催眠表演，我觉得可以按照他们的模式来做一次表演，震惊一下这些学生。

让大家看一下鲁豫有约催眠秀视频

1. 鲁豫有约催眠秀上

[https://v.youku.com/v\\_show/id\\_XMTYyNzI5MzEwOA==.html?spm=a2h0j.11185381.listitem\\_page1.5!24~A](https://v.youku.com/v_show/id_XMTYyNzI5MzEwOA==.html?spm=a2h0j.11185381.listitem_page1.5!24~A)

2. 鲁豫有约催眠秀下

[https://v.youku.com/v\\_show/id\\_XMTYyNzI5MzkwMA.html](https://v.youku.com/v_show/id_XMTYyNzI5MzkwMA.html)

楼主：神棍催眠师 时间：2018-10-18 17:32:08

大家有时候看到催眠表演秀，觉得那些人都是托儿，都是假装的

这里我可以明确告诉大家，根本不需要托儿，因为这实在是太容易做到了

群体催眠比一对一催眠容易 100 倍

如果一对一催眠，那么你还有可能无法一次就让受试者成功进入催眠状态，但群体催眠，人数多，基数大，有些人催眠易感性很高，你只要选择 20 个人上去，肯定还有至少 10 个人能进入深度催眠状态，所以在鲁豫有约视频里，催眠师才会筛选出易感性最高的人，留在台上，其它人就让下台了。

而我们给医科大学的学生也是如此，选出想上台体验催眠的人到讲台上，其它学生在台下体验，最后给台上的人做深度催眠表演

当时做的很成功，台上有一两个没进入状态，但其他人都进入状态了

下图是当时群体催眠的一张照片

楼主：神棍催眠师 时间：2018-10-18 17:38:47

下图中这位女生进入了非常深的催眠状态，深度催眠的一个表现就是嘴巴会张开，这说明极度放松了

当时结束催眠后，这位同学说完全记不起来催眠时发生了什么

这也是深度催眠后容易出现的情况，很多人会不记得催眠时发生的事情，这叫做催眠遗忘

不过醒来后，如果催眠师下达指令，告诉他们可以想起来催眠时发生的事，那么他们就又可以想起来

楼主：神棍催眠师 时间：2018-10-18 19:41:39

在医科大时，还是穿着那套西装，虽然那时候只有 22 岁，但是看起来会成熟很多，很多学生以为我 30 岁，其实只比他们大一两岁而已

刚正好找到了在心理咨询室做一对一的图片

楼主：神棍催眠师 时间：2018-10-18 19:43:17

1. 一双催眠的摄魂眼！

标题是开玩笑的，事实是这样的：在医科大学给学生们做催眠术培训和体验的时候，有一个女孩子，催眠易感性很好，引导进入催眠状态后，不断让她睁开眼睛，然后暗示当她看着我的眼睛，且当我从三数到一的时候就会进入更深的催眠状态，反复让睁眼闭眼后，就唤醒结束了，这个孩子醒来后依然困的不行，和大家聊聊天，开开玩笑后清醒了一点，但是她说一看到我的眼睛就会眩晕，犯迷糊，不敢多看，（其实这是因为深度催眠暗示的结果）最后结束就各回各的家，各吃各的饭喽

精彩的来了，三天后，又去做培训，遇到这个孩子，然后就和她聊天，她就很小心的说老师你别看我，我一看到你的眼睛，就感觉犯晕迷糊，我就说这孩子聊天的时候咋老不看我眼睛，不过过了段时间，再没有加深就过去了，不过如果再多刻意做几次暗示，以后这孩子只要看见这眼睛，还是会犯迷糊。

楼主：神棍催眠师 时间：2018-10-18 19:47:41

接下来说说六级催眠深度测试，

从第一级开始，就是暗示你眼皮闭住后就睁不开了，无论你怎么努力，你都睁不开眼睛，这个很简单，大家可以给自己的朋友试下，当时那个女孩就张不开眼皮，只能干着急，意识很清醒，但却无法睁开眼睛。

然后到 2 级深度，暗示她肢体无法移动，于是她的胳膊也动不了，

到了三级的时候，暗示她从 1 数到 5，当数到三的时候，她就发不出声，无论怎么用劲，他都数不出来三，只能跳过继续数 4 和 5，

精彩的来了，当她数完 2 后，嘴巴就开始抽起来了，看得出来很努力，但就是发不出声，数不出来，同时我把手指压到她的膝盖上，算是设立一个心锚

最后看她这么努力还是数不出来，就让她直接数 4，同时把手指拿开了，

数完后，我让她再数一遍，这次没有暗示她数到三就数不出来，就是正常数就可以

但等她快数到 4 的时候，我做了一个动作，把手指压到她的膝盖上，她本来马上就要数出来了，结果手指一放，硬是半天说不出话来，手指离开后又可以正常数了，这就是所谓的心锚！NLP 里经常用的技术

第一次她数 3 的时候，我同时把手指压在膝盖，这就给她潜意识一个暗示：手指压上时无法数出声音

所以后期只要压手指，就会激活这个暗示指令。

楼主：神棍催眠师 时间：2018-10-18 19:52:25

接着上面的，她醒来后兴奋的说，当她数到三的时候，嘴巴不由自主地开始抽住了，无论怎么努力，就是数不出来，她自己当时都觉得不可思议！这就是催眠的小神奇，到了 5-6 级深度，就可以美其名曰：睁着眼睛说瞎话！

到了 4 级深度的时候就可以做截肢手术了~但是你不会感觉到疼，而且不需要打麻药~以前麻醉药没发明的时候，印度医生就用催眠术做截肢手术呢，

说下实例，有次培训学员做催眠练习，他被催眠，然后引导的那个催眠师就说现在你感觉自己的胳膊已经没有任何知觉了，麻木了，等会我会轻轻的按下你的胳膊，但你没有任何感觉，于是乎我们的催眠师就使劲的拧他的胳膊（。。。话说有这么摸的吗？），

然后还很认真的问，你的胳膊有感觉吗？答案是 NO，等结束后，一看，胳膊拧的地方都青了!!!

因为人类的痛觉是可以控制的，比如战场上的士兵，可能被炸掉半个耳朵都不会感到痛，但是下了战场，就立刻会感到痛

当人注意力集中在其他地方，或者身体放松时，痛觉会减少，如果有催眠暗示，也会大大减轻痛楚，很多晚期癌症患者，打杜冷丁都作用不大时，其实用催眠可以缓解疼痛的，我的一个学员就给癌症患者做过，确实会让患者感受到很舒服。  
楼主：神棍催眠师 时间：2018-10-18 19:53:57

然后说下睁眼瞎，也就是 5-6 级催眠深度

之前将一个女孩诱导至深度催眠，出现正负性幻觉，解释下，负性幻觉就是：本来你前面有个美女，但你就是看不见，而且你是睁开眼睛的奥，不过我要是让你往前走，你却会绕开那个美女走而不会傻愣愣的撞上去！但要是问你为啥绕着走，你自己却不知道，这就是传说中的催眠逻辑

当时刚开始让看一张纸，上面有字（纸上是六级催眠深度的引导词）

然后让她睁开眼，

然后问：你能看到字吗？

她答：能

问：能读出来吗？

答：六级催眠深度（这是纸上的标题）

然后，下达睡过去的指令，暗示说等会儿她再睁开眼的时候只能看见一些黑点，却看不见字

接着就唤醒了

问：能看见字吗？

答：看见

问：是黑点吗？

答：是

然后我引导她慢慢的会发现黑点变得越来越小，直到看不见，她只能看见白纸，其他的字什么也看不见，

接着问现在能看到字吗？

她说：看不到

这个就是 6 级深度了，在治疗的时候很有效，比如恐惧症

楼主：神棍催眠师 时间：2018-10-18 19:54:54

接下来说下 5 级催眠深度：

我：现在睁开眼睛，我指着窗户，你能看到外面的大海吗？

她看了 1-2 秒，然后说看到了，

问：看到轮船了吗？

答：看到了

问：什么颜色的？

答：蓝色的

当然还有其他的一些幻觉

但要是从专业的角度来说，这些所谓的“幻觉”，只不过是催眠状态下的高度想象模拟，而且催眠师占主导，因为如果催眠师不问有没有船，她是看不见船的，虽然她的眼睛张开，但是这些画面就和做白日梦发呆一样进行的视觉性想象

等会说个更有趣的 5 级深度情况下比较搞笑的事

楼主：神棍催眠师 时间：2018-10-18 19:56:43

忘了说，5级催眠深度的意思就是：能睁眼看见本来不存在的事物

啥意思呢，就是说本来你面前就没有美女帅哥，只有空气，但要是催眠师拿着一个木棍说：这是你的梦中情人，想不想抱抱她啊，

你绝对会屁颠屁颠的跑上去，面露喜色，如果催眠师再详细描述下你情人长啥样，你恐怕就要上天堂了，催眠状态中的美女可真的是美女啊~~~~那叫天仙！会是你最渴望的模样，而且非常真实

因为潜意识会模拟出最漂亮的让你看见，所以大家没事的时候多用手放在心脏上，对着自己的小心脏说：谢谢你，我亲爱的潜意识，从小到大，是你忠诚的陪着我，

走在马路上，突然出现一辆车向我疯疯癫癫撞来时，在我大脑还没有反应过来时，是你，我亲爱的潜意识让我迅速闪到一旁，当我伤心的时候，心底有个声音安慰我要快乐，当我做坏事时，是你不断提醒我，这是罪恶别做啊，但我还是做了！结果你又替我内疚，所以各位，保护好你们的潜意识，感谢她，她一生永随！

楼主：神棍催眠师 时间：2018-10-18 19:58:16

再说个经典的深度催眠案例，前面的催眠引导就不说了，有兴趣的朋友可以 at 我，我有空可以给你发发催眠引导词

介绍下案例背景，主角是个女孩，大学生，地点在医科大学的心理咨询室，当时有一群孩子呢，都是她的同学还有舍友，不过只有她一个人在深度催眠状态中，其他的都是看热闹的（实际是示范教学）

把她唤醒后，她睁开眼睛（睁眼不代表什么，实际上还是在深度催眠状态中），我指着她的前面问她能不能认识在座的其他的同学（她的朋友），

她意识稍微有点迷糊，其中有她最好的朋友，但是名字一下记不起来了，我暗示说：你看她是张小花还是王小花儿？

答：张小花

其实那个同学的名字既不是张小花也不是王小花

其他人她都可以准确认出来，而且意识也有点清醒了，过程中还站起来，出门接了一个电话，其他反应一切正常，但当她回来坐在椅子上，再次问她时，她依然很明确的说她最好的朋友叫张小花

楼主：神棍催眠师 时间：2018-10-18 20:15:19

接上面的，当时是9号下午，周日，在她还没有睁开眼睛前，我给她在催眠状态中做过未来模拟想象，

暗示她当天下午做完催眠后，我带领她回到她的宿舍（我是男的，不过在催眠状态中有个催眠逻辑，他的意识不会反思批判，催眠师说什么她基本都会接受，所以她没有任何想法），

然后让她在当天晚上 10 点睡过去，第二天早上 7 点我又叫醒她，并且让她看看太阳升起来来没，她说太阳起来了，然后又告诉她下午她又来到心理咨询室。

然后就把她唤醒睁开眼，问过张小花的事后，又问到她今天是几号时，她说 10 号，问周几，她说周一，

然后她的同学们就大笑，她还是没明白笑啥，直到最后提醒她，她才慢慢明白过来，而且问她昨晚是谁带她回宿舍的，她直接矛头指向我~~罪过罪过，所以说催眠后可以植入虚假记忆，所以做催眠一般都需要第三者在场，尤其给异性做催眠时，有些受试者会幻想，比如他幻想催眠师性骚然她，那么她的幻想就会非常逼真，醒来后她会以为你真的骚然她了，这就百口难辩了。

所以正规情况下，要么有第三者，如果不方便的话，一般架个摄像机录像，这样有视频为证，会比较好。

最关键点是：

问她催眠中的感受，（她闭眼的时候做过很多体验的，下面是几个小的而已）

她说当我带领她到巴黎游玩的时候，她感觉自己在空中飘，感觉很美，但我一直在问她看到了什么，她当时不想说话，只想看美丽的景物，

但是还没看够，就又被我带到了海边，同样还没玩好就又带出了幻境，她说当时她非常不愿意，但还是跟着引导不情愿的离开了

这些景物其实都是催眠师引导的，然后大脑开启 4K 高清模拟技术，开始模拟出我们说的事物，那画面是相当真实的。

而且在催眠状态中，无论你是否愿意，催眠师让你离开一个场景时，无论你有没有留恋，你还是在乖乖跟着催眠师转换景物

大家也会发现在整个催眠过程中，受试者的意识都是清醒着的，只不过意识范围变得狭窄，只会集中全部注意力关注催眠师的引导，其它的外界所有信息都会屏蔽掉，哪怕外面响声震天，受试者耳中也只有催眠师的声音

另外即使深度催眠，你的指令一旦是涉及违法，或者威胁到受试者生命安全，隐私时。

大脑会启动自我保护程序，要么会醒过来，要么拒绝执行

当然催眠犯罪也是可以的，但是在技术方面需要做几个改动，在此就不说了，历史上也有催眠犯罪案例

最简单的就是暗示患者有病，那么醒来后你真的会感到不舒服

之前美国有个催眠师，暗示她的受试者胃部不舒服，醒来后真的不舒服，去医院检查，没有任何问题，但就是不舒服

于是只能每次去他的催眠室接受催眠，会舒服一段时间

最后这个催眠师还是被抓了，原因是有一天几个女的坐在一起，有个说自己胃部不舒服，在某个催眠师治疗有效果，结果另一个女的说自己和她的症状一样，也是在那个催眠师那治疗

这也太巧合了！病症竟然一样，于是不得不怀疑，最后报警

原来此催眠师给每个患者都暗示胃部不舒服，警察抓住后发现他已经用这种方法，诈骗了几十万美金

现实中，如果要做催眠治疗，大家要求录像或者第三者在场即可。催眠犯罪者极少，大多数人都遵守基本的职业道德，但任何行业都会有败类，防范还是要有的

楼主：神棍催眠师 时间：2018-10-18 20:18:38

接上面，当让那个同学出现正性幻觉时，我让她看天花板上有没有星星，其实刚开始她说只有一些白点，但是随着我不断地渲染说星星，慢慢的她能看到了，

当让她睁开眼睛，看窗子外面时，我暗示她有没有看到轮船，鸟儿这些的时候，刚开始她并没有看到，

但是我很肯定的说有，慢慢她也能看见了，实际上窗子外面就是教学楼，哪有那些鸟儿轮船的，

后来她自己也对催眠开始有所了解

催眠是一种注意力高度集中单一，而且对催眠师的暗示接受性非常高，即使本来不存在的景物，经过多次暗示，她也可以用高度逼真的想象来完成，所以人桥实验，痛觉丧失，以及记忆丧失，知觉扭曲等都是高度暗示下形成的反应

而且一旦受试者醒来后，纠正她的知觉扭曲后，她慢慢就可以回到正常状态，对催眠也会有一个更加切身的体验

楼主：神棍催眠师 时间：2018-10-18 20:30:00

在医科大学时，通过每天的练习探索，慢慢掌握总结了很多技术

然后大概有 10 位朋辈心理咨询师想学，就给他们教授技术

这时候大学看的《一万小时天才理论》就发挥效果了，如果想让一个人快速学会一门技术，就需要把这个技术分解成每个小要素，然后针对每个要素进行针对性训练

催眠作为一门技术也是如此

贴一下当时给学生教的 10 小时速成技术  
10 小时学会标准派催眠诱导技术流程：

1. 背会一篇引导词，先对着镜子练习语音语调

引导词原理：a：肢体+放松词 如：；头+放松

b：肢体+程度副词+放松词 如：头+非常的+放松

1.2：语音语调练习：语音以低沉单调为主，最好有录音设备，对着镜子练习，然后听录音，训练自己的发声。（1 小时）

2. 找受试对象，做催眠诱导，先对着同一个人练习 3-10 次，之后可以找 5-10 人做练习（2 小时）

3. 观察受试对象的反应（面部特征，肢体特征，呼吸特征等），判断其处于哪一级催眠深度

3.1：面部特征：面部变得有些平，肌肉放松，有可能会有点红润，下巴微微张开，眼皮跳动，有吞咽动作

肢体特征：全身放松，手指可能会有自然的抽搐

呼吸特征：由胸式呼吸变为腹式呼吸，且呼吸平缓有节律

说话特征：话语不清晰，声音很小，较慢

（2 小时）

3.2：若判断催眠深度，可应用六级催眠深度测试。具体方式查看贴子：六级催眠深度测试引导词：<http://tieba.baidu.com/p/2911852724>

（4.5 小时）

最后：1. 为了增加催眠成功率，你可以学会 2-3 种标准派诱导技术；如渐进式放松，眼神凝视放松，情境引导法等

2. 多加练习，成功的秘诀：实践，实践，再实践

3. 有问题可以在此贴发问，这是你们的专用问题贴，我看到后会解答，大家也可

以互相讨论，交流技术心得：<http://tieba.baidu.com/p/2929823892>

4. 最最后：每个练习的学员必须自己开一个单独的练习记录日记帖

贴名：XXX 催眠训练日记帖（若名字是王小华，可以写为阿华的催眠训练日记帖，以方便学员快速认识）

当时让在贴吧写帖子，就是为了让他们能坚持下去，毕竟写了帖子有人互动，会给与他们鼓励

楼主：神棍催眠师 时间：2018-10-18 20:35:43

当时为了促进催眠技术的传播和交流

我专门建立了“宁夏催眠师基地吧”，在一天之内，发了几十个帖子，所以那个贴吧基本都是我一人的天下。。。

另外也让医科大学生在帖子里交流学习催眠

不过现在早已荒废了。。。

里面有一些催眠书籍介绍，感兴趣可以自己看看

楼主：神棍催眠师 时间：2018-10-18 20:49:20

说说在医科大时的生活

那时候经济拮据，没有一分钱的收入，身上就几百块钱

每天坐公交花费 2 元，然后在学校，上午一般李老师会让她的研究生灵灵带我去食堂，经常蹭她的饭卡，这样省下一顿饭钱

到了晚上回到家，基本熬点白米粥，再配一包 1 元钱的榨菜就解决了

所以一天只花费 3 元钱。基本就这样持续了 1 个月的时间。

其实和家里要钱也是可以的，但是不想让家人担心，另外要钱也损自尊，不过这样的生活，并不会觉得苦，毕竟流浪时野菜都吃过，能有粥喝就不错了

当时也想着要不找个其他工作赚点钱，但是想着还是专心做催眠，既然饿不死，那就专注一点。

在校期间，有一个初中女孩来找李老师做咨询，这孩子不想上学，叛逆，自残。

之后我和这孩子妈妈聊了会，她想等孩子回去后，让我和她孩子在 QQ 上聊聊，开导开导，我答应了

咨询费就按 200 元算吧，这算是入行赚来的第一笔咨询费，那时候我的咨询技术算是新手，很一般，就简单聊了那么一次

我记得收到 200 元时，是在一个明媚的下午 5 点时，我坐在校园里一颗绿树下的木椅上，看着快要落下的落日，余晖洒在湖边，洒在草地上

一切美极了。。。

当时正好手机快欠费了，这钱来的太及时了。。。。。

楼主：神棍催眠师 时间：2018-10-18 20:55:37

@梅丽美 2018-10-18 20:00:15

感谢老天爷让我遇到这个贴子

---

这有点夸张了吧，一个帖子并不能改变什么

很多时候不过是茶余饭后，打发无聊的时光而已，看完后很少有人会行动的

楼主：神棍催眠师 时间：2018-10-18 21:12:50

在此期间，还获得了另外一笔 2000 元的催眠治疗费

除了每天在医科大教学研究催眠外，晚上回到家，我混迹在百度贴吧发信息，催眠吧，心理吧，抑郁焦虑吧，失眠吧等，混吧发帖的目的不是交流，因为玩贴吧的很多都是中学生。。。

懂催眠的更是寥寥无几，大多都是理论党，还没我会的多

所以核心目标是：打广告

看有没有人找我，这样能混点钱

当时正好有个内蒙的男士找我，他有抑郁症，抑郁的原因是好色过度撻，导致身体虚弱，然后再加上工作压力，就抑郁了，已经影响到工作了，停职在家休养，不知道他在哪看到我的信息

想让我给做催眠治疗，问我治疗多少钱，我也不知道啊

于是网上搜了下，说催眠师一小时 6000 元呢，我想自己水平一般，就收 2000 元吧

当时真的是初生牛犊不怕虎，任何咨询都敢接，这价格也敢要，还觉得理所当然。于是这患者从内蒙到银川，在宾馆给做了大概三次治疗，后续他回去又远程指导了几次

总共收了 2000 元。

等自己真正的接触了很多个案后,觉得那个费用确实太高了,内心还是很惭愧的,后来一直降到了 300 元每小时。幸亏当时给那位男士做了好几次,总体算下来还算可以,如果只做一次就收 2000,内心一定会愧疚。

其实这也是很多新手会出现的事,刚开始什么都不懂,高收费自己还觉得理所当然,而且为了赚钱,什么案子都敢接,也不管自己到底能不能治好,总是盲目自信,而且还会过度吹嘘治疗效果

目前社会上还有个 omni 催眠培训,打着三次治愈抑郁症的广告,真是天有多高,就敢吹多大,新手为了生存吹吹招个学生维生还可以理解,但过了这么多年,还在乱吹就不合适了。

楼主: 神棍催眠师 时间: 2018-10-18 21:30:18

在教学期间,我想着以后到了社会上要从事催眠师这个职业,得需要个证书证明啊

但是目前国内,没有国家认可的催眠师证书

于是只能报个三级心理咨询师证书,但是培训需要花费 3000 元左右,那个培训基本没啥价值,都是理论,还不如自己看书学习

于是找了一家培训机构,我说不接受培训学习,他们给我把名报上去,1500 元行不,那老师答应了,然后看了书,做了几套题,就轻松考了个三级证书,现在你就知道这证书有多水了吧

幸亏今年国家取消了心理咨询师证,国家也看不下去了,了解这培训无用,只是肥了培训机构而已,学生学不到什么技术。

新的考核证书还没出来,所以目前国内没有证书,心理行业混乱,谁都可以说自己是心理大师。

还有一些做催眠培训的,为了迎合很多小白想获得认可的心理,说培训几天后颁发什么国外的 N 多催眠证书,什么三证合一,五证合一的,让小白感到收获多多,赚大了。

实际这些纯粹都是忽悠傻子的,那些证书都是花一块钱打印的,名字随便起,协会随便说,反正你网上也搜不到有这么个协会存在,而且还拽的是英语,反正怎么高大上怎么搞,这样小白可以拿出去炫耀说:看,我是经过美国认证的催眠师

要知道国外的心理培训都是几千个小时起步,得好几年学习,考核后才可以。而且得是心理学或者医学专业才行,而且学历貌似是硕士才行,具体的我忘了

但绝对不是国内搞的,不要求学历,不要求几年的学时,只要几天的培训就能获得证书

可惜很多外行不懂，就被忽悠了，由此大家也就懂了国内这个行业是一片什么乱象，概括下来就是：培训赚钱第一！

当然也有一部分真正做治疗的，只是比较少

相信未来会越来越好的。

楼主：神棍催眠师 时间：2018-10-18 21:43:08

时间很快就过去了一个月，当初想学催眠的几个学生，后期也因为学业较忙，以及有些懒散，没在坚持了，只有少数几个还在认真练习

有一天，我一个在银川上大学一年级表妹，她给我说：有个祝老师和你一样也在做心理行业，而且那个老师在做公益，说这一两年不打算赚钱，就是做公益

我：那老师是在给哪个群体做公益？

表妹：给我们学校的大学生做讲座

我：明白了，你告诉我他的联系方式，我要和他聊聊。

听完表妹的描述，我就知道，不是祝老师不想赚钱，而是赚不到钱，哈哈哈

所以万般无奈，才想给自己设定一两年的公益期，就是为了宣传，这样以后也许才能赚到一点钱

但我想能做公益，说明这位祝老师确实还是有善心，而且也打算在心理行业持久坚持下去，这和我理想一样

那么我不能眼睁睁看着祝老师的公司倒闭啊，需要我出马拯救。

因为若按照祝老师的说法，若一直给学生做公益，那么就是做三年也没用

因为学生群体没有经济收入，即使他们想上一些收费的培训，也没钱啊

所以这个方向就错了，要做公益，也至少要涉及成人群体啊。

于是当天打电话，约好了去祝老师的办公室

由此开启了和祝老师合作的新时期

楼主：神棍催眠师 时间：2018-10-19 00:08:45

这帖子真累，还不到10万

楼主：神棍催眠师 时间：2018-10-19 13:34:30

刚有小广告说

12 万点击量只要 550 元

瞬间觉得：哈哈哈哈

累死累活几个月，不敌 500 大洋

楼主：神棍催眠师 时间：2018-10-21 18:43:19

一到周末就给孩子们上课，有点小累

争取晚上更

楼主：神棍催眠师 时间：2018-10-22 13:11:13

@dddaddada 2018-10-21 07:31:48

楼主，性格超级内向的人，用你的催眠有用不？

有用，另外内向只是个形容词而已

我性格也很内向，但并不妨碍我可以站在几百人的会场，畅谈自如，另外见我的人都说我性格开朗，温柔体贴，这都什么鬼话，其实我只是掌握几个小技巧，百试百爽而已

很多人是不懂社交技巧，显得呆笨，在陌生人面前不知道该说什么

只要接受过一点训练，你也可以成为一个嘴炮，比如楼主

我在大二时，有次老师让大家做个自我介绍，不用去讲台，就是在自己的位子上介绍

结果开口说话时，连字都是颤抖着说出去的，连老师都听不下去了，安慰说：这位同学不要紧张，慢慢来。

所以想改变来找我，不要九千八，只要八千八，灿烂嘴炮买回家！

楼主：神棍催眠师 时间：2018-10-22 13:12:37

@秋名山不寂寞 2018-10-20 20:38:57

什么时候理论出书，预订

不知道，可能很久以后吧。。。。

楼主：神棍催眠师 时间：2018-10-22 13:15:30

@gonganzy 2018-10-20 23:03:10

从昨天晚上 10 点从一楼爬到此地 感慨挺多 总结一下

1. 在某方面要做好 首先要有满足感（满足感即兴趣 怎样获得？降低标准 适应 再提高 再适应 达到一定境界 成习惯 成为自己离不开的习惯 加上悟性 自然成天才）
2. 与人相处 获得认同 是要让他人觉得自己的价值远远超越他人（技术 求楼主指教）

感谢楼主神棍无私!

---

让自己牛逼，有两种方法：

1. 开启装逼模式
2. 提升自己，凭真实的实力让自己牛起来！别人自会刮目相看

你想问：怎么让自己牛起来？

说明你前面的内容白看了，方法我已经说了，识别出目前的低效率模式，然后针对性改变

如果不愿意动脑子好好谋划，那就给别人交学费吧

楼主：神棍催眠师 时间：2018-10-22 13:17:17

@上善若水 mg 2018-10-20 22:11:15

33岁小哥哥一枚，目前单身，没有女朋友，看了你的帖子，感觉自己的拖延症是那么的严重，我也知道自己是因不自信造成的，我想改变现状，请高人指点迷津让我重塑金身，（这里的金身是指在我曾经的岁月里有那么一段时间活的是真实的，快乐的，接地气的，不幻想不拖延，不悲观，不自卑，）好像时间很短暂就又回到从小就有的那种不乐观不自信，感觉自己怎么都提不起精神，过的平庸而又无趣，给别人的印象就是老实，不爱说话.....

---

是你不懂社交技术，而不是你内向，不爱说话

具体参照前面我给一朋友回复的

可找个咨询师，帮你指导调整

楼主：神棍催眠师 时间：2018-10-22 13:47:48

昨天有个朋友加我微信，给我发了个图片，就是下图，大家看完后是不是觉得：哇，好高大上，太牛逼了，这比哈佛毕业证书还看起来酷，拽，炫！

发过来后，他问我：马老师，你说这个证有必要考吗？

我听后觉得，这帖子还得写下去，因为很多想学心理的朋友，怀着天真烂漫的想法，觉得心理学这条路很好走

那么看完我的经历，也就相当于你了解了，目前国内心理行业现状，然后再做决定吧

包括这个考证，我只说一句：目前国家没有专业心理证书，你看的证书，90%的都是垃圾骗钱的！尤其证书上面印着英语鸟文的，全是野鸡协会，花1块钱成本打印出来的。

我理解初学者想要一个证书来装逼，来给自己一点自信。

但现实是：患者来找你，不是因为你的证书，而是你能不能治病！那张破纸能治病吗？

如果你觉得还是心虚，可以自己网上找一张，然后打印挂出来，反正也没人知道真假，就和那些野鸡证书一样，反正大家都查不到，甚至你看都看不懂。。。

国人最擅长的就是做假，中国是世界上盛产“大师”最多的国度

单单催眠领域，就已经出现了好多“中国催眠大师”，“世界催眠大师”“国际催眠大师”这些名号

国外干了几十年的催眠师也不敢号称大师，结果我们这个国家，很多人从没听过催眠师这个词，却敢吹牛逼冒出来这么多世界级的大师，真的是天有多高，牛逼有多大

随便看看网上宣传的一些大师，个人简介一整页都写不完，全是这个大师那个大师。

比如我随便找一位催眠“大师”，大家看看他的名头响不响：

某某催眠师简介：

（WMECC） 世界医学最高认证中心亚洲完形心理治疗委员会副理事长

（WMECC） 世界医学最高认证中心亚洲临床催眠治疗委员会负责人

（WMECC） 世界医学最高认证中心亚洲芳香心理治疗委员会秘书长

（WFCMS） 世界中医药学联合会合格医师

（IHNMA） 国际整体暨自然医学学会 亚洲中国区首席营运长

（CHA） 中华国际催眠协会 副秘书长

（NBPEs） 美国国家专业催眠教育与认证委员会 亚洲中心南区办公室主任

（NBPEs） 美国国家专业催眠教育与认证委员会 高级训练师

（NGH） 美国催眠师学会 高级训练师

（GHSC） 英国大众催眠治疗标准制定会 高级训练师

（GHSC） 英国大众催眠治疗标准制定会 资深执业治疗师

(PBH) 加拿大专业催眠委员会 高级训练师

(CETTIC) 国家劳动部催眠保健咨询师合格师资

(NLP) 国际认证神经语言程序学 执行师

看完这个大师的简介，是瞬间有没有想跪拜他，想跟着学习的冲动？

实际上，这位“大师”我就不指名道姓了，经过你培训的一些弟子，还跑来我这诉苦，花了好几万学费，屁都没学会

关于协会，我们当地有个心理协会，之前的会长是花 30 万买来的，会长问我：小马，我看你年轻有为，你想当副会长吗？或者秘书长也行

我内心无比激动，不好意思的说：会长，承蒙你看的起，如果我能为大家服务，为心理行业填砖增瓦，我是非常愿意的，一定会好好干！

会长：嗯，小伙子有前途，可以的！你交 2 万块钱，我就让你当。

我瞬间懵逼。。。被炸的里嫩外焦。

另外我一个学周易的朋友，他说在中国周易协会的网站，只要交 2000 元，就可以成为理事会成员，以后可以吹牛逼是周易协会的人，不交钱的人，上面就没你名字

凡此种种，经过我在这个心理行业的浸淫观察

得出一个结论：中国人真的是世界上最聪明的人！

非常善于投机取巧，吹牛逼假宣传，人心浮躁，一心只向钱看齐，心气浮躁，不会沉下来好好做研究，于是导致国内目前心理行业技术还很欠缺，咨询有效率很低。

当然这里面也包括我，楼主也是这样可耻的一个人！

楼主：神棍催眠师 时间：2018-10-22 14:21:40

为了那些想走心理学道路的朋友，还是继续更完我的经历

话说自从和祝老师联系上后，第二天我穿着西装，怀着拯救者的心态到了祝老师的工作室，

工作室是在一个商业写字楼里面，两间房，大概 60 平米左右，月租金貌似 1 万

元。

我进去时，祝老师坐在椅子上，后面挂着营业执照：某某教育咨询有限公司

祝老师是一位 40 多岁的大叔，看着和蔼可亲

我：我是昨晚预约的小马，听我表妹说您在做公益，那样是不行的，你的客户定位有问题，学生觉得你的课很好，但他们没购买能力啊

这样下去，公司岂不是饿死？

所以我们得面向社会人士做公益

祝老师：嗯，有道理

我：要么我们可以合作，既然大家都想在心理行业发展，多个人多份力量，我最想做催眠，您做心理咨询

祝老师：要不我给你把工资出上，你来我这工作吧

我：我还是喜欢单独做，要么咱合作吧，我用你的场地，然后每次我若有付费客户，那么客户付费的 30%作为场地费，可以吧

祝老师：嗯，好！

当时我已经具有有一点催眠技术，最愁的是没场地，如果自己开公司，租赁场地，那么成本实在太高，一个月至少也得 5000 的租金，一年得 5 万的成本，而且刚开始肯定没有客户啊，那么至少在 1 年内，会是一直亏本的状态，下来一分钱赚不到，可能连房租都付不起

所以最好的方式是合作，有客户了给点场地费，没客户的话，自己也不用亏本，毕竟当时穷的连吃饭钱都没有

于是我就和祝老师开始合作，正式开启催眠创业之路，医科大学学校那边就暂停了，有时候那边需要了，过去一下

主要时间都在工作室，然后还挂了个牌子：Link 催眠研究工作室

下图是工作室的样子：

楼主：神棍催眠师 时间：2018-10-22 15:10:25

首先介绍下祝老师，他之前是一位商人，做的也还不错，之后也是因为偶然接触

到了心理行业

跟着去参加了一些培训，也让自己的心理有了成长，就喜欢上了这一行业，

于是在广州参加了一个项目，是交 20 万元，然后给你教各个国外大师的技术，然后给你介绍工作，让你给一些企业啊，个人做咨询

听起来很美妙，既能学技术，又能保就业

当时的师资还是比较强的，基本目前国内的很多“非正规心理”技术，都是从这些国外老师这边传过来的，说不太正规是因为不算主流心理技术流派。

他们上的课如下：

1. 斯蒂芬-吉利根的催眠术。吉利根是世界催眠大师艾瑞克森的弟子
2. 萨德的催眠术，萨德也是艾瑞克森的弟子
3. 海灵格亲自带的家庭排列课
4. 罗伯特-迪尔茨的 NLP
5. 奥南朵的心灵财富，智慧财富课

还有几个老外的舞动身体，昆达尼里瑜伽，灵性舞动，甚至包括生命重塑等等一系列玩意

目前一些机构推出的课程，基本都是当年这些老师引进来的，然后学了技术的人，又自己开工作室，然后开培训班教这个技术，慢慢在全国开展的。

这些课程一般都是 5 天左右，看似学了一大堆，实际上还是稀里糊涂。

技术也不过关啊，至于说保就业肯定没戏，于是掏了学费的人只能学完技术后，自己去想办法

然后祝老师就回来了，自己开公司，初始目的是想做一个宁夏区的招生代理，在这边招收一部分学员，然后让总部的国外老师来银川授课

当时主推的是奥南朵老师的课，计划在 7 月份时开。

而且和他同一期的这批学员，花了 20 万，最后自己独立开心理咨询公司的基本就他一个人，其他人只能四处晃

所以想学心理学的朋友，首先你没技术，想学技术是吧？

那你能掏得起培训费吗？即使你有钱，几十万都不在话下，可你即使掏了钱，也

还是学不会多少技术

因为技术不是靠听课学会的，必须是你自己有个案，通过几百个小时的实践才能学会，但你上的培训班里面，没有个案供你实践，你刚开始开业，也没有小白鼠供你实验。

即使你有技术，你还得掏钱租办公室，还得找客户患者，刚开始哪有人来找你啊，至少也得等着两三年才有一点收入勉强维生。

由此你就知道：心理学是个烧钱的行业，而且前期是没有收入的，在你还没赚一分钱时，至少 5~10 万的培训费出去了，关键还没学到扎实的技术

真正在心理行业赚钱的，是那些搞心理培训的人！

祝老师敢开公司，是因为他之前是商人，手里有原始积累资金，花个几十万不怕的，所以他才敢说：做两年公益，一分钱不赚都行，普通人行吗？

当时公司一年租金需要 10 万元，七月份就要开班。所以祝老师招收了 3 个员工

一个女员工负责写公众号帖子，还有两个刚大学毕业的男孩子，负责销售

但他们刚毕业，啥经验没有，然后跑销售吧，去哪里跑呢？无头苍蝇啊

只能去各个小区里面，以做公益讲座的名义，联系看有没有人能组织

结果每天这几个小伙子跑出去，也没多大效果，此时祝老师就会很着急，发火，这俩孩子承受不了，没干够一个月就辞职了

公司就剩下我和那个写帖子的女孩。

7 月份就开奥南朵的课，为期 3 天，每个学员收费是 6800 元，对，你没看错，三天就要 6800 元，就是这么贵啊

但我们自己肯定难以招收到学员啊，我说要不和别的心理机构合作吧

于是到了另外一家机构，老板是个女士，人家做的挺不错，而且收费还挺高，课程都是上万的，还有几个忠实的粉丝跟着学，清一色全是 35 岁左右的女性报名学习。

这王女士呢之前也是做房地产生意的，后来家庭孩子等方面需要心理成长，参加了一些课后，自己也打算开个公司从事心理行业了，毕竟心理咨询不赚钱，但做心理培训真特么赚钱啊。开为期 5 天的培训，一个人收 1 万，招收 10 个人就是 10 万，而成本就只有一个场地费和销售员的提成，其它就全靠老师的一张嘴啊

另外我调查了下，我们当地 10 多家心理机构，90%的都是这么来的，自己或者家庭有心理需要，去花钱上课，上完后觉得受益，于是自己回来开心理公司。

总之共同点都是：自己得有钱

而且他们之前并没有系统接受过心理的学习，在自己家庭孩子没出问题前，可能连心理学三个字都不了解

而那些大学系统接受过心理学理论学习的人，没有一个从事心理行业开公司的，为什么？

因为他们只有理论，没技术，更关键点的是没钱，谁也不会做赔钱的买卖。

所以那些大学学习心理学的同学，毕业后要么转行做了人力资源，要么去学校当心理老师，要么从事其他行业，能在心理行业混的寥寥无几。

话说这位王女士，我们商议和他们联合举办这次招生，她那边都是有钱人，也许能招来几个学员

眼看着到了 7 月份，我们自己一个人都没有招收来，王女士那边招收了两三个，祝老师姐姐幼儿园带过来十几个人，其中有好几个是她幼儿园老师，这个当然是不收费的。

还有另外一个女的招收了七八个人，她之前和祝老师一样参加了广州的培训，然后认识很多人，每年哪个地方有课时，她就靠自己的人脉宣传，仅靠招生拿提成一年都能赚好几万

这样加上我们会务人员，总算是 30 多个学员，但真正缴费的只有一半，而且还都不是我们自己招的人，所以招生的提成我们是一分钱没有啊，相当于免费在办这期的培训

楼主：神棍催眠师 时间：2018-10-22 15:44:52

到了 7 月份，奥南朵老师来了，是一位 60 多岁的老太太，很瘦但很精干

我们租了一个酒店，布置会场，作为参会人员，我们可以免费听这价值 6800 元的课，内心不免有点激动，小窃喜，毕竟别人可是花了 6800 元啊，而我是免费听

为期 3 天，每天早晨起来后，大家先做 1 小时的昆达尼里晃动，跟着音乐，全身随意摇晃跳动，不要用意识控制，完全随着引导，让情绪自然地流动

如果你初次见到这场面，还会以为是一群疯子在乱舞

这个活动的原理是：我们的很多情绪，长久会累积在身体上，那么通过肆意的活动，可以让这些情绪慢慢释放出来

一般跳半个小时左右，有些人的情绪就出来了，哭的吼的各种都有，所以每个人的脚底都贴心的放了一包纸。

释放完后，慢慢引导大家放松下来，就算结束了。

吃完早饭后，开始上课，首先老师会讲一会儿理论，翻译给实时翻译。

之后开始 3 个人一组，其中一个是旁观者，另外两个人开始练习，按照老师的引导，一句句来。之后再轮换

这样 3 人一组，练习一个项目轮回下来大概需要 1 小时左右，所以一天的时光很容易就会过去的

这个 3 人练习，是我学到的一点，因为我也认同要多练习，少理论，而 3 人一组，可以充分练习。

至于内容，我现在都快忘了，反正主题是心灵财富这类的，就是你和钱的关系，你是喜欢钱呢，还是排斥钱等等

我作为会务人员，是坐在最后一排的，本来我以为这次我肯定也能学到很多技术，实际上错了

原因就在于：我没交钱！

而免费的东西，是没价值的，你是不会珍惜的，无论你的意识觉得应该有多珍惜，但实际上你的潜意识会觉得：反正免费的，我就听听，能学多少是多少，并不会认真学习！

第一天上午我还认真听，但到了下午就感觉无聊，不想听了，但你看那些会场里交了钱的人，拿个本子在认认真真的记，就害怕错过了老师讲的，毕竟这可是交了 6800 的学费啊

但我没交钱，所以无所谓，无聊了就跑出去外面透透气，晃一会儿

等到第二天，干脆就不咋听了，觉得：讲的就那么回事嘛，没啥听的。

有时候就玩手机或者在外面晃

而且有这反应的不止我一个人，凡是没交钱的会务人员，基本都不好好听，于是三天下来，也没学什么东西

而你问交了钱的人，他们会说：哇，很有收获！

讲这一点是想告诉大家：如果学东西，请花钱

免费是没用的

自从我当了心理咨询师，有些朋友就想免费咨询，他觉得：不就聊个天说个话么，你还收我几百块钱，而且咋俩是朋友，收钱多见外

甚至有些陌生人，加你微信，也想和你免费聊一聊。

在此我想说：如果你想咨询有效，一定要付费，这是为了你好，也为了咨询师好

为什么呢？

因为如果是免费的，对你来说，你就觉得反正不掏钱，聊一聊唠嗑，也许有点用呢

实际上并不会有用，因为你不会珍惜，比如咨询师给你布置个任务，让你去做，你肯定觉得无所谓，不会好好执行，那么就没什么效果

比如同样的一句话“你值得活下去”。如果是朋友这样说，你会觉得：哼，陈词滥调

但如果是你爬了几百米的高山，好不容易求爷爷告奶奶，有幸面见了主持方丈，然后他就很慈祥的看着你的眼睛，告诉你：小伙子，你值得活下去

我敢保证这效果肯定不一样

因为心理类的和暗示有关系，而只有你付出努力的，你才会认真对待！才会愿意接受咨询师的引导。

而对心理咨询师来说，免费的客户，就没有压力，反正没收你的钱，随便微信聊聊呗，不会认真对待，甚至可以边和你聊天边和别人微信聊

而如果是收费客户，至少在正式咨询前 1 小时，咨询师就得调整自己的状态，在此期间不能让其它事情干扰自己，然后正式咨询时，需要大脑全神贯注，不断思考，想着怎么给你引导

等到结束后，还要布置任务，时刻关注你的情况，甚至完后都还在想：怎么才能帮助这个人呢？

如果这个人没效果，那么咨询师会有压力，因为你收了人家的钱，却没解决问题。

有些新手咨询师，就会因为个案没多大改变，而自我谴责内疚，压力会非常大，会自我怀疑自己的水平能力等。

总之，不仅仅是心理行业，任何行业，只要是涉及思想学习类的，凡是免费的，都没价值！

这和实体产品不一样，比如你送我一个免费的电冰箱，那肯定有用

但思想类的，只有你认真对待珍惜，才会按照人家教的去尝试改变，这样才有用啊

就和咱们这个帖子一样，虽然我写的很垃圾，但至少还有点有用的吧

但你会珍惜吗，你会按照我分享的去执行吗？

不会的！

但如果你是花了好几万学模式论，我敢保证你比谁都积极，因为你想吸收这课的精华，然后把花出去的钱赚回来。

在参加这个奥南朵培训前，我也是个贪图小便宜的人，总觉得蹭点免费的挺好

但是经过这次经验，我就知道：想学东西，还是自己付出了，才会珍惜有收获

所以之后，只要是我觉得有价值的东西，即使老师不收钱，我也会主动付费，目的就是为了让自已心疼那点钱，这样才会认真对待，想着钱不能白花，一定得吸收点东西，对得起我的那点钱。

这不是为了帮自己。

大家想一下，你之前接触的免费东西，有几个是真正珍惜，然后对自己帮助很大的

楼主：神棍催眠师 时间：2018-10-22 16:40:29

@glh 兰花 2018-10-22 14:38:57

了解一下婚姻家庭咨询师怎么工作我也有证没真本事

-----  
那你翻到第 15 页，看我写的就明白了

想做心理这个行业，要么你有天赋，要么你家有矿，要么你手头有客户资源

三者都没有，还是当做爱好者玩玩吧，当真不起

楼主：神棍催眠师 时间：2018-10-22 16:53:50

话说经过这次培训，也让我们知道，心理行业太难混了，招收不到人啊

于是我们就开始做沙龙，刚开始免费的，吸引人来，后来为了生存，开始收费，每次沙龙收费 50 元，文员写帖子在朋友圈发，吸引感兴趣的人

然后祝老师爱人在蒙特梭利学校当老师，认识很多家长，这些家长都是有钱人

所以刚开始来沙龙的大多数都是熟人，慢慢的帖子发着，老客户再拉自己的朋友来，经过几个月的努力，也才有了区区 10 个沙龙客户

祝老师沙龙是每周末晚上才举办一次，10 个人，每人 50，共收 500 元，4 周下来，总共收入才 2000 元

而给那个写帖子的文员工资就要 2000 元。相当于不仅没赚钱，还每个月得赔进去 1 万的场地费。

但没办法只能这样，到了后期我的催眠沙龙也开了，很多人对催眠前世今生感兴趣，于是借着这个噱头，开了大概 2 个月的催眠教学沙龙，从教催眠放松，到前世今生等

当时的目的很简单，就是赚点钱，但实际上当时催眠沙龙就 6 个学员，共 300 元，一个月也就 1200 元，再抛除场地费 30%，还有给销售人员，销售会员卡的提成 25%

最后落到手 45%，也就是说我做一个月沙龙，能获得 500 元，还不够我吃饭的钱

但这就是现实，而且还是努力了 3 个月才获得的，之前可怜巴巴的都没人来沙龙。

由此你知道单纯想靠心理咨询，催眠治疗吃饭，纯属幻想

看完我的经历，你慢慢会更有感触

楼主：神棍催眠师 时间：2018-10-22 16:58:35

既然说到前世今生，就说下我们做的一些案例，给大家科普下

催眠前世今生篇！

首先，前世今生回溯是由一本书引起的

（就是这个，作者布莱恩，魏思，他是一名心理学家，有次给一个女孩做催眠时，诱导出意想不到的事情，那就是这个女孩开始诉说自己前世的样子，比如这女孩今生很怕水，结果看到自己前世是水淹死的，当看完前世，她反而不再怕水了，

以及种种，有兴趣的看看这本书)

本着实事求是的原则，根据我做过的案例，催眠后确实会发生一些让你掉下大牙的神奇事情，而最炫的莫过于前世今生！

我之前有个学员，是个佛教徒，也是中医，有次看了一个老师用前世今生做治疗，感觉很惊讶，很想学，然后在贴吧认识我，想学习，最后指点了一下，她给别人做催眠，大多数都是佛教徒，引导入催眠状态后，可以看到各种美景，有的看到花草草，还有的看到佛菩萨等等，体验过的人觉得很神奇！只要体验过的，震撼两字不足以形容那颗小心脏的感受，但至于是不是真的就是自己的前世，他没有验证过，我提醒过他，让他做做测试，但他没做，所以不知道！

根据我给别人做的情况看，大多数情况下都是你的潜意识让你看到的画面，不过这个画面不是你想出来的，是自己跑出来，你就像看电影一样只是个旁观者，类似于做梦，但比梦清晰N倍，画面也会很美，有的人甚至感觉到了天堂！喜悦感是杠杠滴，当然也有恐怖的，这和你心理状态有关

后期打算专门研究催眠术的前世今生，以科学的方法测试，最简单的就是看他最近的上一世住在哪？发生过什么事情，因为两世离得近，有些可以通过现实中的事情来验证，下面说说几个体验过的报告

楼主：神棍催眠师 时间：2018-10-22 16:59:51

一个研究奇门遁甲很牛的老师，在催眠术沙龙课上，我让另外一个学员给他做前世今生，让他看看自己60岁时候的样子，引导入深度催眠状态后，让他的年龄到了60岁，然后他醒来后说太震撼了，

当说到60岁的时候，他感觉自己天翻地覆，眩晕，被一个洞吸进去一样，然后看到一根很高很高的大柱子！还看到几个东西，但我给忘了是啥，反正很奇妙，不过悲催的是，他还没看够，引导他的那个学员却让他看他65岁的样子，他最后说当时那个气啊，他就想呆在60岁好好瞅瞅呢，一引导，他就急的不行，一直说够了够了，不要引导了，就让我看60岁的，

不过呢，他只能嘴巴动，却发不出声音，这就是悲催啊，因为在催眠状态中，你会一直跟着催眠师的引导，虽然你的大脑很清晰，但是只要催眠师一引导，你还得跟上跑，醒来后，那个给他引导的学员就说：我看到你的嘴巴动，但就是不知道你嘀咕啥呢~

楼主：神棍催眠师 时间：2018-10-22 17:03:58

这些是我2014年做沙龙时写的帖子，复制过来

发下今晚催眠前世今生的情况，非常有趣，共五人，其中有邱老师和他的徒弟，就是以前有肺病，大腿有痣的哪位弟子，称为A吧，催眠前要求每个人有一个想要探索的主题，催眠回溯结束后，问A，他说他清晰的看到自己前世是一个很瘦的老头儿，在黄色的土地上奔跑，很累很累，然后就吐了几口血，今世他的肺不

好~

吐完血他看到一个瘦瘦的道士手里拿着拂尘，非常清晰，然后画面一转，他变成了一个胖和尚，到了少林寺。看到今世他的老师邱老师。然后他们在寺里喝茶聊天。喝完师傅就走了~

他说很神奇，醒来立马和师傅碰了好几杯杯茶~呵呵，很有趣不是，不过今世他感应力很好，看来前世当和尚不是虚的

楼主：神棍催眠师 时间：2018-10-22 17:04:26

接上面：

他（A）很喜欢黄帝内经。他说每次读那本书时，感觉整个肚子暖和，舒服的不得了！他说害怕给别人说了不信，他感觉就是读一个标点符号都很暖和，今世他本来职业研究植物学，但是自费去学习针灸给别人保健治疗，

聊天中他说有次他给一个女的脖子那边扎针，突然看到一个女人的脸飘了出来，当时把他吓了一跳，但是毕竟不是特别信，完了就回家了，回家上楼梯的时候，他的双腿直打摆子，虚的不得了，是他平生第一次有这种感觉，然后一开家门，感觉整个房子阴风阵阵，平时房子很亮堂的，他开始害怕了，立马给他师父，也就是邱老师打电话，师父电话教他调节了会，整个房间立马亮堂，没有冷气了

完了他问那个女的是不是以前出过事，她说是的，之前她家窗台飞来一个鸽子，然后她就一天喂着呢。有天突然发现鸽子莫名其妙死了，结果第二天她就出车祸了，当时她差点就挂了。流了很多血~A说自己体质很敏感，有时候就能感觉到阴风~

楼主：神棍催眠师 时间：2018-10-22 17:04:43

当时聊的本来是中医鬼门十三针，他说自己不敢给别人扎，然后说了上面的事~

中医鬼门十三针是专门治疗附身的，那天和另一个学中医的朋友聊天，他说以前有个人被附身，找专家也看不了，最后请他们师父出马，扎了十来针，最后扎到鬼穴上时，一股血立马飙了出来，那人就好了~

楼主：神棍催眠师 时间：2018-10-22 17:04:57

好了，继续，A的师父探索的目标是：今生为什么会有小儿麻痹，回溯显示说：今生要不是残疾就活不到现在！他不能太完美，还有好几个意向画面他也没详细说~不过他找到自己的答案了，以前他还以为是自己前辈子作孽了需要还债，现在释然了

还有个女孩B，她要探索今生的婚姻，结果前世她是一个很俊秀的公子，有个喜欢他的女孩子，但是最后他把她抛弃了，而且她能清晰看到那个女孩子的样貌~还有点啥的，我忘了，不过她说大概明白了这辈子的情况

还有一位C也看到了想看的，就不啰嗦了，说下D吧，D本来就是怀着不相信的态度来沙龙的，在开始前她认为自己肯定看不到画面的，结果一引导，她立马看到以前，好像是明朝还是啥时候，她貌似是个男的，然后就发洪水，她们都准备逃命，然后画面一转又到了另外一个场景，有些不愉快的场景，她也没讲，最后

当她看到一个还算比较美好的画面后就醒过来了，她害怕接下去再出现不好的画面，她醒来后我看到，她在抹眼泪，今生她也很不容易~

楼主：神棍催眠师 时间：2018-10-22 17:05:21

关于廖阅鹏的前世今生，有些网友看不到画面的，神棍这里支一招，那就是先开始回忆你今生遭遇的画面，激活起大脑的图画区域，经过预热，这样就很快可以进入画面了，如果是催眠师同行，也许这个方法对你帮别人做催眠可以起到提高成功率的作用！

帖子前面提到的一个学员，山西的，是佛教徒，因为喜欢前世今生，觉得神奇。最后网上认识神棍，开始学催眠，他给他的佛友做前世，但是遇到一位，能很快进入睡眠状态，开始打呼，但却看不到画面，完了问我咋办？

我让他先引导着看今生的画面，然后就很容易可以看到前世了

楼主：神棍催眠师 时间：2018-10-22 17:19:12

后来我们又做了一些前世今生的案例，但写起来太麻烦就不写了

总之我的态度是：用来做治疗挺好，至于是不是真就是你的前世，我保持中立态度。毕竟没做过系统调查，不肯定也不否定。

前面的内容中出现了奇门遁甲啊，鬼门十三针这些

是因为一件事改变了我十几年的科学唯物主义价值观，然后开始感兴趣，就接触到了同类爱好者

改变唯物观的是我的一个朋友

刚开始认识她，是因为她是我们这儿一家心理机构的呃负责人

我当时为了找到客户，四处联系人，希望能接几个个案

网上搜到这家机构电话，第一次打电话过去，是她接的，听她声音我还以为是个女学生，在这家机构做兼职呢，后来没想到竟然就是负责人

然后去了她的机构，当时我到门前看到一个小女孩正在拖地，个子很小，看着很乖巧，实话说，第一次见到，以为一个机构负责人应该看起来很有霸气

但是看她，就感觉和孩子一样

我们聊了一下午，第二次见面时，她就说感觉虽然和我只聊过一次，但是感觉好像认识好久的感觉，而且和我在一起很自然，完全没有陌生人的感觉

于是慢慢接触的多了，她就给我讲一些发生在她身上的神秘事情，顿时开了眼界！

楼主：神棍催眠师 时间：2018-10-22 17:21:10

她在一次学习完催眠术后，我们聊天，谈到打坐，她就说了下面的事：

她说在她小的时候，高中住宿时，每天早上起来，双腿一盘，用被子围住肩膀和身子，就像一个刺猬一样，静静的坐半小时，然后才去吃饭

她们同宿舍的刚开始以为她在干嘛，最后也就习惯了

我问她为什么要打坐，她说当时她根本就不知道那是打坐，自己也不知道为什么，就是喜欢那样，而且也没人教她呼吸之术，但是当时她就无师自通，学会观察鼻子前方，气流的进出，然后慢慢的她就会进入一种空白忘我的阶段，什么都不知道，只是那种感觉很舒服，所以就做啦，一做就是三年

后来大学里也偶尔会坐，但是结婚后就少了

她的特异功能就在于诅咒力，其实也可以称为意念力

她说刚开始她也不知道自己有这能力，有几次她的孩子送到婆婆家了，她很想孩子，就坐在家里不断的想，结果不一会儿，婆婆就打电话过来告诉她：孩子发烧了！

但是孩子送到她家，在她家睡一会儿就好了，反复几次后，吓得她不敢那么想孩子了

然后有次机构要举办活动，但是她又不想举办，但是只要邀请的那个老师来不了机构，活动就没法举办了，所以她就心里想要是那个老师飞机延误了多好，最好下大雨，

结果，结果，一会儿电话过来就是那边下大雨，飞机不能起飞，要延误了，不能过来了，活动延期举行

而且如果谁得罪她了，不出几天，那个人一定会受点伤，遭点报应的

但是发生了一次事情后，她才真正重视起了她的这种能力，而且害怕的再也不敢乱想了！

楼主：神棍催眠师 时间：2018-10-22 17:21:44

那次时，她还是哪个机构的员工，那天她不想去上班

于是就给老板撒谎说，自己的孩子发烧了，去不了机构了，要照顾孩子，请一天假

老板同意了，结果

不一会儿她的孩子真的无缘无故发起了高烧，而且怎么弄，都无法降温，整整一上午都无法降温！把她吓得不行

从那次后，她说再也不敢随便说话了

而且她对佛教的书籍很感兴趣，即使是古文，读起来也感觉很温暖，而且感觉都懂里面的意思呢，并且对一些古老的物件情有独钟

楼主：神棍催眠师 时间：2018-10-22 17:26:29

也是因为她的缘故，让我接触到了中国国学精粹：易经！

不过她带我进门的是从算命开始的，以前我是不信算命的，认为都是迷信，真正算过一次后，三观尽毁！算命的说她的命很好，是那个师傅看过所有人里面最顺的一个~

下面叨叨那件事：

之前我是不相信算命的，因为我可以通过面相就推断出一个人的十分之六七，学过心理，观察力敏锐的朋友都可以做到！

曾经楼主退学的时候还打算边流浪边给别人算命维生呢，因为从初中开始我就发现有这天赋，我可以通过一个人的面相，感觉出这个人的性格，办事特点，聪明与否等等信息，大学又研究了点看别人背影，看腿的走姿就可以判断此人性格，最主要的是能看出是否是美女~

我们学校美女还是很多滴，一下课满校园都是腿，每次楼主都是疾步走，要追上前边的女孩子验证下推论嘛，有点好色啊，不过那是为了研究，可以教大家一招，就是你看一个家族的人，走路姿势都是神般的相似！

言归正传：本来不信，但是她偶尔和我说起她的心理机构，说有个叔叔帮她算了，怎样怎样，很准的，还说她的女儿适合穿什么颜色的衣服，刚开始也没当回事，但是说的多了我也就有点好奇心了！

因为我大学曾学过易经，不得门道，几次拿起又放下，现在才知道，是因为没看对书，给初学者一个建议，若学周易，先从命理，六爻这些实际应用开始，否则要是看六十四卦，我只能呵呵了！

回到正题，最后说的有点心动，我就说要不我也去看看，她说还要收钱呢，600元一次，我想没事，这是学习的机会，也许会发现不一样的世界。

当初我是抱着打假的心态去的

算八字只需要出身年月日，去之前问了我妈我的出身时间，然后本着只报八字，不言一声的原则到那个叔的店了（因为有种心理技巧可以通过投石问路，察言观色摸到你的一切）

到了那个店很小，叔的儿子卖吉祥物，进去后发现叔在上网，很朴实，然后让我

坐，报出出生时间，叔就打开了一本万年历，查出八字后，排大运，完了低头在纸上开始算，

我一言不发，叔就开始指着八字说你还不是独生子，家里兄弟姐妹比较多，（兄弟4个）2011年有过长途旅行，有变动（正是我休学去新疆流浪的时候），然后说财运会在30多岁来，到了50多岁名气会很大，而且创造力很高，婚姻方面会发生小的争执，需要我定心可解，还说了一些父母身体的状况

楼主：神棍催眠师 时间：2018-10-22 17:32:05

这个里面唯一让我震惊的是，他说出了2011年，我铎马星动，会长途迁移

正好那时候我休学去了新疆，本来我以为是我自己的决定，不曾想竟然提早已经被注定了，当时让我很震撼

难道人的命运真的被注定了吗？

于是我觉得也许我以前被科学唯物观洗脑了，觉得宗教都是心理安慰，人死了灰飞烟灭

至于老头说的其它内容，未来预测，反正还没到，所以不知真假，但是能把过去的事情说出来，一定有点门道，也许鬼怪算命都是真实的呢？

正好从那次后，有个参加沙龙的老师，他学习六爻，说他的老师学习奇门遁甲，很厉害，那天可以带我去拜访一下，之后就打开了我的周易之路，拜访后，明了一些概念，让老师推荐几本入门书籍，有四柱玄机 六爻玄机，网上买来后，大开眼界，才有点明白周易为何博大精深了，算命，风水，根本不是迷信，只有无知的人才会瞎说，可怜我也曾经无知！

之后自己学了，给别人简单的算命的时候，发现很准，再之后又遇到一些更奇特的事情，才发现自己是多么愚昧，多少年的岁月在学校荒废，以前看的哲学，充其量不过是逻辑思维推练罢了，不过大学时期的哲学思索，确实对我的生活有莫大的益处！只不过西洋哲学难以究竟生命宇宙的根本！这一切在东方，在老子，周易，宗教典籍里。

楼主：神棍催眠师 时间：2018-10-22 17:39:36

自从自己学了皮毛，给别人算也有点准后，有一天在网上搜索

结果搜到了天涯的莲蓬鬼话，里面的很多记录贴，让我眼界打开，简直震碎三观

之后看别人写的，我觉得催眠术也比较神奇，也想写帖子分享

一方面是介绍催眠术的神奇，另外说实话当时还有个私心，就是想着也许能招来一两个粉丝，如果他们再跟着我催眠，也许我还能赚点钱，一举两得，岂不美哉，当时确实太穷了。

所以大家可以看到我在2014—2015年，在天涯写了很多帖子，在贴吧也写了一

些帖子

不过写这个帖子时，是 16 年了，我转做高效学习了，经济收入已经有保障了，是为了打赌输掉而写的，不是为了广告，但后来还是放弃了

今年模式论出来，觉得这个价值巨大，所以又捡起来啰嗦了，写的有点累，打算把这段心理学之路的经历写完停笔

楼主：神棍催眠师 时间：2018-10-22 19:12:19

前面说了自从看了莲蓬鬼话，我就从之前鉴定的唯物论变成了唯心论。

虽然思想上见识到了另一个鬼神世界，但是现实生活还得吃饭，还要生存

还要想办法赚钱啊，于是我找机会和别的心理机构合作，给他们做催眠体验和催眠表演

用这个方法吸粉，那么其他机构为什么同意我去做呢

很简单，因为当时我们这个地方没有人专门做催眠，我算是第一人，他们机构也可以借此吸收一些感兴趣的会员，我也可以吸点私人粉丝

比如有一次，做催眠表演，做了一个催眠钢板人桥，现场震撼了很多人

就如下图：

（拿话筒的就是神棍马老师本尊）

给大家网上找个更清晰点的

是不是看起来不可思议，甚至有的培训机构，说你教 3000 元钱，他教你做催眠人桥，实际上这个技术，连 5 毛钱都不值

2. 普及下所谓的神奇催眠人桥（其实你也会）！

（这是我们培训学员玩时的情景，两张椅子，把人身体担空，这是站人前的准备）

（站上去了）

催眠人桥秘籍：

经常看到网上表演的人桥，让很多不懂得人以为好神奇啊，会法术啊，实际神棍楼主告诉你，这简单的就是个 Z，如果你想装神棍，现在就告诉你方法

首先呢你也可以做到，让人站在你的肚子上，这是每个人的潜能!!! 而且只需要不到一分钟你就可以，说下要点：

1. 你躺下来，双手背到后面，左手握拳，右手抓住左手手腕，（这样好给你的腰上用）
2. 暗示自己整个身体就像一木头，直愣愣的，然后让你的小伙伴把你抬到椅子上
3. 关键点：把上半胸担在一个椅子上，把小腿到脚担在另一椅子上，（一定要让身体多担点，以防万一你脖子断了咋办？）
4. 挺起你的腹部，暗示自己整个身体硬的和钢板一样
5. 好了，让一个人一脚踩在你的大腿，一脚踩在你的腹部，松松啥问题没有

学会这个，你就可以装神棍，即可以吹嘘自己有神力，让别人站你身上，也可以指挥别人表演（你就真是神棍了！因为很多网络表演这样搞，好像催眠师不得了，实际上这是每个人都能做到的，就和你会走路一样，只是你不懂罢了，还有 7 个人，每人伸出一个指头，就可以把一个人挑起来，都是松松的，可惜你就是不知道啊）

楼主：神棍催眠师 时间：2018-10-22 20:03:32  
差 600 就到 10 万点击了，啊哈哈，大功告成

继续更，经过沙龙，以及各处做催眠体验，终于收获了 10 来个粉丝

然后还是没钱怎么办？

没人找我做催眠治疗，于是最赚钱的当然是开催眠培训班了啊，于是筹划开一期班

因为之前的沙龙和体验，很多人对我的技术还是比较认可的

于是我们开了一期 3 天的催眠培训班，费用 6800 元，对，我也开始卖高价了

当时貌似只招收了两个学员，收回不到 1 万的学费，其它还有几个都是免费的，总共不到 5 个人

然后全天候的实战培训，两人一组，这算是半年来的一个大单了，几个学员年龄大概在 35 岁左右，有做心理咨询师的，也有想改变自己的，还有一个想把催眠应用于按摩理疗的

楼主：神棍催眠师 时间：2018-10-22 21:51:48

虽然经过三天的实战训练，但学员们掌握的还也只是基础的催眠放松暗示而已

三五天是不可能学会多少东西的，之后这几个学员在沙龙里面继续练习，后期也就不了了之了

做心理的那位用了一小部分在自己的工作中

做理疗的在自己的客户中偶尔做做放松，后期没再联系

自我成长的这位，后期又继续参加各种心理沙龙，最后算是成长有很大改善

但大家会发现，他们没有一个成为催眠师的

因为成为催眠师不是靠三天培训就可以，最重要的是要有可持续性练习的机会和环境，而他们三位在现实中这样机会太少，注定了不会成为催眠师的

当年觉得自己是实战培训，比其他人的培训好多了，内心自我安慰，觉得即使他们没有成为职业催眠师也没事。

经过这次培训后，短暂的有了一点收入，然后接下来的两三个月又没有收入了，之后为了吸引学员，开了一次为期 2 天的半公益催眠培训，全国各地大概来了 20 个学员，费用 300 元

这几本就是当年一整年的收入，不到一万五千元钱，平均下来每个月仅有 1000 元。仅够房租和吃饭。

在这个期间，我和祝老师也开始四处给学校，社区做公益，当然没有一毛钱收入。不过在做的过程中，获得了残联的注意

他们正好要设立个心理咨询科，可以给我们免费提供场地，然后我们给残疾人和残疾儿童做免费的心理辅导，这样我们就把公司转租了，可以节省一大笔开支

有了免费场地，压力会小很多。

楼主：神棍催眠师 时间：2018-10-22 22:07:36

祝老师这边呢，也没有好的收入来源，最后我们发现，成人来做心理咨询的很少

一方面是科普率不够，大家觉得心理有问题，自己找朋友，喝酒等自我解决，不会想到找心理咨询师，即使想找，也顾忌担心别人说自己神经病，所以不敢找

实际上心理咨询接待的是心里正常的人群，如果是神经病我们是无法接的，只能转精神病院

可惜很多人不了解这个区别，在国外心理咨询是很正常的，而且是有钱人的象征，有身份有地位的人，压力大了就会找咨询师缓解，国家总统配有专门的心理治疗师

但在国内，毕竟才开始，很多人不懂

另外一方面原因是即使有人想找心理咨询师，也不知道去哪里找？

他们不知道我们的存在，因为我们不像那些大街上发传单的，很多人都不知道有我们这么一个机构存在的。

即使这个人找到了我们，想要接受咨询，很多人都是只接受 1 次咨询试一试，之后就不来了。

所以看似每次咨询，每小时收费 500 元很贵，感觉应该很赚钱，现实情况是：根本没人

当年平均下来，我 3 个月才能接到一个案子，而且还是单次咨询的。

所以我们会发现单纯依靠心理咨询是会饿死的，只能靠培训，以及孩子这一块

因为假若家长有问题，他们自己不会来咨询，但是若影响到孩子，只要一提孩子，那么家长什么都愿意做，也愿意花钱投资

于是我们开始做孩子的情商课，周末带孩子户外做集体活动玩，以及寒暑假孩子的梦想夏令营这类课程

发现家长需求还是有的，另外也借助了祝老师爱人的资源，他爱人在小学当老师，他们的孩子也在这个小学上学，然后他们班的一些孩子家长对孩子活动很感兴趣，家长正好不差钱

于是基本上前几期活动，所有的孩子都是来自学校的。否则的话，社会上肯定招收不到学生的。

但每年做夏令营也没多少收入，一个孩子收 2000 多元钱，开展为期 5 天的情商课程，需要在酒店住宿，包会场，管吃管来回交通，总体算下来最多盈利也就 1 万元，一年两次也就 2 万元，没多大情况，这还得包含一名写帖子文员的工资，每月 2000 元。

于是下来几乎就赚不了几个钱

楼主：神棍催眠师 时间：2018-10-22 22:18:27

在此期间呢，我们企业做过一次团体的训练，大概有 60 多个员工，几天的培训费也就 2000 元

一年之后，沙龙的客户稍微多了一点，其中有些人想改变自己，有些人想学心理学技术，祝老师也开了几次心理咨询技术的培训，招收了大概 6 个学员左右，催眠，家排，NLP 等技术全部教，总收费每人大概 5000 元

除了偶尔上课做沙龙之外，其它时间基本都是空闲的，就这么晃着，生活轻松但没钱。

就这么坚持了2年，赚的钱仅够维持基本生存，而且每次招生都非常吃力，即使这次招到人了，下次还得想方设法招人

这时候大学的朋友，也是老乡，他在西安做教育培训，让我过去

当刚开始我还不想去，因为总想着心理咨询，催眠能帮人解决问题，治病救人比给学生补课强多了

但现实是，根本没几个人需要你帮忙，而且日子实在难以维计，就想着先到西安来看看这边的情况如何，如果市场需求量大就做孩子学习这一块，不行的话再回去做老本行

楼主：神棍催眠师 时间：2018-10-22 22:23:18

到了西安后，给家长做了一次讲座，关于孩子学习成绩问题的，大学时我们想着用心理学，脑科学技术帮孩子提高成绩，没想到现在又转回来了

当时讲座来了三个孩子，三个家长

简单讲了1小时，讲完后家长很激动，迫切的眼神看着我，对我说：马老师，你看现在有时间吗？我想让你给孩子上课

当时我整个人是懵比状态，这家长怎么这么急？

我说现在不行，要上课得过段时间，但内心已经乐开了花，从这一点就可以看出，家长对孩子成绩的关注，这才是大的市场啊

当然这边家长这么关注，也是因为他们的孩子是在西安最顶尖，竞争最激烈的西工大附属中学上学

这是全国十强中学，单凭这一所学校，每年考入清华北大学生就要70人左右，所以里面的学生压力大，家长压力更大。

当时我就决定，转战西安，开启高效学习法培训

楼主：神棍催眠师 时间：2018-10-22 22:30:07

刚开始家长没听过学习方法，觉得孩子只要补文化课，数学啊语文就行

方法问题他们不重视，觉得没必要

而且我刚到这边，为了开拓市场，打出的旗号是：无效不收费！

这样家长即使不信任我，但是无效不收费，那么抱着试一试的心态，也会让孩子试下

这样我就有了那么几个学生，一对一授课，在授课中根据孩子反馈不断改进技术

就这样一直做了半年一对一，孩子的成绩开始提升，家长看到效果了，学生也就多了起来

家长转介绍的也多了，到了中考前一个月周末的那段时间，从早上 7:00 到晚上 11:00.基本上我一直在给孩子上课，有时候连吃饭时间都没有，一整天上课下来，走路都感觉是飘的

但收入总算可以了，算下来一个月有 4000 元左右

半年后，这套方法已经成型，可以开始上班课了

从刚开始的三五人，慢慢拓展到目前 20 人左右，每期课大概 30-70 人。一个月可以带出来一批，收入也立刻上万了

再也不为生存发愁了。

楼主：神棍催眠师 时间：2018-10-22 22:36:22

不想详细写了，于是就写个大概，

从上述经历，我们会发现，如果你想走职业心理咨询师道路

1. 你没技术，想学技术需要 10 万，而且还学不会什么东西
2. 想走职业，得有场地，又得花钱
3. 有了场地，没人来，即使做沙龙有人，也很少，而且沙龙费用极地。你只能给别人做培训，但你自己技术都没学会，怎么给别人培训
4. 即使运气好，受到一两个学生，也不是长久之道，后面的日子怎么办？

你看我，在天赋上比你强，技术比你硬，运气也还好，有场地，结果最后还是没撑下来

转战做了教育，即使做教育，也是有大学朋友的资源，以及个人的创造力，创造出了一套高效提分方法。才终于有了一片生存之地，此时才能安心研究心理学。

那么若你想走这条路，你觉得能走下去吗

所以要么你有现成的资源，要么家里有矿不差钱，做心理纯属爱好，要么天赋过人，能创造出一些有用的东西

否则还是别走职业心理咨询师，或者催眠师之路，你可以学一点，当做爱好，这对自己很有帮助，但别幻想着做职业

楼主：神棍催眠师 时间：2018-10-22 22:37:50

好了说完了，不想写了，就这样吧

写了也帮助不了什么。

楼主：神棍催眠师 时间：2018-10-24 11:38:00

@树叶飘呀飘 2018-10-23 10:31:00

今日续顶楼主。不同意楼主两个观点：1. 人没有前世。根据奥卡姆剃刀原理，如果对于同一现象有两种或多种不同的假说，我们应该采取比较简单的来解释。催眠后的人为什么不能产生幻想或者某种“梦境”？2. 关于算命，毫无意义，就算能达到 90% 的准确率，又能如何，你就能保证自己不是那 10%？

---

1. 我没有否定前世，也没有肯定前世。是因为这个没有经过我的系统验证，所以不便误导大家。

2. 算命，对我来说它的意义不在于能不能算出我的未来，而是更深层次的。

既然能算出未来，说明你的人生从生下来就是被注定的，请问是谁在决定我们的命运？这已经不是唯物论教科书可以解释的了

这就和宗教有关系了，也就是说，通过算命的启示，我们应该知道这个世界，并不是人死灰飞烟灭这么简单，由此你才会知道也许宗教说的并不是神话，我也是因为算命，看了很度鬼话文章，包括鬼附身这类的，而且在我家人亲戚里也遇到过这些

由此我才从无神论转向有神论。

楼主：神棍催眠师 时间：2018-10-24 11:45:13

@三戒堂主 2018-10-23 11:40:27

我儿子 7 岁，见了大人们不愿意说话交流，偏内向，如何改变？并请楼主推荐了解大脑的书籍。

---

很多人会和你一样，犯一种错误：总觉得心理学很简单，遇到问题，自己找本书看看就能解决

如果我们得了癌症，肯定首先想的不是说自己买本书，然后学者自己给自己开刀治疗，你想的肯定是去医院找专业人士

但在心理人文领域，每个人都觉得自己够牛逼，看几本书也能成为大神，自己给自己治疗

就像中医，谁都看得懂，但有几个看书成为中医大师的？难道是没中医书籍吗，多得去了，但有几个成功的

同样心理学也是如此，你孩子不愿意交流，你以为这是个小问题，看看书就可以，在我们看来，你需要找专业心理咨询师，让专业人士给你指导，而不是自己瞎摸索。

这个东西不是你看看脑科学就行的，不信你可以买本大脑神经学看看，我估计你看不到两页就会放弃，因为很专业，里面的专业术语瞬间可以让你懵逼，而且和你孩子的问题没一毛钱关系。

所以建议你找当地靠谱的心理咨询师。

楼主：神棍催眠师 时间：2018-10-24 11:49:29

@世人皆醉唯我独醒 2018-10-23 15:12:12

有幸拜读比帖，楼主关于心理学方面的心得与我所研究的不谋而合，我确实一直以来都是认为思维决定命运，尤其是在学习了心理学之后，不过心理学这一行当，除了取得博士学位的，其他硕士研究生什么的都不好混，心理咨询这一职业一线城市发展都不怎么样，心理医师倒是不错但需要行医执照，我这学的心理学确实不足以直接从事这一行当，于是做生意创业去了，结果破产，女朋友跑了，负债累累，忽然想起来，小时候看的一个算命先生说.....

---

是的，你算是一个现身说法的，你学的心理学不足以让你在这个职业混下去，而且即使有技术，也不一定能找到客户

学心理的，博士学位的大多数都当大学老师了，心理研究生的最好出路也是到学校当心理老师

至于本科生嘛，出来后都转行了

所以现在社会上的心理咨询师，大多数都是一些非心理学专业的人，因为自己家庭孩子出了问题，偶然接触心理学，之后觉得受益，也学了点技术，于是开心理咨询机构的。

楼主：神棍催眠师 时间：2018-10-24 12:01:57

破 10 万了，任务完成。剩下的其实也还有很多想分享的，但总觉得帮不了什么忙

再写就看心情吧

楼主：神棍催眠师 时间：2018-10-25 20:27:16

刚看到一个帖子，说现在人普遍生病得多，得癌症的更多，大多数和免疫力低下有关

而影响免疫力的首要因素就是睡眠不足，每天睡眠 4 小时的人，血液里的抗体会比正常人少 50%

所以熬夜，或者失眠是万恶之源，虽然我昨晚也熬夜了

次要因素就是：负面思维

啥事都往坏处想，让人很郁闷，于是免疫力下降了

那篇文章说：经常做白日梦，怀有阿Q思想有利于提高免疫力，在看到这一行文字的一瞬间，楼主犹如醍醐灌顶，暗暗下了决心：帖子可千万不能断更，为了我的健康，要继续留着帖子吹牛逼做白日梦。。。听说这样可以强身健体

另外拥有正向情绪是一件好事，为了让楼主充满正能量

决定在本帖祭出第一项公益项目：免费帮助失眠患者，或者睡眠差的人，用上马老师的自我催眠大法，从此还你一夜春梦了无痕

这也算是做点实事吧，比起改变命运这个大的活儿，还是解决睡眠来的更接地气

然后我筹划下这项目怎么进行比较稳妥，大家也可以提点建议。

另外，既然是培养正能量，凡是睡眠不好的朋友，若经过指点改善后，必须承诺答应一件事：那就是做一件好事！帮助别人一次，就如你在这里获得帮助一般。

另外其实我录制了一套治疗失眠的视频，有家平台觉得很不错，想让我和他们合作，在他们的平台上线，利润55分成，但是总觉得那个视频还可以完善，让失眠的人获得更大的受益

但就是因为是收费的，所以我一直懒，在拖着，没什么动力去制作。凡是为了钱的活，若不是大手笔，楼主一般没什么兴趣，这句话不是吹牛逼，而是因为楼主内心变得肮脏了，自从体验到赚大钱的乐趣，于是对这些小打小闹没了兴趣，当然我的欲望很低，只要月入一万我就觉得是土豪了

有些朋友可能会以为我写帖是为了打广告营利，实话说，这点钱我还真看不上，至少目前是，也许以后穷了会怂，但不是目前

如果想要完成解决失眠这件事，只能打着为人类献爱心，方有动力，因为这能获得一种精神上的满足感

另外睡眠问题现在也很严重了，很多人压力大，或者玩手机导致睡眠出问题，慢慢的身体就出问题，然后悲剧就会慢慢降临，哎

现在征求下铁杆们的意见，有必要开设“失眠”这个项目不

楼主：神棍催眠师 时间：2018-10-25 20:32:39

@树叶飘呀飘 2018-10-25 11:26:49

今日续顶楼主。

---

你顶的我有些不好意思

上午的想法还是：希望这个帖子不更了，然后也没人在意，悄悄的就让沉落下去

你一天一顶帖，不更觉得对不起你的一片好意

哈哈

楼主：神棍催眠师 时间：2018-11-01 19:43:56

下面开个“如何快速解决失眠“的公益项目

凡是尝过失眠滋味的人，能明白那个酸爽劲儿，望着茫茫黑夜，别人都睡了，就你还在挣扎，实在是太痛苦了

长期失眠会损害免疫力，身体容易得病，并且情绪暴躁易怒，神经敏感，动不动就发火，也影响心理健康，还容易焦虑抑郁

我们接待的心理个案，大多数都伴随着睡眠问题

其实解决失眠非常容易，哪怕你有十几年的失眠史，也容易解决。

可惜很多人不知道秘诀方法，半辈子陷在痛苦里

楼主：神棍催眠师 时间：2018-11-01 19:56:24

首先看失眠的原因

大体分为三种，1.生活工作压力；2.恋爱婚姻烦恼；3.生活作息不规律

但无论哪一种，失眠模式都是一样的

可能你那天是因为工作销售压力，或者和恋人分手吵架，或者值夜班，白天睡足了觉。总之那天晚上你睡下后，脑子里乱七八糟的，就是睡不着

刚开始你还不在意，只是告诉自己要睡着，但等了一会还没睡着，你就小宇宙爆发，开始烦躁焦虑愤怒，开始骂娘了

特么的怎么还不睡着，于是你躺在床上转转反侧，内心无比烦躁，想强迫自己入睡

可惜啊，你越是烦躁，那越兴奋啊，能睡着反而是奇迹了

于是你折腾到半夜两三点，累了才迷迷糊糊睡着，第二天醒来，心情很不爽，又累又困的，内心在暗骂：都特么的怪昨晚失眠！

到了第二天晚上，你睡前心理就在嘀咕：特么的今晚可千万别失眠了。

于是你躺在床上，等待入眠，躺了几分钟，咋感觉还没睡意，内心有个声音出现了：今晚莫不会真的又失眠吧，哎最好不要啊

我再睡着试试

又过了几分钟，你问自己：我睡着了吗？

答案是：本来有点困意，但这一问发现自己还是没睡着啊，于是你就烦躁愤怒，又是一个不眠夜

这样到了第三天，你还没上床就会恐惧，担忧自己会失眠，只要没立即睡着，就烦恼生气郁闷把自己搞兴奋，自我折磨

通过分析，我们会发现，真正让你变成长期失眠党的原因是：恐惧失眠！深深的恐惧感

一想到失眠的滋味就害怕，于是就会过度在意自己有没有睡着，盼着能睡个好觉，越是如此

睡觉时，潜意识一直有个很兴奋的思想在时刻提醒你：今晚千万别失眠啊，千万别失眠

你说你脑子都时刻在担忧兴奋，怎么可能睡着呢？？？

请问你知道平时自己是如何睡着的吗？很多人是不知不觉自动睡着的。

楼主：神棍催眠师 时间：2018-11-01 20:24:40

接下来说说你为何恐惧失眠，这源自我们不正确的认识

总觉得睡不好，严重影响第二天的生活工作

其实并不会！

比如我们大家都熬过夜吧，你也是半夜才睡，但第二天只是会感觉困，累一点。但你的情绪还是正常的，绝对不会埋怨

但如果是失眠，你就会埋怨，结果导致自己过分在意睡眠，越在意，越睡不着，最后形成恶性循环

所以治疗失眠的核心秘诀就是：正确的睡眠认知——睡不着，大不了就不睡了！只要能补充能量就可以，而补充能量的方式不只有睡眠一种，还有其它一些方法，比如静坐，自我放松等

你看真正修行的和尚道士，每天晚上只睡很少时间，其它时间都在打坐，但他们的精力比你我要强多了，睡眠是最原始最低级的补充能量方式，睡着后大脑还是在做梦，有时候做一晚上被人追杀的梦，早上醒来反而累的要死

所以睡眠的目的，不是两眼一闭就行，而是有效睡眠，得能补充能量！

有了正确认知，就不会太在意，睡不着时，大不了用其他方式补充能量就好了，一两天睡不着不会死人的，你之前睡不着就是因为你的过分在意，导致大脑睡觉时一直处在担忧兴奋中。一旦思想认识正确，任他睡着不睡着，我都不去鸟，那么情绪就会很平静，反而很容易进入入睡

具体方法

治疗失眠两步走：

第一步：若失眠，

则 1. 思想上告诉自己：大爷今晚不睡了，我用其它方式补充能量

2. 然后立即坐起来，坐起来，坐起来！

重要的话说三遍！若你还躺尸，你会心气浮躁火大啊。

第二步：坐起来用自我放松术补充能量

放松术很简单，先做几次深呼吸，然后正常呼吸，只把注意力放在肩膀上

你会发现吸气时，肩膀会膨胀起来一点，随着呼气时，肩膀又会落下去一点

你只要让呼吸时，肩膀彻底放松软下来即可，然后想象随着呼气全身都慢慢放松了下来

可以从头部开始放松 1 分钟，然后到肩膀，双手，腹部，双腿，双脚

此时大脑清醒，但身体放松，就会自动补充能量

就这样像一个旁观者一样，感受身体一会儿膨胀，一会儿落下即可。

坐大概 30 分钟左右，若你不想做时，就可以睁开眼看点书或者做其他事，或者躺下来再做 30 分钟放松

总之一晚上至少做 4 组，加起来 2 小时即可。

这样第二天会有点困，但是能量已经差不多了。

并且为了破除执念，今晚可以不用睡觉，就故意不睡！用补充能量的方法过一夜

你会发现：其实不睡觉天塌不下来！

这样你就不会过度在意睡眠！

治疗睡眠的核心点就是：不在意失眠！

我之前也失眠过，刚开始会烦躁，但我立刻告诉自己：大不了不睡了，然后我就坐起来用自我放松法，一般很难坚持 1 小时，很快就会困得要死

即使不困，我就玩玩手机，再做一组，很难整夜坚持放松，有时候放松着就睡着了

前面文字教的比较简单，下面我把之前录制的失眠治疗视频发给大家，这是免费的放心用，如果帮助了你，你就做一件善事，算是学费吧

大家可以在网易云课堂，搜：自我催眠术：10 分钟解决失眠

这是网易云的视频地址：

<https://study.163.com/course/courseMain.htm?courseId=1003806041&share=2&shareId=1025693272>

楼主：神棍催眠师 时间：2018-11-01 20:30:06

有的人会问：治疗失眠就这么简单？？？

对！就这么简单

睡个觉难道很难吗？

之前是因为你过度在于导致的担忧兴奋

我们就用这个方法，治好了很多失眠患者，这是经过很多案例验证的，并不是空口放炮。

当然如果你觉得免费，简单实用的方法不符合你的胃口，想做个调皮的孩子，不听话，不按照我们的方法执行

那你自便，因为我知道很多人总是要花点钱，才觉得有价值，愿意执行。

另外告诉大家，这个失眠治疗项目本来是收费的，但为了帮助更多人，才免费进行的。

趁着楼主最近不缺钱，赶快看吧

说不定以后我就变成收费的了。

楼主：神棍催眠师 时间：2018-11-19 22:17:51

最近发现一个好帖子，分享给大家

楼主：神棍催眠师 时间：2018-11-23 23:40:29

这两天我媳妇姐姐被车撞了，脖子骨裂，我在医院，晚上要有人轮流陪护，此刻楼主就在医院守着～

前半个小时，姐姐说睡不着，昨天晚上就没睡好，今天为了睡觉，还吃了一顆安眠药，结果还是没睡着

这怎么行！

一个催眠师的姐姐竟然说睡不着，岂不是奇耻大辱

于是我说给她教一个放松的方法，在楼主魔性声音的引导下，不出十分钟，已经呼呼大睡了

明天醒来了再问问她的感受

楼主：神棍催眠师 时间：2018-11-25 21:29:48

[https://bbs.tianya.cn/m/post\\_share\\_weilun.jsp?id=1723125&item=16&f=a](https://bbs.tianya.cn/m/post_share_weilun.jsp?id=1723125&item=16&f=a)

上面是推荐的帖子：讲讲中国都市里那些温暖人心的故事

楼主：神棍催眠师 时间：2018-12-05 13:06:03

大湿最近在给老年人做心理辅导，这是国家出钱，社工组织购买后再交给我们专业人士

发现老人太容易被忽悠了，我要是搞保健品洗脑销售，绝对是金牌讲师

楼主：神棍催眠师 时间：2018-12-05 13:06:14

奇怪，发不出去

楼主：神棍催眠师 时间：2018-12-05 13:06:19

大湿最近在给老年人做心理辅导，这是国家出钱，社工组织购买后再交给我们专业人士

发现老人太容易被忽悠了，我要是搞保健品洗脑销售，绝对是金牌讲师

楼主：神棍催眠师 时间：2018-12-07 12:20:02  
@Love 狗 2018 2018-11-14 19:43:38  
不太相信这些东西，人的命，自己决定。

-----  
坚信你自己的信念，过属于自己的人生，支持  
楼主：神棍催眠师 时间：2018-12-07 12:45:10  
其实每天都上来看看看，但看到这惨淡的点击量

内心拔凉拔凉的，但看到有几个粉丝鼎力支持，还是很欣慰的

要么我拉个群瞎扯吧，心情好了里面讲讲课吹吹牛也挺好

否则只更帖子，总感觉想偷懒，没动力

但因为我的微信人数快满了

所以想进群的朋友，请添加我时务必备注：3 天涯

这样人数满了，我会好找一点，可能会删除一部分，大家一起在群里吹牛就可以  
这是微信名称：Link 心理催眠师

楼主：神棍催眠师 时间：2018-12-07 14:31:26  
刚有朋友说无法加群，才发现这里放个二维码，并没有啥用 并不能直接识别添加，

大家还是搜我微信号添加吧：yeke3214

太坑了

楼主：神棍催眠师 时间：2018-12-12 13:17:10  
牙疼，在医院等着看医生，提醒各位，牙刚开始有问题赶快去医院，花钱少还不痛，很快就能给你解决了

我有颗大牙上初中时，被蛀了一个洞，当时很痛忍着就过去了

之后不痛了，就没再管，想着反正可以用另一边牙吃饭，无妨，当时一方面是缺乏牙齿的认识，一方面怀着侥幸心理，觉得用另一边牙也可以过一辈子

结果现在才 10 年左右，就自吞恶果，牙开始疼了，而且另一边的牙因为经常吃饭，磨损也厉害，也出问题了，刚才医生说有可能要拔掉，或者得花 4000 多块钱补，还不一定补好

估计都要拔掉了，得让我经历一场酸爽

如果初中刚开始牙疼就看，这颗牙绝对能保住，但一直拖，怀着侥幸的小心理

但现实很骨干，从初中就已经埋下了隐患，注定以后会出问题，只是早晚的事而已，就和模式论所阐述的一样

开头就已经注定了结局，即使内心有一千万个不情愿，现实就是现实，规律就是规律，不以人的意志为转移

包括很多穷人的疾病也是这样，平时小病一直拖，舍不得花钱，结果拖成重症

那时候必须花大价钱还不一定能治好

而经济条件好的人，注重预防体检，小问题也去医院看，能规避病情扩大，虽然刚开始花了点钱，但以后不花钱

而穷人是越省反而花的越多

也和保险一样，穷人不愿花钱买保险，富人愿意主动买保险

一旦重病，穷人倾家荡产，更穷

富人反而没啥大损失

这些现象，很多人会说穷人见识短，活该如此

实际上核心原因还是：太穷！

如果穷人变富，他觉得上医院，或者每年花点钱买保险，对他来说都是小意思，他自然会买

穷人不买，最重要还是心疼那点钱，经济水平不行，即使有那个意识也不敢投资出去。

所以很多问题的本质，并不在个人品德或者主观意识，而是现实规律因素。

但很多事情，我们总是想把原因归结到个人品质上，而忽略了背后的本质

一个人真的上不了天，个人努力会被趋势规律无情碾压，天道，自然规律才是核心，很多事情都是时势造英雄，并不是单纯这个人有多牛，比如现在科技社会，即使不出来个马爸爸，也会出来个张爸爸代替，这是自然规律，就如站在风口猪都能上天

个人真的没有多么强大,但人们内心总是倾向于塑造英雄,把主观因素无限扩大,其实是凡俗俗子自我内心期望的投射罢了

凡夫俗子总认为优秀的人,是由于个人品质,主观努力

哎,这恐怕就是之因为成为凡夫俗子的原因吧,认识就有问题,没看清问题的本质,老是在主观层面想问题,而不从现实规律核心本质等层面想问题

楼主:神棍催眠师 时间:2018-12-12 13:39:23

我记得大学上微观经济学课时,那个老师给我们上了一学期课,讲的很多内容现在都已经遗忘了,还给老师了

但有一句话我至今记忆深刻。

老师:同学们啊,富翁也是社会规律造出来的,现在的亿万富翁,大多数都是改革开放时期下海经商的那批人,完成了原始资金积累,之后越做越大

现在社会,你想再成为亿万富翁,难度是很大的,很不容易的

所以经济也是有规律和节点的,就看你能不能抓住那波机会

当时我大脑有点懵,之前我一直以为富翁是因为这些人比我等凡人努力,比我等凡人很优秀聪明,所以成就了一番事业

结果老师用一串数据,客观证明了时势造英雄,个人不过是运气好而已

难道现在就没努力的人,就没优秀的人吗?

有,而且一大堆呢,但是错过那个风口,你再努力也不可能成为亿万富翁

时至今日,愈发清晰的认识到:天道自然规律甚于个人主观

有了如此想法,就不会再想当然得考虑问题,而得反问自己:这个事情背后的本质到底是什么?

我会把个人主观努力因素的占比放到最小,而重点考虑:是什么原因导致这个人 不努力? 背后的本质原因是什么?

当你不再责怪于人时,你离真相也就越来越近了~

所以看到贪官横行,我不会责怪这个贪官的个人品行,而是思考为何这个人会到这个地步?最后会发现是体制原因,没有监管,如果是我,我也会成为贪官

同样看到杀人犯,我不会忙着谴责这个人渣有多恶心,而是思考这个人为何走到了杀人的地步?

思考愈深，真相愈近

但现在信息爆炸时代，很多人浮于表面信息，缺乏深度思维判断能力，人云亦云，只想当个看热闹不嫌事大的吃瓜群众～

耶鲁大学说，他们大学培养的学生不是具体文化课知识，而是学会独立思考，批判性思维

现在看来，独立判断思维是多么的重要～

缺乏独立思维，即使一万个人，也不过是一个人而已～

楼主：神棍催眠师 时间：2018-12-12 13:59:59

群的好处除了聊天打屁外，还有更新了可以立即召唤伙伴们来参观顶帖

楼主：神棍催眠师 时间：2018-12-15 12:08:06

@ty\_云上 715 2018-12-08 15:38:26

坚持是最难的.

---

凡是需要坚持的事情，绝对会失败！

很多人成功，不是因为坚持，而是现实逼迫他必须坚持，这叫做“被迫坚持”，但很多人看不见“被迫”，只看见了“坚持”

成功需要一个环境逼迫你坚持，而主观意志上的坚持都是扯淡的

比如拉筋训练，有时候在抖音或者网上看到，一个青春美少女，穿的很性感，然后在一个猥琐男的强制压迫下做拉筋训练，美女双眼流泪，痛哭到嘶声裂肺，满头大汗，表情很坚韧，即使痛也一直在坚持，这一幕，除了让人欣赏美少女的优美身体曲线外

还能给人精神上来一针 1000%的心灵鸡汤剂：哇，这个美女好坚强啊，意志好坚定啊，即使这么痛还在坚持，真是牛!!!牛到爆，我要是有那个美女一半的坚持，我也能塑造好身材啊

看来人家的优美曲线不是白来的，成功是需要付出代价的，我好佩服她，这么的坚强努力，真是一个优秀的人！

上述评价，我想天涯的各位不会反对吧，老铁们，双击 666，没毛病吧

实际上，真正的评价，就四个字：纯属扯淡！

你看到美女所谓的坚持，和意志力，和坚强努力屁关系都没有

这个世界的本来样子，我们是不知道的，人类只能看到经过大脑加工过后的世界

同样我们看待问题时，也永远只选择看那些我们想到的，而对有些东西则会选择性眼瞎，当做没看到一样

就如这个案例，你难道没看到猥琐男两腿一伸，死死地把美女的双腿低到墙上吗？即使美女哭的喊爹喊娘，猥琐男也一副大义凛然，不为所动的样子。

这时候美女想坚持？

别扯淡了，美女内心想的是：他妈的赶快把我腿放下啊，痛死了，求求你了。

但现实是：不可能，猥琐男会强制执行，直到训练满 3 分钟后，才会让你的腿放下来

请问：这是因为美女的意志品质好，坚强努力吗？

此时不叫“坚持”，叫做“被迫忍受”，这不是由美女决定的，取决于猥琐男这个环境模式

同样我们再换个环境，同样是这个美女，自己在家拉筋，我敢保证，当她拉筋很痛时，很容易就自我松懈了，如果在猥琐男那边能坚持 3 分钟，那么在家可能就 1 分钟不到

再请问：这个美女意志力怎么忽然一瞬间变得这么脆弱了？怎么又变成一个不能吃苦耐劳，遇到困哪就妥协的失败者了呢，她的坚强劲儿去哪了？

如果你也想获得坚强的意志力，请不要再自我鸡汤鼓励，给自己打鸡血了，你只要找一个教练，给自己一个环境，只要你掏 1999 元训练费，教练分分钟让你获得“坚强意志力”，你没有看错，“意志力”就是这么廉价。

经过这么多年的研究与浸淫，楼主已经不再相信任何“努力，意志力，坚强”的神话传说，在我眼里，这些都是扯淡，与其挖空精力给自己打鸡汤，不如想办法把自己放到那个环境里，环境自然会逼迫你。

把一个瘸子放到原始森林里，屁股后面放只老虎追上，我敢保证，瘸子会跑出此生最快速度，这是因为他努力吗？

不跑快，怕自己小命都没了，环境大于个人努力，这是我的人生信念，个人努力真的没那么牛逼，没那么强大

但人们内心潜意识的想法恰恰相反，总是把个人努力抬在首位，奉若一个宝贝的

## 品质

其实我们能理解，人们为何会产生这种错误的认知

原因有两个，第一：人们潜意识就有崇拜大神的渴望。那么这个大神塑造的一定是一些人为品质，比如意志力坚强等，否则你要是说马云爸爸厉害，是因为他运气好，那你还能崇拜他吗？

当把个人品质无限放大后，凡夫俗子就可以为自己的失败甩锅了：哎，我之因为混的这么差，就是因为我没有大神的那些优秀品质啊，这不怪我啊，自认命运不济吧，这样我们心里会有个安慰，内心会舒服点

但如果我说：大神成功是因为他们选择了好的环境，如果你选择好环境，你也能成功啊。

此时你的压力就会瞬间非常大，你觉得自己还要想方设法找环境，太麻烦了，太痛苦了。但你若不这样做，又无法给自己的失败找个合理的理由，只会更痛苦。

第二个原因就是：人们的认知不正确，这个社会是一个金字塔模式，只有站在金字塔顶端的人才明白事物规律的本质，而大多数底层人民生活的人，为生计奔波，生活环境阻碍了他们的见识，误以为一切是自己懒惰的原因造成的。

顶层的人很愿意看到你有这样的认识，否则知道真相的你，怕是要造反了。。

楼主：神棍催眠师 时间：2018-12-15 12:10:59

本来刚才只想简单回复下网友说的“坚持”

但一写，就忍不住多写了一些，写那么多不是因为楼主个人品质多好，多么努力在写帖

只是因为情绪使然，一兴奋不由自主多写了点而已

但若是不明原理的人又会说：哇，楼主好棒，更新了这么多，

其实我的本意并非如此

这就是所谓的认知偏差，你看到的只是你想看到的罢了，至于真相嘛。。。哈哈

楼主：神棍催眠师 时间：2018-12-15 12:27:14

刚才看到 UC 上一篇文章，关于浙大女神每天的学习作息表

然后文章里就来了一句：最可怕的是比你优秀的人，还比你更刻苦努力！

看到这句话，就会给人一种暗示：这个女神这么优秀，和她的努力有很大关系

同时给自己一个暗示：我之因为这么垃圾，是因为我确实没有她那么努力

四个字评价：纯属扯淡！

努力都是被逼的，并不是个人品质。

我就拿在厦大上学的经历来说吧，厦大管理学院还是比较强的，排在全国前列，然后如果不知真相，你也一定会认为厦大学生努力刻苦

就拿我们大三的课程来说，好几门课老师上课是全英文的，PPT也是全英文，考试卷子也是全英文，老师说为了建设世界一流高校，必须全英文，哈哈哈

刚开始上课属于懵逼状态，只能听懂一点点，但老师才不管你能不能听懂，课照样上，当时我们叫苦连天，才不愿意全英文上课呢

但这就逼的没办法，下课了只能自己得主动复习英语，好好看英语单词，以及提前预习课本，否则上课听不懂，要挂科啊！

所以你就看到学生们一下课有空就往图书馆钻，晚上回宿舍拿本书在预习，请问这是因为厦大学生更努力吗？他们的品质更好吗？

都是扯淡，努力是被逼的，你不这样做，就无法拿到毕业证。

所以越是重点大学，课业难度就越大，逼迫学生不得不付出更多的精力和时间去学习

都说哈佛大学的学生很努力，熬夜在图书馆学习，都是扯淡

这是因为他们的课业压力重，老师一周就给你布置好几本资料书让你看，你不熬夜怕是完不成作业，你以为哈佛学生自己爱熬夜么？

浙大女神亦不过如此罢了。

把天涯各位朋友放在厦大，放在浙大，放在哈佛，你也会那么“努力”的，和你的个人品质毛线关系都没有，和你的环境模式有关系。

楼主：神棍催眠师 时间：2018-12-15 12:42:31

还有厦大每年都会有一些竞赛活动，比如毕马威杯等案例分析大赛，主要针对经管学院的学生

这就给学生么提供了一个机会，如果能在竞赛上获奖，那么很容易毕业后进入好的企业，包括进入毕马威，普华永道等国际性大企业

所以会有一部分学生参赛，一旦参赛，那么每天就会很辛苦，要付出更多的精力和努力才有可能获奖

因为凡是参赛的学生都是国内顶尖名校，你不够牛逼，连预选赛都进不去，这就需要学生们加倍“努力”，课后经常小组成员要交流，商量对策，查阅资料等

而普通大学，连参赛资格都没有，学生又哪里有机会去为之加倍努力呢？这就不是一个层级的对比

所以在普通大学，你可以边玩游戏边瞎混，就能度过大学四年时光

而顶尖大学，你可以接触到各类顶级资源，这自然逼迫你必须花费时间精力，才能有所成就

难道普通大学的孩子就不够优秀吗？我相信，如果把他们放在厦大让参加商业分析赛，给他们这个机会，他们一定也会努力的，

只可惜他们没这个机会，没这个环境，而不是他们的个人品质问题。

楼主：神棍催眠师 时间：2018-12-15 12:50:07

下面放一点资料，大家看看参赛队伍就明白了，另外比赛案例是全英文，PPT 也是全英文，现场介绍分析也必须是全英文

2018 年厦门大学“毕马威杯”管理案例分析全国十强邀请

下面是获奖队伍：

经过一天的精彩角逐，来自两岸十所高校的参赛队伍以扎实的专业功底、熟练的英语口语技能、强大的心理素质以及随机应变的能力，为在场嘉宾师生展现了商科一流学子风采。

最终，来自北京大学代表队“SEASONS”摘得桂冠，将代表中国参加在马来西亚吉隆坡举行的 2018 毕马威全球案例分析大赛。

厦门大学“Pioneers”、中山大学“Aces”代表队荣获二等奖，

清华大学“THUNDER”、香港中文大学“Team 4 Ace”和浙江大学“Rainmakers”代表队获得三等奖，

南开大学“GaMePeaK”、台湾政治大学“Spectrum”代表队获得优胜奖，

复旦大学“斑马纹”、南京大学“MyLikes”代表队获得优秀组织奖。

同时，此次大赛设置了“最具风采奖”和“最佳选手奖”，分别由北京大学“SEASONS”代表队和中山大学选手徐竞如获得。

据悉，本次大赛是厦大管理学院与毕马威公司在学生案例比赛方面的第九次合作，也是我校管理案例分析大赛举办的第十一年。

大赛中评委由十强高校著名学者和毕马威公司管理层代表组成，体现大赛学术性、国际化和专业性的特色，

同时在赛程设置上，采用全英文交流，赛制由现场企划案例讲解、密室案例限时分析组成，着重培养选手理论学习与实践运营相结合的学科理念，并注重加强选手在赛事之余的交流，以达到互相学 同进步的目的。

楼主：神棍催眠师 时间：2018-12-15 12:54:27

这种赛事，不仅仅需要你的商业分析能力，口头表达能力，还得有熟练的英语口语能力，这些你都的加倍努力，

但这个努力并不是学生的品质好，而是这个比赛就要求你必须达到此这个水平，逼迫你为之“努力”，想偷懒都不行

楼主：神棍催眠师 时间：2018-12-15 18:06:12

18 页的帖子，十万点击量，666

看来还得多吹牛皮

楼主：神棍催眠师 时间：2018-12-15 22:20:54

顶

楼主：神棍催眠师 时间：2018-12-16 10:53:46

@瞎说啥大实话 2018-12-16 09:30:34

神棍兄近来可好！bia ！

脸肿成包子了，你说可好哈

楼主：神棍催眠师 时间：2018-12-16 12:05:09

@漫漫 0711 2018-12-16 12:03:26

顶帖来了

谢谢铁杆粉丝，这帖子得顶顶才健康

楼主：神棍催眠师 时间：2018-12-16 21:53:22

前面忘了说，不能相信意志力这些玩意儿，是因为人的本质属性是：趋利避害，喜欢轻松快乐的，逃避痛苦艰难的

这就和人饿了必须吃饭一样，人之本性，你意志力再强，也不能十天不吃饭啊～

放眼望去，但见普天之下，人人渴望香车美女帅男，期望自己逍遥自在，财务自由，一生轻松顺利

没有几个人愿意忍受饥寒交迫。

所以，既然能让自己轻松点，又何必自讨苦吃呢

于是凡是需要努力，坚持的事情，一定是你感到有难度，不太爽的事

于是乎，大脑就有一个恶魔时刻诱惑你：哥，何必呢，放松下吧，以后再说，先歇歇，有点累了

另外一声音：不！怎么能妥协呢？

恶魔：啊呀，来嘛，你看躺床上来一局王者的滋味，岂不美滋滋？

另一个声音：嗯，说好了，就休息一会儿啊，就打一局昂，我可不是个妥协的人呢

于是此人陷入王者之中，一会儿变成了三小时，坚持的事慢慢变成了遥不可及的梦想

上述就是从人之本性，论证了：努力，坚持都是扯淡，不符合人类发展规律

之因为人类发展至此，一方面是天才人物的引领，一方面是形式所迫，被逼的前进

楼主：神棍催眠师 时间：2018-12-18 19:44:32  
今天牙根部发炎，又挨了一刀子，痛死我了

从牙刚开始出问题没及时解决，现在就得承担这恶果

楼主：神棍催眠师 时间：2018-12-21 12:01:07  
最近看到一个关于命运的

基本比较认同，我复制粘贴如下：

很多时候，我们所谓的命运，  
就是我们潜意识里的内在运作模式，  
这些内在运作模式来自于几个方面：

第一、集体无意识：

这是人类传承几千年形成的“趋利避害”的经验模式，根植在我们的基因里，形成我们的本能。

第二、成长经验：

在我们从婴孩到成人，教养方式、人生经历、家庭和社会环境……这些都形成了我们的经验，决定着我们的选择和判断。

第三、所受的教育：

所受的教育决定着你的思维和认知的高度及广度，影响你的价值观和人生观。

这三个方面的结合，形成了你特有的内在运作模式：

对待世界的看法，对待关系的态度，对待机会的选择和把握…

当这些相对稳定的自动运作模式，  
影响并决定着你对每一件事物的判断，  
并因此而做出对应的反应时，  
这就是命运…

在强大而稳定的内在运作模式面前，  
即使你的人生可以重启，  
但最终的结局，可能都是相似的！

#心理咨询师说#

楼主：神棍催眠师 时间：2018-12-21 12:12:34

命运 正如上述所说，没毛病。

但命运不等于人生幸福，从人生一辈子的幸福快乐来说，与成功金钱无关

人生幸福的核心秘诀是良好的人际关系关怀，和财富名声无关。

很多贫困山区的人们生活的很幸福，因为他们有亲戚朋友，经常关怀走动，有了痛苦，大家互相诉说，互相理解

同样有些富豪家庭，因为利益纠纷，每天纠缠在你争我斗中，虽然金钱不愁，但精神上的陪伴却是孤独的，我见过这类人，这类家庭。

虽然我在帖子里说了成功的模式论，里面成功指的仅仅是一个事件，如何达到目标，指的物质运行规律层面

但人活着不是为了做事，而是精神层面的情绪体验，这就和金钱关系不大了，就比如一旦得了抑郁症，物质方面再有钱也没用，这个人精神上会痛苦不堪。

所以珍惜你我身边的好哥们，好闺蜜，珍惜家人，多在一起扯淡瞎开心，互相诉苦，在我们孤苦无依时，获得他们的支持，会给冰冷黑暗的世界送来一丝暖意，鼓励我们继续走下去。

上述就是哈佛大学经过 70 多年的跟踪研究，得出的人生幸福的秘诀。通过采访当年几百名各个阶层的人，持续跟踪，到他们年老时，发现有朋友陪伴，人际关系好的人觉得人生更快乐。

我通过反思，可能前面说的模式论引起了大家的焦虑，所以澄清下

想做事成功，就遵循规律模式

想人生幸福，请善待身边的人，关心他们，爱自会来

楼主：神棍催眠师 时间：2018-12-21 12:37:14

楼主：神棍催眠师 时间：2018-12-21 18:39:36

又到周五，惨淡的帖子

楼主：神棍催眠师 时间：2018-12-26 22:38:09

补完牙，又拔掉了一颗大牙，只因五年前放任不管，医生说早一点治疗则可以保住

现在可惜了，拔掉后还得花一万多种牙

忍受疼痛不说，还花钱麻烦

种下病因的那一时，注定了此刻的结局

楼主：神棍催眠师 时间：2019-01-04 13:38:54

冒个泡证明没弃贴

楼主：神棍催眠师 时间：2019-01-09 17:50:01

有点懒，来分享一个血淋淋的教训

很多人都说失眠，熬夜，晚睡对身体不好，但具体怎么个不好法，没不适特别清晰

前几天楼主看个电视剧，一发不可收拾，就躺着不断堕落，一直看到凌晨 4 点，困得眼皮打架，实在受不了时才睡了

结果第二天早晨起来喷嚏鼻涕不断，鼻炎犯了，以前我一直以为是感冒，又一次去药店买药，医生说这是鼻炎，和你的抵抗力低下有关系，不要熬夜，过度劳累

我只要熬夜，鼻炎立刻就犯，不熬夜一切 OK。

这就是亲身经历，只熬夜几个小时，结果抵抗力急速下降

所以啊，睡眠对身体的重要性就不说了，更别说那些熬夜在赶工作的人，珍惜生命，从睡觉开始

楼主：神棍催眠师 时间：2019-01-09 17:52:31

@岳小帅 5 2019-01-09 17:37:56

楼主继续，先帮盖楼。

多谢支持啊

楼主：神棍催眠师 时间：2019-01-09 17:52:49

@超萌美眉 2019-01-09 08:46:20

才看到第 6 页……前面边看边乐……马老师真是太幽默了……害怕马老师不更了，赶快顶一项先

多顶贴，就会更啊

楼主：神棍催眠师 时间：2019-01-09 17:53:17

@坠楼杵 2019-01-05 02:03:54

睡前总想着还有什么事忘了做，一觉醒来总算是想起来了，然后就来了

---

谢谢铁杆

楼主：神棍催眠师 时间：2019-01-12 22:46:11

今天晚上终于干了点有用的事，给孩子们开了个期末复习网络讲座

发张图大家猜猜啥意思

楼主：神棍催眠师 时间：2019-01-17 18:15:52

推荐股票的哥们，别推了没钱买

楼主：神棍催眠师 时间：2019-02-05 08:47:10

过年了，大家好好玩哈

楼主：神棍催眠师 时间：2019-02-13 14:34:30

@墟里村烟 2019-02-11 18:00:14

很期待楼主从心理学的角度，来诠释命运这个神秘而又飘忽的东西，顺带也能学习下下，所以支持！支持！支持！

---

命运一点都不飘忽，人生看似复杂，实则一直重复同一种模式而已

这几天给西安寒假班的学生教学习方法，家长也来旁听

第一节课，学生家长入座后，我讲了半小时的学习模式决定学习成绩，和努力无关

很多孩子小学一年级如果采用一遍遍读的背诵方式，从此以后他会一直重复这个方法，到初中，高中，大学，乃至到死为止。

第一次的学习方法会持续一生，看似上了几十年学，但核心方法和小学差别不大，包括听讲模式等

除非中间有人干预指导，才会改变原有模式

昨天第二节课，孩子和家长入座后，

我问：各位同学，家长，你看下你们今天坐的位置，有发现什么规律吗？

学生和家长凝神一思，突然恍然大悟

回答道：和昨天坐的位置一模一样。。。。。

第一次坐的位置，第二次来还是愿意选择这个位置，第三次，第四次依然如此。

除非原有位置被占了，才会另选位置

而位置被占，这属于外在环境因素，不由我们个人控制

所以才强调个人主观能动性其实都是骗人的，真正想改变，先改变你的环境模式，这样会逼迫你离开原来的位置

否则你一辈子都会坐在原位，停滞不前。

这就是人生，第一次的行为，以后若没有好的环境干预，则会重复这种行为。

这就是优者恒优，弱者恒弱。

楼主：神棍催眠师 时间：2019-02-13 15:08:25

@秋名山不寂寞 2019-02-13 14:47:21

太短了，3个月就看了几分钟。静等楼主出书

-----  
几分钟????

楼主：神棍催眠师 时间：2019-02-24 13:45:29

@honey 文 2019-02-20 06:52:08

催更<BR>

-----  
因为你催，所以开更

楼主：神棍催眠师 时间：2019-02-24 14:04:08

帖子有半个月没写了，原因是懒

从我写这个帖子到目前为止，我的生活模式依然如此。。。懒散，无所事事

看贴的各位朋友，回想下我们从看帖之日到今天，我们的模式有改变吗？

你会发现：并没有什么新鲜事，每天的生活如一潭死水，日复一日。

虽然我知道原理，但理论和现实是两个概念，就如你看完后觉得：说的太特么对了！我就是如此，我想改变我的旧模式

但实际情况是，看完帖子，离开天涯页面后，你还是昨天的你，哈哈哈哈哈

楼主：神棍催眠师 时间：2019-02-24 14:21:12

来说下我最近懒散的日子，看后也会更加深刻的理解：意志力，自律等都是骗人的，环境模式比个人的鸡血斗志更靠谱

从去年11月到今年1月份，每天没做什么正经事，忙一些鸡毛碎皮的小时，除此之外就是看鬼话帖子，看电视剧等，每天脑子里都想着自己不能这么堕落，要奋发图强，开启推广高效学习法的伟大事业

但这一切都不过是在脑子里意淫一下而已，一天推一天，麻痹自己

快过年时，我问了教务高效学习寒假班的学生人数，他说只有 30 多个。这下为了口袋里的银子，即使我很不愿意开微课讲座

但迫于生存压力，我还是开了一期家长微课堂，并且好好给孩子指导，让一部分孩子期末成绩考的不错，于是参加寒假班的孩子报名人数最终达到 60 多人。

那么我开微课这件事，虽然我之前很想做，但一直在逃避推脱，不是因为这件事有多难，而是根本懒得动

最后为什么又开了呢？

并不是我的意志力变强了，而是迫于寒假班学生人数太少这件事

也就是这是外在环境逼迫我开始行动了，几个月的自我打鸡血，不如现实环境的轻松一击

若不是寒假班人少，这个讲座是不可能做的。

楼主：神棍催眠师 时间：2019-02-24 14:30:36

然后我们给学生准备的教学册子，虽然之前一直想改善下，但还是拖

直到开课前一天，学生必须有册子，才把教学册子修改了

这同样是环境胜于意志力

前几天，我们之前的一个朋友给我打电话，她在深圳做社区的心理咨询服务，想和我合作，做学生高效学习的项目，约定 3 月份去那边

她需要一点资料简介，虽然我之前有旧的简介，但比较简单，之前一直想写个更好的，但还是在拖，结果这次要去外省，没办法，最近开始打算写个详细的帖子

这同样是环境胜过个人鸡血，之前的伟大事业一直在脑子里，但是借助同学这个环境逼迫，必须得行动

个人鸡血和环境模式，两者孰轻孰重，大家心里想必很清楚了

我们回顾自己目前每天做的事情，你会发现很多事都是被环境逼迫的，并不是你主动愿意做的。

一旦给你放几天假，我们最想做的就是轻松简单快乐的事，很逃避排斥让自己心烦的事

但是生存环境模式却可以治疗你的惰性。

也一直想着更新这个帖子，但还是没更新

楼主：神棍催眠师 时间：2019-02-24 14:44:47

这几天除了给学生上课，就是在房子里玩王者

但迫于要给朋友写简介，想着必须要行动起来，但待在宿舍，不由自主就想偷懒，豪情壮志在一瞬间就可以被王者小弟勾引了去

即使偷懒时内心有个声音在不断谴责我不该玩游戏，但毕竟玩起来还是很舒服嘛，让灵魂尽管大声咆哮去吧，让我先杀个下小鲁班过过瘾再说

但眼看时间将近，所以为了写出简介，就必须继续借助环境的力量

必须离开宿舍，让自己到另一个校区的办公室里去，这样一群人都在办公，我不可能在办公室玩游戏，另外看到其他同事都在工作，那么我也会工作起来，哪怕只是敲写几个字也行啊

于是我现在是坐在办公室里，打开电脑，在做正事前，先来个轻松的事，那就是来帖子唠个嗑，等会再写简介

于是乎，各位你们就看到更新了

上述几个事例，证明了什么？

个人鸡血和环境模式，孰轻孰重？

楼主：神棍催眠师 时间：2019-02-24 15:10:52

前两天刷知乎，看到有人问：如何让自己变得自律？

看到这，我就想笑

凡是问这问题的人，想的是：你看成功人士都是跟自律的人，能坚持做事，不偷懒。如果我也能像他们那样自律，每天坚持做想改变的事，那么我应该也会比目前强

这个想法的逻辑是：只要我自律，我就能成功

这个逻辑完全正确，但却忽视了最核心的一点：成功人士为何会如此具有自律能力？？？

凡夫俗子把这归为一种个人品性，实际上我们本末倒置了，真相可能要让你失望了

成功人士模式：

1. 环境逼迫——
2. 导致每日努力奔波，旁人看起来此人跟自律，每日都在忙——
3. 经过一段时间，终于成功了

凡夫俗子却只看到了表象：

2. 他自律，每日忙碌——
3. 他成功了！

他并没有看到最核心的本质在于 1. 环境模式

没有环境逼迫，后面的一切都是白费，空中楼阁而已，

如果你是马云，你会比马云更自律，因为每天有很多事，逼迫你得早起，得做很多准备

可惜很多人不明白这个原理，看不透问题的本质，才会有知乎上很多人问：怎么变的自律？

想靠嘴，想考鸡血来自律，纯属一厢情愿式的傻瓜

我们总是把一切归因于个人品性，哎，你也是太看得起一个人的所谓“自律”了。

楼主：神棍催眠师 时间：2019-02-24 17:42:57

@当给给 2019-02-24 17:17:41

喜欢，说的在理！刻苦改变命运是毒鸡汤！

---

好，看到你了，群里改变命运

楼主：神棍催眠师 时间：2019-03-15 21:51:49

@78102828 2019-03-11 23:34:54

楼主现在忙什么？

---

根据模式论，在无外界影响下，个体保持原状态

所以你就明白我在干嘛了

楼主：神棍催眠师 时间：2019-03-26 16:20:55

@A182 无敌 2019-03-25 22:14:33

人的命运真的不是已经注定的，不要相信。

---

那是在什么地方？

楼主：神棍催眠师 时间：2019-03-28 23:44:50

手动点赞

我知道楼主在某个角落，正焦急的打开手机，哆哆嗦嗦的点开消息提醒，内心无比期盼有人回帖

可是点开的一瞬间，期待的眼神瞬间没了光彩：没人点赞，也没人留言

一种无名的孤独与伤心弥漫心间

叹吾辈为何如此不受待见，遂生弃贴之心

就在这功败垂成之寂，一个回复出现了，楼主的嘴角扬起一丝微笑，心生安慰，又有了写下去的冲动~（来自天涯社区客户端）

楼主：神棍催眠师 时间：2019-04-01 17:39:00

此贴已弃，逍遥自在

楼主：神棍催眠师 时间：2019-04-14 13:44:59

帖子偷懒不更了还有人攒啊~等我今晚上完课怒更一波

楼主：神棍催眠师 时间：2019-04-22 09:45:41

@yangying\_ww 2019-04-16 23:15:31

老师关注您好几年了也加了好友。聊过关于打坐冥想，请教过孩子学习问题。感觉您的思路特别好。想给女儿报一个班，学习您的方法

---

这套方法确实比较好，只是目前全国还没推广开来

除非在西安，否则没得班报的喽，或者你学了，给孩子教

相信以后会慢慢到其它省市的

楼主：神棍催眠师 时间：2019-04-22 09:46:51

@aslnr 2019-04-17 00:16:37

一口气看完！我对这两块内容都感兴趣。

---

哪两块内容？

楼主：神棍催眠师 时间：2019-04-22 09:52:41

@神马都是一啸 2019-04-06 22:09:34

神棍老师想弃贴，那也就是说老师最近的思想没有什么进步，没有什么新东西。我最近看了一些“刻意练习”。

觉得神棍老师的许多思想与“刻意练习”的思想相似，甚至可以说基本吻合，不吻合的地方，就是“刻意练习”不承认命运，不服命运的轨迹安排。

神棍老师的思维模式可以说是刻意练习的一种结果。当满足，或习惯某种思维模式，而不再进行刻意练习时，人的进步就没有了。

神棍老师是不是没有找到可以指导自.....

---

神棍老师脑子里东西还多着呢，我写的这些仍然属于表面的，有一套创新思维系统，那才是核心源代码，逢山开路，逢水搭桥

人最核心的是思维模式，知识内容是无穷的，但有了高效思维，可以胜过别人

不愿意写，只是觉得没什么意义，再加上懒，就罢了。。。

因为写帖子，找不到动力来源，以前写是因为好玩，也想证明下自己的理念，但现在已过了冲动期，新鲜劲儿过了

楼主：神棍催眠师 时间：2019-04-26 16:53:01

@竹篱笆的小院 2019-04-22 12:36:25

好看

.....

楼主：神棍催眠师 时间：2019-05-05 11:47:48

@瞎说啥大实话 2019-04-29 14:05:42

神棍兄 好久不见 想死你了 木啊 ??

哼哼，瞎说

楼主：神棍催眠师 时间：2019-05-05 11:55:24

好久没来，最近在给中考考生教快速提分方法，刚结束一期，有的学生进步到班级第一名

有的学生还倒退了，我们的方法要求每个孩子每天发作业

结果就发现：人啊，习惯太难改了，即使这些孩子才上初中，才 13, 14 岁，旧的坏习惯就已经根深蒂固了

在我们的督促下，有些孩子也只能坚持一个月，一旦我们的实地课结束

有些孩子就会偷懒，不再好好用高效率的方法学习，又想回到旧的低效率模式

原因我们能理解，比起用新方法，旧的方法虽然屁用没有，无法提成绩，但却更习惯，更舒适

最终只能感叹：才是初中生，年少时，一个习惯都难以改过来，更别说习惯重复至 30 岁的人呢

江山易改，秉性难易

3 岁看小，7 岁看老，古人诚不我欺

一个人的少年生活教育环境影响一个人的一生。。。。

虽然说人具有可塑性，但需要很好地外界环境模式配合，但问题恰恰是：弱者因为自己的本性，也只会本能的倾向走进弱者的环境中

人以群分，就是这个道理。

楼主：神棍催眠师 时间：2019-05-05 12:03:41  
一命二运三风水，四积阴德五读书

读书排在第五位，很多人觉得不可思议，不是说读书改变命运吗？

是的，这句话确实没问题，关键问题是，你的命运决定了你出生在什么样的家庭，会在哪里读书，是在名校读书还是在乡村学校混日子

读的书不同，命运更是不同

了解的越多，越能感叹，一切造化弄人，一切皆有规律，唯有掌握其中的规律，才能改变命运模式，否则只是在元模式蹦跶

但话又说回来，人生就是来体验的，不同的生活，不同的收获，并没有唯一的模式。

愿我们每个人，活出每个人的快乐与悲伤

楼主：神棍催眠师 时间：2019-05-06 17:45:22

@超萌美眉 2019-05-05 23:05:34

说的真是棒！

-----  
看上你这网名了，

楼主：神棍催眠师 时间：2019-05-06 17:45:42

@李砍刀和金大锤 2019-05-05 14:52:05

你都这么久不露面了，说吧去哪里浪了

-----  
在王者峡谷和刺激战场激情奋战。。。

楼主：神棍催眠师 时间：2019-05-29 16:38:07

堕落之风，常伴吾身

今天有个涯友加我微信，说在看我的帖子，我大吃一惊：原来我还有个帖子，还没有被埋，然后打开帖子后看到有几个朋友在跟帖

帖子又被挖出来了，又不忍心就这么弃贴，那就闲扯点有意思的

关于现今人们人们丧失独立批判性思维的

楼主：神棍催眠师 时间：2019-05-29 16:55:56

前段时间我在一个偶然的机下，翻过一堵墙，看到了全世界最大的视频网站，叫：有土逼

看了一些知识分子的视频后，我感觉我的智商被按在地上摩擦，被侮辱，让我认识到了，之前的我是多么的天真，多么的愚蠢。。。。

简直要摧毁我的三观，比看鬼话还摧毁三观，至于具体看到了什么，不能说。

只是觉得以前听到的很多事都是谎言，我觉得自己严重缺乏独立思考判断能力，对很多事情都没有怀疑的态度，别人说什么，我就信什么，全盘接受

对于一个接受过大学教育，且还经常把独立思维挂在嘴边的我来说，感觉瞬间被打脸。

正好刚才看完一个帖子，讲的是现今社会，大家都沉迷在奶头乐中，沉迷在快速新闻，抖音，短视频，鸡汤文中，而却缺乏独立思考能力。

看完后，再结合前段时间的震撼，大脑里出现一个困惑：为何我缺乏独立思维，难道是我智商不够，还是思维能力太 Low，难道我就低人一等，比不上哪些高人么？

楼主：神棍催眠师 时间：2019-05-29 17:31:10

一想到我技不如人，思维浅陋，内心莫名不服啊，凭什么你有独立思维，而我没有，难道你长了个 2 个脑袋不成

但我查阅了世界医学论文，发现聪明的人并不是因为他长了 2 个脑袋

那么，真相到底是为什么呢？

就在这种困惑中，我在屋子里坐也不是，站也不是，于是决定到厕所里撒泡尿醒醒神

结果你别说，还真有用，就在我释放完洪荒之力后，脑子里突然灵光一现，出现了 4 个字：有限真理！

它指的是：此刻你认为的真理，下一刻就有可能被推翻。

比如牛顿力学，大家觉得牛顿说的没错，结果等到爱因斯坦出现，发现牛顿说的还不是绝对真理

那么我们能说牛顿错了吗？

不能！

牛顿说的是真理，爱因斯坦说的也是真理

真理是通过经验总结，推论出来的。

比如 1+1 这两个元素，我们能推论出来结果是 2，那么这就是一个真理。

但如果多添加一个元素进去，比如  $1+1+3$ . 那么真理就不可能是 2 了，真理就会变为 5，

元素变了，真理就会跟着变，所以真理是有限的，2 是真理，5 也是真理

在经典力学的元素前提下，牛顿就是真理 boy

但如果再添加个元素进去，到了量子力学前提下，牛顿就错了，爱因斯坦又变成真理 boy 了，也许以后随着科学发展，又会出来另一个王者斯坦，搞出来另一个牛逼克拉斯的理论

综上所述，世界上并没有蠢人和聪明人之分，大家在自己的元素前提下，都是自己的真理！

比如新闻上出现一个大善人，每年给贫困山区的孩子捐赠 10 万元，帮助了 50 个辍学的孩子重回学校，而且已经这样坚持了 5 年多了，那么你就会觉得：哇，这个人真是我辈楷模，真是善良有爱的人啊

请问你这个判断对吗，根据提供的这几个元素，说这个人很善良就是一个真理，绝壁没错！

但如果我又给你添加进去一个元素，我说有人爆料，此人常年猥亵这些被资助的孩子，甚至性侵这些孩子，那么他是个大善人，这还是真理吗？

绝壁又不是了啊，他又变成畜生了啊。

那么在无人知晓他的恶行时，真理就是：他是个善人

在知道他的恶行后，真理就是：他是个畜生

随着元素变化，真理也在变化。

也就是说，想要获得更准确的真理，就需要获得更多更完整的元素。

楼主：神棍催眠师 时间：2019-05-29 19:03:52

就拿我擅长的一个事情来举例，让我也把各位的智商按在地上摩擦一下吧。

我家种过 10 年的枸杞，那么给各位出个题：

如果你想买一点枸杞，看到一个商家门前摆了 2 筐枸杞，一筐颗粒大，色泽非常漂亮，看起来干净明亮

另一筐颗粒也大，但是色泽参差不齐，有红有暗，就显得有点土里土气的

在价格一样的情况下，你会买哪个？

我敢保证 99%的人都会买那筐色泽漂亮的。

哈哈，看吧，你的智商被摩擦了，你的判断能力弱爆了，你觉得你掌握了真理，但实际上买回了谬误。

色泽鲜艳的 90%都是硫磺熏过的，凡是正常晾晒的枸杞，色泽是有红有暗，看起来不好看。

难道我们因此就说你没有独立思考能力吗？难道你的智商真的弱爆了吗？

不！

在你有限元素的前提下，你的选择是对的，大家肯定都要选好货嘛

但为什么我才是真理掌握着呢？并不是因为我比你更有独立思考能力，只不过我获得的元素比你多而已，恰巧我多知道一点关于枸杞制作的知识。

那么对于你这个外行来说，你什么情况下才能获得完整的真理呢？

1. 要么你来亲自种枸杞，这明显不现实
2. 要么你从书籍，资料，论文，新闻，百度知乎等搜索，但如果没人揭秘，你还是不知道，或者有人揭秘了，但很快又被公关了，你还是不了解

也就是说除非有人站出来发帖发新闻，把这个元素曝光出来，你才会知道，否则你会像个弱智一般被愚弄，还沾沾自喜，觉得自己很聪明，买到了漂亮的枸杞。

那么假如我站出来发声，曝光了这条新元素内幕，很多人肯定就会开始怀疑他买到的漂亮枸杞，这时候人们显得开始有批判性思维了

但是如果有枸杞大佬看到新闻后，觉得我损害了他们的利益，于是花钱把我的揭秘新闻下架了，删除了，那么看不到新闻的人还是很愚昧，对吧

或者那个商人威胁我，让我再写一条新闻，就说之前说的是谣言，纯属胡说八道，如果我不这么做，有可能丢掉现在的工作，或者打断我的腿，或者威胁我家人的安全，我只能怂了，认输

然后商人立刻再派个专家，专门批判我之前的“胡言乱语”，所有的媒体一致批判我，说我脑子进水了，于是很多吃瓜群众就被带偏了风向，毕竟你们没有亲眼见过如何晾晒枸杞，没有第一手原始资料，专家说的只有一点点道理，你可能又信了，于是就觉得：这他妈哪来的个傻 X，为了出名瞎造谣，拉出去毙了！

于是，我就被舆论的唾沫星子淹死了，谬误干死了真理！

你看，某热搜经常干这种缺德事，原谅我这么怂，这个时代，说话稍微不注意，就可能惹祸上身，大的不说，就连一个小小的菜鸡琨，都能给你来个律师函

所以啊，所谓的批判性思维，前提是你掌握了多少元素，元素越充分，越能做出最真理的判断。

也就是说，并不是你蠢，并不是你缺乏批判性思维，而是你缺乏充分元素。

但现实是，这个世界很大，我们每个人都很无知，隔行如隔山，我们就连自己最擅长的工作领域，都不一定掌握最全面的元素，你可能只是一枚棋子，一波韭菜而已，只掌握了一丁点元素，那又何谈你不了解的行业呢？

比如以下言论：吸烟容易得肺癌。我们不是这个领域的专家，所以缺乏充分的元素，也就得不出真理

只能求助于专家，但如果专家也胡说八道，那我们只能在愚昧中生活了。

所以充足的信息很关键，很关键。

可惜我等屁民，获取信息的途径大多通过网络和书籍，那请问你能获得真正充足的元素信息吗？即使你获得了，你能确保那不是“托儿”吗？

那么我们怎么办呢？

好像没什么办法，要么你想方设法获得更完整的元素信息，要么就无知的快乐活着吧。

比如朝鲜 胖领导下的朝鲜人民，你觉得朝鲜人民掌握真理吗？

难道朝鲜人民缺乏批判性思维吗？

不

他们根本不知道“批判”为何物。因为三胖说什么，所有的媒体就说什么，没有一个敢反对的声音，三胖说：美国是世界上最穷的国家，是个恶心齷齪的国家，那么人民除了相信还能做什么？

毕竟没有媒体敢站出来曝光真实的美国现状，人民看不到，在有限元素下，就真的觉得美国是个王八蛋。

所以在像朝鲜这种集权独裁主义国家，知识和新闻话语权掌握在 胖一人之手，那么人民就是韭菜，割完韭菜后，这批韭菜反而感恩戴德，觉得是在为国奉献，

感到无限光荣，可惜三胖拿着人民的血汗钱，花天酒地，买个名表，坐个好车，看个好片，岂不美哉？

也就是说朝鲜这个集权主义国家，新闻就是一坨屎，根本没真相，有的只是领导人想让你看到的“真相”而已。

同样看看小日本的历史书，隐藏历史，篡改历史，不把南京大屠杀的真相写到历史书上面，那么这些孩子就被洗脑，长大后，他就觉得你说南京大屠杀都是在诬陷大日本帝国，但如果你把那些照片证据拿给他看，可能他也会怀疑：是不是真的发生过南京大屠杀，此时才可能出现批判性思维。

为何美国人更容易具有批判性思维，并不是人种优势，也不是他们聪明智商高，只不过他们新闻言论自由罢了，能够提供充足的元素，供人们思考甄选，而非像三胖那样全国只有一个声音

比如美国有人说，吸烟无害，那么可能就会有科学家站出来反驳，说吸烟容易得肺癌，然后又有另外一个科学家站出来说吸烟和肺癌只有一定的相关性

提供了充足的元素信息后，人们就会纠结：到底谁说的对？才会开始思考批判

好了，综上所述：批判性独立思维的前提是：百家争鸣

我们能听到得不同人发出的声音，获得完整的元素信息，但如果你很遗憾的生在朝鲜，不好意思，批判性思维和你绝缘了。。。

所以你有没有批判性思维，大的前提是看你投胎在什么国度，小的前提是你接受过良好的教育

但如果大前提不满足，那么即使你接受过良好教育，也会像个智障，你就是博士，也不一定能获得真相。

所以为我自己辩解下：我应该不是个智障，只不过无法获得完整的元素罢了。

虽然无法获得完整元素，但人有一个优势就是：吃一堑长一智。根据之前智商被摩擦的经历

我现在对任何信息都保持怀疑态度！如果没有掌握充足的元素（这条可能很难），不会擅自被带节奏，被别人当枪使，还傻乎乎的觉得自己很牛逼

如果实在迷茫痛苦，我会选择看会儿新闻联播，生活一定会更美好。

楼主：神棍催眠师 时间：2019-06-07 18:38:14

最近高考，给群里有高考或者中考的家长送点福利吧

今年高考数学如预测，果然很难

刚外甥女反馈，她按我们的策略答题，会做的有把握都做对，没像以前那么紧张焦虑了，但有些孩子大题都是空白，难题上浪费太多时间了。

明天注定又有很多孩子会连环崩溃，因为他们有种强烈的期望：明天我一定要考好！

这个想法简直是万恶之源[流汗]

家里有高考的学生，请告诉孩子：

明天会继续难，但难的不是你一个人

拼的不是你把所有题做完，而是会做的题的正确率！

楼主：神棍催眠师 时间：2019-06-14 01:45:32

最近公众号写了很多，存货很多，慢慢来发

楼主：神棍催眠师 时间：2019-06-14 10:22:02

最近又复活了，决定不再堕落

楼主：神棍催眠师 时间：2019-06-14 10:27:09

我把公众号发的，贴在下面

深度解析：优秀的人，可能只是运气好而已？

承认吧：

你的优秀，和努力无关

仅仅是你运气好罢了

写下这个题目，我知道会招来很多人的批评和排斥

即使我自己看到这个题目

虽然我知道它是事实，但内心依然难以接受，

因为这会让我感觉人格受到了侮辱和践踏

你否定了我所有的辛苦努力

竟然说我现在拥有的一切

仅仅是因为运气好？

可在在我看来：

我比别人优秀，是因为我比她们更努力，

在别人玩乐时，我忍住寂寞，看书钻研

在别人工作偷懒时，我在加班加点，熬夜做方案

在他们意志力薄弱，面对痛苦快要放弃时，我咬牙坚持！

我今日的成就

全是我自己辛辛苦苦打拼来的，是靠我的坚强和忍耐！

你凭什么否定我的努力，而却只归咎于运气

那我的之前努力又算什么？

楼主：神棍催眠师 时间：2019-06-14 10:30:41

我想说：

就连努力，都拜你的好运气所赐！

何谓运气，就是你的出身和你的父母家庭环境，以及社会环境

你今日的财富和优秀品德，

都拜运气所赐！

在我们正式论述前，先看个经典案例

香港有一个节目《穷富翁大作战》，是让香港大富翁体验底层穷人的生活

邀请了香港四大富豪家族之一的田北辰参加

介绍下这位富豪公子哥的背景

他爸是香港一代“裤王”，田北辰毕业于哈佛大学，毕业后创立了自己的服装品牌，现在全球有 700 多家分店

他信奉的理念是：

如果你对今天满意，明天就会被淘汰

他一直认为“如果有斗志，即使弱者，也可以变为强者”

楼主：神棍催眠师 时间：2019-06-14 10:36:22

啊，田富豪煲的这碗毒鸡汤真香，

各位壮士也认同吧

喝了它！

可是接下来他却很快被自己打脸，中途退出节目，头也不回的离开了穷人体验节目

详细过程如下：

给田北辰安排的是体验清洁工的生活，每天 50 元的生活费

住在 15 平尺的笼屋，一月租金 1350 元，这已经算是豪华笼屋了，市场上还有 600 元的笼屋，住在厕所里

他每天早上 6:15 就需要开工，但坐公交就要花去 13 元

一上午打扫路面，清洁垃圾桶，很累很辛苦，半小时才清洁了 2 个垃圾桶，被组长催促

好不容易等到上午吃饭，却发现大多盒饭都要 20 元，于是最能选择最便宜的 15 元盒饭

等一天干完 9 个小时后，他已经累的不成样子，直接睡了

而同为清洁工的平哥，为了养家糊口，一天要做 3 份工，总共要干 17 个小时，每天只能睡 5-6 个小时，他还有时间去学习成长吗？

仅仅为了生存，就已经耗去了平哥的所有精力

本来田北辰要体验一周时间，结果破例改为 2 天，他说：因为只有两天，自己才有斗志坚持下去，如果要做一个月，甚至半年，那就太绝望了！

并且说出了最痛感悟：

这个世界正在惩罚读不成书的人！

并且承认：

在强弱悬殊的情况下

只有弱者越弱，越来越惨

前一秒还大言不惭说着：若有斗志，弱者也能变强者

后一秒却连 1 周都无法坚持，你宣扬的斗志去哪里了？

我们前面帖子说过 Z 理论： $Z=X+Y$

只要在相同的元素条件下，必然得出唯一结果

只要是 1+1, 结果必然是 2

那么我们也可以说，假设你和田北辰一样，拥有同样的出身，拥有同样的教育资源和社会资源

那么你就会是第二个田北辰，你也会是富豪

你既不会比他差，也不会比他优秀，你只能和他一样！

1+1 不可能等于 1，也不可能等于 3，只能等于 2

同样如果你和平哥的出身教育环境一样

请问在相同元素条件下，你做的会比平哥更好吗？

你可能会说，如果我是平哥，我不会去做 3 份工，我可能每天只做一份工，

然后剩下的时间我会找一份能学技术的工作，这样随着技术熟练，收入也会不断提高，慢慢脱离最底层的穷苦生活

哈哈哈哈哈

这是我们很多人的通病，你忘了关键的一点：

你能有这样的想法，是因为你接受了良好的教育，你明白了这个道理

你和平哥的元素条件就不一样，平哥没受过良好教育，他不会想到这一点

所以在相同的环境下，你不会比平哥差，也不会比平哥好，你只能成为第二个平哥！

那我们又有什么资格去批评别人呢

不谈自己拥有的资源和条件

只拿自己的结果去抨击别人的结果

是耍流氓行为，是弟弟行为！

同样马云现在也可以抨击各位，你们之因为还没有获得财富自由，每天还要辛苦加班，是因为你们不善于思考，懒散，不愿意动脑子，并且还不够努力

你为什么不学学马云我呢，为什么一点魄力都没有，拿起你的勇气，破釜沉舟创业吧，只要坚持下去，总会有所收获的

这种鬼话你相信么？

我们大学毕业后，当很多同学还在忙着投简历找工作时

有个同学已经是一家房地产公司的总经理，出席各种大型商业签约仪式

因为他爸是这家房地产企业的董事长。

你告诉我是因为他更优秀，更努力吗？

你努力一生的终点，可能连别人的起点都达不到

但如果十年后，你采访他为何如此优秀，创造出这么大的产业

他可能也会像田北辰一样说：如果人只要都斗志，只要善于学习，只要好好努力，就一定会有收获的

但他不会说他的前提元素条件，不会说他爸是谁，不会说他是在向谁学习，

他在和商界顶尖的大佬学习，有人给他指点，不断受到熏陶

他的交际圈和人脉圈，会影响他，鼓励他不断向前走

而普通人向谁学习？连大佬的面都见不上

大多数时间不过是在抖音学习罢了

但人总有一种迷之自信和自大

当事情成功后，会把原因归结于自己的功劳

当事情失败后，会把原因归结于外部环境

成功了开吹，失败了甩锅。

所以我们不要妄自菲薄，觉得自己懦弱无能

也不要高高在上，颐指气使，指责别人

不同的环境，塑造了不同的人罢了

楼主：神棍催眠师 时间：2019-06-14 10:36:42

那么一个人的命运到底有哪些元素在影响呢

天性 + 家庭社会环境 = 命运

天性方面，人生而不同！

从刚生下来，人就携带天生的天赋和秉性，每个人都是不一样的，

有的孩子从小就展露音乐天赋，有的从小就性格安静，不好动，

有的孩子从小就活泼好动，有的孩子天生就有心脏缺陷

这是天生的，刚出生就已经不同了

然后你从小的教育环境，你父母的文化水平和经济实力，决定了他对你的教育方式

有的孩子从小德智体全面发展，有的孩子从小放羊玩泥巴

有的孩子在父母鼓励关爱中成长，

有的孩子在父亲酗酒暴力殴打的阴影下长大

人的性格和学习能力在童年时就被家庭塑造，

然后到了上学时，你父母的能力决定了你是上重点学校，还是普通学校

即使你在重点学校成绩一般，你的父母也会花重金请名师辅导，利用优质资源不断塑造你

于是有些人是名牌大学毕业，有些人初中都没读完就早早辍学

有的学校大学一本率是 100%，有的学校竟然是 0%，整个学校竟然只能考 3 个二本

有的学校学风良好，大家共同交流进步，奋斗学习

有的学校学风垃圾，打架斗殴，撒谎作弊成风，学习好甚至会受欺负，会被排斥

然后这些不同的人成家立业后，在财富和品德方面，展现出截然不同的变化

在财富方面：

有的人月薪百万，吃香喝辣，有的人月薪 3000，苦苦挣扎

于是富豪大佬开始 diss 拿普通工薪的人：

哎，都怪你们当年不好好学习，不够努力啊

你看我如何如何

在个人品德方面：

有的人养成认真自律的习惯，有的人意志薄弱，轻易放弃

有的人学习良好，父母鼓励，老师表扬，自信心满满，阳光开朗

有的人从小内向，被父亲暴力殴打，在学校被混混欺负，在社会被人看不起，长大后自卑懦弱

然后优秀的人又会说：

都怪你们不够努力，意志力不够坚定

财富方面我们就不说了，大家还能理解

觉得能不能成功，确实要看很多外在条件，  
但在个人品性和品德方面，很多人也会把功劳归功于自己  
对一些品性差的人，很难接受  
请问你目前的优秀品性从何而来？  
除了天性外，难道不是你父母和学校教育的结果？难道是凭空出现的吗  
性格就像学习能力，也是被塑造的  
但人们总是喜欢从一个人的品性去攻击他人，他没成功是他品性太懒，  
言外之意就是，我们自己品性好，很勤奋，  
这就是一种变相的自夸  
可耻！  
同样我们在工作生活中，经常会见到一些令我们讨厌的人，  
比如爱撒谎，爱欺骗别人，背地里说人坏话  
给别人穿小鞋，见人溜须拍马，阿谀奉承  
还有那些家暴男，家暴女  
我们很痛恨这类人，觉得他们卑鄙无耻  
这些行为确实是可耻的，但这不是你抨击别人的资本  
你知道他们的生长环境吗，你知道他们的过去吗？  
你的品性比他好，仅仅是因为你运气好而已  
这么说并不是在为恶人袒护辩白  
而是劝我们善良！  
因为你没有资格！  
比如我们经常看到电视上的杀人犯，比如马加爵杀害室友案

我们会非常气愤，会骂这是人渣，这是畜生

但我们有想过：这个人为何会如此丧心病狂？

发泄怒火很容易，但冷静思考却很难

当你在骂这个人的时候，你有想过：

如果你处在马加爵的元素条件下，你会做的比他更好吗？

你不会比他更善良，也不会比他更邪恶，

你会是第二个他！

你也会拿起刀，你就是杀人犯！

我知道这很难让人接受，但这就是现实

如果我们除了愤怒外，多一份理解

那么我们可能才会认真考虑，是什么样的环境和教育造成了今天的他

那如何正确教育孩子，才能减少此类恶行的发生

这才是有意义的思考，而不是一腔愤怒，发泄完后

有什么用？

能避免不再出现类似杀人犯吗？

台湾最近有个和 HBO 合拍的电视剧非常好

叫做《我们与恶的距离》，推荐大家去看

关于一些品性的专业论述，因为时间关系，

以后有机会说下一些暴力狂，性变态等是如何形成的

大家也可以看美剧《犯罪心理》

从罪犯的出生到生长环境

你会发现他的犯罪是一种必然！

楼主：神棍催眠师 时间：2019-06-14 10:37:10  
我们通过田北辰论述财富

我们通过马加爵论述品性

只想说明：

每个人无论贫穷还是富裕，无论善良还是恶劣

都是他元素条件的必然产物而已

所以根据 Z 理论：

$Z=X+Y$

1+1，不会等于 1，也不会等于 3

必然等于 2

在一定的条件下

我们也会是田北辰，我们也会是马加爵

当我们想抨击别人时，

反问自己：

若我处在他的条件下，我会做的比他更好吗？

不！

你不会比他好，也不会比他差，

你就是他！

温馨推荐：

1. B 站有：《穷富翁大作战》

2. 美剧《犯罪心理》

3. 台湾剧《我们与恶的距离》，

关注公众号并回复“恶”

会推送此剧的百度网盘地址和密码

楼主：神棍催眠师 时间：2019-06-14 10:38:25

看大家的留言支持了，想看的吱个声，我就粘贴

否则没人看就是白白浪费力气

楼主：神棍催眠师 时间：2019-06-14 12:27:30

@村姑小林子 2019-06-14 12:17:33

一直觉得自己很笨，特别是在工作上，经常为此不开心，怎么破，大师！

- 
1. 首先承认自己确实有些地方做的不够好，接受自己的现状
  2. 工作方法上还是需要改善，我们一步步进步，谁都不是生下来就会所有的。

当自己有一点点进步时，这些问题自然也就慢慢淡化了

这是成长的必然过程，不止你一个人如此

楼主：神棍催眠师 时间：2019-06-14 19:38:10

@龙归城村民 2019-06-14 16:28:24

楼主不更了？，另外还有一类女人会害怕失去而不去与异性相处。另一类同样怕失去而排斥异性对吗？

---

这种一般都是曾经受过伤，曾经体验过离去后巨大的痛苦

所以不敢轻易再开启另一段，总得来说，还是需要心理干预

楼主：神棍催眠师 时间：2019-06-16 00:24:55

看的吱个声

楼主：神棍催眠师 时间：2019-06-19 00:26:12

有点忙，明天保证更新

楼主：神棍催眠师 时间：2019-08-04 11:49:09

看到有人对努力痴迷，觉得我贬低努力的价值

那我还是再强调一次，如果还是不懂，那咱们就各自坚持各自的价值观，各自过好各自的生活

牛吃草，有牛的快乐和痛苦

狼吃肉，有狼的快乐和痛苦

我们的价值观，一定是最符合自己的圈子，让自己最舒服的

你让一个不愿动脑子的人，给他强调思考和模式，他只会感到痛苦和绝望，因为比起思考，他更习惯也更愿意盲目埋头努力。

同样让善思考的人去盲目努力，他会觉得那是愚蠢

无高无低，生活环境和背景不同罢了

楼主：神棍催眠师 时间：2019-08-04 12:06:42

我的理论：

不同模式决定努力程度

努力只是个结果，可惜世人有个误区：一直以为努力是原因

如果真是如此，为何世人一直在强调：努力！努力！

就因为努力太难了，臣妾做不到啊!!!

为何不问自己：为什么不努力？？？

不努力的本质原因是什么？真的是品性差么

去年一个初三中考考生，成绩排在年级 1200 多名，班级 40 多名，父母让补课也不补，在父母眼中他一点都不努力，学习态度有问题，他爸妈已经放弃他了

但他爸认识我们校长，建议他试试我的高效课

即使孩子不情愿，被逼着来试听第一节课，我们讲的就是不同学习模式和成绩的关系，以及高效的模式

孩子听完后茅塞顿开，非常认同，于是开始变得有一点点“努力“，按我的要求学习，2 周后模考，总分提高 49 分，年纪排名前进到 700 名

这下孩子自信心大涨，主动要求他父母给找个语文一对一老师补课，他语文差，学习态度立即一百八十度大转弯

请问：是这个孩子开始努力了吗？

和努力一毛钱关系吗？

世人只看表象：

哎，这孩子最近怎么像变了个人似的，开始主动努力学习了，然后成绩也上来了

所以：努力就能成绩提高！没毛病啊

呵呵，

请问：为何他之前不努力呢？

如果他不上这个课，他不学习高效的方法，他会努力吗？

他刚上初一的时候难度不想考好吗，每个孩子都有上进的心

但因为很多孩子模式效率低，即使很努力也最多考个 70 分，第一次他以为是偶然，再努力加把劲儿，下次终于考了 71 分，再下次又变成 69 分了

请问如果你是这个学生，你还会再努力吗？自信收到打击，他会觉得无论怎么样，成绩都上不去

那还不如就算了，于是放弃了，在家长和老师严重就变成了态度不认真

但我们有想过：什么决定了孩子的努力程度？

楼主：神棍催眠师 时间：2019-08-04 12:28:22

这种案例我带学生见的太多太多了

有孩子很讨厌背诵政治课文，一篇课文，父母要催好多遍，才磨磨蹭蹭去背，好不容易背几分钟，又是喝水又是上厕所

最终经过 40 分钟，终于背会了，第二天又忘了，又要背

他父母就给我抱怨：我娃学习态度不认真

马老师你给我娃做做思想工作，给他洗脑，让他重视学习，态度认真点

我给父母的回答是：

来！我先给你洗洗脑，给你家长做做思想工作，你冤枉孩子了！

然后我给孩子教会背诵方法后，不用家长催，孩子自己就主动去背课文了

怎么这孩子一瞬间就变的努力了呢？

他之前需要 40 分钟才能背会，现在 10 分钟就可以，他肯定愿意啊！

人不是傻子，对于痛苦的事，没有几个人会坚持，除非这件事要么很轻松，要么他尝到了甜头，有成就感

否则他凭什么傻乎乎的让自己受虐，越努力不是让自己越痛苦么？

记住一句话：

凡是需要坚持的事，99%的概率会失败！

模式效率高，能见到效果，有成就激励感，不用坚持，人们会屁颠屁颠儿主动去做的，即使再苦再累，他一旦想到即将获得的收益。一切苦都不是苦

可惜世人只看到了这个人的“坚持努力”

就满嘴宣扬:努力吧，努力吧！

却没看到他的高效模式，给他带来的奖励刺激和希望

我从大学退学，在社会上为了实践研究催眠，研究心理学，穷的叮当响，没钱租房，和我哥借，还强调别告诉爸妈，害怕他们担忧，每天2块钱的花销，买2包榨菜，午餐一包，晚餐一包，喝白粥吃榨菜

很多人会说你看他多努力，多么的坚持

可你不知道的是:这对我来说根本不是苦！

因为我每天都有进步，我知道我有天赋，我也做出了成果，我知道这一切都是暂时的

等我再强一点，我不会再喝白粥，我肯定会有钱能改善生活的。

如果我每天研究催眠，结果屁的成果都没有，看不到希望，我还会傻乎乎坚持下去么？难道是我爱喝白粥爱吃榨菜么

我肯定早转行工作了，吃香的喝辣的

所以，睁大眼睛看清真相

我给学生一直在强调:

在同样的环境下，人和人的本质区别就在于:动脑子

愿意动脑子的人，学的越轻松，成绩越好

不爱动脑子的人，更喜欢埋头死学

毕竟埋头死学比动脑思考更轻松！

很多孩子宁愿做5道简单题，也不愿意做一道难题。

楼主：神棍催眠师 时间：2019-08-04 12:33:42

所以关于努力的问题，不再多说

还是那句话:你的模式决定你的努力程度

模式效率高，快速获得成就激励，你会更有动力继续下去，于是在别人眼里变成了努力

模式效率低，很辛苦但无效果，自信心受挫，看不到希望，就慢慢自我放弃了，于是在别人眼里变成了堕落，态度不认真

哈哈，请容许我放浪狂笑！

真是可笑啊可笑

世人黑白颠倒，因和果不分

终于明白这句话的含义了

楼主：神棍催眠师 时间：2019-08-04 21:00:49

下午刚给一个以前我带过的一个初二学生上了一节课

他之前是班级第 5 名左右，学了方法后，现在进步到班级第一，全年第 4 名-5 名

目前有 2 大问题，第一个问题是时间如何安排，作业量多，他做题速度很快，即使如此也要到晚上 11 点才能做完

留给自己做难题的时间就很少了，我让他去抄作业即可，时间省下来解决难题

另外一个问题是考试紧张，害怕自己又从班级第一名掉下来

当孩子提到紧张，我内心其实已经有些失望了

因为按这个孩子的能力，到了高中考个清华北大太容易了，他在西安高新一中，只要在年级前 50 名，稳进清北

但现在他却担忧自己的成绩，只能证明一点：他只是学习能力强一点，但以后可能难以做出很大的贡献了

因为除了成绩，他的生活再没占据内心灵魂的事物，所以只有对成绩过分在乎

他的数学和物理在班里是数一数二的，现在已经在学高中的数学和物理，目的是到了高中参加竞赛

他喜欢数学，但除了学校的题和竞赛题，自己并没有主动去探索数学，没这种痴迷和执着

我问他：你以后对自己的目标清晰吗？

他说：我目前只想考一个好的大学.....

哎.....

于是我给他启发了下，建议他看看数学史及其它资料，如此以后可能在这一块能小有建树，我也拿自己初高中对心理学的爱好举例，如何自发探索

高中时我的目标就是北师大心理学，只要我的分数够北师大，我就不会多努力一分，要把这个精力留在自己的爱好上，不会那么在意成绩的，我不会去争班级第一的。

人类大脑改变有两次大机会，第一次是3岁，第二次就是青春期

此时大脑神经会把不经常用的神经链接断开，保留经常用的回路，所以若在青春期对你的爱好不断强化，那么到了大学，在你的兴趣领域，你的大脑神经塑造的很好，比其他人优秀很多的

凡是天才，很多都是从小就对某一方面探索，大脑神经对这方面占有许多链接，普通人的大脑链接如果是个点，那天才整个大脑的一半都用在他的爱好领域

这就是差距

而他考个好大学根本不需要担心，即使他落后一点，无外力影响，我也可以教他方法，保他进清北

但如果此时没有喜欢的和痴迷的，即使进了清北，以后也不过是找一份薪资高的工作罢了

至于在科研和人生理想上，怕只能是个普通人了

虽然给他说了，目前只需要把一部分重心放在学习，一部分放在兴趣的自我探索上

但根据他的表现，我估计难

清北学生离天才的距离还差十万八千里

楼主：神棍催眠师 时间：2019-08-04 21:03:10

@星空 f6 2019-08-04 10:36:28

逛天涯十来年，看到的唯一一篇有意义的贴

---

过誉了，只是闲来无事发发牢骚

楼主：神棍催眠师 时间：2019-08-04 21:04:00

@秋名山不寂寞 2019-07-01 21:07:27

好久不见

---

是啊，偷懒了好长时间

昨天有人留言，我一激动又开始更帖子了

楼主：神棍催眠师 时间：2019-08-04 21:05:44

@一杯解千愁 2019-06-18 17:01:12

越看越有兴趣，留个名先，以备哪天楼主成大神咱也有个吹嘘的本钱！

---

赶快截图，我掐指一算，35岁，星来运转时，你会在全国听到神棍的名字

可能因犯忽悠罪，骗财骗色，被电视台曝光

一炮而红

哈哈

楼主：神棍催眠师 时间：2019-08-04 21:09:09

@pchoi3000\_13420 2019-07-01 16:55:06

有好的条件和运气，可也难敌，人本身的惰性。很多坐吃山空的富二代就是如此。

---

那是过去

目前来说，这样的情况会很少，现在的富二代，官二代大多数都是从小就接受良好教育，积极向上的，堕落的反而很少

至少在西安，最好的西工大附中，今年考了80多个清华北大

里面的学生非富即贵，而且学习极好。

越是四五类学校的孩子，学习积极性和主动性差的一匹。。。。

社会分层就是这么逐渐体现出来的。

楼主：神棍催眠师 时间：2019-08-04 21:11:37

西工大的孩子，是他们天生就如此吗？

不是！

只是因为他们有个富贵爹妈，从小就能送到最好的小学，请最好的老师上课

这是用钱堆积起来的

以前是拼孩子自身，现在更多的是拼爹拼妈

父母的学历和经济，基本就能影响孩子以后的学业走向

楼主：神棍催眠师 时间：2019-08-07 22:50:04

。

楼主：神棍催眠师 时间：2019-08-13 15:33:01

刚有个朋友说有人赌博，怎么劝？

有个天涯朋友写的个人经历，生意人，很聪明，但依然倒在赌博，倾家荡产，妻离子散，才开始悔改

楼主：神棍催眠师 时间：2019-08-28 19:08:38

群里有朋友问怎么戒烟

我给大家推荐一本书卡尔的《这本书能帮你戒烟》

听说看过这本书的人，即使有几十年的烟瘾，也会戒掉。。。。

已经帮助 1000 万人戒烟了，你就是第 1001 个人

楼主：神棍催眠师 时间：2019-09-03 23:57:36

@糊涂新股民 2019-09-02 21:47:39

怎么听楼主的课呢？

听什么课啊

楼主：神棍催眠师 时间：2019-09-06 15:33:04

给大家分享最近的收获：

以前我一直不明白一件事，那就是很多连我小屁民都懂的道理，为何很多领导不懂？

比如我们国家，目前缺乏创新人才，原因在于大学的制度设计：官本位管理

也就是说大学的校长需要听命于党委书记，大学的决策不由老师和校长决定

而由一个不懂教育的人指手画脚，瞎鸡儿乱搞，大家忙于搞关系捞利益，就没站在老师和学生的层面考虑问题

大学的核心是老师和学生嘛

那很简单，把这个制度改变下不就好了，就像当年的西南联大一样，改变制度，尊重教授学生不就 OK 了？

最近贸易战，华为被制裁就差点活不下去了，其它方面国内哀声一片，就因为很多核心科技我们没掌握，还差人家几十年呢，核心还是缺乏尖端人才啊

国家也嘴上叫嚷着要重视教育，重视培养创新型人才，可为何却不改变大学官本

位制度呢？

以前我觉得那些拍板领导专家都是弱智，连这点都看不到

现在我才明白，原来我才是弱智，我才是垃圾啊！

人啊，如果千万不能自大，你觉得你懂，实际上你只是站在自己的角度考虑问题罢了，你觉得被人傻，其实你更傻

楼主：神棍催眠师 时间：2019-09-06 16:12:15

让我真正觉悟的还是一部电视剧，豆瓣评分 9.6 的《大明王朝 1566》

里面的故事：当时国家国库空了，于是朝廷为了想办法赚点钱养活皇室，就让南方改田种桑，因为一亩桑树的经济效益是种田的 5 倍，产的丝织成锦缎卖到国外，能赚好多白银呢

但当时田里禾苗已经长出来了，只能把禾苗拔掉，重新改种桑树苗

但农民不答应啊，禾苗没了，他们吃什么啊

于是官府就提出由地主大户人家花钱购买农民的土地，然后没地的农民可以当雇工，帮着种桑树苗，织布等，也会有收入啊

听起来是不是两全其美？

但实行起来时，却是地方官府勾结，动用军队，践踏禾苗，然后本来一亩地需要 50 两银子的，被强迫压到 20 两银子

于是就官府和农民就起了冲突，朝廷有两大派，在互相牵制

互相都向这个地方派了得力的官员，严世藩一派希望贯彻这个策略，赚银子让皇上高兴，并且自己还能捞一笔

太子这一派知道肯定会官府勾结，损害农民利益，于是派了清官去

结果清官一方占了上风，阻止了践踏禾苗

当地官员和地主的利益落空了，但他们不甘心啊，当地官员是严世藩一派的，于是他们向上级汇报了此事，上级密谋告诉他们水淹 8 县

于是他们想出一个计谋：即将到雨季，雨水多，水库蓄水量大，决定放水淹掉 8 个县城，这样禾苗死了，农民没收成，大户地主就能强迫低价买田了

当地官员全然不顾 8 个县城几万老百姓的死活，反正他们自己在地主大户那里入了股，事成了有分红啊，又不会损害他们的利益

于是他们真的这样干了！

这事被清官发现了，于是及时止损，只淹了浙江淳安、建德 2 个县

这个事情败露了，发现是故意放水，于是捅到朝廷了，并且把当地的几个小官抓了，然后就给杀了，但是此事牵扯到上级严世藩，皇上也知道了此事

按理说皇上会把严杀了吧，这可是天大的罪啊

可是皇上并没有如此做，因为他还靠着严给他捞钱，牵制太子这一派呢

所以在皇上眼里，百姓死活和他没关系，皇上需要的是自己的政权稳定，两派相斗，皇上作为中间裁决者，才能稳握大权。

站在百姓的角度，贪官腐败者就应该处死

站在皇上的角度，贪官能为自己稳固政权，不能杀，让几个当地小喽啰死了背锅就行

那么谁会胜利呢？

用脚都能想清楚，肯定是谁握权，谁说了算啊

真理在权利面前，屁都不是。

这是其一震撼点

更让人震撼的是，太子这一派看起来是不是很善良，对吧

结果当浙江淳安、建德两县被淹，数十万灾民无家可归，胡宗宪继续想办法筹措粮食赈济，他首先向太子派所掌管户部请求调粮赈灾，

可太子派的官员徐阶、高拱却一番搪塞，暗示无粮可调。

张居正在太子府私下议事时也说：“户部，是不能给他调粮的，能调，这个时候我们也不会给他调了。”

理由是：“干脆让浙江乱起来，就当做大明朝身上烂了一块肉，这块肉一烂，严党这个脓疮，就到了该挤的时候了。”

也就是说太子一派也不管百姓死活，目的只是希望多饿死点农民，把事闹大，然后让皇上迫于压力，把严派干下去，让太子上位

看到这里，你会觉得老百姓真苦，官员只为了自己的利益

最后看完此剧，我终于醒悟了

在一个国家系统里，在追求进步和维持政权稳定两者中选择的话，肯定选政权稳定！

别说追求进步，即使在作恶和维持稳定中选择，肯定选作恶。

当认清这个真相后，曾经的纯真显得无比的傻 X

于是也就理解了朝鲜，也就理解了旁边的某大国，为何封锁舆论，为何不追求进步

如果真的让教授治校，那么就意味着国家无法掌控学校了，那么学生的思想一旦开始放开，那么就如八九年 6 月初发生的事件，威胁政权稳定

那么宁可让学生像傻瓜一样生活学习，宁可没有创新能力，宁可民生艰苦也没事，只要不威胁到他们的利益就好了。

只要他们稳定，就能继续吃好的和好的赚大钱，屁民嘛，韭菜而已。

楼主：神棍催眠师 时间：2019-09-06 16:18:55

记住那句话：

在一个系统里，保持系统稳定是最最重要的

为了稳定，甚至作恶也在所不惜

比如当年的斯大林，为了巩固政权，不惜清洗了 400 多万人

所以当你觉得你聪明时，你一定是最大的傻子

楼主：神棍催眠师 时间：2019-09-06 16:22:27

按照模式论，一个人的习惯模式很难改变，基本上从小会一直延续到死去

从没有想到小到个人，大到国家，都是一个系统模式

是不会改变的，指望一个人自己改变模式是不可能的，必须有外力

同样腐朽的大明王朝也不会自我改变，它会维持旧的模式

直到有一天被国外的炮火轰开大门，强迫结束封建制度

过去如此，现在，未来也如此。

楼主：神棍催眠师 时间：2019-09-06 16:28:12

废话说了堆，竟然耗去我一小时的时间，本来只打算说几句的

结果说一堆，哎，言多必失，都是麻烦

楼主：神棍催眠师 时间：2019-09-07 13:26:27

刚看到新闻关于社保的新规定

就联想到很多专家的傻 X 言论，很多人觉得不可思议

如此蠢的话，连我们都不会说，为何一个专家却脸不红心不跳的在放屁？

实际上我们回想一下，你就会发现专家的建议一般都会损害民众的利益，但就这样傻叉的言论，为何却不会受到处分呢？

请问：他损害的是民众的利益，那么到底对什么人有利呢？

想明白这个问题，你就知道，专家为何会扯淡了，因为扯淡不但不会让他丢掉饭碗，反而会保住饭碗，甚至是升官的资本

至于老百姓，呵呵

他的工资是老百姓发的吗？他需要负责的对象不是你屁民韭菜，而是他的上级领导

所以百姓死活和他无关。

有人说我们在缴税，所以他们就是我们在养着，呵呵

特朗普每天为美国农民的大豆，想着各种办法，为什么？

因为他要是不给人民谋利益，人民就不会选他的

楼主：神棍催眠师 时间：2019-09-07 13:28:59

所以啊，专家不是傻子，他明知自己的建议是傻叉，但是还要说

因为他知道有人喜欢听。

就和大明王朝的改田种桑一样，皇上只管朝廷能不能赚到银子

至于你用什么恶心手段得到，那么无关紧要，所以放水淹田，皇上也是纵容态度

楼主：神棍催眠师 时间：2019-09-07 20:53:43

周末没人么

楼主：神棍催眠师 时间：2019-09-09 13:09:11

最近发现鬼话里难得一见的好帖子，讲真实的玄幻经历的

感兴趣的朋友可以看看

[https://bbs.tianya.cn/m/post\\_share\\_weilun.jsp?id=1767122&item=16&f=a](https://bbs.tianya.cn/m/post_share_weilun.jsp?id=1767122&item=16&f=a)

楼主：神棍催眠师 时间：2019-09-09 13:11:14

可能链接打不开，下图是贴名和作者，大家自己搜

楼主：神棍催眠师 时间：2019-09-13 12:32:26

推荐复旦大学哲学王子

王德峰老师的，讲座视频

在B站，搜王德峰可看，非常好

楼主：神棍催眠师 时间：2019-09-20 19:38:24

最近为了写公号，又写了点，完了发上来，算是有点营养吧

楼主：神棍催眠师 时间：2019-09-29 10:00:53

昨晚和朋友聊天，讲他如何骗了骗子100元钱，笑死我了

虽然他没怎么学过心理学，但是经过多年的撩妹实战，深谙人性，他已经骗过好几个骗子了

孙子遇到祖师爷了

楼主：神棍催眠师 时间：2019-09-29 10:13:44

发现长图看不清，我就描述下

一个女的主动加他好友，然后他就开始撩骚，但此女一直吊着他，偶尔才和他说话

几天后，此女用语音说她很烦，她家里哥哥把人给打了，需要赔别人五万块钱，她现在还差点快愁死了

我朋友就主动说我能帮你什么忙呢

然后骗子就说看能借点钱不

最骚的来了，朋友说看在他困难的份上，他可以最多借一万，丢了就丢了，损失不大，他有两套房，不在乎这点钱

他说以前也借过别人 2000 元，信任了，对方最后也还了，还成了朋友(这段话当然是扯淡的)。

不过他有个条件，毕竟才认识几天，也不信任，需要考验她

如果她能给他转 88 元，说明她是值得信赖的，如果她连这个都做不到

那么自己也无法信任她

于是骗子给他转了 100 元，我朋友收到红包后，把骗子拉到黑名单了，留下骗子一脸懵逼，沉思人生久久难以自拔。

楼主：神棍催眠师 时间：2019-10-13 23:48:18

拖了好几天，明天更新

楼主：神棍催眠师 时间：2019-10-14 16:24:06

最近有感于中国心理行业落后的现状，所以想通过我个人的经历和感悟，让大家了解国内心理咨询圈目前是什么情况

为何国内缺少优秀的心理咨询师，以及这一行业不为人知的艰辛

也许有点偏离帖子的本意，但还是忍不住要说一说，让大家了解真实的现状

楼主：神棍催眠师 时间：2019-10-14 16:24:31

最近有感于中国心理行业落后的现状，所以想通过我个人的经历和感悟，让大家了解国内心理咨询圈目前是什么情况

为何国内缺少优秀的心理咨询师，以及这一行业不为人知的艰辛

也许有点偏离帖子的本意，但还是忍不住要说一说，让大家了解真实的现状

楼主：神棍催眠师 时间：2019-10-14 16:29:06

中国 100 万心理咨询师收入为 0 元，自身弊病太多，缺乏专业性，他们的路在何方？

## 一、目前心理咨询行业现状

曾经巨星张国荣自杀时，人们觉得心理问题离自己还很远

但近年来，因为孩子教育，高房价，996，阶层分化严重，前途迷茫等原因，每个人都能切身感受到莫大的压力，新闻隔三差五报道各种跳楼自杀案，以及身边

亲戚朋友亦有患焦虑症，抑郁症者

于是催生了人们强烈的心理服务需求，

根据国家卫健委疾病预防控制局公布的数据，截至 2017 年底，中国 14 亿人口中精神障碍患者达 2 亿 4000 万人，总患病率高达 17.5%，这还不包括儿童精神障碍及睡眠障碍患者，并且抑郁症、焦虑障碍、老年痴呆、酒精滥用等均明显增加

全国至少需要 10 万名精神科医生才能满足基本需求，但目前全国精神科医生只有 3 万 4 千人，其中很多还是半路出家，转岗培训出来的，并不够专业，质量堪忧，每年医院精神科的规培生只有 1000 人，仅增加 1 万人就需要 10 年

医院合格的心理治疗师也不超过 6000 人，除了医院，社会上从业的全职心理咨询师仅 2 万人左右

楼主：神棍催眠师 时间：2019-10-14 16:29:45

但有点魔幻风味的是：

一方面人们想找心理咨询师时，却不知去哪里找？

另一方面中国有 120 万心理咨询师，从业者却仅有寥寥三四万人，其中 46%还是兼职，并非全职

一方面人们抱怨心理咨询价格高，另一方面 100 多万心理咨询师收入为 0 元，即使从业者，很多也收入寥寥，被逼无奈只能兼职，不敢全职从事，害怕难以维生

有需求就有市场，一直说心理行业是朝阳行业，结果 10 多年过去了，朝阳还未升起

很多心理咨询师刚开始一腔热血，考心理咨询师证，花钱参加各种心理培训班，本想从事心理行业，拔除人们心灵的荒草，结果却慢慢的被现实打垮，曾经的梦想无奈沦为了业余爱好，空悲叹

心理行业貌似只可远观，不敢涉足

楼主：神棍催眠师 时间：2019-10-14 16:30:40

我也是一名心理咨询师，和很多同行一样，从小对心理学充满热爱，甚至不惜为了研究心理学而从重点大学退学，但当我真的走上心理这条路时，却发现前路有无数个坑

生存是第一大难题，从每天喝粥吃榨菜到月薪 500，再到月薪过万，感慨良多

对中国心理行业的发展，也有了天翻地变的认识，现在回看，以前是多么天真烂漫

我从小对人很感兴趣，小学和初中主要从课外书中获得一些感悟，到了高中手里

有了一定可支配的钱，高一在书店买了一本津巴多的普通心理学，如获至宝，有空时就翻看，并且对里面的一些理论，偶尔也会冒出灵感火花，在平时的学习生活中也会多加观察，印证了一些心理理论

由此我知道自己在心理学方面是有天赋的，并立志以后从事心理行业，目标就是考上心理学专业最好的学校：北京师范大学

同时为了让自己了解更多心理学知识，每天晚饭后学校阅览室开放，会翻看心理学杂志，除此之外，也买了一些关于中医，麻衣神相，催眠术，创新思维等书籍，只因这些都和人的学问有关。

高中三年很快就过去了，高考结束后，成绩不错，全省文科排名 55 名，能进北京师范大学了，内心欣喜若狂，但填报志愿时，才发现心理学属于理科，而我却选的是文科，这个打击让人始料未及

但就此放弃心理学，那是不可能的

于是决定走迂回路线，选择厦大管理学院，希望自己从事商业，赚几百万，再投资建立脑科学实验室，自己研究脑科学，当时确实很天真

到了大学，图书馆就是个宝库，每天沉浸于心理学书籍的海洋中，之后看到一本书《一万小时天才理论》，它的理论是：一个人要成为一个领域的天才，需要 1 万小时的专项训练，大概需要 10 年

反观自身，每天只是把心理学当爱好，并没有全身心投入，即使以后赚到几百万，也至少是 30 岁以后了，那时创造力会下降，也做不出什么大的成果了

于是决定破釜沉舟，放弃学位，斩断后路，专攻心理学，提高自己的实力，要么一无所是，要么凭实力吃饭，而不是凭借文凭

于是大二大三两年，没再上课，所有科目一律挂科，感谢厦大不杀之恩，没被勒令退学。

每天主要在图书馆和芙蓉湖边沉思，主要研究哲学，社会学，神经程序语言学等，尤其哲学的思维训练，可以锻炼分析能力，看问题更能看到本质，而非纠结于表面现象

大三结束，脑子中空有一堆理论，但却无任何实际技术，觉得是时候到社会上去实践了，于是在 13 年 6 月休学，开始了魔幻心理之路。

楼主：神棍催眠师 时间：2019-10-14 16:31:06

初入社会，无任何心理实操技能，想找个既能锻炼心理学能力，又能维持生存的工作，就想到了给小学和初中生做文化课培训，于是扭扭捏捏，像做贼似的在各小区贴招生广告，可惜连半个学生都没招到

当时看到一本书《催眠式销售》，于是应聘成为一名商场服装店员工，希望应用催眠式销售，结果却发现自己卖货时像个呆子一样，顾客来了也不好意思开口，2周后就辞职了，之后又做电话销售培训的招生，干了3个月后就放弃了，时间也到了14年

看来迂回之路走不通，那就直接从事心理行业吧，当时对催眠术很感兴趣，有理论，但却没技术

当时正好在山西，于是想找一个当地的心理机构，能在里面工作，并和其他心理学老师，一起研究实践催眠技术，哪怕没工资都可以，只求有这样的平台和机遇，在网上搜索了几家心理机构的联系方式，想去拜访

但内心忐忑不安，又害怕被拒绝，毕竟自己无任何心理技能，拖拖拉拉犹豫了几天后，鼓足勇气，拨通了电话，预约拜访时间，发现原来不过如此嘛，并没有那么困难

去第一家机构，是在一个很偏僻的小旧楼上，是位40多岁的女士，整个机构只有她一人，属于个体机构，既当老板，又当员工

她向我表达的意思是，我可以帮她去跑销售，去各个学校推销卖她的心理讲座，她关心的是如何赚钱，对于研究催眠技术，毫无兴趣，当时我不理解，觉得她太功利，之后才明白，一个咨询师若连饭都吃不饱，还哪有心思去钻研技术？

第一次尝试算是失败了，于是又联系了一家专门做催眠的机构，其中一位老师还上过新闻，宣传说用催眠术治好了一个人的病痛，我表达来意想研究催眠技术，结果一个负责人说：技术方面我们已经很成熟了，不需要

我很好奇，他们具有怎样的催眠技术呢？

他拿出一个小盒子，里面装有一个水晶球和MP3，他拿出水晶球给我示范，我表面平静，实则内心在狂笑，这玩意你竟然说很成熟？

现在谁还用水晶球做催眠啊，那是小儿科，一百年前的技术了

那个MP3里面是录制的一些放松音乐，就这两样狗屁玩意，竟然大言不惭说催眠技术很成熟了

他们向我表达的意思是：我可以到我所在的省份宁夏，给他们招收想学催眠的学员，成为他们的代理商，他们再派老师来授课

大家也会发现，这两家机构最关心的都是：培训赚钱，而在技术方面，没有人愿意静下心来，认真研究

当时催眠术刚开始兴起，即使用这种半吊子，小儿科的催眠术，也是可以招收到

一批催眠爱好者的，收割一波韭菜还是不在话下的。

楼主：神棍催眠师 时间：2019-10-14 16:31:43

经过这两次拜访，我对依附于心理机构的幻想破灭了，看来还是需要靠自己，外界靠不住。

于是离开山西，回到了宁夏，先回了趟老家

并想靠自己锻炼催眠技术，刚开始听网上的催眠音频，想体验下被催眠的感觉，结果无一例外听着听着就睡过去了

于是就开始网上搜索，看各种催眠书籍，催眠教学视频等，发现都是空有理论，实操部分太少，好不容易找到一篇催眠引导词，却不敢找人去尝试

害怕自己催眠的理论还没掌握扎实，技术也一片空白，催眠引导词也背的不够熟悉，要不等我准备好再实践吧

这怕是很多新手的共同心理，总想着准备好再实践，可惜结果是：永远在准备，永远不会准备充分的！

就这样明日复明日，拖了好多天，有一天在家里和读初中的侄子玩耍时，想着要么拿他俩试试，当时并没想着做催眠，只是想测下小孩子有没有透视能力，于是就让他闭上眼睛，慢慢放松，然后看眼前能看到什么

他能看到各种颜色，在此基础上，我想要么顺带试试催眠吧，反正都是闭着眼睛，那时只知道传统派的最简单催眠术，于是让他放松，然后暗示等一会我从一数到三，他就会倒下去，结果当我数到三后，他并没有倒下去

反而笑着说：我就不倒……

虽然第一次失败了，但是我发现：原来实践催眠并没有我想象的那么困难，很简单啊

关键是迈出第一步，第一次一般都会是失败的，但对接下来实践催眠再无恐惧感，这给了我人生的第一个启示：

若想学技术，先实践，后理论

一旦开始实践，遇到问题，则必然会找对应的理论支持，然后再实践，如此不断循环，最后你收获的是一套技术，而非空洞的理论

而如果先理论，后实践

结局一般是：始与理论，止于实践

你会看很多书和视频，会成为一个充实的理论嘴炮家，说起来头头是道，不知道

的人还以为你是专家，成为思想的强者，行动的矮子

并且你会以准备不够充分为由，永远不敢踏出第一步，这样的心理催眠爱好者，我见过太多太多了，十之八九皆如此，他们接近了心理学的门槛，但永远在门外徘徊，且止于门外，就此停止。

楼主：神棍催眠师 时间：2019-10-14 16:32:02

有了第一次尝试，让我有了一点信心，但接下来的问题是：我要找人练习，谁做我的受试者？

侄子要上学，于是我从老家到了银川市，能在现实职业中和催眠有联系的，一般是瑜伽，按摩行业，里面可以用到催眠放松技术

我租住的楼下就有一家盲人按摩店，但我又迟迟不敢去和老板交流，想在店里用催眠放松技术，于是又开始拖，明日复明日

但一天天过去，当同宿舍的朋友去上班时，只有我一人，像个老年人一样在广场上晒太阳，既没钱还没技术，内心焦虑无比

终于有一天忍无可忍，鼓足勇气进到了店里面，当时店里还有其他人，也不好意思开口，于是装作顾客，看店里的按摩项目简介，之后还是怂了，从店里出来了，之后又去找了瑜伽馆，发现是一群人在练习瑜伽动作，环境嘈杂，貌似也没机会做放松，遂又放弃，看来第一步还是太艰难了。

最后无奈，我想也许找医学院的大学生是个不错的选择，催眠可以应用在临床医学，帮助病人缓解紧张和病痛，且有些大学生喜欢心理学，他们可能对催眠术感兴趣，可以拿他们练手。

于是又鼓足勇气，网上找到宁夏医科大学心理系的办公室电话，表明想去拜访下学校的心理老师，有点事想谈下。

当时接电话的正是负责学校心理咨询室的李老师，她同意了，第二天早晨见面后，我很紧张，毕竟我一无是处，于是拿出我的学生证，表明休学期间，想做催眠研究，我可以给学生教授催眠术

虽然我没什么技术，但比起学生，还是稍强的，李老师很欣赏我能休学做催眠研究的勇气，愿意给我一个机会，让我先回去写一个实行方案，发到她的邮箱，然后她考虑下

这给了我莫大的勇气，写了方案发过去后，几天不见音信，我想着要不再联系下宁夏大学心理系，多条路吧，结果和心理系主任谈过后，她一方面怀疑我的水平不够格，一方面担忧催眠术让学生学会，会做坏事，意思就是不行

当时出了大楼，内心很是不服，想着一定要做出成果，出一口气

楼主：神棍催眠师 时间：2019-10-14 16:32:33

后面又主动联系李老师，她比较忙，没来得及看，看后觉得可以，我说希望每天能给我 2 个学生，实践催眠技术即可，正好学校有个朋辈心理咨询师项目，让学生考心理咨询师证，然后帮助同辈的学生，辅导轻微的心理问题

参加此项目的学生都对心理学感兴趣，对催眠更是充满了好奇，于是从放松开始，然后照着打印出来的 6 级催眠训练稿一级一级开始训练，从轻度催眠不断上升到深度催眠，因为是学生，对我也比较信任，很容易进入状态，能达到 5, 6 级催眠深度，出现正负幻觉，即使睁开眼睛，暗示她前面是大海，那么她真的会看到大海，也可以让眼前的事物消失，什么都看不见，以及时间遗忘等

当时做了很多催眠后意识形态变化的实验，一般是我选一位个案做受试者，其它同学在下面观摩

经过 2 周左右的实践，已经初步掌握了基础催眠放松和催眠深度加深技术，然后再看网上的催眠表演视频，觉得群体催眠表演太简单了，因为总有受试者易感性好，很容易进入深度催眠，只要把这部分人筛选出来即可

也安排了一次 50 多人的群体催眠表演，通过筛选，有同学进入深度催眠状态，很多学生感到不可思议

不断的成功让我越来越有信心，之后也给一些学生教了催眠放松技术，有几个学生实践的尚可，其它学生也只是当做兴趣，但最后还是因为学业繁忙，再加上我的培训经验也不足，最后此事也不了了之了，就这样 1 个月的时间，掌握了群体催眠和基础催眠的技术

但当时有个现实的问题就是：没钱

房子到期，租房的 2000 元钱，还是找的二哥借的，且嘱咐不要告诉爸妈，休学本来家里就不同意，若让父母知晓如今混的如此差，实在无脸相见，但就此放弃，找个普通工作混生活，那亦是可耻的。

当时每天上午在学校食堂，有时蹭学生的饭，下午回家后只能煮粥吃 1 元钱的榨菜，这样花销极少，300 元钱都能混一个月。

在此期间，也玩贴吧，创立宁夏催眠师基地吧，希望能宣传，找到同行互相交流，另外也可以给自己做宣传，混口饭吃。

楼主：神棍催眠师 时间：2019-10-15 12:38:19

气死了，前两天写的后续几千字被误删了

哎，瞬间没动力了

楼主：神棍催眠师 时间：2019-10-15 12:39:53

刚看到一位朋友打赏，心意收到啦



楼主：神棍催眠师 时间：2019-10-21 18:32:02

这就是幼教的重要性，只不过目前的很多幼教不是特别科学，效果普通

但幼教本身是有价值的，可惜很多人意识不到，觉得孩子还小，不用管

3岁看小，7岁看老，是有道理的

一棵树，如果在幼苗的时候是弯的，那么长大就会越来越弯。。。

楼主：神棍催眠师 时间：2019-10-27 14:12:50

周末来嗨，明天科二考试

楼主：神棍催眠师 时间：2019-10-28 12:57:29

科二大战归来，一把过

楼主：神棍催眠师 时间：2019-11-03 18:44:14

周末一顶

楼主：神棍催眠师 时间：2019-11-04 16:57:19

最近打算独立创业，开个实体，给学生教学习方法，租了个房子，昨晚联系了个倒闭的教育培训机构，要从他们那买点便宜的桌椅

本来说50元一套，结果上午还想要更便宜点，对方说需要商量

结果下午人家不卖了，要转店

这就是人心不足蛇吞象啊，机会少稍瞬间即逝，千万不能犹豫

惨烈的教训啊

楼主：神棍催眠师 时间：2019-11-12 09:24:02

PS:

逐句地看完这个帖子以后，我的心久久不能平静，震撼啊！为什么会有如此好的帖子！我纵横网络bbs多年，自以为再也不会任何帖子能打动我，没想到今天看到了如此精妙绝伦的这样一篇帖子。

楼主，是你让我深深地理解了‘人外有人，天外有天’这句话。谢谢侬！在看完这帖子以后，我没有立即回复，因为我生怕我庸俗不堪的回复会玷污了这网上少有的帖子。

但是我还是回复了，因为觉得如果不能在如此精彩的帖子后面留下自己的网名，那我死也不会瞑目的！能够在如此精彩的帖子后面留下自己的网名是多么骄傲的一件事啊！

楼主，请原谅我的自私！我知道无论用多么华丽的辞藻来形容楼主您帖子的精彩程度都是不够的，都是虚伪的，所以我只想说一句：您的帖子太好看了！我愿意一辈子的看下去！

这篇帖子构思新颖，题材独具匠心，段落清晰，情节诡异，跌宕起伏，主线分明，引人入胜，平淡中显示出不凡的文学功底，可谓是字字珠玑，句句经典，是我辈应当学习之典范。

就小说艺术的角度而言，这篇帖子不算太成功，但它的实验意义却远远大于成功本身。正所谓：“一马奔腾，射雕引弓，天地都在我心中！”楼主真不愧为无厘界新一代的开山怪！本来我已经对这个社区失望了，觉得这个社区没有前途了，心里充满了悲哀。

但是看了你的这个帖子，又让我对社区产生了希望。是你让我的心里重新燃起希望之火，是你让我的死灰复燃，是你拯救了我一颗冰凉的心！

本来我决定不会在社区回任何帖子了，但是看了你的帖子，我告诉自己这个帖子是一定要回的！

这是百年难得一见的好贴啊！苍天有眼啊，让我在优生之年得以观得如此精彩绝伦的帖子！

楼主，你要继续努力啊！你是社区的希望啊

楼主：神棍催眠师 时间：2019-12-04 10:36:19

@丫丫 83\_2012 2019-11-16 08:37:47

楼主你好！花了一周多看完你的帖子，收获很大。从上周开始每天练书法做家务，按照你说的改变模式把任务拆分，不给自己压力，每天做起来并不觉得痛苦，效率比之前高多了，谢谢你！

家里大孩子上三年级，开始按照你的建议对题目进行总结，粗心的地方进行惩罚，效果已经开始显现，就是上课还是习惯开小差，学的东西碎片化没有融会贯通，有没有什么办法改善呢？还有你说青春期大脑第二次改变机会，这之前我应该怎么做对他更好？非.....

-----  
你就把这些做到已经不错了

等我们后期全国推广后，或者写书后，会全面系统的介绍如何去做

目前你能做的除了让孩子总结外，多鼓励才是王道

放大孩子的优点，缺点提醒下，正面表达的希望他做到的

如一个孩子拿东西时，不小心把花瓶打碎了

负面表达：你怎么这么不小心，干什么吃的，下次注意!!! 下次注意啊！

家长的这种表达等于垃圾废话

正面表达：花瓶碎了啊，如果你下次拿东西时，看到旁边有容易被打碎的东西，我们如何做，就能避免可能打碎呢？

先让孩子说，然后你补充即可

一件事，很多家长告诉孩子不能怎么怎么做，却并不告诉孩子正确的做法

你家孩子是天才么

你就是因为不懂正确方法才做错的啊

你以为他是故意的么？

楼主：神棍催眠师 时间：2019-12-24 18:46:49

江河湖海皆有桥，君且安心。

楼主：神棍催眠师 时间：2019-12-24 18:47:23

@菊娇玲 1980 2019-11-29 08:34:43

给楼主顶帖，呼唤楼主快回来！

---

多谢呼唤，心意收到了

楼主：神棍催眠师 时间：2019-12-24 18:47:40

最近情绪低落，人世间，迷茫了

楼主：神棍催眠师 时间：2020-01-02 01:04:00

半夜顶贴

心难安

楼主：神棍催眠师 时间：2020-01-02 01:12:00

生命意义的困惑，曾经因为此，休学远走新疆流浪

如今依然因为此，搅的心绪不宁

自知没有什么能力，也不会走修行之路

但这股能量的牵引，还是久久难以放下

整天混在鬼话

帖子都懒得写了

终极问题无解，做事总不得劲儿

楼主：神棍催眠师 时间：2020-01-04 12:56:38

更新点有价值的吧

前面我一直强调模式大于努力，很多人表示难以接受

那么现在用科学来解释说明吧

科学研究表明：那些智商更高的人，在思考的时候活动神经元反而比较少，解决问题毫不费力

普通人解决问题反而很复杂，瞎忙活，大脑耗能更高更累

上图为证：

很多人乍一看，会以为神经元链接越密集越好，实际上消耗能量更高更累，效果还不咋滴

上图是解决同一个问题时，不同人的神经链接模式

聪明人和普通人的大脑神经链接线路就不一样

通俗点说，就是解决问题的方法就不一样

普通人一通操作猛如虎，一看战绩 0—10

聪明人方法不同，耗能更低，精准解决，毫不费力

方法比努力更重要，指的就是如此

楼主：神棍催眠师 时间：2020-01-04 13:31:41

那么神经链接的区别，是怎么形成的呢？

一方面是先天大脑结构原因

一方面是后天学习的结果，可惜的是很多人学习的就是低效率模式

除非你遇到很好的老师，优秀老师的思维模式，慢慢潜移默化为你自己的

楼主：神棍催眠师 时间：2020-01-04 13:38:40

这也就是教育的目的吗，人的大脑具有可塑性

即使你天生不优秀，但是若能接触到高效学习的方法，就相当于模仿大神的思路

那么你也会成为二神的！

这就是家庭教育和学校教育的重要性

家庭教育，主要体现在德这一块

什么样的家长教育出什么样的孩子，家庭教育，主要体现在德这一块

学校教育，体现在思维模式方面

同样的一道  $12+9$  的题, 教法不同, 孩子的思维也就不同

有的老师会让学生直接算出结果等于 21

有的老师会说，教学生学会拆解思维， $12+10-1=21$

前段时间深圳中学招聘老师，为何招收很多清北学生？

大众以为这是大材小用

实际上清北学生自身就是高效思维模式，所以他讲课时，也会传递给学生不一样的思维模式

近朱者赤近墨者黑，一切都是潜移默化的。

楼主：神棍催眠师 时间：2020-01-04 13:43:02

我的小学在村子里上，老师从来没讲过这种拆解思维

虽然我小学数学全班第一，但是却没有数学思维

导致上了初中后，题难时，就差很多了。

家长为何上名校，不是因为名校的教室大，而是名校的老师优秀

优秀在什么地方呢？

核心是讲一道题的思维模式，普通学校老师平铺直叙，优秀的老师会是立体深度思维

这样学生在每一天的熏陶中，会逐渐内化为自己的思维模式

这也就造就了学生之间的差距

思维的差距是脑力活

努力不过是个体力活而已

学习拼的是脑力，而不是体力！

楼主：神棍催眠师 时间：2020-01-04 13:46:27

实话说，比起思考，人们更愿意盲目努力

毕竟，努力是最容易做到的！

比如你让一个孩子去深度思考理解一篇课文，和让他去把这篇课文抄写一遍

那么大多数孩子更愿意抄课文。

因为动脑子确实太累了，抄写不动脑子的，只要用手就行了

工作生活中，我们何尝不是如此？

楼主：神棍催眠师 时间：2020-01-04 13:53:16

很多孩子每天晚上宁可盲目写十几道作业题，刷一套套的卷子

也不愿意停下笔思考这些题之间的逻辑关系，相同点和不同点

因为做题更轻松，而要思考对比，大脑则需要思考更深入，也更难。

而我带的那些优秀学生，有个特点是：他们更善于思考

一道题不会，他们会思考这道题到底怎么回事？思路是什么

普通学生埋头把题做完，然后忙着做下一道题，看似很努力辛苦，实际上毛用没有。

他对这道题的思路没有做深入思考，没有懂得里面的诀窍，那么下次稍微一变动，普通学生就懵逼了

而优秀学生只会微微一笑，这不就是之前那道题么，不过变了一下而已罢了。

上述，就是差距！

楼主：神棍催眠师 时间：2020-01-04 13:56:59

在成人工作中也是如此

你会看到有的同事就是个埋头瞎鸡儿做事，看似每天很忙碌，效率太低

有的同事会动脑子思考方法，思考如何更轻松去做，然后用很短时间就完成工作了

比如做一个 EXCEL 的表格数据统计，有些人就用老掉牙的低效模式，慢慢做

有的人会网上搜索下有没有快速方法

然后模仿套用在自己的工作

别人需要 1 小时的

我们可能只用一个公式罢了，3 分钟解决！

这也是成人之间的差距！

开句玩笑话：

脑子是个好东西，可惜很多人没有。

楼主：神棍催眠师 时间：2020-01-05 17:35:45

原来赏金是这么玩的啊

楼主：神棍催眠师 时间：2020-01-06 16:06:38

恭喜发财，大吉大利！抢红包

楼主：神棍催眠师 时间：2020-01-06 16:28:36

发红包喽，快抢

楼主：神棍催眠师 时间：2020-01-06 18:31:02

@神棍催眠师 2020-01-06 16:28:36

发红包喽，快抢

---

@沉寂的\_海 2020-01-06 16:40:48

谢谢老板，再来一个吧。

---

满足你的愿望

楼主：神棍催眠师 时间：2020-01-06 18:31:18

恭喜发财，大吉大利！抢红包

楼主：神棍催眠师 时间：2020-01-08 12:07:36

打赏的朋友，心意领啦，不用了，你看我把这些都用来发红包了

如果觉得受益，可以帮助别人，心存善意就是最好的支持

楼主：神棍催眠师 时间：2020-02-20 21:49:37

最近公号写了两篇帖子，题目：

心理咨询：一个贫穷的行业

楼主：神棍催眠师 时间：2020-02-23 09:18:28

对人生命运和心理学感兴趣的朋友

给大家推荐下：犯罪心理学教授李玫瑾的视频，非常好

在 Bilibili 网站搜:李玫瑾

有完整版, 你就会明白一个人为何成为杀人犯

一个孩子为何叛逆

一个人为何婚姻不幸

大多在小的时候就埋下了种子

楼主: 神棍催眠师 时间: 2020-02-25 11:32:21

自己太懒了

但我找到了一个很棒的帖子, 关于命运讲的比我好,

她遇到几位高人, 自己也在修行

高人对命运的解读, 受益匪浅, 里面也讲了一些自我疗愈的方法, 很不错, 和我们催眠的有些技术类似。

好了, 夸完了, 大家去看吧

可以去留言顶贴, 如马老师叫我来顶贴,

一波水军让帖子飞起来, 老铁们

把人气旺起来, 她还在持续更新

所以推荐给大家, 推荐指数 5 颗星:

《2020 是时候将经历分享想灵修, 出体, 通灵, 以及对玄学感兴趣的朋友了》

楼主: 水默默 2020

版块: 莲蓬鬼话

<http://bbs.tianya.cn/post-16-1774928-1.shtml>

楼主: 神棍催眠师 时间: 2020-02-25 11:36:20

我也在那个帖子留言顶贴

当个忠实的粉丝，希望能在那个帖子，看到你们的留言交流

在那边和大家相遇，哈哈哈

楼主：神棍催眠师 时间：2020-03-04 19:17:34

家里闲的慌，最近看了一些故事经历贴，很受启发

于是我也想把我的思想理念，用故事来讲述

会更轻松，形象生动

否则前面的模式论，命运论等很枯燥

我是整个家族第一个名牌大学生，厦门大学，上很好的专业却决定退学，走上心理学道路，也小有收获

在别人眼里我是一个传奇

曾经我自己也认为自己很牛逼，一切都是我努力的结果

但当我经历过很多事后，我可以给自己下个结论：

这一切早已命中注定

我只是被命运推动者的一枚棋子罢了

若我把成功标榜为自己的努力所得，那讲无知和愚蠢的表现。

但人们往往把愿意吹嘘，一切都是自己努力的结果。

楼主：神棍催眠师 时间：2020-03-04 19:57:25

题目：命运如何造就了我——传奇的前半生

下面写的是我的人生经历，从中大家可以看到，3岁看小，7岁看老的模式论印证

以及命运之手如何决定了我的前景和未来。

## 一、我的童年

我1992年出生在宁夏海原县的一个20户人家的小村子，海原县是一个贫困县，世界闻名

联合国曾经把“西海固”地区定义为不适合人类生存的地方

分别指的是：西吉，海原，固原

我的村子，靠天吃饭，种旱地维持生计，我初中的时候国家才修水利，旱田变成了水田，生活才有了改善

父母都是文盲，为人忠厚老实，有 4 个儿子，我是老小，妈妈本来盼着生个女儿，结果没想到还是个带把儿的。

小时候我们家的经济条件，在算村子里中等偏上一点

这归功于我的父亲，先讲讲我父亲的人生命运

我奶奶有 5 个儿子，父亲排行老四，为人忠厚，年少时当地征兵，我父亲听说当兵国家给饭吃

家族里其他人都不想去，但我父亲很积极，想抓住这次机会

和别人借自行车，赶在报名截止前，到县城报了名

于是开始当兵生涯，他为人忠厚，人缘不错，大家对他印象不错

他的忠厚为他的人生赢得了机会，但同时也失去了机会

父亲退役后在家务农，有一天他曾经的战友联系上他，问他目前在做什么

父亲说在家种地，那个战友和他关系好，倍感惋惜

说我父亲应该早点和他联系，他能安排个好工作

不过目前虽然迟了，但也能安排个工作，就是在我们当地养路段，当一个养路工人，负责维修公路。

每个月有十几块钱的工资，虽然很少，但后面在逐年增加，增加到 30 元，几百元，一千元等。

这是父亲忠厚带来的好运，之后父亲又让大哥接班，也成为了养路工人，

父亲的忠厚同样失去了机会，是因为当年他的战友遍布全国，

有一个广东的战友给他写信，问我们当地有没有一种螺丝，我们当地有，很便宜

但是在广东这玩意很值钱

那个战友意思是可以合作，但我父亲觉得这种事投机倒把，不太好，就拒绝了

至今父亲想起来，都觉得后悔，失去了很好的赚钱机会。

如果当年做这种生意，绝对发大财

这就是命啊。

楼主：神棍催眠师 时间：2020-03-04 21:10:55

另外也说明一点，2003年，也就是17年前，在我们那个偏远的贫困山区，教育就已经出现了两层分化，

各个村子，学习好的，有门路有渠道的，会把孩子送到这所好的初中学习，所以学习氛围很浓

而其它学校就很一般。

楼主：神棍催眠师 时间：2020-03-04 22:46:51

二、初中

到了这个好的初中，大嫂的兄弟说马王这个名字不好

帮我起了一个更有寓意的名字：马林

林借灵这个音。

进入初中，我还是很听话，很认真，同时很高傲，觉得很多孩子的思想很幼稚

实际上当年我是班级里年龄最小的，身高也比较低，上课座位第一排，跑操都是第一排

初一认真听课，认真做作业，成绩在班级前10名

初中我遇到了人生中最好的朋友武，也认识了我现在的妻子——花，一切都是缘分。

武刚开学坐在我旁边，长得比较帅

数学老师要选数学课代表，他的目光看向我这边

然后说：我看这个孩子长得好看，你就当选数学课代表吧

我内心窃喜，以为老师说的是我

结果发现说的是武，内心不免有点失落和羡慕

不过数学老师的眼光确实很高，武同学数学思维确实比我好

初一我俩没有怎么交往，初二就分班了，我在 2 班，他在 3 班，也仅仅是认识，算不上朋友

到了高中才算一起玩的朋友

而我的妻子花，初中三年和我同班，因为我俩是班级最小的，于是别人起哄，我俩也暧昧了半学期

之后就平平淡淡

我父亲认识花的父亲，有一次，我父亲对我说：你们班是不是有个叫某某花的同学

我说是啊，怎么了

父亲开玩笑说：嗯，把她娶来给你做媳妇

当时听到这话，把我吓个半死

我觉得我还是小孩子，怎么就要结婚呢，一想起来就感觉很恐怖

再加上同学们也撮合起哄我俩，给我一种感觉：我真的可能要和她结婚

于是我就下决心说：我这一辈子都不会娶花做老婆

但命运很明显不允许我这么做，兜兜转转，我还是没逃脱命运的安排，哈哈哈哈哈

楼主：神棍催眠师 时间：2020-03-04 23:04:58

发一张我初中时候的照片

有我和花同学

楼主：神棍催眠师 时间：2020-03-04 23:25:12

初中的时候我的梦想是成为一名老师，最不想当官

因为父亲总说，你看某某，学习好，当官了

但当时我一想到当官，别人来找我办事，我又不想徇私，想做个好官，夹杂在其中

所以最好别当官

而要当个老师，是因为我的班主任，他是语文老师，我觉得他很有思想，讲课风度很好

他个人是比较有魅力的，我比较欣赏有思想的人

那时候我记得有次获得奖励，奖品是一本书《菜根谭》

这是古代人写的，里面都是一些警示名言，

类似于：人无百日好，花无百日红

路遥知马力，日久见人心

都是这些话，其它学生可能觉得枯燥乏味

但我觉得说的真特么好

爱不释手

对里面充满哲学的话语很欣赏，值得思考，经常拿在手里翻看

这其实就和天赋有关系了

我从小就喜欢有思想的东西，这本书正好契合

还有一次，我放在宿舍箱子里的钱被偷了，据一些人说是某位同学干的

于是我想了一个心理战术，回到班级中，对着那位同学，一直叫他的名字，看他的行为反应

他装的没听见，面无表情

估计是他没错了，但人家不承认，我也没办法

所以在初中阶段，我对人，哲学，心理学是比较感兴趣的

只是当年没有书籍，也没有渠道去了解这些东西罢了

初中的暑假，在家里很无聊，我会骑自行车到 10 公里外的县城，从书店借来书籍学习，看了三毛的作品等，

来回 20 公里骑自行车还要上坡下坡，实际上是很辛苦的

一两天看完，然后还回去再继续借，一本书每天是两毛钱的租借费

这并不是因为我好学，而是我在农村，极度缺乏精神食粮

所以想尽一切办法获取

那时候还买了小的收音机，可以从广播听到一些歌曲等。

现在回顾我的学习模式，秘诀就是：认真专注听课做作业。

我从小学到初中，乃至高中，成绩一直在班级前十名

并没有刻苦去学习，只是上课很专注，作业亲自写而已

初中一下课我就跑去玩乒乓球，整个周末都在玩乒乓球，从来不会去学习

我大哥每次周末想找我，就到乒乓球台子上，我保准就在那

他对我贪玩打乒乓球，有点意见，但我依然我行我素

当年我的乒乓球技术在整个学校排在前三，以杀球闻名

别人的球只要稍微高一丁点，我就会来个猛杀，对方就败了，但最怕旋转球。

楼主：神棍催眠师 时间：2020-03-04 23:30:45

初中阶段，关于不同人的思维天赋，也有一些案例

初中我也玩象棋，我有一个朋友，他根本不会玩象棋

于是我教给了他象棋规则，然后和他玩了几天

结果十天左右，我发现他竟然比我更厉害了

他会思考一些战术，而我只会常规的玩法，不会思考的那么深入

这就是思维模式的不同，我缺乏数学逻辑思维

到了初三，我的物理和数学，有些难题别人会，我就不太会了

同样是缺乏数学思维，同样老师讲的一道难题

我上课也听懂了，但是做作业的时候，有些题我不会，但别人会

其实这就是思维差距

这是必须要承认的，当然数学思维可以通过训练提升一部分

你可以达到中上水平

但要想学得顶尖，天赋很重要。

楼主：神棍催眠师 时间：2020-03-06 14:03:40

看到有朋友还喜欢听

那我就继续说

谈到我的初中生涯，还有两件事要说

一个是贫穷对孩子教育的影响，另一个件事就是与厦门大学结缘

我所在的中学，名字叫关桥中学，此学校以前在全县乡村学校排名 17 名，教学质量一般

但是从 2000 年开始，迎来了巨大的转机

教学质量瞬间爬升至全县乡村学校第一名，甚至英语成绩是全县第一

超过了县城里最好的中学

为何崛起的如此快速？

背后的原因就是厦门大学研究生支教队的到来

因为宁夏是福建的援助对象，所以有闽宁合作项目

为了帮助落后地区的教育，福建从各个高校选拔人才，到我们这边偏远山区支教，

这其中就有厦门大学，而且是从研究生团队中选择品学兼优的学生，开展整整一年的支教活动

名校的高材生，见多识广，思维开阔，专业知识过硬，而我们当地很多老师只有大专文凭

厦大上课教学模式花样百出，并且和学生打成一片，深受学生喜爱，对比之下，我们当地的老师，教育孩子的方式就是揍一顿

所以过硬的教学质量，加上有趣的上课方式

激发了学生的学习兴趣和成绩不断上升，学校名气逐渐传播开来，由此产生正向循环

也吸引了一批其它学校的优秀教师，加入到教师团队

于是关桥中学，在 2003 年，已经是除了县城中学外最强的中学

于是又吸引了其它县很多优秀生源的到来，至此形成良性循环，好学生，好老师，自然铸就好学校

到今天为止，关桥中学依然是最强中学！

因为它的强大，其它乡的优秀学生，家庭没有条件让他上县城的学校，所以他们想方设法进关桥中学

导致其它乡当地的中学生源质量急速下降，于是形成了一尊至大，其它学校就衰落了

看到没，这所学校的崛起，和很多大城市的优秀名校，套路是不是一样？

所以说万物相通，真理永远就那么一条！

楼主：神棍催眠师 时间：2020-03-06 14:10:51

然后教育与贫穷的关系

我们一直说寒门出贵子

我的结论是，寒门能出个屁！

听起来很刺耳，但这是现实

城市里，有钱有权的人会让孩子上好学校，享有优质资源，他们的孩子也有好的未来

在农村，同样是如此

农村学生的成绩和家庭条件也息息相关，呈正比关系

家里条件一般的孩子，成绩也比较差，考不上好的高中，甚至中途辍学，走上打工之路

然后你说打工也能闯出一片天地

醒醒吧，这种扯淡的话你要是信，看来真的是没一点理性思维

当年我的初中同学，有些因为贫穷，交不起 100 元的学费，中途辍学早早结婚生子，或者在家务农，帮家里分担压力

有的初三毕业，没考上高中，出去打工

现在基本都在农村结婚生子，还是没有逃出农村，他们的孩子仍然会上当地的农村小学

他们也不会让孩子去县城补课，一方面没有资讯，不知道哪家机构好，一方面是没条件，县城离农村比较远，不可能每天开车接送

最重要的是：

他们缺乏意识!!!

即使有一些家庭经济还可以，但对孩子的教育并没有那么上心

孩子学不好，就怪孩子顽皮不好好学，不会想方设法给孩子找老师补课

80%的家庭，家长关心孩子的学习方式，是把孩子交给学校，给老师说多管管孩子

除此之外，家长无能为力，家长自身就是小学初中的学历，自己也帮不上孩子什么忙，无法送孩子补课，

因为大多数孩子不补课，所以人们认为不补课很正常，不会焦虑，也不会纠结。

孩子能不能考上好学校，全凭孩子自己的命运造化。

所以你说寒门出贵子？能出个屁

这是一种恶性循环，世世代代基本都这样了，在他们中间，有极少数寒门的孩子，可能天生有天赋，凭借自己的聪明，能考上好学校

但寒门这样的天才能出几个呢？

也有经济条件的，有意识的，寒暑假会把孩子送到县城亲戚家补课，这些孩子成绩肯定会好很多

所以即使农村，同样是穷人家的孩子吃亏！

从一出生，就决定了命运的走向。。。。

楼主：神棍催眠师 时间：2020-03-06 14:21:25

下面让大家看看我们当地的贫穷状况

以下图片是我当年上学时，厦大支教老师拍摄的

图片里的很多人，都是我的同学，是我认识的

这就是贫瘠荒凉的海原，这里干旱缺水

我们当年喝的水，都是用三轮车从别处拉来的

每次大家吃完饭，拿矿泉水在水龙头抢水，为此会产生争执，因为不抢等会就没了

而且这个水喝上还会拉肚子

这是我们的教室：

下图是黑板，因为没有打印机，所以每次的作业题，都是学生抄到黑板上，我们再抄到作业本上

楼主：神棍催眠师 时间：2020-03-06 14:32:52  
这是我们吃的饭，这是黄米做的饭，里面还有糠皮

这样的饭一顿是1元钱，即使如此，还是有很多学生买不起

他们周末回到家后，拿上七八块干馍，每天都是喝凉水吃干馍

能吃上一顿饭都是奢侈，路遥写的《平凡的世界》，和我们当年很像，甚至比路遥写的还悲惨。

我们住的是大通铺，两个人挤一张床板

冬天没暖气，有一个铁炉子，但是周末不烧，因为没有煤炭

而很多学生是住宿的，包括我，在宿舍里冻得要死，都不敢脱衣服

水滴在木板床上，很快就冻成了一个冰滴

早晨起来洗脸，你会发现塑料瓶子里的都是冰块

只能摇一摇，勉强搞点刺骨冰凉的水出来，抹一把脸就去上学。

楼主：神棍催眠师 时间：2020-03-06 14:48:03

下图就是厦大支教的老师，陈敬德老师，给我们带过课

也是他把这些图片上传到一个摄影论坛：色影无忌

然后有很多热心人帮忙赞助，帮助了一部分失学的孩子，重返校园

在此，感谢陈老师，以及当年支教的老师们

这就是陈老师

楼主：神棍催眠师 时间：2020-03-06 14:50:00

关于贫穷，这是他写的一位同学给他的求助信

我叫白晓亮，今年 12 岁。在海原三小五年级（3）班上学。

我原来在乡小学读书，那里距我家 4 里路，而且教学质量差。

因为我学习成绩突出，爸爸怕误了我的学习，于 2003 年 9 月份把我从家乡转到 100 多公里以外的海原县城上学。

我在县城学校的条件可好了，灶上（相当于学生食堂，但简陋很多）的饭虽说一元钱一顿，但是比家里的饭好吃多了，可是老吃不饱。我们学校比赛多，我总是

积极参加，还能获奖。我是班上的班长，学习成绩很好，我时常把这些喜讯写信告诉爷爷、奶奶、妈妈和爸爸。

但是正当我奋发向上，抱有远大理想时，爸爸来信说：爷爷跌了一跤，病又复发了，为给爷爷看病又欠了许多债，因为哥哥正在读初二，学习成绩也很好，但他马上初中毕业了，咬咬牙，还是先供哥哥上学；

弟弟还小，才上三年级。而我的个儿大，有力气，让我回家干活，不然下个月就没生活费了，让我念完这月就回家。我未看完就惊呆了，只有伤心的哭，我怎能舍得离开日夜都迷恋的学校呢？

我的理想、愿望难道真的要成为泡沫吗？我只有哭，只有偷偷地哭。

别的同学早晨有早点，中午有白米，穿着合身的衣服，有袜子穿。而我只求一日两餐，家里带来的干熟面也只是在忍不住的时候才充饥。

我把校服订得大大的等过年穿，每学期末我的脚丫子都露在妈妈纳的布鞋外面，我不知道穿袜子是啥滋味。

这些我都全不在乎，我只要好好学习，实现我的愿望，将来能改变我家的穷困面貌。我知道我爸爸挣钱太难了，装一手扶拖拉机的石头沙子才能挣五角钱。我们全家省吃俭用还是供不起三个孩子读书。

我的期中考试成绩，语文：92分，数学：100分（满分都是100分）

叔叔阿姨们，伸出你们的手帮白晓亮一下吧！我决不辜负你们的希望！

幸运的是，这个孩子的故事发到论坛，有叔叔赞助了他。

楼主：神棍催眠师 时间：2020-03-06 15:18:03

李世才的故事发出去后，有好心人表示要资助

于是陈老师去做了一次家访：

我们今天去了树台乡，李世才的家在相桐大队一个很偏远的位置，不过最后我们还是找到了。一路上问路的时候，遇到的人都很热心，一户人家还让他的孩子跟我们一起，带我们找到李世才的家。

不过很遗憾，我们去的时候，李世才上山摘果子去了，不在家里，家里人说要傍晚才能回来，所以没有见上。

李世才的母亲有病，这您知道的。当我们找到他们家的时候，确实心里挺不是滋味，屋顶都是破烂的，家里一只羊都没有。

至于家中的摆设，小易的数码相机拍了照片，我们待会传……即便按照我自己家访的经验判断，这户人家的境况也确实够糟糕的了。

李世才的父亲是村里小学的代课教师，每个月的工资是 100 块钱。

作为老师，他是很不愿让自己的孩子失学的，家里发生了这么多事以后，他实在是挺不下去了。

他自己也想离开小学，外出谋生，因为毕竟可以多赚一点。

但当他不顾校长的挽留，决意离开的时候，学校里 30 多个娃都趴在土墙头看着他……结果，他现在依然还在当着这个每月 100 块钱工资的代课老师。

楼主：神棍催眠师 时间：2020-03-06 15:35:34

昨天我又看了陈老师当年论坛的帖子

不免潸然泪下

当年我上学时，并不了解其它孩子家庭的痛苦

虽然我自己也省吃俭用，吃酸菜，但起码没有到上不起学的地步

所以推荐大家可以看一看，现在看依然深受感动

目前中国还有一些地区，和我们当年一样

可以百度搜：支教海原，色影无忌

<http://forum.xitek.com/thread-183664-1-1-2.html>

楼主：神棍催眠师 时间：2020-03-07 12:55:25

虽然没人看，看是继续写完吧

初中三年我们就在玩乐中度过的，我仅仅是上课认真听，作业认真写而已

我们也没有资料书，老师教什么就学什么

那时候我们对排名好像也没怎么重视，我到现在都不知道当初我的班级排名

家长都是文盲，也不问，说的最多的一句就是：吃饱饭，好好学

中考是去县城考的，十来个男同学挤在一间宾馆里

第二天要考试，第一天晚上我们还打开电视，在看电视剧

白天考试，晚上就迫不及待的看电视剧

很多同学对考试就一个态度：能考多少算多少

因为我们没有见识过更美的天空，也没有看到过城市的灯红酒绿

这一切对我们都是虚幻的，我那时去过最远的地方就是县城，连市区都没有去过

我们班的很多同学也是如此

所以我们也没有梦想，只是想着：也许读书能改变命运

但我的整个家族无一人上过高中，也无人改变命运，所以我们对这个改变命运的概念是虚无的，抽象的

我们当时想的就是，中考完，考上的同学去县城上高中，考不上的回家务农打工

中考成绩出来后，我考的还不错，我大嫂的兄弟，让我大哥带我去了县城

看我能不能上银川市的两所高中，六盘山高中和育才中学

这两所高中是政府专为南部山区贫困的孩子设立的，只招收山区孩子，不收城市学生，银川市的学生是进不了这个高中的，当然也有极个别花钱走关系进来的。

但若不是大嫂的兄弟说，我自己是不知道有这两所学校的

然后很幸运我被六盘山录取了，这所学校教学质量比育才好

六盘山的一本率在 70%，育才在 60%

而我媳妇当年就不知道，她考完就去外地摘枸杞，赚钱去了

幸亏我们的班长帮她填报了育才中学，否则她只能去县城上高中，那么她未来的大学就可能不是中央民族大学，而可能只是一个普通一本

这就是命运

当年我们 4 个班，其中还有一个复读班，总共 200 多人

考到六盘和育才的总共就 7 个人左右

成绩最高的就是前面提高的帅哥武同学，他是第一名

于是他，我，还有我们的班长，都进入了银川市六盘山高中，我媳妇进了育才中学

这就是农村家庭得悲剧，因为信息的闭塞

即使考个好成绩，也不知道报个好学校，有时候机会给你，也视而不见

这样的悲剧，在我们大学填报志愿时，又一次出现了！

这个到后面再说。

楼主：神棍催眠师 时间：2020-03-07 13:10:37

三、高中：心理学和梦想的坎坷

开学进入高中，第一次来到银川市，

第一次见到这么宽的马路，这么高的楼房

内心充满了兴奋和憧憬

而且这所学校还是免学费的，只需要交课本费和保险住宿费就可以，总共不到500元，

减轻了很多农村家庭的经济负担

而且宿舍是8人间，上下床，比初中40人挤在一个通铺上，条件好太多了

开学第一天，看到了同班同学的录取成绩排名

我从第一排开始找我们的名字

最终在最后一排看到了，我的入学成绩是全班倒数第四名

于是我想着一定要好好学，所以每天上课超级认真，当别的同学下课睡觉时，我依然强迫自己精神抖擞

下午吃完饭就去背课文，周末放假，别的同学都出去玩，我还傻乎乎的，大清早拿着英语书背单词

由此可见我是多么认真

并且为了节省钱，上午和下午吃饭时，只吃最便宜的白菜和土豆，它只有8毛钱，肉菜要3元呢

虽然当时我的家庭条件可以支付，但是比起初中一顿饭 1 元钱，我觉得花销太多  
不想花费家庭太多的钱，毕竟家里还是在种地，很辛苦，父亲虽然有工资，但比较少

就这样我抛弃了玩乐的时间，经过半学期的努力，我的其中考试成绩，是全班第二名！

但紧接着一个严重的问题出现了

当我想集中精神听课时，头就会像针扎一样剧烈疼痛，并且也出现了失眠，做恶梦的情况，梦里一直在做一道题，怎么做都做不出来，醒来后非常累

于是我去医务室，那个医生说你这是神经衰弱，用脑过度，营养不良导致的，要多吃肉，营养必须跟上，开了一盒敖东牌的安神补脑液

就是从这一刻起，我从一个乖少年变成了叛逆少年

楼主：神棍催眠师 时间：2020-03-07 13:49:33  
那是我第一次思考人生的意义

面对头痛的情况，突然想起父亲每次打电话说的话：你吃好，喝好，穿暖和就行！  
注意身体！

父亲从来没有过问我的学习情况，也没有教导要好好学习，每次打电话，总是这几句话！

于是，在又一次疼痛袭来，难以承受时，突然脑子里出现一个声音：何必拿着生命去换取考试的分数！

又仔细一想，是啊，如此年轻，以后的路还很长，为什么要冒着生命危险，竟然只为了考个好分数，太亏本了！

于是，从这一次彻底改变了思想轨迹！

有时候上课就睡觉，晚自习，拿着一套福尔摩斯探案全集，津津有味地看着

因为看故事书，头就不会痛，晚自习整个人沉浸在探案故事里，等到下自习时，才发现自己的牙关紧咬，原来是为书里的情节而紧张

然后赶快拿别人的作业抄一抄，很快发现也不失眠了

缘分很奇妙，武同学和我分在了同一个班，并且就坐在我后面，所以高中我俩的

关系才开始强化

到了周末，会约上同班的武同学一起出去外面网吧里，通宵包夜看电影，玩游戏，白天打台球，逛商场

然后一次偶然的的机会，看到了一本菲利普津巴多写的《普通心理学》

这是一本旧书，以 20 元买回来了

这又重新激发了我的心理学之梦想，现在终于有途径能正规学习了

于是周内除了上课，也在看这本书，我发现自己很有天赋，以前自己的一些思想，都在书里有验证，我也会经常观察同学

比如我发现很多同学会夹腿，我当时就觉得夹腿可以带来一点快感，所以有些女生也无意识的会夹腿

我以为这是我发现的，没想到书里面早就写了，虽然有些失望，但也证明了我的观察力

同样书里的一些理论，我也会提出不同的意见和想法

由此我坚定了以后要走的路，那就是：我要上北京师范大学心理系

因为我查了，心理学最强的就是北师大，当年北大比不过北师大

我记得我在宿舍里和舍友吹牛说，就是北大录取了我，我也不会去的，我只去一所学校：北师大！

于是我寻求一切和心理学有关的内容，学校里有阅览室，我会去看心理学报刊，以及外星人杂志等

还有一次在一本书上看到有催眠术，但标价很贵，于是我去新华书店找关于催眠术的书籍，发现没有

最终一狠心，咬咬牙，按照那本书上的电话，询问了这本书如何邮寄，如何汇款，他给了一个银行卡号，150 元

我很兴奋，给他打过去了 180 元钱，多给了 30 元钱作为感谢

但这 180 元可是我大半个月的伙食费啊，省吃俭用才省下来的

结果当我拿到书后，气的差点吐血!!!

我以为这会是一本教人如何做催眠的书，结果发现根本不是，很薄的一本，书的文字的还是繁体字，而且还是竖版，是台湾那边翻译出的

名字叫：艾瑞克森催眠

但全篇没有详细教如何给人做催眠，讲的都是些云里雾里的东西，根本看不懂

所以那本书就被我扔到桌框里了

直到我大学毕业开始学催眠时，才知道艾瑞克森是世界上最伟大的催眠师，那本书也很有价值

但对催眠一无所知的人来说，那本书境界太高，看不懂

另外那个书的标价 150 元，其实是台湾那边的标价，按大陆价格，相当于二三十块钱

但我对催眠还不放弃

于是拿同宿舍的练习，晚上熄灯后，我一直问那个同学， $1+2$  等于多少

我理解的是，通过让他重复回答一个单调的数字，他就会被催眠

想来有点可笑，当然也没成功

但是却说明，对于喜欢的事情，是敢于去实践的，包括后面学化学，电解水产生氧气

我也是买了一节电池，然后用铜线，接通正负极，然后插到水里，就会冒泡产生氧气

自己还做了一个牛皮纸版的金字塔，里面放着一块西红柿，看是否会腐烂，最后发现风干了

因为从一本书上得知金字塔结构很神奇，东西放里面不腐烂，就想做这个实验。

从高一我坚定了自己的梦想，对自己的认识也有一种天生的直觉

我宿舍有个胖乎乎的同学，我告诉他，他将来适合当个商人，因为他的性格很沉稳，待人笑嘻嘻

而我自己是不会从商的，我更适合当个狗头军师，出谋划策者。

直至今日，我还是适合脑力思维，不适合亲自行动打拼

话归正传，再谈到我的学习

因为之前一直抄作业，成绩下滑，尤其是数学，之前我数学能考 130 多，紧接着两次月考

一次 74 分，一次 75 分

让我对数学产生了深深的恐惧！

此时也到了学期末，要考试文理科分班了，听说理科数学更难

于是我果断选择文科，觉得文科学起来很轻松，背诵对我来说很简单

班主任听到我学文科，感觉不可思议，因为成绩好的同学都会选理科，成绩差的才选文科

虽然我成绩下滑，但还是在十来名左右，他让我询问我父母

我给父母打了电话，我说选文科，父母说你自己选吧

因为他们也不懂

于是我很坚定的给班主任说选文科，班主任抬头看了我一会儿，竖起了大拇指！

由此我被分到了文科重点班，二班，开启高二文科生涯。

楼主：神棍催眠师 时间：2020-03-08 09:43:27

@有马 3211 2020-03-08 02:32:07

楼主的一些话术也接近鸡汤模式了，这样不好，多说些实在话。

如果我们要理性讨论，可以说出哪些话语接近鸡汤？

很多人沟通时，只喜欢下定论，扣帽子，

而却不谈背后的逻辑推挤论证

只说结论：你错了，是谬误，

这种没有任何意义，还需指出从哪些方面，推论出来是谬误

楼主：神棍催眠师 时间：2020-03-08 09:50:37

@清贫有礼 2020-03-08 01:28:04

就想知道在医生医院积极上报疫情的环节中到底是卡在哪个环节了？!!!!!!!为什么这么久没有明确出来？相关部门领导该不该死？为什么没人出来杀了他？

---

这是因为你不了解这个系统的运行规则

建议看看电视剧<大明王朝>

楼主：神棍催眠师 时间：2020-03-08 09:56:07

天涯真牛逼，前面李世才的故事

陈老师用数据说了下海原县的人均收入不到 1200 元，而一个学生的学费和各种杂费一年就要 500 元

对这个事件点评了一下

结果就被抽楼了。。。。。

哎，报喜不报忧

楼主：神棍催眠师 时间：2020-03-08 11:06:47

话归正题

在高二到高三两年中，因为头痛失眠好了，所以开始正常学习

不过不再像以前那么刻苦了，认真专注听课，提高课堂效率，基本老师讲的都能听懂，认真写作业，周末就去玩

这样班级排名保持在七八名的样子

正好借我的案例，说说学习模式

我的语文作文很差，这是因为小学我的作文就很垃圾，小学老师只会说：今天下雪了，大家写一篇关于雪的作文吧

于是我就凭感觉瞎鸡儿写，老师也没教过文字修饰，作文列框架等玩意儿

小学作文里面，用“那”“了”“然后”凑了好多字数

这种模式延续到了到了高中，

高中写的作文枯燥乏味，文字干巴巴的，理论说教很强，毫无文学性

60 分的满分，每次写作文就是 38—40 分左右

然后高中的语文老师，当我的分数低于 40 分时，就要重写一篇 800 字作文

那真是让我很痛苦啊，但是我还是会完成

于是我就继续用以前的垃圾方法，又写了一篇 38 分的垃圾作文

此时老师就不管了

所以高二高三两年，别人都写一篇作文，我每次都写 2 篇

那么我的作文水平有长进吗？

有长进个屁!!!

唯一的长进，就是写垃圾作文的水平越来越高，信手拈来

随随便便给你整一篇垃圾作文出来，毫不费力

因为我不懂正确写作文的方法，自己也从来没主动摸索过

所以一直重复错误的模式，看似比别人努力辛苦，多写一篇，但实际作用为 0

这就是伪努力，伪勤奋

学习是一门技术，根本不看你努力，而是最终效果

我们现在带的学生，也会发现很多孩子，无论怎么努力，成绩都上不去

因为他一直用错误低效率的模式在学习，

每多一份努力，不但没用，反而在错误的道路走得更远，一条道走到黑！

楼主：神棍催眠师 时间：2020-03-08 11:10:59

关于方法问题，我的政治历史大题，也是如此

每次考试，我的大题做题方法就是凭感觉，把能写的都写的密密麻麻

而我的同桌，每次写的比我少，但得分却比我高！

因为我写不到点子上

老师也没教过每种题型的答题思路

比如：你如何看待某某事情

这属于认识类的题型

正确的思路要答 3 点：

1. 是什么？
2. 为什么？
3. 怎么做？

而我只会写是什么，以及为什么

不会想到还需要答：怎么做

文科需要有清晰的解题思路，而我却在凭感觉

看似写的多，屁用没有，老师是按照踩分点给分的

而这种错误的模式，同样一直延续到高考

我唯一擅长的就是背诵，背诵内容基本不失分

但大题缺乏思路，没人教，我也不懂得自己去研究，所以一直得分不高

史政每门成绩就是 70 分左右，满分是 100 分

现实中我带的很多学生，语文阅读，史政大题，包括选择题

他们都是凭感觉做题，无清晰解题思路，

也没有意识去总结研究

所以他们的成绩一直上不去

当给他们教了，总结解题思路的方法后，成绩在一个月内很快就能上去

这就是我一直反对人们一直盲目强调努力的原因

简单的事情，确实是努力就能成功

复杂有技术含量的事情，最重要的是思路和方法，努力是次要的！

楼主：神棍催眠师 时间：2020-03-08 11:15:27

还有我的数学也是如此，难题能听勉强听懂，听完后却不会去总结思路方法，也不会找同类型题验证

于是数学我只能做出简单题和中等问题，

有难度的题，无论老师讲多少遍，都不会做，因为从来没主动思考总结过！

但我有一个厦大学弟，他同样是六盘山高中的

他当年的几何证明题不会做，每次考试都会丢 20 分

于是他整整用了 2 周时间，专攻几何证明，终于搞定了

成绩就上去了

他的高考数学 130 分，而我的只有 114 分

楼主：神棍催眠师 时间：2020-03-08 11:16:35

存稿写了好多

看大家赞帖的积极性高不高

高了我就发，不高就歇着，等催更的时候再发，

先去打几局王者

楼主：神棍催眠师 时间：2020-03-08 11:36:59

但有一个同学，从默默无闻，成功逆袭变成第一名，最终考上了北大

楼主：神棍催眠师 时间：2020-03-09 10:36:34

这帖子凉了，加啥班

楼主：神棍催眠师 时间：2020-03-09 11:44:12

@悟 9G 2020-03-09 10:55:37

我还想看看更好的呢，别人我管不了，我先给你赞了。我不希望这个帖子沉下去。

学习模式呗，虽然自己无法改变自己，呵呵??。

-----  
虽然无法改变

但至少能认清原因，一旦有机会，还是可以的

否则机会摆到面前，都会做出错误的判断

比如根据模式论，大学生刚就业时，肯定要选择大企业，或者直接考公务员

大企业能提供更好的视野和锻炼

公务员，国企稳定，旱涝保收，比小企业压榨要好的多

不同企业的模式本身注定了它们的发展轨迹

楼主：神棍催眠师 时间：2020-03-12 17:21:49

@ty\_无欲则刚 948 2020-03-10 12:29:37

你能写本书吗？系统的指导生活中怎么思考怎么做

---

以后可能会写吧

楼主：神棍催眠师 时间：2020-04-02 17:02:46

@杜天勇 2020-04-01 22:56:26

把你的贴放进了收藏夹，追了半个月的帖子 23 页终于追完了，楼主的观点确实很受启发，希望继续

---

懒得写了，都写好了，但懒得发

写再多也没什么意义

楼主：神棍催眠师 时间：2020-04-05 09:33:19

这位同学逆袭了，他采用的是精准学习法：专攻不会的题型

他高二入班的时候，我在前 10 名没看到他

也不清楚他到底多少名，默默无名

但是之后他上午不午休，在教室里自己研究数学难题

不会的题型他会一直思考，直到完全解决

于是他的数学很快就成为我们班的第一名

他又用同样的方法，解决其他科目不会的题型

很快就变成了我们班的第一，第二名

高考依然是第一名，被北大录取

楼主：神棍催眠师 时间：2020-04-05 09:36:54

而我当时依然是 8 名左右

这种针对自己不会的题型，死磕钻研的模式，恰好是我不具备的

我当时只是认真听课，不会的题型，也不会花时间去钻研，能掌握多少算多少

其实就是一种随缘学习，老师说什么就做什么，而缺乏自我规划

如今回首，如果当年我懂得需要专攻不会题型，并且总结解题思路和方法

那么我的高考成绩会更好

楼主：神棍催眠师 时间：2020-04-05 09:37:58

不过很多同学其实和我一样，不会主动去研究

没有这个意识

往往只是跟着老师，老师说做什么就做什么

于是作业一完成，就觉得万事大吉了

即使偶尔复习做题，也是盲目的，不会抓住一个难点去攻克

而是盲目刷题，广撒网，乱七八糟的题都做一遍，最后的结果是：

会的还是会做，不会的依然模糊不清。

因此我们发现每个学生，其实学习模式都是固定的

不同模式，注定会有不同的成绩

模式不变，成绩不变

因此我们班同学，成绩都是稳定的

前十名一直是我们几个，中等的一直中等，差的比较差

楼主：神棍催眠师 时间：2020-04-05 09:38:22

在智力方面，其实大家都差不多

但当年我缺的就是方法！

包括我问了一些高中同学，他们也说当年不懂方法

我有个舍友，上的陕西师范大学，如今在我市区一所高中名校当语文老师

他说：我当上老师，要给学生讲题时，通过资料，

才明白：原来语文阅读理解是有答题套路的！

他到现在才明白，而我也是去陕西教学生时才明白的

虽然我们明白了

但现在的很多学生，却和我们当年一样，陷在其中，当局者迷，一点还都不明白呢！

楼主：神棍催眠师 时间：2020-04-05 09:38:41

这就是学习方法模式对成绩的重要性

如果你从小学，没有培养好高效率模式，则会一直重复到初中，高中，大学乃至终身

模式注定了你的成绩

但很多家长也意识不到，还在努力问题上自我安慰

总觉得是自己努力不够。

这是努力的问题吗？

人生何尝也不是如此呢

楼主：神棍催眠师 时间：2020-04-05 09:39:08

接下来说第二个事：宁为鸡头，不为凤尾

我们有 6 个文科班，其中我所在的 2 班是唯一的一个重点班，进来的都是成绩好的学生

我们班的前 10 名，就是文科班年级前 10 名，

那时候流行滚动制，就是给普通班一个机会

普通班的第一名可以调到我们班

于是班级里调来了几个普通班的第一名

他们在普通班受人尊敬，自信心满满，动力十足

但到了重点班，发现比他聪明的人很多，老师讲的一些题，别人能听懂，他却听不懂

因为普通班老师为了照顾到大多数普通学生

讲的题会简单点

但重点班是高难度的题型

于是无一例外，这几个同学自信心受到重挫

在普通班年级排名还能进前 20，到了我们班却成了垫底的，全班倒数！

我带的有些学生也是如此，他们从普通班进入重点班，压力极大

一般我会根据情况，给他们对应的建议

如果他在普通班是通过非常努力才到第一名的

重点班压力极大，那我会劝他回到普通班

但如果他很轻松就是班级第一名，说明他的智商不错

楼主：神棍催眠师 时间：2020-04-26 11:44:56

前面啰里啰嗦，写的太垃圾，正好看别人的直播贴

那我就快速写完自己的吧

学习这一块，以后我会系统的写一小本册子，从人性和脑科学角度，涵盖学习，婚姻，人生

就和爱因斯坦一直想实现的大一统论一样，我根据自己的理解，把这些整合在一个理论里

楼主：神棍催眠师 时间：2020-04-26 12:05:33

继续回到我的高中生涯

因为高一头疼导致没好好听数学课，成绩到了 74 分，之后对数学有了逃避心理，尤其有些题不会做的时候，

遇到难题就想逃避，上课老师讲的难题，也是应付过去，作业难题不会做就很难受，只能求助于学习好的同学

然后拿过来抄

导致我的数学只会做中等题，模考一般也就考个 100 分左右

但我本来能考 120 分左右

就是因为数学是弱势科目，所以越想考好，结果遇到难题就害怕这次自己考不好，开始紧张慌乱

导致会做的也容易做错，本来能做出来的也开始瞎想，没思路了

最后考的一塌糊涂

经过多次的惨痛经历，我告诉自己：

你的数学就这个垃圾水平，别再想考 130, 140 了

只把会做的分全部拿上就好了，拿出 40 分是丢掉了，能考 110 我就满足了。

这个策略后，数学考试就没再慌了，能稳定在 110 分

（若现在我重新回到高中，用深度总结法，数学其实可以到 130 以上，但当时不懂这个总结法）

话说回来，当年就一直用这个考试策略，到了高考，给我帮助极大

高考时，上午语文正常难度，下午数学，选择和填空正常难度

但到了大题，第一道题是三角函数题，10 分

按规律来说这是最简单的一道题，哪怕学渣都能做出来

但当年这道题，难倒了英雄好汉！

我做了 5 分钟，还是算不出来，直接就懵了，开始慌了，送分题我都拿不到分么？

后面题肯定越来越难，我还怎么办啊？

刚一慌乱，我立刻就回转过来，嘴角扬起了一丝鬼魅的笑容

然后淡定的抬头看了看考场里其它的学生

内心冒出来一句话：这次考试，很多人要哭着走出这个考场，他们肯定要崩溃

于是我很机智的把这道题放弃了，反正我不考满分，我只把会做的做对就好了

安心做后面题。发现难度一般

但是我们班一些女同学走出考场后就哭了，她们慌了，在那道题上浪费了太多时间，还没做出来，导致后面的题没时间做了

数学考崩了，很多人就想从第二天的文综中捞回点分

可惜的是，文综题又特别难，于是很多孩子又崩溃了

最后的英语很简单，但是数学和文综崩溃的同学，依然没发挥好。

我就是稳定发挥，高考成绩下来，我是 574 分，和我的预期差不多

觉得上北师大心理系没希望了

但是看到全省排名，文科 55 名，全班第二，以前模考都是班级 10 来名，北师大

心理学稳了

不是因为我分数高，而是其他同学成绩低。

而我们班一个女孩，高中三年，一直班级前 3，结果因为数学发挥失误，崩溃了，导致总成绩考了 500 多分，又复读了。

楼主：神棍催眠师 时间：2020-04-26 12:21:43

接下来填报志愿，就能充分体现出家庭阶级对人的影响

个人能量其实有限，还需要借助你的家庭，朋友，和环境

我即将是家族里第一个大学生，论辈分，我也是孙子辈里最小的一位。

整个家族，从爷爷，到父亲这一辈，最高学历是我大爷，小学学历

我家我父母亲都是文盲，我的哥哥都只上过初中。

填报志愿时，没人能给予参考

我想报北师大心理学，成绩绝对没问题，但是那时候我才知道心理学属于理科，而我是文科

北师大给宁夏地区文科，没给心理学名额

那时候其实可以先报上北师大其他专业，大一再转专业也行

但我出身农村家庭，当时对这些一窍不通，没人给我参考意见。

但若我出身在富裕家庭，那么即使家人不懂，也会花钱请人给予参考，这就是阶层对人的影响，

纵使你个人很有才华，但若没有合适的环境支持，终究成就有限。

当时我翻遍志愿书，只见到中国农林大学给文科一个心理学名额，但这个学校太一般，估计心理学也好不到那里去，觉得配不上这个成绩

于是想走曲回路线，学习商业，以后自己赚几百万，自己投资脑科学设备，成立实验室，自己做研究

这种想法很天真吧，但我当时就这么想的，因为没人能给我参考意见。。。。

于是我选择了厦门大学，管理学院。

从填报志愿，这一个人生重要的转折点，大家就会发现你所在的阶层，对你的影

响

楼主：神棍催眠师 时间：2020-04-26 12:49:19

当年我们班的同学，很多其实和我一样，凭自己的感觉在瞎选专业

比如我媳妇，她当年在另一所高中上学

她大学填报的竟然是中央民族大学的：生命科学专业

她也是她们家第一个大学生，父母同样是文盲

没人告诉她环化生材是天坑专业

她选生命科学，仅仅是因为她高中对生物比较喜欢一点，仅此而已

纯粹是凭感觉瞎选

根本不会考虑到以后的就业等情况。

而一个家族，知识和财富的叠加，一般至少需要两代人

我们算是第一代走出农村的大学生，但同样的错误，在我侄子身上又犯了

我侄子上大学时，填报学校和志愿

他自己是无所谓的态度，也是什么都不懂，就让他舅舅给填报

于是填报了中国矿业大学的化学专业。。

学校还可以，但是这个专业，又是天坑专业

但当时因为我自己在大学没怎么上课，出来社会我也没找过正式工作，所以对天坑专业并不了解

他舅舅当年也只上了大专师范，也是不懂，只是看哪个专业能进去

看到了没有，一个家族想爬起来，谈何容易

但是现在，我们对再小一辈的人，他们有了能给予她指导的人了，就是我们

比如我媳妇她姐的孩子，有两个孩子的学习，从中考，我就给她俩教学习方法

其中三姐的孩子，是个女孩，当年初三时熬夜学习，但成绩越来越差，我及时干预，教了正确的学习方法，于是成绩提升很快，中考很棒，考到了银川市六盘山高中

就是我曾经的高中，因为我也在银川买了房子，所以她周末到我家，我会再给她教方法

其他文化课我也会安排老师给她补课，成绩还不错，之前班级第二

另一个四姐的女孩，初三我也指导，考到了银川另一所重点高中，育才学校，就是我媳妇当年的高中

同样我一直指导，她从高一班级十几名，慢慢到现在高二班级第二名。

这两个孩子自身也确实努力，但只有努力是不够的

她俩的学习方法都有一些问题，经过我的指点训练，锦上添花，才不断进步

这就是家族能给予的帮助

而我自己，当年遇到的学习问题，是没人能给予指导的。

从这个案例，相信大家对于阶层命运，应该会有点感想的。

我媳妇大学毕业时，他们这个专业大多数都是考研的，但她当年没考研，想的是赶快就业，为家里减轻负担

这又是一个极其愚蠢的错误，因为弟弟妹妹考上大学，是有助学贷款的，其实家里根本不用出多少钱的

但当时她的家族，人们都不懂，无法给她参考意见

她就业了3年，发现也并没有赚多少钱，时间一晃而过

而她同宿舍的，有考研到北大的，有到中科院的，她大学成绩在班级第10名左右

若考研，也是能考一个很好地学校的，

可惜因为缺乏正确的指导，又损失了一次机会。

但是在她妹妹身上，把这个教训改掉了

妹妹上完大学，自己也想考研，家族也支持，毕竟不考研就业，也找不到好工作

于是又考到兰州大学的研究生，现在也即将毕业了

工作也签约了大庆石油。

上述案例，一个家庭父母的文化，思想意识，对人的影响

以及一个家族对个人的影响，重要性不言而喻

那么：

哪些官二代，富二代，凭什么就要比你菜

那是他爹妈积累起来的人脉和背景圈，所以人家自然会混的好

即使二代比较菜，但其父母也会安排一条舒服的道路

所以个人在社会环境面前，能动性是有限的，有些东西是不以人的一直为转移的。

疯狂宣传个人努力就能改变命运的，大多是生活阅历太浅，或者身处底层阶级，底层阶级的人反而喜欢强调努力，因为他们根本就没见识过上层阶级，对上层阶级的运作一无所知

上层阶级最核心的不是努力。。。。

而是关系背景和人脉。

当然穷人也沒这些东西，穷人唯一具有的就是努力。

进了职场你就会知道，努力算个屁，会和领导搞关系才能晋升。

从社会规律来说，顺着昌，逆着亡

很多时候努力仅仅是成功的一个小环节，还有 N 个其它环节，但很多人缺乏指点，也不懂还存在 N 个其它环节

他的见识和生活圈，只告诉了仅有努力这一个环节。。。

楼主：神棍催眠师 时间：2020-04-26 13:38:14

@支尾巴 2020-04-26 13:32:41

帖子顶起来

坐等楼主更新

-----  
还更新啥啊，越写越垃圾，越没劲儿了

不知道写这些有什么意义

楼主：神棍催眠师 时间：2020-04-26 13:41:32

比如我姐的那两个孩子，在初中他们对学习的理解

也只有努力

现在经过我指导，她俩对学习的方法很重视，不再单纯傻努力

楼主：神棍催眠师 时间：2020-04-26 15:03:48

刚乱逛

有个家长说想让自己的孩子以后上 985, 211.

问有没有什么方法

我就瞎写了点，粘贴过来，本帖如果有类似想法的可参考：

无意看到，也无聊，就来说说

我自己是 985，厦们大学，目前在西安从事教育行业，给学生教学习方法

能否考上 985，有两个关键因素

1. 孩子自身的天赋
2. 父母能给她提供的学校水平。

现在教育已经变得阶级很明显了

自身天赋，不需要多高的水平，只要不是熊孩子，有自律意识，目前看你孩子这个方面还好

那么接下来，就取决于父母的经济水平了

若要稳妥点，则必须是重点小学，然后才能考上重点初中，之后才能到重点高中，然后到大学。

重点小学，对孩子非常非常关键!!!!

而这取决于父母能不能买到学区房，经济实力是否足够

很多人拿十几年前的案例，觉得小学还可以，初中发力就可以

大错特错！

我在西安带学生，有一天办公室来了个 5 岁的小男孩，还在上幼儿园，他是我们保洁工的儿子

他说马老师，我给你出道题

我感觉挺有意思，他给我出了道数学题

结果我差点做错了，对，你没有看错，我差点被一个 5 岁的男孩鄙视了

我就问他，这是谁教他的，他说这是他们奥数班的题

为何他要学奥数，因为重点小学入学考试，会考奥数，通过这个选拔学生。

重点小学的孩子，课业难度大，孩子们能得到高强度训练，并且因为同学都学得很刻苦，所以也会熏陶，让他能够吃苦，写作业到很晚，周末上补习班

他会觉得正常，因为同学都这样，这会养成学习的好习惯。

而如果他在普通学校，那么难度低，且学生懒散，周末补课的也少，这样你让他多补点课，他都觉得不公平，毕竟他的同学都在玩啊。

小学养成优秀的学习习惯，加上难度高，就更容易进重点初中了。接下来的一切就比较顺畅了，上重点高中的机会比别人大的多。

我带的是西工大的孩子，这所高中今年高考，清北人数 80 多人，一本线在 90% 以上

之前我们带过一个初三学生，他是西安一个中等学校的男孩，成绩是全年级第一名

但是到了我们机构，和工大的初中孩子比起来，差距太大了

虽然他们是他们学校第一名，勤奋，自律这些没得说

但因为他们学校教的比较简单，所以他无法接触到高难度的课业，于是只能出来到补习班拔高难度

中考前的几个月，他在我们这边学习了一段时间，难度已经拔高了，也学得很好

但是中考后，他虽然仍是全校第一，但也是西工大给他降了几十分，他才幸运的进入西工大高中部了，若不降分，还是进不去

从这你就知道重点学校对孩子的影响力有多大！这不是你父母在家能教育来的

他每天在学校上 9 个小时，回家写作业还要三个小时，你父母最多有 1 个小时的辅导时间

1V9, 你就是天才父母, 也无法在 1 小时内, 给孩子多高的难度啊!

当然到了重点小学, 还要注重孩子的学习方法, 这比努力重要一百倍

我自己是 985, 当年我考上厦大不因为多努力, 也不是多聪明, 而是我注重方法, 关于方法比较细, 给你说一天一夜也说不完

如果你想让孩子上 985, 给你一个明确的方案

第一步: 明确当地的重点小学和初中, 如何才能进去, 是否需要进行额外的考试选拔, 还是摇号等, 先了解清楚规则

第二步: 把孩子送进重点小学

第三步: 如果送不进去,

则立刻到重点小学周边, 结识重点小学孩子的家长, 融入圈子, 看他们的孩子在哪里补课, 也让自己的孩子去, 一般是高难度的。

根据我们机构的经验, 重点学校旁边才有优秀的补课机构。我们西安的机构, 在二三流学校都不去开分校的。

学校不行, 就通过补课来缩小差距, 西安一些二类学校的家长就是这么干的, 他们的孩子也是班级的优秀生, 但和我们机构工大的孩子比, 差距还是很大

但他们却能接触到高难度的训练机会, 为考取重点高中奠定一些基础。

最后, 你就抓孩子的学习方法吧。

从四个方面

1. 总结思维

2. 快速记忆: 采取理解和图像记忆。而不是那种多读几遍的死记硬背, 我看你已经让孩子在死记了,

一旦他养成了死记的习惯, 那么一年级的古诗他也会多读死记, 因为简单, 所以也能记住

但是到了五六年级, 乃至初中, 死记硬背就出问题了, 会影响语文, 英语, 政治, 历史, 生物, 地理, 6 门课

三: 做题粗心习惯改掉

#### 四：考试答题策略

楼主：神棍催眠师 时间：2020-04-26 21:18:09

又发现一个好帖子，分享给大家

先摘录其中的一段话吧：

尹师傅说，其实社会再怎么发展，人的眼睛和内心还是会被蒙蔽的。

可能被金钱蒙蔽，也可能被权利蒙蔽，还有美色种种方式吧，被蒙蔽了双眼。

所谓修行的人，就是想要睁开眼，这也是为什么在各种法门里面都有关于开眼的记载，并不是你开了眼能看到魑魅魍魉

而是你开了眼之后才能认清自己。认清自己是为了什么？这个问题对我来说太深奥。

然后尹师傅说，每个人心里都有一条线的，但是他们都不会坚守这条线，姑且称这条线为底线吧，大体意思就是人的底线越来越无下限。

为什么呢？就是因为他们没有开眼，因为他们没有认清自己。

等认清了，底线就会成为原则，原则就会成为准则了。

帖子名：

《北京八年，拜访七位大师经历。（所有内容，全是亲身经历）》

[http://bbs.tianya.cn/post-16-1780169-2.shtml#120\\_39130769\\_3743916](http://bbs.tianya.cn/post-16-1780169-2.shtml#120_39130769_3743916)

楼主：神棍催眠师 时间：2020-05-10 10:44:39

根据近日研究发现

麻将场，运气非常重要，当一方鸿运当头时，不仅来牌好

而且会压制其它人的气场，导致莫名其妙就给人家送胡，脑子都是懵的

所以：玩麻将一定要讲封建迷信！

上厕所不能洗手，选座就选刚进门的位置，偏财就要剑走偏锋

血的教训啊

楼主：神棍催眠师 时间：2020-05-13 22:58:22

我新开了一个帖子

专门讲述如何正确教育孩子，关于学习，性格，以及叛逆等

家里有孩子的可以去看：

帖名：为了成绩，父母是如何毁掉一个孩子的？（一名心理咨询师的真实案例）

<http://bbs.tianya.cn/post-feeling-4503683-1.shtml>

楼主：神棍催眠师 时间：2020-05-19 19:35:13

我新写了一个，

在天涯杂谈，主要写如何当学霸

里面干货很多，不仅教孩子如何学习

也教成人如何在职业中快速前进

总之，是提升你的学习能力

名字：考进名校 985 的学霸，真没你想象的那么努力（记录遇到的真实案例）

[http://bbs.tianya.cn/post-free-6140717-1.shtml#11\\_148621537\\_6907124](http://bbs.tianya.cn/post-free-6140717-1.shtml#11_148621537_6907124)

楼主：神棍催眠师 时间：2020-05-20 11:03:47

@天宝 5316 2020-05-20 11:01:50

看完这段，就知道你对什么是命运，还是没有入门，还在门外晃悠呢！

决定命运的，努力是最基本要素之一，不努力，就什么也没有。

---

那为何有些人就是不努力呢？

楼主：神棍催眠师 时间：2020-05-22 12:39:45

二、预知梦

一切是不是注定，昨天下午正好和侄女聊天

她讲自己的梦

有一天早晨快醒来时，她做了一个梦

梦见她早上起床去教室上课，把手机放在了课桌上，梦里还提醒自己等会下课要记得手机

下课后她就把东西都收拾好，也记得自己把手机放在兜里了

等自己走到另外一栋 3 号楼下时，她突然一想手机真带了吗

结果发现没带

于是梦里她飞速般的跑到教室，却发现整个教室里面光线很暗

只见讲台上有一个老师，留着地中海发型，满脸横肉的盯着她看

然后她就瞬间被吓醒来了

醒来后她分不清这到底是梦境还是现实，一切太真实了，今天有种不详的预感

坐在床上良久才缓过来

然后她就和同宿舍的女孩去上课

因为这个丢手机的梦太真实了，所以上课她就提醒自己，等会一定要记得带手机

并且把手机放在了桌面显眼的地方

下课后她把书收拾好后，也记得把手机带了

和同学的有说有笑的往回走，恰恰也是走到3号楼下时，她突然担忧了下手机，结果发现果然不在

于是把书包扔给同学，自己飞奔到教室

发现不知谁把教室窗帘拉上了，灯也关了，里面确实很暗

而且发现讲台确实有一个老师在收拾讲义，也确实是地中海发型

只不过没有满脸横肉，她拿了手机就跑

等上午吃饭时，她回想时，才发现一切和梦里一模一样！

未来发生的，早已预知。

即使自己万般提醒，还是没逃脱的掉

楼主：神棍催眠师 时间：2020-05-22 12:40:00

还有一次，她梦见和同宿舍的3个女孩，一共4人，去1号楼用暖瓶接开水

她们从11楼坐楼梯，结果突然下坠到7楼，梦里她看到电梯里只出来3个人，还有一个没看见

然后就被吓醒来了，这个梦太真实了

因为之前的经验，她很害怕  
于是决定，今天一天都不出门，并告诫他们同宿舍的孩子，大家都别出去

上午饿了就凑合点零食吃算了

但宿舍的女孩不信，说她迷信

他们就出去了，结果走到1号楼发现，果然有一个宿舍的4个女孩去接开水

结果楼梯出故障，从11楼掉到8楼，其中一个女孩跌倒了，所以走着出来的只有3个

一切和梦里几乎一样。。。。

当然我侄女平时的预感也很强

坐到公交车上，如果内心有种不一样的感觉，那么今天这辆公交遇到的将全是红灯

这已经验证了好多次。。。

所以你说，未来到底是未知，还是已知？

黑名单 | 举报 | 145楼 | 埋红包 | 点赞 | 打赏 | 回复 | 评论

楼主：神棍催眠师 时间：2020-05-22 12:38:21

因为预知梦太准，所以之后，一旦她做了不好的梦

第二天都会刻意避开

比如梦里她穿红衣服去3号楼遇到不好的事

那白天她就会穿个白颜色衣服，也不会去3号楼。。。。

楼主：神棍催眠师 时间：2020-06-07 22:20:56

@麻雀抓老鹰 2020-06-07 22:04:41

就是玩玩股票（估计玩过，赔惨了），编个股票软件，整个app，也比装神弄鬼强啊。

-----  
谢谢老铁顶贴

楼主：神棍催眠师 时间：2020-06-30 21:37:26

@u\_96805549 2020-06-30 21:19:58

有才又有趣，大赞！  
-----

谢谢老铁支持

楼主：神棍催眠师 时间：2020-08-10 09:59:22

@灵仙儿 007 2020-08-10 09:42:25

有幸看到楼主的帖子，感谢楼主，虽然生活发生不了改变，不过心态还是有一些变化

不错奥

楼主：神棍催眠师 时间：2020-10-22 17:08:01

@万琛哥 2020-08-13 20:21:42

楼主，感觉有些“心学”的意思，心外无物，大千世界，莫不是心的取舍。人生在世，莫不是管好心的问题。

.....

这是人性，环境模式比人性更靠谱

楼主：神棍催眠师 时间：2020-10-22 17:09:02

@笑话 20180 2020-10-21 23:35:09

皮鞭甩起来，马老师的动力来源于刺激??

.....

最近主要更新 985 的那个帖子呢



更多文件请添加微信：jakenian