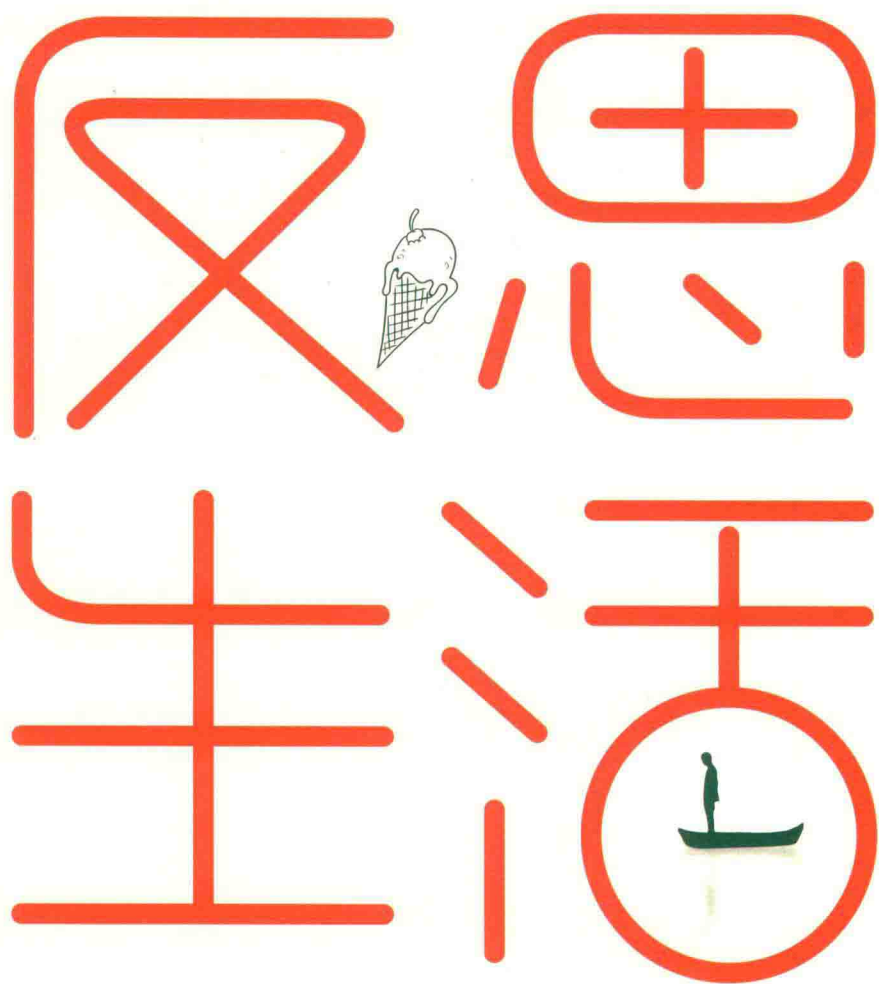




REFLECTION ON LIFE

陈凡隐——著

反思生活，发现自我

发现背后更广阔的世界，找到

解决现实问题的可能性

 北京理工大学出版社
BEIJING INSTITUTE OF TECHNOLOGY PRESS

反思生活

REFLECTION ON LIFE

陈凡隐——著

图书在版编目 (CIP) 数据

反思生活 / 陈凡隐著. —北京: 北京理工大学出版社, 2019. 3
ISBN 978 - 7 - 5682 - 6796 - 0

I. ①反… II. ①陈… III. ①散文集—中国—当代 IV. ① I267

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2019) 第 035720 号

出版发行 / 北京理工大学出版社有限责任公司

社 址 / 北京市海淀区中关村南大街 5 号

邮 编 / 100081

电 话 / (010) 68914775 (总编室)

(010) 82562903 (教材售后服务热线)

(010) 68948351 (其他图书服务热线)

网 址 / <http://www.bitpress.com.cn>

经 销 / 全国新华书店

印 刷 / 三河市华骏印务包装有限公司

开 本 / 880 毫米 × 1230 毫米 1/32

印 张 / 8.75

字 数 / 192 千字

版 次 / 2019 年 3 月第 1 版 2019 年 3 月第 1 次印刷

定 价 / 58.00 元

责任编辑 / 王晓莉

文案编辑 / 王晓莉

责任校对 / 周瑞红

责任印制 / 施胜娟

以此献给我的母亲与父亲，是他们孕育了我——这样一个人

序

反思生活可以有无数个维度，本书是一个引子，并不是包罗万象的百科全书。读者通过阅读本书不但能够发现自我，而且能发现背后更广阔的世界，找到解决现实问题的可能性。我更希望这本书传递的是一种这个社会所缺乏的独立思考、一种观察、一种生活情趣，还有就是让人从浮躁的生活中真正沉静下来的力量。本书需要你安静下来才能阅读，因为只有让心真正沉下来，你才能领略其中的价值。

本书无须从头读到尾，可以随意翻阅，犹如游牧部落可自由迁徙，随心所欲。你的思维不必拘泥于一方，而是要发散式地任意扩张，没有规律地肆意游动。生命充满偶然性并且是如此来之不易，我左思右想，无论什么样的人都需要做一些有意义的事，哪怕仅仅是对自己有意义。我始终认为人不能不明不白地活在这世上，明白一些事理、参透一些道理，比什么都有趣，比什么都重要。生命何其短暂，人一辈子其实只需要做成一件事便足矣，做成它便体现出了我生命的意义和价值。

反思生活

对于本书的诞生，我想一切都是孤独在内心盛开出的花朵，这朵花不一定是美丽的，但一定是奇异的。我们这个世界从不缺乏美丽的东西，稀缺的是独特奇异之物。但愿《反思生活》这本书是对所有人的一剂良药。我渴望带给他人正能量，但似乎悲剧更接近于这个世界的本质，人的强大在于知晓了这个世界的真相之后依然能够微笑着活下去。

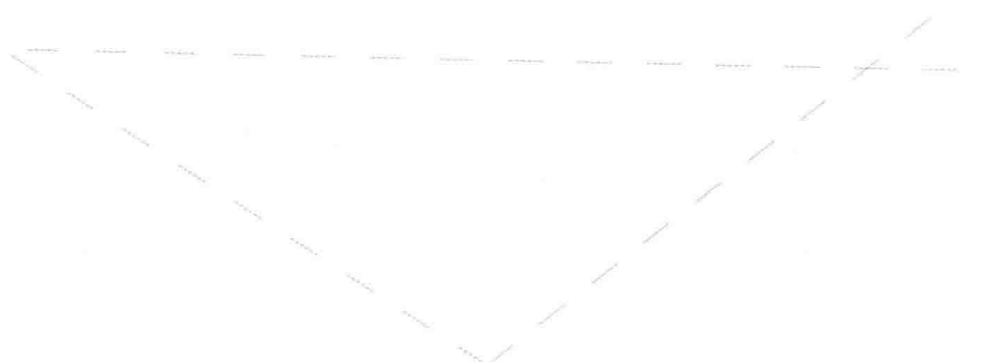
可以预见到，反思性正在不可逆地离我们越来越远，随着反思性的消逝，我们人类也在一步步地走向危险的境地。我相信这种反思不但是我个人的，也是整个时代的，更是所有人的，只要人类没有灭绝，这种反思就会一直延续下去，并帮助我们生存下来，拯救我们于危难之中。

目录

I	网络与游戏
15	精神与疾病
27	经济与金融
37	读书与知识
47	金钱与财富
59	文学与写作
69	大学与教育
83	感觉与体验
99	事业与工作
105	记忆与时间
111	爱情与婚姻
123	人与自由
135	社会与法
149	生活与反思
165	历史与文明

CONTENTS

175	死亡与战争
183	文化与艺术
189	梦
195	性与欲
201	情感
205	男与女
211	迷醉
215	技术
221	青春
225	人工智能
229	自我与孤独
239	哲学笔记
249	他与我
259	人生与旅行



网络与游戏

人类不需要反思，只需要游戏过活。

人一旦沉浸在游戏当中，也就成了游戏的一部分。人类不是生来就如此堕落地活着，对一切视而不见。而网络游戏的出现，只是让我们如今的生活换了一种方式罢了。

我知道一旦有了网络，哪怕是一点点，自己就会无止境地上网，一个网页被反复打开又关闭，就像这个世界没有尽头。

人类还在不断地工作，只是曾经的工作变成了现在的游戏，却付出了比以往更多的时间与精力，每个人都在游戏——扮演着自己，游戏着自己的人生。

他打游戏的姿势依然没有变，或许从未改变过，每天如此。其实我一直很佩服他，因为他能持之以恒地做一件事，数年如一日，只不过他做的是玩游戏，但同样令人敬佩。

人类进入现代社会，这是一个失感的社会，日趋麻木的心灵渐渐凋谢、枯萎、干涸。若没有了感觉与冲动，人便不像人，反而更

像台机器，因为我们每天就待在机器面前。我们共同在游戏之中堕落，一同体味着游戏带给我们的快感与激情，活着犹如死去，就这样醉生梦死。

他这一辈子仿佛就没离开过他的那张床，因为他的身旁总是有一台电脑陪伴左右，通过网络仿佛打开了一扇虚妄之门。

在游戏之中我开始变得纯粹，不会再胡思乱想，游戏可以使人变聪明，也可以使人变愚钝。网络究竟是否存在自由选择？其实我们并没有多少自由的余地，始终被舆论传媒牵着鼻子走，这是一种被迫的自由。

在现代社会中，游戏的乐趣是持续性的、令人沉醉的，仿佛一旦离开了它生活就会瞬间变成一张白纸，空空如也。生活是如此凌乱，就像从未整理过的床单依旧覆盖在床铺上，技术与网络的出现完全改变了人类的生活以及未来。

一切都需要适可而止，尤其是在对待上网的问题上。网络原本就是一个无底洞，从风靡网络的聊天表情上可以看出，人类的表情丰富程度远远胜过言语，有时千言万语却抵不过一个再普通不过的表情。

原来自己在生活中拼命寻找的只是一个游戏而已——能够供我持久玩乐而不会感到厌倦的游戏，它就像一朵致命的罂粟花——艳丽而刺眼，只可惜就像没有不死之身一样，根本不存在这样的游戏。如果有这样的游戏，又有多少人会一辈子执迷到死？这样的生活多好呀！好似天堂一般，却不是人类所要过的生活，看似天堂的东西往往就是地狱的隐现。

没有对比就没有伤害，不得不接受这样一个事实：在虚拟游戏中，他近乎是一个完美的赢家；但在现实生活中，他却是一个彻头

彻尾的输家。

一旦进入网络，你的身体将不再属于你自己。网络游戏公司虽然说要防沉迷，但其实所做的一切东西都迫使人沉迷进去。现代人已没有“闲暇”，所有“闲暇”都已被电子产品占据，除非你真的下定决心远离现代生活。但这几乎是不可能的，因为从小我们就与电子产品绑在了一起，离开它我们便无法生活。

他像一具尸体一样斜躺在椅子上，软弱无力的身体几乎无法动弹，对面就是一台永远开着的电脑，只有鼠标上匍匐着的手指仍不由自主地点击着，仿佛永远都没有休止的样子。

现在的人喜欢整天宅在家里，坐在沙发上对着电脑（手机）一个劲地傻笑不停，这就是他们娱乐活动的全部。

人在电脑面前就是不让自己思考。

人深陷在游戏之中，游戏就是一切，从某种意义上讲，它是所有空虚的终点，因此每当无聊时我们都会第一时间想到它。

一部手机、一台电脑就可以让人随心所欲地生活，这是在过去根本无法想象的，它让我们得到许多，却让我们失去更多。游戏其实只是生活的一部分，但对于有些人来说它却被当作生活的全部。

现代社会死读书只会让自己的心灵越来越闭塞，时代已然不同了，我们不能再像康德那样，一味地仰望头顶上的星空与心中的道德律了。世界不再是一成不变的，互联网时代无时无刻不在发生着变化。

互联网是一个开放式的平台，在互联网上每一个人都是陌生人，相比熟人，陌生反而更容易使人亲近，人们可以将自己毫不避讳地袒露在陌生人面前，甚至包括自己的肉体与灵魂。信息爆炸的时代，互联网使信息的传递越来越便捷，却也使人们对信息的甄别越来越

困难，我们各自都被湮没于海量的信息之中。

断了网络仿佛就断了我们与世界之间的联系，早已习惯了的人们突然间变得很不适应。

我从不排斥游戏，自己也经常玩游戏，游戏已是我们这个世界不可抗拒的生活方式之一。

在信息爆炸的时代，我们再也无法专注于单纯地搜集信息、筛选信息，因为在此过程中你就会发觉生命的有限，自身的精力已远远不够用，用有限对抗无限仿佛是在以卵击石。

游戏可以构造一个以满足人类欲望为目的的潜意识世界，我能受得了，可我的手机能受得了吗？

虚拟永远是现实的一部分，它曾经发生过或即将发生。互联网将人类曾经最隐秘的事情放大传播出去，不断满足人们的窥视欲。

我不喜欢在互联网上发表什么作品，因为再好的东西也会被湮没在浩瀚无际的网络之中，绝大多数人是无法去甄别好坏与真假的，只是单纯地消费与被消费、娱乐与被娱乐。

其实网购真是一件劳心费力的事，眼看着时间在无意义中被耗尽，在无止境的比价与凑单当中我们究竟获得了什么？买了许多不需要的东西，仿佛一切都是个圈套，刚做了一道十分难解的数学题，真的不想再过第二次这样的“双十一”。

原本游戏是娱乐自我的工具，可如今它却成了目的而非手段。在空虚、单调、乏味的生活中，人们为什么会疯狂迷恋上某种虚幻的东西？因为人似乎在其中找到了某种心灵上的寄托，看似找到，其实不然。

游戏的诱惑力源自人心。

他戒不了游戏，并且疯狂地迷恋上游戏，是因为人完全被自我

的空虚感支配，人是逃避不了这种空虚的。

我不断在游戏，并游戏着自己。

这个游戏我玩了又玩，不知耗费了多少光阴，但我依然不会停止，不是这个游戏有多好玩，而是这个世界有多虚无。网络时代技术工具的不断革新给人们带来了极大的便利，特别是欲望上的满足，这在人类历史上也是前所未有的。

游戏是一个人必须经历的过程，没有了游戏，他怕自己会失眠，有了游戏，他怕自己会长睡不醒。

我感受到一种普遍的价值失落，觉得游戏没什么意思，却还在玩，因为它至少能让我感受到一丝乐趣与快感。

所有事物都成了娱乐的附庸，笑一笑就好，何必去思考，那么累干吗！

现在做事的标准变了，不是哪件事更有意义，而是哪件事更有趣，于是我们不再读书而选择游戏，显然游戏更有趣一些。

整个人都沉浸在了游戏之中，脑海里反反复复都是关于游戏的幻想，我不能使自己不去想它，我再也看不进任何书了，完全沉浸在了对这种快感的回忆之中，忘了该怎么去生活，就这样不知疲倦地想着，直到最后睡去。

那些日子里，我感觉生活离开了游戏就会变得索然无味，独自走在无人的街头我又是在追寻着什么呢？

由于现实生活的无力，人便对游戏产生了依赖性，游戏是一种精神鸦片，通过它可以使人逃避现实，成为自我神经的麻醉剂。一个游戏结束了，并不意味着游戏本身的结束，因为另一个游戏又开始了。游戏本无止境，我知道会有这么一个结果，人在空虚的时候任何游戏都会显得很有乐趣。

假如有一天游戏真的离开了我们，我们的生活不知会变成什么样。游戏是我们生活的全部，没有了游戏也就没有了生活，游戏掩盖了生活，使我们无法直面生活，因此宁愿接受生活善意的欺骗，通过不断玩游戏来麻痹自己。

谁说游戏一定是虚幻的？随着 AR 与 VR 技术的发展，游戏已经成为现实不可分割的一部分，甚至它可以独立于人类而存在，这个世界有随时失去意义的危险。

我知道自己为什么如此痴迷于 *EVA*（一部动漫作品的名字）了，因为我在自己身上看到了碇真嗣的影子，不！是我们每个人身上都有碇真嗣的影子！

是生活使我们渐渐丧失了反思的能力，没有反思的日子如同行尸走肉，可我们又无可奈何，只能用游戏消磨麻痹着自己，只是想时间快点过去，并在游戏中感受着瞬间的快乐，即使明知是毫无意义的快乐。

在电脑与手机面前总感觉自己什么都做不出，什么也想不起来，我的灵魂仿佛遇到了一块极其强力的吸铁石，将你牢牢地吸附在上面。

有时我会厌恶生活在这个信息充斥的时代，信息让我的脑子片刻都没有停歇。有的时候是别无选择，我们可以习惯性地抱着电脑、手机过上一天，生活对于我们来说，其早已失去了意义。我们就像吸食毒品一样，不断吸食着游戏带来的快感，一瞬间的快感会令人兴奋异常，感觉是游戏让我们继续活了下去。

当手机开启的时候，我会不由自主地想去靠近它；面对开启的电脑屏幕，我不知道自己究竟该做什么。游戏占据了整个空间，直到我从梦里游回来的时候才发觉已是深夜。

时间是伤口的良药，游戏是时间的良药。现代社会，游戏是我们杀死时间最好的手段，已经取代了以往的各种话语。

手机与电脑可以消解我们的虚无，但也让我们变得更加无所适从。游戏到忘乎所以的境界，可谓已经入迷很深了，我究竟和谁在游戏？人原本是对着机器，与机器游戏，由于网络的存在，我是在和许多人一块游戏还是纯属自娱自乐？

网络时代使离群索居多了另一种可能，人似乎已经可以完全脱离社会而活着。面对没有灵魂的电脑，我感觉到了赤裸裸的空虚。游离于虚无缥缈的网络世界，海量的信息流如同潮水般将你淹没，在你来不及做出任何反应之前，人已经变成了阅读信息的机器。信息在网络中以其最迅捷的方式传播，可网络中的信息所构建的世界并非都是真实的世界，而是经过虚拟化处理的世界，人们却误以为是真实的，并以此取代真实世界，这是一种极其危险的举动。而今最现代化的工具——电脑，揭示了人这一最深刻的本质，这不得不说是一种极大的讽刺。

习惯于生活在网络世界中的人，一旦遭到断网便会急得像热锅上的蚂蚁，表现出诸多不适应的症状。观察他们的生活是一件很有意思的事，对于他们来说，其没有了网络就仿佛失去了整个世界。

现代人对网络的依赖程度已经到了无以复加的地步，如果断了网他们将无法生活。在现代社会中网络已经替代了人本身，并逐渐成为生活的全部。

我沉浸在关于游戏的幻想之中，好像这种幻想永无止境。游戏本身是虚拟的，可我却信以为真，耽于幻想，始终走不出来，开始分不清现实与幻想、真与假的界限。此时的我已完全成了另一个人，这种幻想仿佛如影随形，已经成了附加在我身上永远摆脱不了的魔

咒。

游戏像一种麻醉剂，可以轻易麻醉人的神经，使人许久缓不过神来。游戏就像一个命题：游戏是无意义的，可我们依然在游戏，或者说正是因为无意义我们才游戏。

现在的人动不动就会习惯性地随手拨弄一下自己的手机，生怕与这个世界失去联系，成为一个“寂寞”的人。

他正拿着手机打发着剩余的时光。

如今使我们摆脱无聊，排解空虚最有效、廉价、便捷的方式就是上网与游戏。图书馆与自习室里许多人都在开着不同程度的小差，各自玩着手机、打着游戏，相比外面世界的巨大诱惑，这里的吸引力是多么地微不足道。

人们宁愿在铺天盖地的垃圾信息里耗费着时间，也不愿静下心来多学点真正有用的知识。早晨起床第一件事不是别的，而是打开手机了解这个世界所发生的事，试图与这个世界保持某种关联，这已成为一种习惯。

信息是快了，人却慢了，没了手机仿佛失去了与这个世界的联系，这种孤独是网络时代的孤独。我们不再在意文字的表述，转而痴迷于视觉的冲击。

大人们在一旁刷着手机，孩子们在另一旁写着作业，时不时调皮地探头张望，好奇大人人们的手机里究竟有什么游戏。

如同人生一样在苦痛与挣扎中轮回，在游戏中这是一个无休止的循环——输多了想赢一次，赢了还想再赢，这就是人性。

游戏是我们每个人必须去经历的事情，在人生的某个时间段，不断深入其中，试图窥探出游戏的本质，可惜我又失败了，一次又一次无可自拔地沉溺其中——游戏成了生活中无法抗拒的诱惑。