

生活质量
高鸣 著

思想方法
就是生活
质量

质量

就是生活

思想方法

思想方法

诚挚推荐

——《读者》杂志社社长、总编辑 富康年

思想方法就是
生活质量的

幸福生活

高鸣继《精养女儿实验报告》、《名言有毒》

之后又一部智慧的书

文匯出版社

高 鸣 著



零

幸福生活

 文匯出版社

图书在版编目 (CIP) 数据

零成本的幸福生活/高鸣著. —上海: 文汇出版社,
2011. 11
ISBN 978-7-5496-0326-8

I. ①零… II. ①高… III. ①随笔—作品集—中国—
当代 IV. ①I267.1

中国版本图书馆CIP数据核字 (2011) 第216314号

零成本的幸福生活

著作权人 / 高 鸣
责任编辑 / 吴 斐
装帧设计 / 刘 啸
责任校对 / 潘家荣 俞 正

出版发行 / **文匯** 出版社
上海市威海路755号
(邮政编码200041)
印刷装订 / 苏州华美教育印刷厂
版 次 / 2011年11月第1版
印 次 / 2011年11月第1次印刷
开 本 / 787×1092 1/16
字 数 / 80千
印 张 / 11.75
印 数 / 1-10000

ISBN 978-7-5496-0326-8
定 价 / 39.00元

自序

高鸣

思想方法就是生活质量

我的这本书是谈思想方法的，谈思想方法和生活质量之间的关系。生活质量是人类永恒的追求，可是与生活质量息息相关的思想方法，人们似乎并不在意。

为了高质量的生活，人们很是在意物质财富和知识，千方百计让自己富起来，不惜代价让子女上大学，这本不错，物质财富是生活的基础，知识既是力量，又是精神生活所必需的。问题是，面对生活，光有物质和知识是远远不够的，如果没有好的思想方法，就处不好错综复杂的人和事，就难以快乐和幸福。2011年6月7日被处决的药家鑫，书读到大学，家庭经济条件也不差，就因为其思想方法有问题，致使他在开车撞人犯错以后不是尽力抢救弥补错误，反而杀人犯罪。

有人说，伟人的伟大，是性格的伟大。在我看来，伟人的伟大，是思想方法的伟大。毛泽东说过这样一句话：“在战略上藐视敌人，在战术上重视敌人。”这句话充分体现了他老人家正确的思想方法，要是倒过来，“在战略上重视敌人，在战术上藐视敌人”，那不吃败仗才怪呢！可见，思想方法是比武器更重要的“武器”，在相当大的程度上决定着胜负。思想家梁漱溟有句名言：“成功是机遇，失败是我的错。”只有具备了正确思想方法的人，才能说出如此富有哲理的话来。在这种思想方法的指导下，

胜利了，不会冲昏头脑，沾沾自喜，失败了，不会怨天尤人，而会吸取教训，以利再战。

思想方法至关重要，她是一把万能钥匙，可以解开人生中各式各样的锁，帮助我们解决这样那样的问题，最大限度地舍去我们不要的东西，得到我们所需要的东西，从而快乐和幸福。可惜我们的家庭，我们的学校，我们的社会，对此并不重视，我们重术而轻道，重形而轻神，重表而轻本。常听人坦诚自己智商不高能力差，从未听过有人说自己思想方法有问题。实际上，人与人之间，智商和能力的差距是相当有限的，真正的差距恰恰是人的思想方法。

同样一个世界，不同思想方法的人对她有不同的感受和理解，人对事有良好的判断，是处好人事的先决条件。怎样才能做到这一点，关键是要完整和本质地看问题。完整和本质地看问题，就是好的思想方法。有了好的思想方法，就离高质量的生活不远了。

关系到幸福的思想方法是软件，不是硬件，拥有她无需实际投入，所以是零成本的。

什么叫思想方法，如何完整和本质地看问题，既是一个理论问题，又是一个实践问题，本书试图以八十七篇来自生活的议论文，聊以说明点滴。企望读者诸君对思想方法感兴趣，进而喜欢《零成本的幸福生活》这本书。

女儿的话

高韵列

如果幸福可以计算

市面上关于“幸福”这个话题的书很多。也难怪，幸福跟爱情一样，看不见，摸不着，但是每个人，对幸福都有那么点若有若无的感觉，心中充满着各式各样的向往。于是，关于幸福的讨论如同关于爱情的讨论，延绵不休，从古到今。

谈幸福已经不是一个新鲜的话题，要谈出新意，绝非易事。

父亲高鸣勇敢地挑战这个高难度动作，在此，首先对他的勇气表示敬意。

郎咸平先生说过，为什么大部分优秀的中餐馆没法量产？因为顾客吃的是某个大师傅的手艺，这个师傅的手艺没有经过系统化解成若干道工序，那么换个人，油多倒一点，盐少放一点，味道就全都不对劲。郎咸平先生的意思很明白：工业生产要上规模有效率，规则、系统、流程是关键。

回到幸福这个话题。貌似因人而异的幸福是不是也有她内在的规则、系统和流程？父亲高鸣认为她有的。这点有新意。

幸福是什么？我认为，从实践的角度出发，幸福，就是在自身条件和可利用资源一定的情况下，选取“性价比”最高的生活。

最近一期《人物周刊》以钱锺书杨绛夫妇为封面，纪念这对近代中国文坛最有分量的学者夫妇。杨绛先生如今已经一百岁了，在经历了民国、建国、“文革”直至改革开放诸多历史动荡之后，她充分向我们展示了一个优秀学者的人生观、价值观、幸福观。人的际遇有好有坏，这中间有很多非人力可为的客观因素，比如政治浪潮，很多人在“文革”选择自杀或是不作为，钱锺书杨绛选择不发言但是继续从事学术研究，这在当时的环境下，无疑是最有利于自己生存和发展的路。改革开放后，一部电视剧《围城》，让钱锺书从一个鲜为人知的学者变成了一个明星，各路粉丝蜂拥而至，清高的钱锺书没有因为各种“不情之请”而成为媒体喧哗的主角，而是继续在他们的一方寸土内过着清淡的生活，每天看书、写字，无他。对于钱锺书这样百年一遇的天才，创作才是他最核心的力量和最应该做的事，发通告赶场子乃娱乐人士所为。钱锺书先生对自己的生活方式有清醒的认识和坚定的选择。

幸福问题归根结底是一个选择问题。这是幸福的基本规则。

钱锺书杨绛太远，太伟大，他们的幸福选择对我们参考意义有限。那么，我们如何才能做出“性价比”最高的选择呢？就是说，通过怎样的系统和流程，才能选到我们所能经历的最大的幸福？这是所有人关心的问题，也是《零成本的幸福生活》这本书的主要内容。

《零成本的幸福生活》通过列举八十多个生活细节，道尽了父亲高鸣自认为最高“性价比”的生活选择，以及这些选择背后的逻辑，即他的思想方法。

读完这八十多个故事，我仿佛看到了一把尺，它可以丈量现实，聪明地指出眼下这块“布”是做一套西装更划算，还是做一件长衫更合理。

有一位哲人总结过，为什么我们的社会科技文明比人文文明进步得更快？因为科技问题是有“标准答案”的。人们总是愿意在有标准答案的问题上投注更多的精力，因为这更容易得到认同和成功。

幸福，这个人文文明的最高奋斗目标，因为长期没有“标准答案”而没有人真正细究和总结。甚至，很多人认为，幸福根本就没有“标准答案”。父亲高鸣大胆地为幸福设定了若干标准答案。对他的勇气，再次表示敬意。

人类的发展让我们对规律越来越有信心，DNA 分解了人体生物性的规律，天文地理学家一个个破解大自然的规律。我们当然有理由相信，幸福也有她的规律和流程。

如果幸福可以像电脑数据一样被计算，那我们都会得高分。父亲高鸣似乎已经掌握了他自己的计算方法。

中产阶级的下午茶

——读高鸣《零成本的幸福生活》有感

阮夕清

这是高鸣的第三本书。他之前有过一本在望子成龙望女成凤的家长间引起轰动的《精养女儿》，如果你恰巧读了《精养女儿》，又读了《零成本的幸福生活》，就会发现，这两本书有着千丝万缕的关系，互为呼应，又各发一枝。前者是对下一代的成长思考，而新作《零成本的幸福生活》则是对自身的，当下的，精确说更是此刻的感悟和生活最真实肌里的解剖。下一代太远，只争朝夕。下一代太小，只争自己。

在表面上看，八十七篇文笔优美的思想性随笔，给出了八十七个看问题的新角度。原来习惯淡淡平视的我们，受他的启发，忽然发现原来生活中的这些事情还能仰看、卧看、从高处往下看、聚精会神看、倒退着看，或者索性忽略不看。对诸多事件事物的多重视角相互交叉，由点而线，由线而面，继而在我们眼中铺陈了一个中年知识分子或民间思想分子的价值观。这些价值观可以从以下篇目窥测：《要短信，也要写信》、《国人的英文名》、《“给力”现象》、《讲理和利益》、《举报信》……也能从这些文字中得鉴：“在国内工作的白领，平时接触的多为同种同语的中国人，为何也要取一个英文名呢？我有点理解不了。问女儿，女儿告诉我，那些白领一方面有点崇洋媚外，一方面身为白领有点优越感，为了靠近西洋人，又区别于土里土气的蓝领、农民和无职业者，故取个英文名，作为自己的一种包装和品牌。”（《国人的英文名》）“世界上各种各样的资源都是有限的，这就决定了利益是有

限的，在有限的利益面前谦让，人们就会多一些和谐。而理，是无限的，人们将理传递给别人，自己并不会因此而少了一些。所以，讲理是零成本的，讲得越多越好，哪怕“广种薄收”也好。”（《讲理和利益》）。

传统、兼爱、置疑、独特，是高鸣价值观的几个关键词，如果说传统和兼爱是每个民间思想分子都有的思想底色，那置疑和独行无疑是打着鲜明的“高鸣标签”的，他置疑守株待兔似的人生（《不买彩票》），置疑人是否一定要因环境而改变自己的习惯（《入乡随俗问题》），置疑消极的谦虚（《提倡好为人师》），而《反对体育比赛》和《不放鞭炮》等篇章则是高鸣独特的生活观的与君同思，他就像一套生活思想版的《十万个为什么》，用一个中产阶级或成功人士的思想困惑来提问，以带有个人思辨光芒的生活感悟来解答。

《精养女儿》解答了教育，《零成本的幸福生活》更为宽广地解答了人生。而读过八十七篇随笔再来回想本书的题目，零成本的幸福生活究竟是什么？该如何得到？那原先浮于阅读表面的单篇独章立刻便汇拢起来，浩浩荡荡地形成一本“词典”，厚厚的一本，只解释“零成本幸福”这五个闪光汉字的词典。

高鸣用这本词典的诸多睿智来提倡：人们应该过一种复式生活。即生活不仅是此时此地此事，更应该有一种高于此时此地此事的精神观照，除了世俗生活，更应该有一种精神生活。如果说，工作、衣食住行、为生存境遇奋斗是单式生活的全部，那么，思维乐趣和精神追求就构成了与单式生活平行的另一种生活，在这种生活中，幸福不需要成本。它是为生活奔波者停下脚步享受的一刻清风，也是中产阶级午后的一杯红茶，快生活，慢思考，这样人生才不会如白驹过隙，有了精神生活的调味，日常的幸福才会显得更加有理有据，有滋有味。

目 录

自 序 思想方法就是生活质量

女儿的话 如果幸福可以计算

中产阶级的下午茶

——读高鸣《零成本的幸福生活》有感

1. 国人的英文名	1	9. 陪妻女购衣	17
2. 喝亲友的喜酒	3	10. 看牙医	19
3. 旅游不带相机	5	11. 读书沙龙	21
4. 背后不言人非	7	12. 表扬别人	23
5. 换车	9	13. 多吃一只蟹	25
6. 听歌	11	14. 简单装修	27
7. 开车变道	13	15. 广场跳舞	29
8. 挑西瓜	15	16. 不吃烟酒	31

17. 少吃东西多读书·····	33	30. 乌鸦的游戏·····	59
18. 散步有益·····	35	31. 筷子和刀叉·····	61
19. 暴露弱点·····	37	32. 美人别写真·····	63
20. “谢谢”是一种武器···	39	33. 停车好去处·····	65
21. 失包之苦·····	41	34. 说说 LV ·····	67
22. 退房模式·····	43	35. 飞不高的野鸭·····	69
23. 学有榜样·····	45	36. 对付孩子的哭·····	71
24. 反对体育比赛·····	47	37. 恼羞不成怒·····	73
25. 怀念爷爷·····	49	38. 接近出真相·····	75
26. 不放鞭炮·····	51	39. 行善要早·····	77
27. 读《读者》·····	53	40. 看艳舞有感·····	79
28. 笑者优先·····	55	41. 绿树与高楼·····	81
29. 对付硬柴·····	57	42. 跑山鸡·····	83

43. 入乡随俗问题·····	85	55. 结合之美·····	109
44. 主随客便·····	87	56. 荒山的功能·····	111
45. 被子该不该整理·····	89	57. 冰河·····	113
46. 要短信，也要写信·····	91	58. 动物天桥·····	114
47. 胜而有利才是胜利·····	93	59. 关于取消全国统一高考	
48. 公平观·····	95	的话题·····	116
49. 读书的天敌·····	97	60. 规则小于人性·····	118
50. 养狗的不是·····	99	61. 午夜书城·····	120
51. 不买彩票·····	101	62. 看不懂的电影·····	122
52. 朋友是一种保险·····	103	63. “先生”这个称呼·····	124
53. 女大当嫁? ·····	105	64. 一半传统，一半开放·····	126
54. 期待·····	107	65. 上衣上口袋·····	128

66. 以拙弄巧·····	130	78. “给力”现象·····	155
67. 三百与三万·····	132	79. 举报信·····	157
68. 谁是老百姓·····	134	80. 门上贴“祸”·····	159
69. 文字也是生产力·····	136	81. 无需免“贵”·····	161
70. 距离产生小偷·····	138	82. 勇敢是个中性词·····	163
71. 讲理和利益·····	140	83. 生病是健康之母·····	164
72. 咬文嚼字·····	142	84. 上厕所的权利·····	166
73. 新与价值·····	144	85. 无辜的“大处方”·····	168
74. 十个保姆九个好·····	146	86. 开放的鸟笼·····	170
75. 手指的价格·····	149	87. 邻居的树·····	173
76. 房奴·····	151		
77. 谅解与理解·····	153		

1. 国人的英文名

时下的中国人，有那么一些，除了出生时父母给取的名字，还自己给自己取了一个英文名。有英文名的，主要集中在两个群体：一是移民国外的和在国外读书的，一是在国内做白领工作的年轻人。

移民国外，或在国外读书，取一个英文名，大有实用的意思，方便与外国人交流，融入新的环境。在国内工作的白领，平时接触的多为同种同语的中国人，为何也要取一个英文名呢？我有点理解不了。问女儿，女儿告诉我，那些白领一方面有点崇洋媚外，一方面身为白领有点优越感，为了靠近西洋人，又区别于土里土气的蓝领、农民和无职业者，故取个英文名，作为自己的一种包装和品牌。

我蛮同意女儿对取英文名的白领的心理分析的。同时，我对生长在中国的土地上，而又取了英文名的人，产生了深深的同情和惋惜。同情和惋惜什么呢？其一，在国内，大凡取英文名的，大多学历不低，也算学过不少知识的人，怎么就不懂——英文名对其毫无价值和意义，既无虚名可获，又无实利可图。其二，取个英文名，本想和境遇不如自己的人区别开来，不料无意间把自己和比自己思想境界高级的人也一分为二了，因为在思想境界高级的人看来：我早已有了自己有生以来的名字，这个名字全球通用，一点不比什么英文名低级，无需多此一举取个英文名。你看看，在中国，

有几个政治家、思想家、科学家、文学家，既有中国名，又有英文名的？

国人的英文名，又一次证明了一条定律：人群的两端，往往在形式上有其一致性。农民、工人不取英文名，成名成家的人不取英文名，只有中间状态的白领才取英文名。在那个穿喇叭裤的年代，不三不四的小流氓敢穿喇叭裤，思想解放的知识分子敢穿喇叭裤，中间状态的良家妇女、良家男子不好意思穿喇叭裤之类的奇装异服。由此可见，常常如此：当你在形式上和低端不一样的同时，也在和高端保持了距离。

2. 喝亲友的喜酒

我是一个反对形式主义的人，在我看来，不管什么样的喜酒，什么寿酒，什么满月酒，什么婚礼酒，纯属多余，不喝也罢。不喝寿酒，不影响长寿；不喝满月酒，照样健康成长；不喝婚礼酒，依然是合法夫妻。基于这样的理念，我是感情到位了就登记，办了法律手续就是结婚，根本没想到还要办一个多此一举的婚礼，忙碌了自己，又麻烦亲朋好友。

可我知道，自己结婚不办喜酒可以，别人最多说这个人特立独行，不会破坏人际关系。然而，要是亲友办喜酒邀请到自己，假若不去，那就不太好，那就不礼貌，那就不近人情，那就会成为孤家寡人，那就会扫了别人的兴，因此，别人的喜酒，除了实在去不了，我倒总是逢邀必到的。我以为，自己不喜欢办喜酒而不办喜酒，是尊重自己，别人喜欢办喜酒又邀请了自己，我欣然而去，是尊重别人。

说实在的，每每出席亲友的喜酒席，对我来说总有一点勉为其难的味道，其难不在送礼，其难是那约两小时酒宴的无聊：食品太多不好吃，同桌无话半句多，时间过长空消耗。在此情况下，一走了之不礼貌，坐等结束无耐心。怎么办呢？我的方法是，开吃十分钟便溜出去游玩，一个小时后再返回。酒店在市中心，就去新华书店看书，酒店在农村，就到田野里去转转。书店也好，田野也罢，不亦乐乎。