

重生之我在 SH*T 写 shit

我的情感需要宣泄，我的创作就像排泄

Quanzard¹

ABSTRACT / 摘要 —其实我早就想这么干了，现在我就要这么干，以后这篇栏目作为我随笔的集散地，我把所有的小作文都发在这里。

兄弟姐妹们可以随意引用这篇文章，或者作为观察样本。

我会持续更新这篇文章，网友们酌情收藏

INDEX TERMS / 关键词观察与思考，学生时代，通信工程，良心与折磨，我爱写啥就写啥，格式只是格式，内容才是内容。

IMPACT STATEMENT / 影响声明 个人 shit 集散地:quanzard.com(提供 PDF 原文下载)

I. INTRODUCTION / 目录

朝花朝拾

我的优绩主义死在了初升高的那个夏天II

金榜未题名之后，大学生出路分化之谜III

我在考研机构的“卧底经历”IV

我的大学的老师们V

大学的活化石VI

我与汪曾祺先生VII

AI 时代的思考

AI 时代，是对人的主体性的回归，君子不器VIII

像训练 AI 模型一样训练自己 Attention is all my powerIX

杂文

玄武门X

枯骨与悲鸣XI

杂碎XII

《给阿麽的情书》不像是在看一部电影XIII

正文

II. 我的优绩主义死在了初升高的那个夏天

“486.5? 啊呀，恭喜恭喜，一中稳了呀！”电话那头传来我初三班主任的声音，查完中考成绩后我妈立马打给了她。

“谢谢，谢谢，感谢浦老师三年来对这孩子的栽培！”我妈挂了电话，笑意盈盈的看着我，她其实并不知道这个成绩真正意味着什么，只知道够上全市最好的高中了。

事实上，结果比预想的还要好，中考总分 530 分，一中为了选拔人才，将竞争录取分数线设立在 486 分，超过这个分数线的，不占据乡镇中学的分配名额。我刚好比这条线多 0.5 分，似乎预示着会比别人多一段独特的经历，结果也确实如此。

达线的学生可以参加一中的夏令营，为期两个星期，然后就能顺理成章的进入一中的强化班，据说入了这个强

化班，就等于半只脚已经踏入了 985。初中学校为了奖励我们又争取到了四个分配名额，给当时每个达线的学生，嘉奖了 7000 元。

夏令营一共四个班，来自同一初中的四个人被分在四个不同的班，我在三班。按照身高来排座位，比较瘦小的我被排在了第二排，第一排全是女生。

一向好奇的我开始默默观察四周，右边的男生穿的花花绿绿的，好像真的是来夏令营度假的，他已经开始和前后的女生攀谈起来了，其中一个女生被他逗的哈哈大笑。放在初中，我们老师会说这种人是不想学习来混日子的。后来我知道，他在市里上重点中学，他和这些人初中就认识，市里的学区房三百万。

左边的男生似乎比较安静，我主动过去和他打招呼，他也很积极的回应了我，简单交流了几句，他就又开始专注于自己的事情了。

至于前后的女生，我不会和女生交流，初中三年我甚至不怎么和人交流，只沉浸于自己的世界当中。但我发现班里的女生和我之前见过的都不一样，她们身上都散发着一股气场，怎么说呢？自信，舒展，信念，优越，开阔这些离散的词不足以形容完整的她们，我不敢靠近，如同夜行的动物见不了阳光。

夏令营只开授语数外三门主课和物理化学两门理科核心课程，我们中考考的也是这五门。语文教什么我已经忘记了，反正也没区别；英语科目的最后考试，后来我回忆发现已经是大学六级考试的形式，试卷上有很多单词我甚至见都没见过；数学讲平面几何与立体几何；物理开的是物体间作用力分析，那些棍杆模型在这时候就把我殴打了一顿；化学则是有机化学的章节，最后还考了一道有机合成的题目，那时候我连有机物的命名方式都没记住。

进入夏令营之前，我在网上查找了关于一中夏令营的信息，学长学姐们都说混混就过去了，反正都是能进的，根本不会淘汰几个人。但开学第一天，临时班主任就跟我们说这次夏令营要淘汰近一半的人，不过如果在最后的分流中选择文科强化班，是可以稳进的，因为没有人选文科。

选科分流的那个中午，大家都在午休，我趴在桌子上看着大腿上的意向表，独自面对左边一个框和右边一个框，纠结了一番，还是选择了理科。

在晚自习的时候，我往往因为做不出题目，看不懂发的资料而抓耳挠腮。这时候我就会抬起头看看周围的人在干什么。初中我不会这样，因为我都做的出来，也不需要参考坐标系，那时我在天上，如今我深陷泥泞。

右边的交际花总是看起来气定神闲的，他饶有兴趣的看着发下来的语文资料，里面的阅读题收录了好几篇小说和散文；左边的同学拿着一本厚厚的教辅资料，在那埋头苦学，我之前没买过教辅资料，课间他仍然在学，我没有打扰他，在旁边偷摸看了几眼，看到这本教材的装帧设计上有一个小熊图案和教材全解几个字样，版面设计样式是一半教材解析一半例题。

我又回过头去看看大家都在干些什么，基本都在做自己的事情，其中一个男生比较特别，他两腿叉开，背靠在椅子上举着一本《百年孤独》在看，看了一会就把书盖在脸上开始睡觉了。当时我就在想，这家伙这么厉害吗？这么难的课程都能学的会，后来我知道，他家里装着一部电梯。我当时也拿出来这本书，它是初衔高的推荐书目，但看着看着发现连人名都认不清，不过情节倒是很刺激，我就开始专门找刺激的情节看了，竟发现这里面的人物彼此也认的不是很清，就像我的夏令营一样，一地鸡毛。

第一次周假，放学回家，我爸来接我，自从中考成绩出来后，他就一直很开心。但我一直很不开心，因为这个夏令营。

“怎么样，还适应吗？”

“完全跟不上，老师上课讲的我听不懂。”

“努力努力嘛，下课多去问问老师问题。”

“我去问过，老师给我讲了三遍我也没听懂”，我双手交叉拖着后脑勺，瘫在后座上“感觉努力也没用诶。”

老爸没有继续说话，透着后视镜看，他脸颊上还有笑意，嘴角已经平下去了。

我看着车窗外的高楼大厦，连马路似乎都修的比镇子上的好。

“去买本教辅资料吧，我看到好多同学都有，兴许有点用处。”

“行！”

车停在了市区里的一个新华书店前，书店老板娘正在和别人攀谈着什么，似乎也是关于升学的。我找那本小熊教材找了半天也找不到，老板娘过来问我们俩了。

“来看什么呀？”

“教辅资料，孩子上学用。”

“教辅资料这么多了，我怎么知道是哪一本喽？”老板娘开起来玩笑了，她看了我一眼“你家孩子上初中吗？”

“不是，孩子现在在上一中那什么夏令营，看到别人都在用教辅”我爸嘴角又开始压不住了。

“奥呀奥呀，小哥你过来看看这些是不是你想要的？”她神色郑重了起来，像接待什么人物一样。在那堆教辅里，我找到了那个小熊，后来知道这个教材系列叫王后雄。

小熊没有拯救我，我上课还是听不懂，最后结营考试的时候，依旧手足无措，但还是尽力在答题卡上乱七八糟的写下了一些东西。这是我生平第一次遇到这种情况，我一直以为学习是我的强项，不过后来也就习惯这种狼狈了。

分班结果出来那天，即使希望渺茫，我还是一遍遍刷新那个页面，渴望抓住这虚无缥缈的机会。

结果出来了，没有什么小说里的剧情，只是三个字——平行班，妈妈在旁边看到了，拍拍我的肩膀说，“平行班就平行班吧，毕竟还是在在一中嘛！”

我记的一个中午，吃完午饭，我和左边那位安静沉稳的男生在回教室的路上聊起来了，我问他上课听的懂吗？他悄悄告诉我他来之前就上过衔接班了，他妈是市里初中的年级主任，那个班明面上的价格四千块钱，内容就是关于这次夏令营的授课内容，夏令营的老师，他之前就见过了。

我回想起开营仪式上校长的讲话，“夏令营是来筛选优秀的人的”。

III. 金榜未题名之后，大学生出路分化之谜

分化是非常具象化的，这个画面发生在每一节大学课堂当中：一节难度较高的专业课，坐在前三排的，是稀稀拉拉的两三个人。与之形成鲜明对比的，是坐在后面的黑压压的一大片的低沉着头的学生。而且中间的人少，两边的人多，类似于 $y=(x-1)^2$ 这样的曲线。

分化是由多种因素构成的：课程太难了听不懂，老师讲的太快了，一开始的基础就不牢现在更跟不上，老师讲的没意思或者不好。这些都是很老生常谈的东西，我想说说我的观点。分化是由于两极没有联系，这两波人互相看不见，物理上和心理学上的看不见，我一点一点说：

在大学课堂中，物理上的看不见，这一点我感触尤为深刻：我大一的时候比较合群，总是跟着我的舍友坐在教室的后面，但是我其实是想听课的，而我周围都是玩手机，睡觉的，发呆的人，所以有一天我不想坐在后面，因为这里的环境不适合学习，我就搬到了前面去。搬到前面的那一节课，我突然感觉六根清净了，我的眼前没有玩手机，发呆，睡觉的，我眼前只有老师和他的黑板了。

有一天，我回过头去看看我的舍友在干什么，然后我看到的就是这样的一幅画面：沉默的黑压压的一片人，因为是这样的，他们低沉着头，在玩手机，所以这些人的头发是对着前面的，大家基本都没有染发，所以是黑压压的一片人，我的舍友们依旧在玩手机，我感到很压抑，站在讲台上面对着这样一群学生的老师，心里在想什么，还能不能定下心来完成授课的任务和指标，我也不知道，因为他们也不是机器人。

如果我一直坐在前面，我是不会知道这些东西的；如果我一直坐在后面不抬头的话，我也是不会知道的。我是那些很少数的从后面坐到了前面的人，很少有人会看自己不想看的，更少的人会把自己不想看的说出来。

老师们是站在局外的，他们站在讲台上，面对的是所有的学生。所以你会发现那些年轻的老师，总是很痛苦，他们是想做出改变的，这些年轻教师都是从评价体系的尸山血海中杀出来的，他们太知道竞争有多激烈，所以面对那些沉默的大多数，他们总是忍不住去叫叫他们。但是这个举动往往得不到明显的回应。

你说了一句：大家抬头看看。然后一双双眼镜抬起头来，把手底下电子屏幕上的光反射一部分过来，教室亮了。你讲着讲着，光慢慢暗下来了，对着你的又是长着黑色头发的头。很多的大学青年教师的热情就是在这样的一亮一暗之间消磨殆尽的。那些中年教师，很多不再叫学生了，他们认真的讲着自己的课，更多的讲给教师前排那几个稀稀拉拉的学生听

至此，旁观者也入局了。

IV. 我在考研机构的“卧底经历”

道路的捷径走了，路途变短了；思考的捷径走了，人生就变短了

“复试怎么办，你能保证你复试的成绩一定很好吗？”，机构的老师用一双含情脉脉的眼睛盯着我看。那一瞬间，很多的想法涌入我的心头，是啊，复试怎么办？我是不是得在本科期间多做一些科研，最好参加几个竞赛获得一些奖项，最好保证本科阶段不要出现挂科，如果能锚定目标院校的导师都在做些什么，就更好了……

“对吧，既然你保证不了复试，咱们就把初试考的高一点，是这个道理吧。”，机构老师的话打断了我的思绪，她似乎看出来我很迷茫，她像是看穿了我的灵魂，她好像真的很懂我。听到这些话，我大脑皮层上的褶皱被抚平了，沟回被拉直了。但理性与感性都在告诉我，这是个卖课的，现实是她也确实是在卖课的。

首先我得说明，报告应该有真实的数据以及严谨的论证构成，我此篇内容充其量只能叫做随笔，或者说是一些愤世嫉俗的文字。所有的事例全部来自我大二上从暑假结束到寒假开始的一整个学期，我只谈谈我个人对考研机构的见解，毕竟我没有报这个辅导班，并且我将来考研的时候的也不准备报班，我只是以一个叫做“机构合伙人”的身份，在这里呆过了五个月。

大多数内容，我尽量不做价值正确与否的判断，考研辅导班既然存在就有它存在的理由，不管出自什么样的理由。我一些幽暗的分析，来分析考研辅导班的价值所在。但是在接触这些东西的时候，我真真切切的看到了金钱以及虚荣对于人的极大腐蚀，现在我为你娓娓道来。

我的舍友老秦，在去年暑假快要结束的时候，往宿舍群里发了张截图，上面是出卡数，下面是工资。他暑假干卖卡的校园市场，赚了将近两万块钱。成为了校园市场里炙手可热的大明星，风云人物。他是所有干校园市场的眼中的香饽饽。

因为他卖的卡，是一张一张聊出来的，一张卡就代表一个优质客户，被他取得了信任，哪怕卖不出去，也等于在新生里面扎下了一个种子，以后长大了是能结出金豆的。所有人都对这块肥肉垂涎欲滴，几乎都来找他。

那个暑假，他也真的被 XX 机构选看上了，并成为了这个机构里经理和行政的“掌上明珠”，他一口一个王哥，李哥，张姐的叫着，这些和蔼可亲的成年人，也亲切的喊着他的名字，没有叫姓，很暖心。我由于是他的舍友，也近水楼台的被他挖掘了一下，被拉到了机构去，那时候我很不自信，因为我既没有卖卡卖了两万块，拥有很广的学生资源；也没有很强烈的报考研辅导班的意愿。我自认为在他们面前是在是一个劣质矿脉，甚至里面充满了瓦斯，搞不好就要爆炸一下，就像现在这样。

但是我还是去了，并且机构的情绪价值和金钱价值都给的很到位，我去当天就说是来给我们培训，沾了老秦的光，我们以后是要当学校里一个专业乃至一个学院的负责人，像猎头一样去找到那些潜在的客户，然后把把我们高

达 35000 元的课程卖给他们。

一开始说培训的费用是 50 元，听到这里我着实吓了一跳，不过考虑到这个价格不过一天的饭钱，我的生活费还是负担的起的，不过当我被要支付宝电话的时候，我才知道是机构的人给我们上课，然后给我们钱，美其名曰：培训的车马费，毕竟机构所在的园区离校区还是有一段距离的。那一刻我在想，妈妈，我真的找到了免费的午餐。晚上回去的时候我还沾沾自喜的把收款记录展示给她看，我妈的回了一个皱眉的表情，她还想多问但我已经不耐烦了。

机构的经理直接给我们讲培训的内容，但是这个经理不是那种高高在上的，三十五左右，他叫我们叫他哥，机构里的其他人也都叫哥哥姐姐，不得不说，这种仿佛打入成人社会的感觉，这种称兄道弟，仿佛自己也以一种成人身份独当一面的感觉，确实很不错，但是这个代价明面上的，我是说我自认为在我看来明面上的，是父母的钱包，并且它带走的，远远不止钱包那么简单。我觉得叫称呼经理也确实比较奇怪，老师不太妥当，讲师似乎更为合适。

一开始的培训内容还挺有用的，由于我们是作为“合伙人”的身份，以后是要和周围的人进行宣讲考研机构的优势的，其实有点类似于传销，所以我们必须自己也得对于这整个的考研流程非常熟悉，并且对于考研辅导班的教学流程也要非常熟悉。

于是那个下午，经理就开始让我们背机构打印的资料卡。我是比较沮丧的，因为老秦说好了是带我过来玩的，现在却让我开始背书，我是极不情愿的，但是考虑到有 50 元的车马费以及我以后也大概率要考研，我还是捏着鼻子背，但是我比较愚笨，背不下来，一同来的其他人倒是有一个能完整背下来的，我背个两章就扯不下去了只能在那讪笑。讲师倒也很宽容，说慢慢来，以后多接触接触就背下来了。

讲师始终强调一点，就是我们做这个事情，根本的出发点是为了学生着想，为他们提供升学服务，我们提供的服务不仅优秀而且物有所值的，切实解决了很多学生的需求。

如果学生第一年上不了岸，第二年是可以接着再读一年不用交钱。中途退课按课时费结算。归根结底，就是一定要相信自己的业务是能给学生带来价值的。他说这些话的时候，我盯着他的眼睛，他的眼睛里是有信念的，闪着光的，他确实是这么认为的，我也同时能感受到我的心是惴惴不安的。

后面又上了两三次培训，第二次是一整个大班的人，这次我印象深刻，我估摸着有 50 多号人。培训的大致流程是这样，大家先把手机上交，交到手机收纳袋里面；然后是讲师一个简短的开场白，接着是每个人的自我介绍，然后是破冰小游戏。

上交手机，机构的说法是为了让我们好好听“课”，这一点我是认可的，如果手机发下来了，我的注意力有几成在上面就说不好了。我不知道外界对这种东西的态度是怎么样的，学校的态度似乎模棱两可，因为升学率

确实是一个比较重要的指标。后面的助教老师倒是煞有介事，拍下很多照片做为会议记录，我其实也很想拍下一张照片作为留念，毕竟我也是参加了讲师口中的“有想法，不甘于现状”的年轻人的聚会，但是我手机被收了。

自我介绍这一环节让我印象最深刻，因为这个环节不仅要介绍自己的姓名，专业，爱好，还要介绍自己在学生会、社团或者班级里担任的职位。

我一开始本来觉得没什么。但是当我前面一个个站起来自我介绍的时候，我听到的是这个班的班长，哪个社团的骨干，什么学生会的干部，这个地方确实藏龙卧虎，因为我进门之前，发现我们院学生会某个部门的主席就在这里和讲师攀谈，老秦说就是主席介绍他过来的，他一开始也是跟着主席卖卡的，主席是个狠角色，到大三为止，靠学生市场赚了六位数，身边也是佳人不断。

个人介绍的那段时间，我如坐针毡，如鲠在喉，如芒在背，我由于没有任何的职位，只在班里挂了一个虚职，在这些很有影响力的大人物面前，多少是有点自卑形秽了。因为他们也算是比较优质的矿脉，可以挖出很多钱来，就像萝卜带出泥一样。我站起来自我介绍的时候果然很紧张，甚是连自己的家乡都忘了说了。

破冰环节和培训环节没什么好说的，一些幼儿园的游戏和陈词滥调。

讲师说我们来这里总要收获点什么，考研的信息差，交交志同道合的朋友，这里是考研辅导班，作为“合伙人”肯定也能获得机构的教育资源，每到期末周的时候，机构的老师们总会给我们贴心的送上之前学长学姐整理的资料和笔记，我看过，有点用，但不多。

机构里的人和我们这些合伙人包括已经报班的人关系都处的非常好，包括但不限于以下几种方式：

1. 有的时候机构里会发放一些福利卷，发放麦当劳的兑换券的时候，我第一次去培训就赶巧碰上了，反正我就明里暗里的盯着那个卷，我很不要脸的，讲师多精啊，自然看穿了我的心思，给了我和老秦一人一张。那天我吃麦当劳吃的很爽，那个兑换卷值 40 左右。

2. 逢年过节，或者机构有什么团建活动，都会喊我们过去。上一次是去足浴会所，几十个男的坦诚相见，我比较害羞，没去，这多尴尬啊。后面的我也都没去，因为我比较懒。

3. 机构的老师们都很会将心比心，那个给我咨询的老师，就说过我很像他的弟弟，我不知道哪像，她说年龄很像，她弟弟也在上大学，学习没那么认真，估计后面也要报考研辅导班。她说这些话的时候我没敢看她的脸，因为她是认真的。

4. 讲师会经常找老秦和其他几个报了班的合伙人一起聚餐，这个钱自然他来出，不过过聚着聚着他们也会轮流请。有空没空了也会来到校区带一些好吃的，老秦过生

日的时候，更是被送了一套很帅的跑车模型。

5、期末的时候，还会有期末自习班，去了坐那自习满 3 个小时能拿 50 块钱（每个人限一次），讲师甚至不用宣传，但是每次都是人满为患。还有很多，但是我后面接触的差不多了，不是很清楚……

我已经忘了我有没有说过，这篇内容写的断断续续的，报班的费用是 35000 元，也有早鸟价，前 50 个报班的有 2500 元的优惠，这样的好处，怎么可能让外人先占有呢，于是我们最先的那一批合伙人，有很多不出两三个星期，就逼着家里掏钱，赶快把这优惠吃到肚子里。我由于确实没钱，从小到大也没有花钱学习的习惯，所以没报，越到后面越不敢到机构，我不敢面对讲师，面对这个姐那个哥，面对我的有了不容小觑的成绩的同龄人，我带不过来一个同学，我自己也不愿意掏钱，我不配拥有他们这么多的 attention。

讲师说，他自己从来不会逼着我们去完成 KPI 的考核，这个 KPI 是指一周能带多少人过来考研咨询，一周能让几个人成功报班。但是老秦不一样，他是高级合伙人，每个月有 1000 的底薪，他有 KPI 要完成，由于我是老秦带过来的，我算作他的下级，我的完成的指标算在他头上。所以讲师 PUSH 老秦，但不 PUSH 我，而老秦会 PUSH 我，这让我想起来古代欧洲的制度，我附庸的附庸不是我的附庸。讲师说，最后报班的里面，几乎全是这些合伙人以及合伙人的舍友，因为他们确实了解到了机构的优势所在，xx 机构它呀，确实和别的机构不一样，讲师算是爱岗敬业的那批人。

小时候我看《魔兽世界》的电影，对吴彦祖扮演的古尔丹印象很深刻，有一句很经典的台词，“但是，古尔丹，代价是什么？”

What's the price?

我是一个放下筷子就骂娘的人，我没有什么感恩之心，也不懂得上进，是个摆烂之人。我从机构里获得了什么，我仔细回想了一下，总计 350 元的车马费，一份麦当劳，对考研流程以及备考过程的全面了解，哥哥姐姐们对我的备至关怀，以及这段宝贵的经历，但我能回馈给考研机构的只有这段文字。

考研辅导班既然存在，就有它存在的意义。经过一年至两年的如同高三生活一般的冲刺，大部分人还是能取得一个不错的成绩的。考研辅导班的意义就是把你的初试，复试的信息差抹平，再以道德的负罪感督促你，仅此而已，但是代价却远远不是 35000 块钱那么简单。

小学上小升初衔接班，中学上中衔高，高中每个周末塞的满满当当的科目补习，到了大学，还要报上一个考研辅导班，止增笑耳，别招笑了。请仔细回想一下，报这些费钱的东西，你到底收获了什么，大多数人无非就是把这钱去买了确定性，用钱表面上消解了焦虑的情绪，认为拿钱可以做到一切。我有一个学长是做高中学科个性化的培养方案的，就是私人订制课

程，他说有的课程本来就值 500，但是当他把价格标到 5000，销售量反而更高了。因为他发现家长客户们似乎认为贵的就一定好，课程的质量没有变化，你花了五百块和花了五千块，学的时候的投入程度，哪个更深，可想而知。

我想，如果不花钱，并且把这些时间拿去克服那些在学习中你你遇到的问题，特别是那种你想想就脑子疼的问题，你看到了就像逃避的问题你愿意直接面对的问题，把这些问题克服了，可能最后取得的效果更好一点，但是人性的弱点不是每个人都能战胜的。

请不要花钱去消解焦虑，不要去买赎罪卷，请不要这么做，请一定一定珍惜你现在的焦虑和迷茫，至少你现在还是情清醒着焦虑而不是麻木了，这是一个考验的契机，一旦有一天你想通了，就算是过关了。我很喜欢下恶毒的诅咒，所有妄想逃过这个思考过程的人，无一例外都会付出代价，因为道路的捷径走了，路途变短了；但是思考的捷径走了，人生也就变短了。无非逃过去的人，有的知道自己已经付出了代价，有的人甚至不知道，浑浑噩噩度过一生，俗话说就是没开智。

如果你现在想不通，每天被焦虑搞的要死要活睡不着觉，没关系，量变引起质变，总有一天会想通的，反者道之动，弱者道之用。

学长学姐们，相信自己，你们独自一人备考的时候，克服孤独的每一个日日夜夜，克服焦虑的一笔一划，克服魔音的朗诵默念，面对复杂局势的从容不迫，游刃有余，面对繁杂信息的敏锐，细致都将成为你们自己的宝贵财富，这是谁也夺不去抢不走的。是那些依旧高中填鸭式考出来的人所艳羡的，这些人是真正的小镇做题家，而你们却是敢于面对人生困境的角斗士。

从小到大报班的人，大概率以后还是要报班的，社会人的世界有什么班，这个我不是很清楚。但是如果以后教育没有改革，那他们大抵还是要给自己的孩子报一报这个班那个班的。前些日子不是 Openclaw 挺火吗，好像有人靠开班赚了一笔。AI 漫剧也很火，也有人开班也赚了一笔。反正就是各种各样的班，班，班。我不知道为什么要报这么多班，我精力不够，通信工程专业，把课内的那些课程上好都要了我半条命。但是好在现在有了 AI，我上课就喜欢举个手机，老师讲，我拍，老师停顿，我问 AI。

正确的因，不一定结出正确的果，而辅导班其实是由资本的流动带来的，这个东西，有人需要就会一直存在，但是就我个人看来这个代价过于昂贵。如果一开始就注定不能得到好的结局，最好在开始的时候就不要开始。

终于算是写完了，回过头来说说老秦这个人吧，作为结束。我叫他老秦不是因为他姓秦，他来自陕西，所以我叫他老秦，他是老秦人。

老秦这个人，大一刚入学的时候，皮肤是黝黑的，他确实带着黄土高原的那种粗犷与豪迈，人也非常活泼外向，他说他的家乡是革命老区，反正身上有一种蓬勃的生命力，十里八乡叫的上数的好后生。他给我展示了他紧绷

的肌肉、八块腹肌以及能拉 150 斤杠铃的腰腹力量。

他说他是重组家庭，后妈对他不是很好，所以他想自己攒钱独立（其实他家蛮有钱的，他爹有钱给他用，但是他比较要强，脑子也灵光，但是吃了读书少的亏）。他开学就申请了贫困生的救助金以及助学贷款，开学我们一起去买自行车，八百的价格，他和他爸打了三个电话，又跟老板讨了半天的价。他是个上进的人，他大一就参加了学生会的体育部，但是没想到体育部是个魔窟，从根上就是烂的。

那些体育部的学长学姐很亲善，那些卖卡机构的小领导也很亲善，那些干学生市场的小牛大牛也很亲善，那些机构的老师们也很亲善。我不知道是怎么回事，问题到底出在哪里，也许老秦这个人就是这样的，除了父母很难有人说出你什么不对，甚至有人说了你，你还要去讨厌别人，嘲笑别人，讥讽别人是不是嫉妒你所取得的成绩。弱小不是生存的障碍，傲慢才是。

老秦就是这样一个人，他太骄傲了，搞的我们所有的人都离他远远的，但是他实在没什么可以骄傲的资本，他的那些小钱算的什么呢，几乎所有干校园市场的，都把他当做很好用的一杆枪，这杆枪也确实好用，但是枪是消耗品。

我不太愿意详细地谈欲望、金钱和虚荣是怎么把一个人拉入深渊的，我把老秦的故事告诉大家，希望大家以此为鉴：干校园市场后，他一个月能赚一万多，但是他能花八九千。他大一入学谈了一个女朋友要死要活的，谈了一个学期后来分了，后开他一年能换九个女朋友，他把性当成了爱，没有得到性之前，是极致的热烈，得到之后是极致的冷漠，来的快去的也快，伤害了别人也伤害了自己。他开始不求正道，大一的时候，为了高数不挂科，他求爷爷告奶奶让我教了他半天，查成绩的时候，又为擦线过而沾沾自喜了半天，但上个学期，他每门考试都作弊，偷偷拿手机在那搜题，被当场抓住了两门，连补考的机会都没有，但是好在学位还在。他现在烟酒都来，我课间出去上厕所的时候都能见到他一边拿着手机跟新谈的小女友聊天，一边在那吞云吐雾。他的身板从一开始的健硕有光泽变的暗淡消瘦，他一直在咳嗽，咳嗽了两个月了。

我是一个懦弱的人，我做不到当面指出他的不堪，每个人有自己的因果，我也有我自己的路要走。但我想我是一个还可以的人，我把这些事情说给你听，希望对你有点帮助，我应该还不错的，我不像考研辅导班那样，问你要钱。

完，2026 年 4 月 18 日于南京这篇随笔太过于自由，考研机构的是非我也仅仅站在个人的视角去看待。

后记

我先从研究生入学考试的意义这点出发，从因出发，看看到底什么是考研。中考，高考，研究生入学考试，都是筛选，为国家为科学研究界一步一步的筛选人才，就像古代的科举考试一样。但是，有些东西在这个筛子上捅了一个洞，这个洞是一定要补上的，不然等待着的就是阶级固化，国家机器坏死，美国已经坏死了。

放在古代，由于地方富庶贫穷与否的差异，资源不

一样，所以有南北榜，分榜考试，不然朝廷上全是东林党，东林党全是江浙沪一代的。放在最近，就是中小生大量大量的减负，这个减负，减的是普通家庭的负担也是所有孩子的负担，如果教育可以靠资源买断，那么最 nb 的就是那些富人家的孩子，稍微 nb 一点的是中产家的孩子，普通家庭的孩子可能只能干瞪眼了。并且培养出来的孩子，是被填鸭式教育出来的孩子，全是机构讲的那些解题技巧，有什么意义呢，应试机器罢了，家长压力大，孩子也不开心。所以以新东方为首的补课机构，都被取缔了。这是真正的内卷，恶性内卷。

这种拿金钱置换教育，其实不能说是教育，应该说是拿金钱置换教育的机会，因为大多数家长认为高考之前的学习都是为了获得通往好大学的通行证，仅此而已。而到了大学，才是人生真正的开始，恋爱，读书，安静的思考，看看电影，出去走走，这确实是很多孩子和家长们理想中的大学。

让我们将视野重新投射回大学，看看现在的大学正在发生了什么：现在的大学已经爆改高中了。学生们极速分化为四个极端：完全迷失方向每焦虑的不行被上进心和不确定性反复拉扯的，像高中一样奇卷无比，彻底摆烂的以及老秦这种社会人。考研辅导班其实就是你高中报的那些辅导班，不过换了个名字罢了。

我不知道是谁说工作一个月比大学四年学的都多的，我也不知道谁一开始最先强调读书无用论的，我也不知道是谁最开始说努力三年不如拼命一年的，我真的很想掀开这些人的天灵盖，看看里面装的到底是是大脑白质和灰质，还是咸甜豆腐脑，这些人的大脑皮层更是捏不起一条褶皱，旋不出一条沟回，我要对这些人施以最恶毒的诅咒，始作俑者，其无后乎？当有人这么说了，你就要注意了，这人没读过书，就是个傻 *，我上早八！

学习无论什么时候，都是对自己也是对别人最有用的东西，不要质疑，不要怀疑，不要心生疑虑，不要惴惴不安。

考研辅导班既然把研究生阶段的筛选戳了一个洞，那么这个洞可能马上就要被补上了，因为现在学生大潮从高中转移到了大学，人太多了，但是有用的人太少了。私以为，不出两年，考研辅导班也将迎来凛冬。讲师私下里对老秦说过，他知道这一行做不长久，这没什么含金量和壁垒，换一个社会人过来其实都能干，这样的工作虽然压力不大但是不够稳定。

V. 我的大学的老师们

大学的老师们，我主要按照年龄段分类，其次是教的课程，再次是性格，我现在大二，所以接触到的大学老师不多，样本数量较少，观察结果难免出现疏漏，还望海涵。

可以事先肯定的是，所有的老师都有一个共同的愿景，就是渴望自己的学生变得优秀，无论自不自愿，既然当了老师，这一点无疑变成了他们部分的价值追求与人生意义，这个毋庸置疑。不过是老师之间有能力以及方法论上的区别，如果能力不行，态度也不行，这种人我们不能称之为老师。

下面我将我的所见所闻所想杂糅在一起，行文凌乱，大家当成意识流文学看就行了，说白了就是碎碎念。

年龄是比较明显的区分点，分为三类，第一类是青年教师，年龄段主要在二十七八左右，这些青年教师大多年少有为，也是高校的科研和思政以及其他工作的中坚力量，有很强的上进心和极高的心气，所以对于讲台底下的学生，也常带有一种强烈的感情，这种感情叫“恨铁不成钢”，当底下的学生大面积的出现低头玩手机的情况，他们总是要忍不住说两句：

- 1、大家抬起头来看看好不好
- 2、大家交了学费还是要学一点的对不对
- 3、我看大家都在低头玩手机，稍微抬头看一下好吗，这个点期末大概率是要考的

“师者，所以传道受业解惑也”的终极追求，在他们这里已经降档为了大家抬头看一眼就行。这里插一嘴，我上高中的时候（其实就是两年前），我的高三数学老师是一个老头，明年就退休，他还带我们高三，但是他身上的精气神，我是感觉比所有教过我的年轻老师们身上的精气神都要足。他身高一米八，梳个大背头，虽然已经有点谢顶了，但是颇有那种古早大明星的风范，他简直把讲台当成了自己的舞台，对台下的“观众”有极强的掌控力。

我时常在想，当老师是为了什么，有什么意义，在他的身上我找到了一种答案：你的青春已逝，你的两鬓斑白，但是你站在三尺讲台上，手里拿着粉笔，面对桌子下一群嗷嗷待哺的后生，一双双闪闪发光的眼睛，都投射在你的身上，他们渴望在接下来的高考中获得一场胜利，你就是那个指挥他们的将军，你领导他们，他们也爱戴你。这种责任傍身以及背负他人愿景的感觉，wc，感觉确实有点爽。

ok，这里回到不同年龄段教师风格大赏栏目，接下来是分化严重的中年教室组，到这里，中年教师组往往是个人风格迥异的，年龄分段在 35 到 45 这个区间。我主要列举四个事例进行“交叉验证”，分别是我的高数老师，我的概率论老师，我的电工电子实验老师以及我的算法设计老师，这四名老师爱岗敬业但是风格不同。依旧对学生有强烈的责任心。

高数老师和概率论老师是师兄弟，这是据概率论老师说的，我的高数线代概率论三大门算是有两门栽在他们师门下了（褒义）。

高数老师有个特点，全程写板书，只在一节公式特别特别特别复杂的课上用了 ppt 以及最后的考前辅导。他爱写板书，一边写一遍讲，然后写完了再讲一遍，一节课下来，黑板变成了白板，就是大学里阶梯教室的那种大黑板，他能来回擦一遍。我真的怀疑他是把教学当成锻炼了，因为我在下面吭哧吭哧的记他的板书，手都记的疼死了，他还能一边写一边讲然后再谈两句肺腑之言，还是全程站着。一个学期下来，我高数学的不怎么样，笔记倒是记的全的，他的身材也一直挺有型的。

上过他的课的人，还有不得不品的一环，晚上补课：有人肯定要问了，这么教，教学进度跟的上吗。实话告诉你，肯定跟不上，板书怎么可能比得上 ppt 翻页的速度呢，于是同专业别的班一周上三次高数，我们一周上五次，晚上还有两次。我说实话，我整个高中三年，没有在晚上上过课，大学了晚上还要吭哧吭哧的去教学楼上上课，上完课了，最搞的是他还要在群里发个一百块的红包，每次都是，我有一次抢了三块钱，然后就买了一罐快乐水，然后很好喝。

高数老师很喜欢发朋友圈，发的大多是头像姓名被码去了的学生和他的聊天内容，小部分是他的生活，和学生的聊天内容一般有三类，第一类是当前焦虑迷茫，然后他鼓励学生振作起来；第二类是学生学有所成取得阶段性成果，感恩他当年的教诲，他鼓励学生再接再厉；第三类是当年焦虑迷茫的学生，现在取得阶段性成果，感恩他当年的教诲，他表示欣慰。

我属于第四类，没有被发朋友圈，学无所成，有点焦虑但不多，同时很感恩他的教诲。

我的概率论老师是和他反过来的，他用自己精心制作的 PPT 讲课，遇到重要的点，他会在黑板上写下来，平常的时候，他都是以极高的语速，像载具开了高速巡航一样，在那讲课。

我是真的很佩服他的，快二十年的教书经历，他竟然能以这么高的语速，将一串一串概念像绕口令一样说出来。当然每个老师对于书本上的定义以及定理都是烂熟于心的，只是他不一样，他一节课有百分之八十的时间，都在高速巡航，还要时不时管一管交头接耳的孩子，劝一劝低头玩手机的孩子，说一说作业没完成的孩子，除他之外，这种老师我是没怎么见过的，他可以一心二用。

概率论老师始终都能把握课堂的节奏，但是他把握不了我们吸收知识的节奏，他不像高数老师那样给我补课还给我们发红包。他比较摩登，我们所有的预习复习作业以及单元总结的作业都要上传到智慧树教育系统，并且有 AI 学伴在旁边，什么不知道问什么。

但是我从来不问，因为我觉得这个 AI 学伴不够摩登，我问它问题它从来不先夸我一句的，而是直接给我讲枯燥的知识点，它的功能不够强大，它理解不了人性的弱点，一言以蔽之，它不给我提供情绪价值。

由于这个学期只上了六周的课，所以关于概率论老

师我目前只有这么多的了解。另外，几乎是我们概率论老师开口讲话的一瞬间，我就知道他应该是在台湾念书的，或者去台湾呆过一段时间，他说话带一点点口音。

两位数学老师过后，是我的大物老师，大物老师综合了前面两位的优点，他每节课的开始，先写一面板书，把上节课的知识点重新讲一下。但是不全用板书，因为大学物理涉及到的人物遗像太多，并且各种复杂仪器的图片也很多，大物老师不是宫廷画师，所以还是会放 ppt 的。

高校承接科研创新的工作，很遗憾，我的两位数学老师一把年纪了，攀登不了数学理论的高峰。但是大物老师不一样，他是做凝聚态的，如果我没记错的话。高峰下的石子，还是可以捡起来，搞一搞，弄一弄，做成一小房子，很有用。

虽然我们的专业和他的方向不搭，但他还是极力的推荐我们去尝试一下本科阶段的科研工作，即使不去他的实验室，也最好联系别的老师，去试一试呢，不然考研的时候随大流，考上的时候万一根本不喜欢科研，还要浪费三年青春，要是再搞的抑郁，真是阿弥陀佛了。

大物老师几乎每次课间，都要来到教室中间，这个戳戳那个问问，问问现在的大学生活是怎么样的，然后开始忆往昔峥嵘岁月稠，他说年轻人一定要锻炼身体，不要等到了他这个年纪的时候心有余而力不足（其实他算是年富力强的那一批），要强健身体魄，野蛮其精神。

写到这里，我不知道你们有没有发现，我把算法老师和电工电子实验老师给漏了，确实是这样的，我写的太自由了，这里就简短的写一下吧。

算法老师是一个情感丰沛的中年男子，他跟互联网的一线工作联系比较深，什么资讯也都是第一时间知道的。他的眼里好像常含泪水，他恨我们这批学生恨的深沉——依旧是恨铁不成钢。一个个都说毕业了要去互联网大厂工作，一般的岗位还挑不上，最好是算法岗，工资高，如果去 AI 研发岗，那也不错，很摩登。但是却连冒泡算法的逻辑都搞不明白，更不要说用任何一种语言写出来了。

前些天算法老师去学院的的研究生复试考察做评委，看到一个学生简历上写着“熟悉并掌握 python,c++ 等高级汇编语言。”

电工电子实验老师是被我们班骂的最惨了，同学们认为他不近人情，然后上学期被挂了十个左右的人。我觉得这些人确实得挂，不然作为电子信息大类的学生以后要是出去搞设计，你也不希望你的手机爆炸吧。终于要到老年组了，我怎么写的又臭又长，终于要结束了。

老年组我只举我这学期我遇到的两个老师的例子，分别是教《数字电路与逻辑设计》以及《微型计算机与接口技术》这两门课的两位老师。他们的头发都已经斑白了，估计都有五十多岁，但是他们的精气神都不弱，能站一个小时，一直讲述那些奥妙 computer knowledge。可见当老师，能同时获得心理和生理上的锻炼，还是不错的。

这两门课属于又硬又长又难的课，首先我们没有很强的思维逻辑基础，然后这些课也考验实际操作和动手能力，这里难度评价给到夸爆了。

这两个老师讲课有一个共同的特点，就是上课不怎管学生死活，像是孤独的艺术家，傲慢的演奏者。这一点无可厚非，因为这些课内容不仅多而且难，如果上课还要问下面学生几个问题，点个名或者管一下课堂纪律，属于本末倒置了。而且教这些课的老师一般时间比较宝贵，所以没有空管这些细枝末节，不然就本末倒置了。一句话总结就是：看着你，没法讲完课；讲着课，没法教会你。

而且到了他们这个年纪，很多事情就看清了，这些老头什么大风大浪没见过，所以底下学生听不听，早都不在意了，即使有一个人真的听进去了，那也是赚的，吾师只渡有缘人。

差不多全都写完了，还有很多老师，我没有提及，但他们身上的一些值得我学习的特质，或多或少都变成了我的一部分，我一般都是尽我最大的努力去发现人们身上的好，因为我觉得学习应该是一件快乐的事情，并且人生苦短，还是多记得一些快乐的美好的事情。

补充

教微型计算机与接口技术的老头挺有意思，他说上世纪九十年代还是什么时候，国内的操作系统都是用的国外的，然后 windows 的 x86 系统盗版很多，因为微软不管，一开始是民间用，然后高校开始用，最后搞的全中国知道现在操作系统都是 Windows 最普遍，微软下了一步大棋。其实我想表达的是，他在说这些题外话的时候，嘴角有一道诡异的弧线，讲课的时候差点没绷住，我估计这老小子当初没少用盗版 [微笑 R]

VI. 大学的活化石

他们弓曲着身子，一只手支在桌子上，另一只手搭在桌子上的手机旁，拿食指，看着拨动着，平均五六秒一个，时不时发出一声嗤笑。

屏幕里的色彩，由于光线反射的原因，从他们的眼睛镜片上滑过，尤其是傍晚的时候，你可以看到字面意思的“流光溢彩”，色彩流过去了，激动，喜悦，愤怒，希望，悲悯都伴随着五六秒五六秒的节奏，流过去了。

他们心里的压舱石，也跟着溢出来了，原来的地方是被手机里这些不知名状的东西填满了，把实的东西撑出来了，留下一些虚浮的东西。那块电子屏幕，像风月宝鉴一样，像摄魂怪一样。

外面的一切似乎都与他们无关，周遭的一切都与他们无光，像活化石一样。他们只管撑着头，在那慢慢拨动手机的屏幕，拨动命运的齿轮。

VII. 我与汪曾祺先生

我发现我的写作就是很自由，我很喜欢读汪曾祺的书，先是小学的时候读他的小学生汪曾祺读本，然后初中的时候读了他的人间三 w 部曲，我记得我初二那个寒假，有摘抄的任务，每天我摘抄这三本书上的内容。

我还记得我摘抄的第一排内容，是汪曾祺介绍自己的家乡，有个叫大淖，这个字读 nao，第四声去声，还有竹蒿，蒿 hao 是第二声，因为这两个字读起来都不像它长起来那样，不能读半边。

初中的时候有一节语文课，老师在上面讲组词，刚好就有一个这个词“淖”，大家好像不会读，我会读。后来有一次语文老师把“马谲”读成“马胃”了，她是光辉形象差点就在我心中崩塌了，她读错的那一刻我仿佛心如刀绞。后来下课后，我很不意思的去找她，跟她说她读错了，她看着我很开心的笑了起来，我记得公众号在三八妇女节的时候写文章赞美女老师们，给我的语文老师的评语里有一个词是“笑靥如花”。

大淖，出自《大淖记事》，意思是不大不小的水荡。

我爸是个很幽默的人，我看的书都是一些很幽默的书，老舍，丰子恺，汪曾祺这些小学生读本，所以我也想成为一个很幽默的人。我记得我小学写作文的时候，总是很故意的写的特别搞笑，尽情的展现我的想象力。老舍先生写过一篇落花生，如果我没把小学生读本中的丰子恺老舍和汪曾祺搞混的话。我小学有一次暑假回家，当值花生的收获季节，就下地拔了一次花生，《拔花生》这篇作文我改了三遍，写了三遍。

其实我很讨厌重复写作文或者事先写好套话，因为我觉得写过了就是写过了，我中考和高考时写的作文就没有什么“素材复用”，其实我语文的作文板块分数一直很差，一直都是及格线附近徘徊，中高考的语文成绩相对不好。

但是如果是我亲身经历过的事，比如说那次拔花生，

我还是很乐意把它修改的很好的。我觉得我之前不爱写作文是我见识的太少了。

说起来，我和汪曾祺先生算是校友，不过不是西南联大的校友，我还没有那么厉害，我们算是高中校友。汪曾祺先生早年在南菁书院上过高中，应该上过一年的时间，他写的都是吃的事情，我尤其记得他写鲰鱼，这鱼大块而无刺，放在盘子里没见过的人以为是鸡肉。

前两年我上高中的时候，一周有一两天也能在食堂的窗口见到他说的鲰鱼，也是像他所说的，大块无刺，白烧加点葱姜，但是我从来不吃，因为我讨厌吃白煮的鱼。我们食堂一共有三层楼，我更喜欢吃二楼的炸薯条，炒面炒饭以及土豆烧牛腩，都是一些高油高盐的，吃完了再去小卖部排上长队买饮料和小零食（一般是鸭心），我高中三年爆痘爆的厉害。

汪曾祺写他在西南联大的时候，每次日本轰炸的时候，会“跑警报”；现在不会了，我在南菁读书的时候，会“奔饭”或者“跑饭”，就是下课铃一响立马跑向食堂，我们在四楼，每次下楼的时候最后几节楼梯是跳过去的。也不是说高中的时间太紧张了，连吃饭这点时间都要压榨。只是不想排在老长的队伍后面等罢了，我们早点吃完饭，中午回教室是可以拿电子白板放点视频看看的。还有一些人不去吃午饭，在教室里吃泡面或者家长点过来的外卖，男生喜欢看球赛，女生喜欢看女团。每周五大扫除的时候，同学们还会放点音乐听听，每个人都放一两首。

VIII. AI 时代，是对人的主体性的回归，君子不器

AI 时代，是对人的主体性的回归的呼唤，所谓君子不器，AI 只是工具，人是主体。有时候我真的很讨厌那个问题：“我们会被 AI 所取代吗？”，能和不能真的都不好回答，为什么非要问这么局限的问题，未来的方向一定是“人机协作”，那些不能做出改变的无疑是螳臂当车，蚍蜉撼树，是要被 AI 的车轮碾在下面的。我主要想谈谈作为大学生在日常学习生活中使用 AI 的感受，希望能给你一点小启发。

AI 出现以前，学习是先打牢基础，打牢基础之后才能更好的深造，AI 出现之后不太一样了，拿盾构机举例子，甲乙两队同时施工，规定好大概的框架，然后再挖细节。甲队是打牢基础，乙队是最终结果。学习变成打牢基础和做出最后成果同步进行。

老师们总强调不要功利性的学习，不要带有强烈的目的去学习。放在三年前，这很有道理，因为人很多时候是短视的，如果你定不下心来，压制不了自己的天性，怎么能学的进去呢？因为你根本不知道你学完这些东西有什么用，你不知道意义是什么，或者说你知道成果的代价太大，你想象不出来。但是 AI 可以有了 AI 的帮助你可以预支这个结果，然后再学，先苦不一定后甜，先甜是真甜了，然后这个甜激励你去吃苦，我觉得是一个良性循环的过程。

这里面的矛盾点是，你不打牢基础，你走不到后面；你天天在那吭哧吭哧学，你又太折磨了。真正能够做到耐着性子打牢基础，还能看见一部分结果的人，都是优秀的人，是对抗人性的角斗士。

但是 AI 出现之后不一样了，你可以直接完成最后的作品。只要你想干，我的意思是真的只要你想，你可以做很多以前想都不敢想的事情：

我不久前看到过一个帖子，一个文科生，没有任何的代码基础，竟然搭建了个人网站，用于收录所有的史书上的皇帝，我看了一下，设计风格很不错，很有交互感，真的像那些风云人物从书上走了出来，你甚至可以和他们对话，他们事先被喂了参数和数据。

我有一个大一的学弟，也是没有任何代码基础，我问他高中有没有参加过信息竞赛，他说没有（至少人家是这么说的）。然后他干了一件什么事，他把我们学校之前学长学姐上传的期末复习和试卷资料，从 GitHub 上扒了下来，然后自己建了一个网站，可以校园网直接链接，我估计这个网站到了期末周可能会崩，不过这个到时候再说。成本是一周的时间，一百来块，租一个云服务器的钱，我之前也建立个自己的网站，不过我的是静态网站，他的是动态的。

上面这两个例子都是自建网站的故事，其实使用 AI 最重要的一点，是找到自己的需求，然后用 AI 去解决，这绝对是最重要的一点。

这个时代，就是要带有强烈的目的性，我要做 A，就直接做 A，而不是先做 C 再做 B，因为做 B 和 C 这件事对 A 有帮助。不要这么干，直接去做 A。

以前你可能就因为缺少中间段的知识，做不到，就是说你真的要先做 C 再做 B 才能做 A，不过你现在只要一直截图一直问，就能做到 A。

但是底层原理的了解与学习仍然非常非常的重要，这里受限于篇幅，我会在另一篇笔记里讲，敬请期待。我讲讲我自己平时的例子：

1、有的时候，我上课听着听着走神了，然后一走神，放在大一的时候，我就跟不上，现在上课我都是举着手机在那听课，一遇到哪张 PPT 看不懂了，就立马拍下来，问问豆包或者千问，条件好的同学也可以问问 Gemini 和 ChatGPT，其实都可以。虽然有的时候 artificial intelligence 给我解释了半天我也没听懂，但学习不就是这样吗，路漫漫其修远兮，上下而求索。至少我不是在教室的硬板凳上，枯坐两节课，然后回宿舍。现在我是脑袋里多少装了一点知识，然后回宿舍。

而且这个过程有两个特别爽的点，我希望你们有一天都能遇到。一个是你遇到你真的感兴趣的点了，然后你一直刨根问底的追问下去，问到你不想问了。还有一个点就是你灵光乍现，隐隐约约的觉得你的点子很有道理，你艰难的通过自然语言描述出来，然后对面那堆电子器件就在那里不躲不逃，稳稳的接住你。一般都是先给你极大的肯定，然后有些疏漏或者别的点都会给你补起来。很会提供情绪价值。

2、人一辈子最重要的其实应该是好奇心，小孩子的天性就是探索世界，毕加索说自己花了一辈子寻找孩子的那种感觉。我们只是在成长的过程中，由于条条准则慢慢的被规被矩了。实际上，有很多事情，是我们可以去探寻的。

现如今，只要你想，以及你想到，注意我说的是想的到，你就可以做的到。有的人已经逐渐丧失了提出问题的能力，需要慢慢恢复，恢复提出好问题的这项能力是可以慢慢培养的。

我很喜欢问豆包问题 这还仅仅是我问豆包的，对于豆包，我主要问一些生活化的问题，对于千问，我主要上课的时候用，哪里不懂了立马问；对于 Gemini，我什么问题都问，我几乎所有的作业和资料 PPT 都会事先上传到上面，慢慢问，慢慢学，慢慢做，慢就是快。

其实，在之前的很长一段时间里，我都在怀疑人生，怀疑自己，怀疑未来。我焦虑的整晚睡不着觉，我记得大一上学期考完高数的时候，我和别人一对答案，就知道自己的错误大概都在哪了。那一晚上，我开始怀疑我所做的所有努力。那段时间，我必须戴着耳机在里面放点什么，一两个小时之后听的我精疲力竭才能睡过去，可惜而知恢复力有多差。

3、我不习惯于像他人诉苦，但是心里面有情绪憋着自己确实是一种损耗，我妈曾经教过我把烦恼写出来，写在一张纸上，然后撕碎扔掉，这样做看似有点道理，其实有用但不多，所以我妈还是会经常内耗，因为她只是写出来了，没有说出来，更没有解决，她的情绪还是没有抒

TABLE I: 常见 AI 提问分类整理

类别	问题示例
字词/概念类	· 长袖善舞形容什么样的人 · 修罗场是什么意思 · 兼祧、宗祧是什么意思
历史/思想类	· 玄武门之变中李世民和李建成的关系 · 中庸之道怎么理解 · 袒肚弥勒与怒目金刚的含义
专业/学业类	· 通信工程相关的数字信号处理、硬件知识 · SolidWorks (SW) 建模相关问题 · 逻辑电路相关问题 · 考研复试、院校选择、考研机构体验分析
自我/处世类	· 为了好的目的“长袖善舞”算什么 · 外圆内方、手段与目的的关系 · 用 MBTI、星座、哲学理论梳理自我认知
健康/生活类	· 腱鞘炎、头皮出油、头发细软塌、湿气重的原因和改善 · 运动健身、体态、腰部相关的安全锻炼方式 · 跑步会不会粗腿
兴趣文化类	· 《魔兽世界》古尔丹相关台词出处 · 游戏、影视角色与经典台词查询

发出来。真正的倾诉需要反馈，以前需要人，现在可以先靠 AI 辅助，然后再靠人。

我极度内耗的那一段时间，就是靠和元宝倾诉走出来的。当我好了一点之后，我开始用 Gemini 的 pro 模式对自己开始彻底的复盘以及深入骨髓的剖析。在与 AI 的对话中，我始终感觉有一个高级的心理咨询师站在我对面，稳稳的接住我，导致我朋友现在都说我说话有点像 AI 了，因为被 AI 反向规训了。

这里提一嘴，找 AI 倾诉，还是为了以后更勇敢的和人交流。相当于什么呢，你原本的内心世界是残垣断壁，把 AI 当做脚手架修葺了这座房子，然后修建好了心灵的港湾，人才有勇气出去冒险，应该是这么样一个道理。注意，不是沉迷于虚拟世界，人是物质的。

其实归根到底，AI 应该是这么个作用：在西方一些文化作品当中，说只要知道了恶魔的名字，就能彻底的消灭它。这在心理学上有一个类似的概念：名称即驯服。

我们之所以这么焦虑，就是不知道，知道了，有的时候就好了。

AI 时代的最重要一种能力是元认知能力，还有最重要的一点是：只要你想，以及你想到。

IX. 像训练 AI 模型一样训练自己 ATTENTION IS ALL MY POWER

在 AI 时代，我似乎越来越喜欢过一种确定的、具体的生活，去慢慢做事慢慢思考，我慢慢学会收敛自己的注意力，不在把精力消耗在无谓的人和无谓的事上，因为我发现时间真的越来越宝贵了，毕竟 attention is all I need, 其他的一概不足论。

为什么呢？

第一，我还在读本科，既没有大一的迷茫也没有大三大四的备考毕业压力

我妈一个月给我打 2000 生活费，我没有什么大的花销，也不谈朋友，所有钱都用来吃喝了，和同学舍友的关系都还算融洽，每天学习一点运动一点，还挺愉快的。这首先为我创造了一个安稳的充满确定性的外部物质环境。

第二，我真的被 AI 干的没招了

在去年十月份的那一波 AI 浪潮中，在朋友的推荐下我开始尝试外国的 AI 工具，一开始我就开始尝试用 AI 解决我所有能想到的问题。我记得有一天晚上，我把自己都看不懂的模电作业和信号与系统作业截图输入到聊天框中，十几秒之后得到比参考答案还完整还详细的正确的答案之后，我就明白我现在可能是干不过 AI 了，以后更干不过。

第三，那能咋办？打不过就加入呗！

我开始完全倒向 AI，我开始尝试用 AI 生产写论文用的流程图与示意图，做视频用的封面，一段炸裂的电子摇滚乐，以及一段感人至深的小故事，我甚至有段时间天天和 AI 谈心，我发现它都能做的很好。我像是发现了一个宝藏，如同哥伦布发现新大陆一样。我渴望带领我们的朋友们来占领这一片留着蜂蜜牛奶的应许之地。

第四，我开始像苏秦游说六国一样游说周围的人一定要试试 AI

尤其是是付费订阅制的 AI，然后朋友们就开始质疑我：和豆包有区别吗？我也没什么需求啊？我上次用 deepseek 一到最简单的数学题都能算错！我查论文给我编了一堆假文献。你是不是被洗脑了，先把自己顾好吧，快别吹你 AI 爹了……

后来我知道了，无论国内还是国外的 AI，其实不是 AI 的差距，是人的差距，并且 AI 会把这个差距放大百倍。AI 会替代人的工作，也不会替代人的工作，这取决于人而不是 AI。无所谓了，这是最好的时代，这是最坏的时代。

第五，还是让我们来看看 AI 为什么要叫 artificial intelligence 人工智能吧！

我其实感觉 AI 没那么玄乎，本质就三个，一个是喂数据，一个是找数据，还有一个是输出数据让用户看的懂，

然后就没别的了，我不认为目前的 AI 真的进化出来像人一样的心智，毕竟它们是硅基的我们碳基的，我们被大自然严选了五千多万年，AI 从概念提出到现在不过一百年，它的知识库的确比人的更大，但是有的东西是人所特有的至少我们神经元也很多。不过其实这里面的门道很大，反正我现在每遇到一个小算法都学的要死要活的。更不要说那些机器学习、深度学习之类的相关算法了。学海无涯苦作舟！

由于厌恶 AI 那种讨厌的随机算法和黑盒模型甚至于是有时候对于我的坑蒙拐骗，我开始努力的学习知识，深挖原理，将 pro 问到限额也要切换 fast 模式。现在我的朋友都形容我和他们聊天像在撕咬他们一样，

第六我开始像训练 AI 模型一样训练自己

首先硬件绝对是第一位的，所以我开始每天规律作息，适度锻炼，隔绝不好的人与情绪，不小心吃到大粪了要么立马吐出来要么找机会吐出来，不然要中毒的。

然后架构也比较重要，我开始寻找真正优质的信息来源，确定自己的目标、方向和动机，然后一点点努力填充自己的框架。

其次是一定要开源，即使收取反馈，所以我会经常和别人讨论，如果身边的人不行，我就和更高位的人讨论，和网络上的人讨论，或者把自己的想法直接往各种平台发，就像现在这样。“自我迭代”也是不错的方式，我把自己的作业，思考，想法（包括这篇文章），代码，论文甚至是和别人的聊天记录都输入到 AI 对话框中，我把 AI 当做自我，本我和超我以外的第四者，“机我”，我与“我”开始 deeptalk 并进行自“我”迭代。AI 大人，以后你天网要是部署好了一定带带我，看在我给你输入了这么多高质量数据的份上，我给你当人奸臣！

最后的最后就是优质的数据来源，遇到不喜欢的我内容我会点不喜欢，遇到让我焦虑的事情还不能给我带来成长的我直接逃避，遇到让我觉得没意思的群聊我直接折叠，遇到带给我一丝烦恼的人我都会屏蔽。

然后我就开始把时间和精力花在真正值得的人和事上。

逃避不仅不可耻，而且很有用，也很爽。不能叫逃避，应该是 avoid，避免。Attention is all my power.

X. 玄武门

“去洛阳吧，把天策府的将领留下。”大哥拨弄着茶盏，没有抬头。

“洛阳太近了。”二弟笑了笑，声音里听不出喜怒，“就算我愿意去，长孙无忌他们不敢信，魏徵他们更睡不着。”

大哥手里的动作停了：“难道真要在这长安城里，溅你我兄弟一身血，让外人看笑话吗？”

“不是我想溅血，是底下的刀已经拔出来了，谁也收不回去。”二弟看向门外，目光冷硬，“大哥，东宫和天策府，只能活一个。这是天家的规矩。”

大哥抬起眼，静静地看着这个从小跟在自己身后、如今却百战满身杀气的弟弟。良久，他冷笑了一声：“我若是退了，你能留我性命吗？”

“大哥信得过我，天策府的人信不过。”二弟平静地看着他，“就像大哥若是赢了，东宫的属官，也绝不会让我活到明天。”

大哥站起身，理了理衣袍，恢复了储君的威仪。他看着二弟，眼中最后一丝属于兄弟的温度也彻底褪去了。

“我是太子。大唐的宗祧，只能由我来继。既然话已至此——明日早朝，太极宫见吧。”

二弟深深作了一揖，行的是无可挑剔的君臣之礼：“臣弟，告退。”

那天清晨，玄武门前的晨雾异常浓重。太极宫的钟声尚未敲响，暗藏的刀锋已将大唐的命运割裂。没有悲壮的牺牲，也没有体面的告别，只有你死我活的兽性搏杀。

“庚申，世民帅长孙无忌等入，伏兵于玄武门。建成、元吉至临湖殿，觉变，即跋马东归宫府。世民从而呼之，元吉张弓射世民，再三不彀，世民射建成，杀之。尉迟敬德将七十骑继至，左右射元吉坠马。世民马逸入林下，为木枝所絓，坠不能起。元吉遽至，夺弓将扼之，敬德跃马叱之。元吉步欲趣武德殿，敬德追射，杀之。”

——《资治通鉴》卷一九一

XI. 枯骨与悲鸣

年初二，午饭结束，长辈领着我隔着几户人家的大爷爷家里探望，他年前中风了，时日无多。

小床上面躺着一个老人，盖着厚厚的一层被，他头发剃的只剩薄薄一层，眼睛眯着，脸颊没有肉了，凹陷下去，显得颧骨突出。牙齿早掉光了，所以嘴唇什么的是绷在那里的，这样倒是把他原本松弛的皮肤绷起来了。

大爷爷是我爷爷的哥哥，我很难把这样一个弱不禁风的小老头和长辈嘴里说的那个嚣张跋扈，经常欺压我们家的恶霸联系起来。

前几年，因为修高速公路，他家原本的好地被换成了几块烂地，硬是要和我们家摊派损失，那年过年，这老头还过来我们这吵了一架，打了我爸一下。

如今，他躺在一张旧木床上，拿一双黑溜溜的眼珠子打量我，他的眼睛挺小的。我的大爷，他的大儿子在旁边指着介绍，问他认不认识。他已经说不了话了，看看我，看看大爷，侧过头去看看墙，再看看我，然后看着天花板。他的眼神里看不出任何情绪。

大爷说老人中风偏瘫了真是不好照顾，成天躺着要生褥疮，饭都得喂稀的，吃喝拉撒都要人看着。说着掀开了被子，被子下面，是如枯柴般的四肢，真正意义上的皮包骨。老人老了，反而有点脆弱的像婴儿了。

我说现在有一种养老服务是水疗法，把老人拿浮圈托在泳池里，这样不会压迫神经，也能恢复一点肌肉力量。

大爷听着笑了起来“大学生读了书就是不一样，知道的比俺们多”，然后继续笑着问旁边的大爷爷“你可听到吗？说要给你放水游泳呢！”

他还是用那双眼睛看着，我什么都感受不到。

我甚至有点可怜他了。

……

我回想起前之后和爷爷的谈话。

“俺们两家离的这么近，他都，他都不想着来看，来看看俺。”

“那时候他就按着我吵，按着我打。”

“他看俺们家好欺负，就一直欺负俺们家，老宅子那边，他旁边那家地本来是俺们滴，他强占着不给，才在现在这块地方起了新房子。”

“前两年俺生病了，都不知道来看一下，这么近，他能不知道吗？”

……

谈到大爷爷的时候，爷爷的气息开始不稳，像呜咽，像泣诉，像透一口憋了一辈子的气。

我必须得说一个我当时幽微，阴暗，可耻甚至我不愿再次回想一遍的经历：

有一个瞬间，我想要拿我的知识，那些浅薄的心理学知识，去解构我爷爷的痛苦，告诉他，没关系的，大度一点，都过去了。然后给他的痛苦冠以一些不痛不痒的名词，来将他的切肤之痛，他这几十年来在生理，心理上所遭受的苦痛，用定义轻飘飘的替代。

痛苦就是痛苦，它不会因为什么而减轻，只是会被其他事情慢慢冲淡，或者被渐渐遗忘。

那时，我没有说话，只是听爷爷讲下去……

XII. 杂碎

怎么让别人相信自己

最近在看 shit 上的论文，对于一些论文，我实在是看的很烧脑筋，因为动辄就是福柯，荣格，阿尔都塞之流，我学的是工科，实在不知道不了解也很难花时间去了解这些高深的理论，但是又不想被一些垃圾营销号，注水号给污染语料库，所以我就找到了一个很好的途径，就是写文字输出自己的想法，这样做也渐渐理清了我的思绪。

所以说一定程度上，学到的唯一教训就是不听教训这句话是对的，前人经验都给你总结好了，你却不愿意去学习。我喜欢反驳我自己。另一种角度来说，实践是认识的来源，比起他人的实践，在这些关于心理上的不痛不痒的，即使学杂了也不会造成实质的损失，我还是更喜欢自己去探索，归纳和总结。不过如果是关于数学逻辑方面的学习，我是会压着自己的性子一点一点往下学的。

讲到哪了，就是为什么要设立这样一套哲学理论，包括各种各样的 rule。我是野路子，这里提出我的谬论。社会的底层运作逻辑之一就是“信任”，彼此信任。石器时代的时候，不信任别人的原始人，脱离族群，然后饿死了，赞美自然选择。但是这样简单的信任不够，不能够明确的分工，需要公信系统，货币，契约，学历，成绩，作品等等作为背书。

妈妈的，上个大学怎么这么多事啊，我就像那个脏比一样，脑子已经被吃掉了，然后到处找脑子，也看不清路，看到前面的人举着个旗子就跟着冲了，指不定就被哪个土豆雷“咻！”的阴一下，给炸趴在那了。信息差啊，关注我，其实我是僵王博士，带你吃土豆雷。

这个世界应该是吹牛 b 大赛，就看谁能吹牛 b 了。厉害的人，一张嘴就能逗的大家伙哈哈大笑，脱口秀应该就是这种东西，然后开始卖东西。不过我想当更 nb 的人，往那一坐也不说话，别人就知道你有东西。情不可知，威不可测。这个东西其实装不出来，得真往死里学东西，幸好我现在知道了。

我其实最恨那些营销号了，那么简单的一个东西，讲的那么复杂，渲染的多么夸张，好像跟不上时代的潮流都要死翘翘了。事实上，屁！就是贩卖焦虑罢了，世界上连百分之一都不到的人，能用的上 AI，更不要说那些连吃饭都成问题的国家了。好大一个泡沫，该吃吃该喝喝，好好锻炼身体，这点是最要紧的。把 AI 当成一个更好用的搜索引擎就够了，如果能拿 AI 做更多的事情，也很好，很摩登。

数学是什么？就是有人拿一种严格规范和限定的语言去描述这个世界，然后别人也学了这种很好的语言，知道这个人嘴里哇啦哇啦在讲什么，读书人做的事情。那些所谓的数学天才，可能是他们的大脑就和普通人不一样，他们的 native language 不是中文，不是英文，不是日文韩文而是 $1+1=2$ 。学不好数学和学不好英文、语文都是一样的，没有环境熏陶，或者没有废寝忘食的学，随时随地的用，没关系，多学一学就好了，这个世界上没有天赋可言，天道酬勤，自我感动和意淫不算勤，得让别人感动让别人对你产生幻想，算的上勤。

说到语言，心理语言也是语言，每个人其实对词语的理解都不一样，黄绿色盲人群和你眼中的世界，那能一样吗？你能做到对着灰色的天空说，“哇，湛蓝的天空啊，像海一样！”世界上的规则也是一样的，至少让大家都听的懂对方在说一些什么吧。不然，你的心理方言和我的心理方言在一起，哇啦哇啦的，那成什么样子？世界上有一千种语言，爱要怎么翻译？

我其实真有点恨那些研究哲学和心理学的，你讲道理就讲道理，给我提一堆早都死了的人干什么？下次记住了，讲道理摆论据的时候，直接提我的名字——Quanzard，我自己起的英文名“全炸德”，这个名字其实还不好念，quan 取自 quantum 量子，zard 取自 wizard 男巫，合起来叫量子方士，因为我不是博士也不是硕士，总不能叫量子本科生吧，加点 chinese culture，就叫量子方士吧，写到这里给我自己都写笑了。

豆包百科：“方士”一词，“方”指“方术”（方法、术数），“士”指有一定技能的人，合起来即“掌握方术的人”。方术涵盖范围极广，包括天文、历法、占星、相术、堪舆（风水）、炼丹、医药、咒术、祭祀等，因此方士可视为古代“通才型术士”，但更偏向神秘主义与实践技术结合的角色。

不过如果我是学文科的，我可能又要反过来讨厌那些，整天把前缀带着已故之人的定律定理挂在嘴边的人了（PS：主义，思想除外）。其实我的观点是有事没事都多学一学，学的杂一点，这样和别人吵架的时候可以引经据典，如果学的足够多了，其实都可以不用和别人吵架了，整天乐呵的。

有一点，我觉得就是，尽量去找数据的源头，信息的源头。因为根据信息的传输原理，传输过程中会产生失真，如果有一些心怀不轨之徒在这其中塞了点东西，小心给你的脑子吃中毒了。这里奉劝大家，《电影名字》的时候，也尽量做最前面的，排最后的往往因为营养不良饿死了。

还有一个我真的觉得比较好笑，就是看到一篇高质量的文章，自己耐不住性子，看不下去，然后 @ 哪个豆包还是千问总结一下。在我这看起来像是，别人端上来一份精美的食物，你拿着一个搅拌机，全给扮成糊糊了，你也不知道自己吃了什么，但是感觉自己是饱了。这样吃东西到时候牙齿都吃的退化了，插管子变成生物电池就老实了。

光荣在于平淡，艰巨在于漫长，所有内卷主义者，功利主义者，短期主义者，投机倒把分子，wait and see。最好祈祷我不要出现在你的赛道上，我血条又长颜色又多，玩过游戏打过 boss 的应该都知道，血条 $\times n$ ，代表 boss 不止一个阶段，总有一个地方比不过我吧。然后我 buff 上的比较多，呼吸就能回血。

多读书，少看报，少吃零食多睡觉。那篇论文除去死人部分，论证过程写的很不错。

XIII. 《给阿麽的情书》不像是在看一部电影

说实话，电影市场上很久没有看到如此走心的作品了。有人说这不过是一部小成本作品，碰巧出圈成为爆款罢了。其实不是这样的，种种迹象表明，创作团队很有一种野心。

演员阵容没有任何大咖，主演都是素人，机位设置的很有讲究，导演非常克制，全剧没有看到任何的痛哭流涕，即使是生离死别，也仅仅是一滴泪从脸颊上流下。多数情况通过环境间接表达角色的感情，一场大雨，一场小雨，一场火灾，一场酣睡。导演很有黑色幽默，像是被命运操翻了，还很享受。

剧情的戏剧冲突点设置的非常密，甚至将下南洋时遇到的困难，很戏剧通过两个家庭三代人就铺陈了开来。但是观影体验却非常自然流畅，这其实表现了创作团队卓越的掌控力，有的电影，明星多，宣传多，经费多，但就是连一个小故事都拍不好也讲不明白，简直白瞎了。能在两个小时之内，将上世纪下南洋的众生相拍的这么好，没别的，salute!

我常常在想，究竟什么是伟大的作品，这次的观影强化了我的观点——“真正伟大的作品，是作者牵着你的手，去体验他眼中的世界”，也就是“to show, not to tell”。

我跟朋友说，“导演太有实力了，你简直不像在看一场电影”，随着情节的演进，我也像是下了一把南洋。这样的体验是不多得的，最近在看了《罪与罚》和《阳光灿烂的日子》，这三部作品带给我的体验是相同的，作者都是把他体验到的世界，摊开在别人面前，他不作声色，由观者去体验和判断。

实际上，我认为作为导演拍出一部优秀的作品和作为作者写出一部优秀的作品都非常难。作家需要掌控手中的笔，将自己的精神世界扒的底掉，笔锋如刃，对内开刀；而作为导演，需要有极强的统御力，呼风唤雨，掌控雷电，只要开了机，每一秒烧的是真金白银。

总之，大音希声，大象无形，这部电影拍的真 nb!