

问题：如果你拥有让别人体验你的痛苦的能力，会发生什么事情？

什么要发生什么事情？

有这能力，不代表该用和会用。

这种能力并不是什么超能力，只不过是一般人都有的普通破坏力的一部分罢了。

实际上大部分人在大部分时候都不会对别人动用这种能力。

为了自己的好处——这包括报复的快感或者“寻求理解”这样似乎冠冕堂皇的理由——而故意制造别人的痛苦，这是说不通的。

硬要这么干，自己也会倒霉就是了。

不要用所谓“寻求别人的体谅”这类手段来处理痛苦。

什么叫寻求别人理解呢？

就是要把自己受过的痛苦让别人知道，这样别人对待自己就会基于受过这样的痛苦的基点来考虑。比如我再发脾气或者违约，别人就不会再那么“苛求”我，就会想“哎呀 ta 受过那样的痛苦，我这样是不是太过分了”。于是就会产生一种宽待、一种分担，客观上就能缓解我的痛苦、分散我的损失——那些被宽限的时限、被放松的标准，自然会由宽限者去另想办法补足，不再是我的负担的一部分了。

你是怎么走到要为别人不理解你的痛苦而愤愤不平，以至于想要动用某个超能力去让别人再“感同身受”一番这样一种地步的？

你其实是先告诉对方你的痛苦的，你只是对对方的反应不满意，觉得对方只是敷衍了事，其实没有把你的痛苦真正放在心上，对吧？

那甚至比你没有告诉对方你的痛苦更痛苦，对吧？

因为如果没有告诉过，对方的无动于衷至少是因为不知道，或者至多不过是“没有眼力见”，那仍然是可以忍受、可以原谅的，对吧？

你告诉了，对方明确的知道了，还是没给你你期望的宽容和优待，没有给你足够的宽限、足够的标准放宽，你于是认定那是因为对方对你的痛苦理解得还不够深，对吧？

所以你想要动用这个“让对方切肤体会到到底有多痛”的超能力，好惩罚对方的漫不经心，好“纠正”对方的这个评估权重，对吧？

尤其是对方说了要爱，这就更不可忍受，对吧？

其实，你受了这样的痛苦，别人有什么错呢？是这些你想要对方来分散痛苦的人的错吗？是 ta 们的责任吗？ta 们应该为此就被你单方面安排来“体谅”你吗？

你怎么知道对方就没有苦苦忍耐，没有万般忍受避免把自己的痛苦丢出来让你“理解”呢？

就因为你没有被揪着脖子来“理解”一下，你就觉得别人肯定没有这类痛苦，只有你有吗？

你真的确定，“如果对方对自己苦难的反应不够令自己满意，就可以用让对方感同身受来改善结果”这个原则确立的话，是对方更应该优待你、体谅你吗？

你信不信让对方敞开闸门，恐怕有一半以上的几率是你会先被你从未听闻的对方的痛苦淹没？

你自己本来就是其他人“不转嫁痛苦”原则的受益人。你现在能过得如此安宁，本身就是别人不向你倾倒自己的痛苦、宽容你的不敏感和没有眼力见、给你留下“ta 不体谅是因为不知道”的理由的结果。

这才是事实的真相。

编辑于 2021-07-08

<https://www.zhihu.com/answer/1986233160>

评论区：

Q: Caritas 能保证灵魂不败坏，不能保护灵魂不受伤。

恶也不能保护灵魂不受伤，只保证自己不是唯一受伤/最受伤的那一个。

所以 Caritas 的逻辑，是让因果链条和痛苦的传递在我这里终止。

恶的逻辑，是拉人陪葬，“让你体验一下我的痛苦”

---

Q: 人的悲欢并不相通，没有人能够真正换位到另一个角度去考虑问题。不知道，不体谅本是人生常态，早点接受，降低期望更好。

---

Q: 如果不是温柔到极点的人，怎么说得出这种话。又被你温暖了哎。

B: 憋狠了容易抑郁症

得先把痛苦转化成正能量，然后把这故事讲给后人听，就功德圆满了。

回忆是用来分享的，不管好的坏的

不过也确实要转化成功了才说得出口，不经他人苦莫劝他人善，该沉默还是沉默吧，哎~

---

更新于 2022/12/27