

问题：能看穿别人心思的人是什么样的人？

题目描述：别人一个动作一个眼神一句话就能在脑海中闪过他们的意图和想法。有时候凭借外界环境和一个人的动作语气就能知道发生了什么。说实话我也很苦恼，我真的不想知道这么多，但是这是一种不受我自己控制的行为。只要我眼睛看到、耳朵听到，就在脑海里闪过他们内心的想法。但是有太多你看到的，碍于种种原因不能够说出来。如果你是个能看透别人心思而且善良心软的人，那么你一定很痛苦。比如说我...

看了一下问题描述，说实话，挺怕这种人。

因为十有八九你看得都是错的。

自以为能看穿别人心思是很不尊重对方的。而就算你真看对了，又怎样呢？

你能看出我的痛苦，但你知道我为什么痛苦吗？看出我的迟疑，我为什么迟疑？看出我勉为其难，so what?

看穿人的心思没什么，难的是对人的体谅。

人的心思根本就不是一种当时当下独立产生的东西。我这一时刻的悲伤或喜悦牵扯了太多过往生命的经历、情感的纠葛、错综复杂的人情世故。

我所表现或没表现出来的思绪，只是我整个人生大陆浮沉于水面上小小的一角。

你看到了我这一角，就以为认识了整片大陆，但你对“我”的理解大部分基于想象和假设。你并不知道水下面有什么，你笃信懂了我，反而造成我更大的困扰和不必要的误解。

与其努力去看透人的心思，不如去关注一下人的处境。

关注一个人的处境，不意味你可以神奇地猜到对方的小脑瓜里在想什么，而是能够设身处地站在他人的处境中，看到他人行为和决定背后的情有可原。

相反，漠视他人的处境，擅自揣摩他人的心思，这其实是极大的傲慢和自负。

相处时间久了的人自然而然能感知对方的沮丧。但你的反应是“怎么又不高兴了”？还是“我知道你这段时间的辛苦，不开心就发泄一下吧”？

天差地别不是吗？

重要的不是你能感知别人的情绪，而是你能体谅别人的情绪，这恰恰需要你先放下那些自以为是的“看穿”假设，进入到对方的处境中。

人的心思对你而言应该是私域、是禁地。

但人的处境有很大一部分是对外公开的，是客观存在、肉眼可见的。

如果你有心，你就可以了解一个人最近过得好不好、工作顺不顺利、经济上是否陷入了窘迫、感情上是否遭遇低谷……

这些不必特意打听。只要关注自己少一点，关注周围的人多一点，很多迹象都很明显。

比如有的人手臂上突然出现几道伤痕，有人平时都很准时这几天突然迟到早退，有人看起来相当疲惫，上班、上课会打瞌睡，有人中午总是选择吃最便宜的一份盒饭……

这些迹象往往告诉你一个人生活中可能出现的问题、困难、意外、危险。

这种时候多问一句，多关切一下，没准儿可以救人一命。

所以你看出的区别没有？

区别就在于你是想操纵对方（manipulate），还是想服务对方（serve）。

前者才需要看透心思。后者不需要看透也可以去做的。

医生服务病人也不需要病人告知此时此刻的想法。心理科医生除外。

如果真需要知道对方想什么以便更好帮到对方，直接问就好了，也不存在看不看透的问题。对方想说就说，不想说也不必强求，尊重他人的意愿。

服务他人，反而要避免猜测对方的心思。多问一句，可能少了一些浪漫，但多了一份尊重。

相比点中对方喜欢的菜的惊喜，对方更愿意你点菜之前征询一下ta的意见。

这世界上从来都不缺神棍，真正稀缺的是懂得体谅、乐意服事他人的心。



评论区：

Q: 有一个问题：与其体察别人想法（此为禁区），不如理解接纳他人处境和向上补充行为原因。那么，在了解处境后，直接发问对方的需要。是否存在对方不愿说或者反过来觉得发问者蠢笨的可能，要是前者，应该暂时提供不了什么，要是后者，是否会给困境者带来新的负面情绪。

A: 问的时候尽量笼统一点，比如“你还好吗”，而不是“你手腕上的伤疤是怎么回事”。给对方留出是否要回应的余地，就不会造成太多困扰。

---

更新于 2022/12/26