

问题：怎样才能做到不被别人影响自己的情绪？

人为什么能影响你的情绪？

说白了，是你因为没能力辨别真假，所以只好“宁可信其有、不可信其无”。

任何昏话、蠢话、中伤的话、挑拨的话、嘲讽的话、捕风捉影的话、空穴来风的话、含沙射影的话、指桑骂槐的话……

一凑上这个“宁可信其有、不可信其无”的劣根性，都立刻可以拉响防空警报。

一天警报二十次，你当然没什么好情绪。

问题出在哪？

出在你“宁可信其有、不可信其无”，你为什么总是这样干？

因为你缺少怀疑的能力。

你不懂物理学，所以不能从物理上看到它违背物理定律。

你不懂会计，所以不能从财务角度看出它收支不平衡。

你不懂法律，看不出它违法。

你不懂历史，看不出它违背历史规律。

你不懂组织行为学，看不出它无法操作。

你不懂社会，看不出它没有群众基础。

你不懂医学，看不出它没有现实合理性。

你不懂工艺，看不出它是伪造……

所以你“宁可信其有、不可信其无”。

如果你懂，你会知道这个世界上大部分的人都并不知道自己在说什么，他们的言语根本就与事实无关，只不过是在假公济私借机兜售自己的诉求。

根本不会带来任何后果，甚至没必要给他们机会开口。

本来无一物，何处惹尘埃？

编辑于 2023-01-02

<https://www.zhihu.com/answer/2468916548>

评论区：

Q: 明白了，Siri 也经常对我说：我不清楚你想表达什么

---

Q: 知道的越多，恐惧的越少。

---

更新于 2024/3/14