

问题：怎样学会不轻视他人？

其实这个很朴素——多跟人聊聊天就行了。

小朋友们多跟人聊天交流，尤其是对自己不认可、不理解的事物不是抱着“批判”轻蔑的态度，而是抱着请教、解惑的态度去跟人交流，很容易就会遇到一些“乍一看似乎决策不理性，其实却有极其深刻而周密的计算”的例子。

虽然有很多人的选择不会获得你的认同，但是见多了你就会发现能稳定生存的成年人、能稳定存在的现象，背后往往都各有智慧或者不为人知的不得已。

而且常常来自其貌不扬的普通人。

这样的事情你见多了，你自然而然不会随便假定对方很愚蠢。

问题是，你有没有机会让别人对你敞开心扉，去告诉你这些东西，去帮你建立起这个基本认知。

真正造成你有这种错误认知的根本原因，是你自己深陷存在感焦虑，总是强迫性的要去证明、去想象除了你所有人都是傻瓜。

导致你在跟人交谈时，总是在不断的把对方的表述理解为较愚蠢、较邪恶的版本。

不停的补弱、不停的诛心，或者先补弱、再诛心，来个双杀。

于是没有人有兴趣跟你讲下去了。

你越是看别人都是傻 X，别人就越是没兴趣——也越难——向你证明你错了。

这其实是一个自我实现的预言。

你这样选了，它就会这样实现，反过来让你觉得你这样选果然是“对的”。

直到你自我感觉无比良好的一头撞在南墙上，输得无可抵赖。

发布于 2022-04-29

<https://www.zhihu.com/answer/2462647129>

评论区：

Q: 答主的这篇回答来得真是及时。

最近高强度地阅读了答主的答案，丰富了许多知识储备，但与之带来的不是我变得更加柔和谦卑，反而是我变得骄傲与自满。与他人交流时，我不是抱着请教、解惑的态度，而是想要显摆自己的学问。当我意识这点时，吓出一身冷汗，根本想不到自己会是如此的傲慢。所以我向朋友们为自己在对话中的傲慢所道歉，并请求他们在察觉我的骄傲时直接指出。

我虽铭记答主所提到的“补强”与“补弱”，并时常提醒自己一定不要对别人“补弱”，但在实际的生活中却不停对别人补弱。唉，知道与做到之间真是存在着一个巨大的鸿沟，深感自己需要不断地吾日三省。

A: 要做到很不容易

---

更新于 2023/4/17