

问题：如何做到知行合一？

题目描述：很多的事情，知道应该怎么做，但是每次想的太多，到最后仅仅满足于想象，而不是真正地做到，这是目前在我前进的道路上唯一的阻碍。

知不等于信，信才影响行。

很多人知道“人没有信用，将来会举步维艰”，但是ta们并不信，所以不行。

很多人知道“学习对生活很重要”，但是ta们不信这话的有效性，所以不行。

很多人知道“毒品会危害人生”，但是ta们不信，所以不行。

因为这些东西带着“会”、“很可能”、“到将来”、“大概率”、“最终”、“比较”这些“软话”，带着“不见得”，带着“不是眼下”的“福利”。

遵从它们而出现的痛苦却不是“大概率”的、不是“将来”的，也不是“比较”的。

ta们需要有更切肤、更直感的证据，来支撑自己为将来的、可能的危险付出眼下的、现实的代价。

要真的众叛亲离一次，要真的求一回职、领导一回事业，要真的进一次看守所破产一回。

要有这样的硬证据。

要见了棺材才好落泪。

---

但这其实并不是一个bug，而只是一种设计。

因为道德理论千千万万，人生感慨万万千千，但却没有人真的知道过去的总结是否真的还适用于今天的将来，也没有人能确定自己不是那个小概率。

恰恰是这一点，从根本上保证了人类不会成为老经验、老体会的绝对奴隶而灭绝于环境变迁。

尽管良率极低，但有很少的一部分对过去的金玉良言知而不信的人，真的猜对了。往往也就是这些人，在为新的危机提供新的转机。

所以，这并不是一个bug，而是一个有极大副作用、但却可以保住人类不易灭绝的设计。

你不能——甚至也不应该——考虑完全“改正”它。

这就意味着中间有那么一条复杂而微妙的红线，在这个红线内，“知而不行”并不要紧，这条红线之外，知而不行才值得忧虑。

问题是，这条红线在哪里？

(未完，待续)

编辑于 2022-12-04

<https://www.zhihu.com/answer/1346035307>

评论区：

Q: 谈谈我的对作者答案的总结，欢迎作者点评。

知易行难之间隔着的是信任，是否信任这个事实，后果，有多信任。

这份信任的重量将深刻影响你的行动。

一部分的行动即使不做也不会影响生死，而另一部分行动会影响生死。

红线是对这些信息的判断。

如何找到这样的信息，并相信这样的判断，才是至关重要的。

接下来是我的看法：

两个问题

一个是如何去划定红线

一个是如何去增加自己的信任

我认为红线的划定来源于痛苦，痛苦帮助我们确定红线的边界。

这也是悲剧的意义之所在。

撞了南墙之后才知道不该撞，跳了黄河之后才知道不该跳。

这种来源于自己和别人的痛苦会帮助我们修正红线的边界，不至于落到如此下场。

那么如何精准而有效的确定红线呢？

首先是认识自己，每个人的底线和可以放弃的东西都有差异，自己的红线只能自己划。

其次是大量，深刻地获取自己和别人经历的原材料，从中筛选提炼出红线。

没有比自己体会更深刻的信任了，没有比历史有更多的材料了。

如何去增加自己的信任呢？

怀疑和犯错。

用全部力量去证明它是错的，去怀疑它的每一个论点。

每多用一分力量，你就会越明白它错误的地方，相信它正确的力量。

这样的信任是有力量的，经过自己检验的。

试错，像疫苗一样，小规模可控地去尝试经历一下这种信息。

就像玩火，拿手快速地在火上晃一圈，就能深刻地明白不应该直接触摸火。

归根结底，实践是检验真理的唯一标准，也是信任的根本来源。

关于历史和怀疑的看法，我深刻受益于作者，在此鸣谢。

---

Q: 巧了，我最近也在想这件事，借地分享一个我的视角：很多人认为进步来源于对规则的打破，然后以此推理出人要“勇于打破规则”。这个逻辑是有漏洞的，规则有两种，第一种我称为“规矩”你不遵守，会出问题，但好像也没什么严重的后果，你知道好好学习很重要，但是你不学，也不会怎样啊，不好好学习的人多了，他们不也活得不错。你知道守信很重要，但你不守，确实也不会怎

样，谁没失信过，有什么大不了？我看有的大骗子活得好得很呢。你知道吃太多会胖，但是胖了，又怎样，又不是不能减回来，回头多运动嘛。

在规矩的层面上，人世没有绝对，你不遵守，嘿，也许真能发现一片新天地，这谁也说不好。只不过，既然它们能被整个社会提炼出来作为“政治正确的大道理”，那就说明，概率上选择这条路是最妥当的。简单说，大家都看到胖子容易三高这样的概率，才有可能把“要控制体重”转换为“政治正确的大道理。”没有观察数据，就不会有共识性的“道理”的存在。我们可以看到善辩之人，都善于讲故事，必须要摆事实，才能讲道理。

第二种规则，我称为“禁令”，你不遵守，【一定会出问题，以命献祭。】没有概率，没得商量，不带任何装备从十九楼往下跳，一定会送命。谁跳谁送。

所以结论是，规矩你爱守不守，不必知行合一，你知，你不见有自制力去行，你也没必要非得行。对自己苛刻得到的那点好处，还真不见得就比当下的享受更有吸引力，谁知道明天和意外哪个先来。何况自制力是一种消耗品，人不可能在所有方面用上它，人类的精神没有那么了不起，某方面过于自制的人，如果不在别的地方放纵找补，怕不是要发疯。【既然这类道理不必遵守，那么知道的意义是什么？是愿赌服输。】是告诉你不遵守的后果，然后你自己来选择是否承担。你知道会胖了，你还是暴食了，这样胖了以后，你至少不会感到莫名其妙，这种对万事万物能找到原因不会莫名其妙的安全感，对人的精神稳定很重要。

而没有概率可言的【禁令】，必须知行合一，这里就要运用你所说的“信”了，“勿谓言之不预”～

B: 没有所谓的禁令。

规矩都是外部给人的，而这个外部一般是群体社会等，多人聚合成的高维度，而高维度给出你的这些定义这些规矩，是不能违背的，无从违背，一句话，组织，国家，社会永远是对的。

举个例子，以前旧社会的时候，如果女性出轨是要浸猪笼的。在当时中国的民间就是要浸，所以在今天看来不是事的事情，真的会是有生命危险。当时的女性有办法挑战这个规矩而不受到伤害吗？做不到。

那我们客观来讲，这个规矩今天看是错的，应该被挑战，但在当时的人来说，挑战这个规矩就意味着生命危险。实话讲，我们每个人都生活在群体之中，一言一行也在影响着群体，只不过我们的影响很小。受到的损害也小，之间责任也很小。

那为什么要信呢？

是为了给我们即将受到的打击一个合理的解释。为了一个自己都不相信的东西去付出生命，何止是愚蠢。如果人是一台机器的话，这一作目的就是不让自己的系统冲突，不让自己违背自己的逻辑。人类最大的悲哀之一，就是只要信，就是迷信，为了迷信付出自己的很多东西是不值得的，我们，只能不断的去求证，不断的靠行动来弥补。

不好意思啊，说的不严谨其实是自律和他律的问题啊，外部给的规矩叫他律自己给自己定的规矩叫自律。我发现你说的好多都是他律，不属于自律，自律的话也有好坏之分啊，这个也是要有区别的。他律叫做现实因素，自律叫做自由因素，二者的关系是动态的，是互补的。

C: 百无禁忌在我看来是一种反叛精神，或许有益于群体利益，但是于个人而言这是很危险的。你所说的时过境迁禁忌不再是禁忌，是否有考虑过其中有多少个体为此付出了代价。而付出这个代价，你是否知情是否心甘情愿，是为了利他无悔还是利己所必须做的，这些问题不是一个普通人短短一生能想清楚的，往往是没想清楚之前就没命想了。一拍脑门子的百无禁忌，是要不得的。

B: 是的，你想的非常的深刻。

百无禁忌是一种自由，太过于自我了，或许老庄几千年来一直不被主流足够的接纳甚至推崇也有一定的原因。

---

Q: 信任是一件很难事情，子女无法完全信任对自己缺乏体谅和关心的父母，自然会把父母努力读书的劝告当作耳边风，学生无法完全信任强迫学生补课的老师，自然会生出抵抗学习的意

识，未来的生活很重要，眼下我的自由不是更加重要吗？我无法做出一个牺牲现在的自由，听凭暴力的安排的决定，我也无法完全相信一个使我产生抵抗情绪的人的做出的判断，哪怕他们的是对的。

我们内心的信任和基本的安全感天然来源与父母，爱的能力的缺失会导致安全感的极大缺失，由此引发出无法信任他人的问题，导致也对真正的风险也熟视无睹了，引发真正的危机。对于学生而言，老师是真的关心我的利益我的成长，我将我的学习生涯托付给他，我将努力学习，其实也不必是为了我将来如何如何，单单只是为了不辜负一个将真心给我的人，子女信任父母，是因为父母将爱毫无保留的放在了我身上，并且尊重我的自由，只有可爱的才是可信的，才会最后转变成行为，遗憾的是，我身边大部分人都无法做出有效的爱的行为，所以要培养爱才能有信，才能做出不必切身经历，便能有所相信的行为，这是一种神通，通过爱得出信，使得不必亲身经历也对一切未成体验的危险先知先觉，做出恰当的行为转变，正真避免了风险。

---

Q: 可以将“如何执行经由逻辑思维的决策”那篇回答视作这篇的后续吗

<https://www.zhihu.com/answer/1250882460> (#思而行#)

A: 所有的都可以看作所有的后续

---

Q: 这篇 <https://www.zhihu.com/answer/822009420> (#谴责恶行#)

里面也有一个有极大副作用，但却可以保住人类不易灭绝的设计～

---

Q: 【知—信—行】这个导向基本可以成立。

人确实是必须对于自己所知道的内容具有一定的可信度，才会去“做”。我知道准确那个地方有这个东西，那么我就会去那个地方拿，我知道这件事是那么回事，并相信我对于这件事的理解思路，我才会去做。但是……将信将疑也可以去“做”，我们一般把这个叫做【实践】，这其中也掺杂了“信”的程度问题。

实验者内心总有一个隐含问题，而实验的目的就是去印证这个“疑惑”。古人提出“知行合一”正是看穿了“知”本身也有真假和深浅的问题。比如，提问者所言：【每次想的太多，到最后仅仅满足于想象，而不是真正地做到，这是目前在我前进的道路上唯一的阻碍。】这是其所认为的阻碍——“想太多”，至于 ta 所认为是前进路上的唯一“阻碍”，我个人有不同看法。

【知—信—行】中，处于中间的“信”确实是有程度问题。人确实是某些程度上有“侥幸心理”，或者因为经验不足，信息样本不足，从而导致【赌徒心态】。不做这件事没事，去做了也无碍。“学习对生活很重要”、“毒品会危害人生”这两个例子关于上述“侥幸心理”的论证也成立。

【有更切肤、更直感的证据，来支撑自己为将来的、可能的危险付出眼下的、现实的代价。】这个可以引出了“信”的程度问题：因为证据真实可见，导向的方向清晰明了，所以才会“信”。

更进一步来说，“将信将疑”可以去做某件事，前提是哪件事情的“阻力”不大，去“做”的损失的成本也不高。真正要“信”，要确定无疑的“信”，或者说是阶段的“真信”，那种可以驱使人去忍受某些当下可见成本的投入，去完成未来不曾可知且有风险的行为，主要还是在“知”。

必须先知道，才能信。知得足够深，才能信得足够深，才能抵挡住足够的助力去做。

信先于知，是迷信。

信高于知，是盲目。

如果“知”了，确定无疑了，就会产生阶段性的“信”，因为人的“知”是有条件的，有程度的，甚至随着“知”的变化，“信”与“行”也会随之变化。当然，最初的开始，是“行”先于“知”，但随着人自我意识的成长，“知”发挥的作用越来越大。

信的程度取决于“知”。

于是轮到红线的问题，这个算是另一个问题：某些“知”而不“行”没关系，某些“知”而不“行”会带来巨大的代价。小盆友假设不知道油锅的危险，基于好奇去碰油锅，会有危险。这个……可不是因为 ta 不信，而是因为他不知，不知则无意识，于是屈从本能。假设告诉了小盆友关于油锅的危险，ta 还要去碰，那么结果自然不好。除非真正的“证据”摆在 ta 面前，譬如被油星溅到，ta 可能才压制自己的本能，从而不去做。

这个又谈到“本能”问题。个人认为，大部分“知而不行”是因为阻力和成本高于当下可预见的收益，人的本能又是趋利避害。基于部分的“知”是可以明白什么不做会有危害，以及做了什么会有危害，特指危及生命的危害。

当收益压倒了损失，比如吸毒当下爽是必然的，任务当下爽不会危害以后的生活，不会从此坠入深渊，各自因素和念头造成当事人的侥幸心理，从此一发不可收拾。这时候行不行已经不重要了，因为这种“爽”已经压倒了吸毒者的“知”，以至于失去了基本的判断能力，更不用谈以“知”作为本的“信”，甚至而言连“红线”都对 ta 不重要了。ta 已经没有了“信”的任何意识。

B: 你这个模型太复杂啦。而且似乎先有“知”才有“信”，“信”变成了“知”的下个阶段。事实上，它们不是不同的阶段，而是不同的方向、不同的维度或侧面。并不是必须先有“知”再有“信”哦。比如说吧，小孩子从高处跳下来，爸爸在下面接着，孩子一点迟疑没有。这是先有“知”再有“信”吗？不，这是小孩子在【未知以先】就“信”了啊，ta 的“行”——跳下去——便没有丝毫迟疑。

Q: [捂脸]等下？看到“爸爸在下面接着”或者听到“爸爸在下面接着”，知道并认识“我接着你”……这几个方面，不是“知”吗？

B: 不，ta 并不“知道”爸爸一定会接 ta，

更不知道爸爸能接住，万一是个接什么掉什么的爸爸呢？

Q: [捂脸]????

我小小的脑袋有着大大的疑惑。要不你换个例子？

B: 同理，一个“明明知道”这是悬崖跳下去必死的人，偏偏不信，跳下去了。支撑 ta 这个“偏偏不信”的到底是什么？这个才是思考“红线”的方向。

Q: 我举个吧……第一个发明飞机的人就不怕死，从悬崖上跳下，想要试试自己的飞行装置，不能和鸟儿一样飞行。这个不是红线。这个是因为他知道并相信自己的飞行装置可行，所以才从悬崖跳下。

即使他知道跳下悬崖必死，但是因为自己的飞行装置需要实验，且有一定的成功概率，他可以看到，所以才那么做，所以他“偏偏不信”他会摔死。“偏偏不信”或许是看到了只有自己看到，外人看不到的“可能性”吧……当然前提是“真知”。

B: 对啊，所以你这个恰恰是知行合一，不是【把某种不信邪偏要去做的行为划定在安全界限内】的红线。对，这个“可能性”就是红线所保障的啦。

Q: 我个人看法，主要还是在“知”。

发明飞机的人不信邪，不觉得自己会摔死。

吸毒的人不信邪，不认为自己会上瘾而倾家荡产。两者的区别就是在于“知”，因为吸毒人已经丧失了最基本的认知，上瘾之后毒瘾大过一切，所以他会去做。

知行合一，这其中关于“知”与“行”的关系问题，也可以探讨一下的。

答主说这个，大概是因为“信”对他很重要吧。我也只是补充了一个可能，关于“信度”的问题，我个人认为是取决于“知”，“知”的深度，真实，广泛之类的……[吃瓜]

不知道自己不知道，知道自己不知道，知道自己知道，不知道自己知道。

四层境界……也蛮好玩的。[吃瓜]

Q: 看了一下评论中，大家对红线的猜测。红线的集合包括了解自己的范围，以及做事情之前，先试一下之类的么。很期待答主在红线的集合里边添加新的元素

---

Q: 原来“因信而称义”的意思是这个……

B: 你所不相信的东西都是没有意义的。任何东西，哪怕是歪理邪说，只要选择相信，就这种相信而言赋予了它意义。有了这一点，我们就能明白人生理想的本质是什么，人生理想得以实现的最本质原因是你认为你所处的那个状态就是你的理想人生。

所以就是两个字满足，如果你满足于现状，你。就，实现了你的人生理想，你不满足，你就永远都实现不了。这些都不是关键，关键的是我们应该对什么满足，对什么不满足呢？人自己很难看清这个问题。往往去寻求群体组织来做参照，让他们给出标准，依据他们的评价。引入外部性。

引入的外部性越多，这个人就活的越不自由，引入的外部性越少就越自由，但同样的就越不现实，越虚。还有一种办法，就是不依靠外界给自己下定义，自己给自己定标准，自己做自己的主宰，这个就比较难了。

本质区别是前一种是直接把外界给的标准套在自己身上，第二种是自己观察整个大千世界以后，自己得出应有的标准，这个标准不以他人意志为转移，这个标准是自己得出自己给自己的，不是他人给的，这就是区别。

C: 的确，自己给自己下定义比较难

B: 本质是自律，慎独。

好多人活成了别人，反正不是自己，别扭到家，压抑自己，却到他人处宣泄。

D: 关键不在于信不信，关键在于信什么。否则你信了艾滋病、毒品，不管你信的有多真，它们带给你的痛苦会把你所谓的“信”和“满足”，击的七零八落，荡然无存。

B: 恩，迷信。

---

更新于 2023/10/14