

问题：喜欢一个人最好的状态是什么？

题目描述：不知道他喜不喜欢我（我想大概是没感觉），还没表白怕直接死掉，平时除了工作也不接触。我单身了四年，和初恋分手后花了很长时间才走出来，习惯了一个人面对孤独，对抗一切。突然就喜欢上比较沉默的他，打破了我原来还算淡定从容的状态，他看我一眼、对我笑了，我都高兴很久，但感觉只是出于礼貌，还是那么有距离感，很在意，很苦恼，我不想再陷入患得患失的感觉。我没有很多理由可以和他说话和约他出来。我明年四月要离开这个城市，没有很多时间去相处了，如果和一个人真心相爱，是否异地我并不在意。走之前我可能会去表白吧，即使拒绝我也不想没告诉他而让自己遗憾，那么我该怎样去保持一种好的状态让自己不那么痛苦？

你们没有发现“最好”是一个牢房吗？

“最好”往往只是函数曲线上针尖那么大的一个点，你拼一辈子只能在那上面站一秒钟——如果你还能站得到那么一秒钟的话。

其余的时间你只是坐在山脚下，望着插入云霄的“最好”长吁短叹。

总是想当这种站在大头针尖上的天使，你不抑郁都难。

所以，一开始你就要改变一个观念——

这个世界实际上是这样设计的，事情往往存在一根线，超过了这根线，那就都一样好，一样都是“最好”。

注意，这不是“及格线”，而就是“最好”线，你要追求超过这根线，一旦超过这根线，那就可以随便逛，只要在这根线之上，逛到哪里都是最好、一样好。

还记得“不以恶为业”吗？

那就是活着的“最好线”。只要你“不以恶为业”，那么你活成什么样，都跟另一个“不以恶为业”的人一样好，而且绝对的比任何一个“以恶为业”的人——哪怕 ta 亿万家产、名闻天下、权倾朝野——更好。

那么喜欢一个人的“最好线”是啥？

就是对方觉得被你喜欢不算倒霉。

是的，就是无论在何时，让对方想起这个问题，都会觉得“这不算是倒了霉”，如此而已。

让对方无论何时都觉得被你喜欢不算倒霉，你就超过了差不多九成甚至九成九的人了，已经足够白头偕老、生死不渝了。

你不要去追求让对方觉得“被你喜欢真幸运”，这个只是你力求做到“不算倒霉”的时候自然会顺势在某些情况下得到的感叹。

你就拼命的追求“不会让你觉得被我喜欢是倒霉”就可以了。

我可以把结果先告诉你——即使是只追求这一点，你客观上也不是总能做到的。

你的傲慢、自私、恶毒、愚蠢，都是远超你自己想象的，有些事不到你自己做出来，你都无法料到自己会这么做。到了这些时候，你就知道这条线其实有多高了。

看似是根及格线，但其实它近乎高不可攀。

你唯一能过得了这根线的状况，只不过因为你很努力、很辛苦、很认真，所以对方会心软，会心疼，所以愿意算你做到了而已。

凡是抱着这个信念来喜欢你的人，都是上帝派来的天使——这不限于男女情爱。

凡是对它不屑一顾的人，都是自认为天使的恶魔。

这条线，及格就是满分。

编辑于 2023-02-14

<https://www.zhihu.com/answer/2892107344>

---

评论区：

Q: 因为人类不是神，做不到洞察一切、做不到思虑周全、做不到忍辱负重、做不到纯然牺牲，即使明知道爱即是上面的一切，也下定了必死的决心、尽了最大的努力去奉行，人类的爱也仍然必定会是盲目偏狭、思考不周、动辄委屈、自以为牺牲的。

这份爱实实在在的落下来，即使花了再大的心思也罢，落到被爱的人的手心里的，也不过是一片轻到不可承受的心罢了。

是因为你爱 ta，这片轻才可以承受。

是你原谅，这份残破难言的、笨手笨脚的、参杂了不知多少自私的擅自主张才被救赎为一种有人感激的贡献。

---

Q: 其实能把人心真正伤穿伤透的，也得是这样的人呀。

B: 这样的人会如何伤人呢？

C: 因为要直面自己的贪婪被割裂啊

再喜欢再舍不得再放不下，只要对方 Say No，你哪怕只想往前走一小步，那都要被归入你的【贪婪】——而不是自我感动下的所谓爱或者喜欢之类的东西

“谢谢你的喜爱，但我们不合适。抱歉。”

VS

“你喜欢我哪一点，我改还不行吗？？？”

——被前者拒绝的人伤的更重不是么？再坚强的人也不过就是嘴硬一句“我喜欢的人多了你算老几哼”然后滚回家蒙头大哭整宿。

——也许第二天还会念念不忘“啊连拒绝都这么有礼貌真不愧是我中意的人”

D: 不是这意思吧。意思是这样的人太好了，简直是白月光。要是与这样的人未能修成正果，那真是伤心啊

C: 为什么伤心呢？

只有和自己修成正果才是好事吗？

也许离自己远点对 ta 来说更好一些呢？

爱是什么？爱是即便 ta 没和自己走到一起，祝福 ta，愿 ta 将来更遇良人。

贪是什么？贪是只要 ta 没和自己走到一起，“我尼玛真是瞎了眼喜欢上这么个狼心狗肺的东西呜呜呜呜……”

——要直面自己的贪婪啊。

直面啊。

痛死了真的是。

B: 谢谢。同一个“伤”字，难以言明。

我可能下意识认为对方的拒绝不可以被算作伤害。我们喜欢对方，如果求之不得，便是被对方伤害了，一个拒绝，便让对方无端负罪，这不就是我们喜欢谁谁倒霉？所以我认为不能因为对方的拒绝而说“受到伤害”。

所以这里便有了两个解释：一种是被这样好的人拒绝会比其他人的拒绝感到更加伤心；另一种是我认为的如此好的人与一个“普通人”做了同样一件对不起对方的事，ta 会更能够伤透对方的心。我的疑问可能更主要是可能存在的“对不起的事”有哪些。

“此镜迟早必破”，在关系中，波折迟早发生，如果在漫长的人生中不可避免地会发生辜负的话，这样的人反而造成的伤害更大，温柔反而会更伤人，another poetic irony?

---

Q: 喜欢一个人的底线，与对方而言：不对 ta 产生负面的烦扰，不觉得被此人喜欢是件倒霉事

对自己而言：不因开始的喜欢而滋生一定要得到的贪念；不因对方的无视而心生怨恨；不因对方不如己意就打入阿鼻地狱

---

Q: 但是「最好」的感觉真的很好啊，即便只有一秒，更何況其实有办法做到「不止一秒」。

你说的这种是「理性上告诉自己该喜欢」，它和真正的「喜欢」之间还隔了一点，也许不止一点距离。大概更合理的路径是「先冲上一百分，然后回落六十分」，也许更多时候是「先冲上一百分，然后回落到三十分」，然后也许会「变成零分」，但也有可能「回到六十分」。

经过这样完整的历程的「六十分」才是稳固的「六十分」，是「从零到一百分」这个完整的体验光谱里坍缩到最后的理想状态。

这一整个「喜欢」历程里的每一个阶段，每一种感觉，都值得纪念并珍藏一生，那是像过山车一样的共同回忆。没拿过一百分的，当然是建议冲一下一百分了。拿到了，那么六十分就是细水长流的幸福，也许偶尔还能重新到达一百分。

「喜欢」不是一种状态，而是是一段历程。

法乎一百，得乎六十。

B: 但如果“预期值”，“追求值”太高，会不会容易落差很大。倒是觉得答主这种心态更坦然[捂脸]以一种“都是最好”的心态去坐这趟过山车

Q: 是的，「六十」其实是「对任何人的喜欢」的安全标准。但是人生嘛，要有「一视同仁」的喜欢，也要有「偏爱」的喜欢。自己的终生伴侣还不全力搞一次「一百分的喜欢」那人生太亏了。

C: 这个历程就是一个循环，必爱必恨，必恨必散，保持 60 分确实是一种理性做法。

年轻的时候我会觉得“克制的去爱”是因为怂，现在才发现能坚持这么做的原来是因为没空。

人要留着宝贵精力成就自己人生，老是高低起伏的情绪于理想无益。

Q: 其实还有一个隐含假设是「一百分的喜欢」这个东西只能在「共同的理想」这个主题下才能实现。你有要实现的理想，所以放弃喜欢，是一个「鱼与熊掌」的「取舍」过程。而那个「一百分的喜欢」，其实是一个「北极星和方向盘」的「合作成长」过程。

要实现这个一百分的喜欢又不会「没空」，最好的办法是在你追梦的路上寻找战友做伴侣，然后努力确保两个人不会在追梦路上分离。「同一颗北极星」是确保你对 ta 的所有「喜欢」的投入不会打水漂的保证。

C: 别太理想化，战友也是能有千千万万的，同样要取舍。

人的这颗心，逃不过磨砺。

直至拿得起放得下。

Q: 只要那颗北极星定得足够远、足够亮、足够稳固，那么这个可能性就是有希望实现的。

理想自然是「过于理想化」才能称之为理想，然后真正宝贵的东西才存在「存在」的可能。

都是计算结果，概率实现。

---

Q: 让对方想起觉得“不算倒霉”，这其实也挺难的，但以这个为目标，却又有能够实现的期望。  
人的爱总是带刺的玫瑰，避免这爱带来伤害和捆绑才是应当追求的目标。

---

更新于 2023/5/18