

问题：太在乎别人的看法怎么办？

你煮过鸡蛋没有？白水蛋？

打开火，烧开水，丢鸡蛋进去，煮熟。

这时候有人说“你这个要 xxxx/yyyy/zzzz，不然鸡蛋煮不熟”，你会“在乎 ta 的看法”吗？

你当然不在乎。开玩笑，那我之前吃的是啥？幻觉吗？

“在乎他人的看法”的根源，在于你缺少实践性的确据。

你这样煮熟过鸡蛋，你就不需要在乎别人“你这样煮不熟”的看法。因为世界给你的答案胜过一切人的观点和欲望。

但如果在某方面你离世界的答案甚远——比如“这样做你不会有前途”。

你还没有活到结局，你没有实践数据，而说这话的人已经五六十岁了，你就不免要犯嘀咕。因为 ta 客观上比你离“熟鸡蛋”更近。

谁离得近，谁就能让离得远的犯嘀咕。这就是这个世界的基本规则。

你离得远，听见离得近的人的看法，心里打鼓，你只需要再仔细思考一个问题——这个人如何看待你和 ta 的利害关系。

是否你受损即 ta 受损，你受益 ta 也会受益。

如果是，那么这个“过于在意别人的意见”就是件健康的事，是好事。

你不可能兼任工程师、会计师、律师、医生……等等所有角色，你不可能总是比别人离“熟鸡蛋”更近。

在绝大多数情况下这都不可能。

难道医生说“你这是肾衰竭”，你要上网查“如何才能不过度在意别人的意见”？

你要活下去，要活得有效率、有胜算，你必须自己习惯“在乎别人的意见”的感觉，你只是需要提高对“别人”与你是何利害关系的判断力和理解力，而不是一发现别人的看法能影响你就失魂落魄，觉得自己不完整了、不纯洁了。

这是很愚蠢的。

而另一方面，想要有效的减少这种情况，有效的手段很显然绝对不是给自己“加油打气”，喊什么“相信自己”。

而是多煮点各种各样的熟鸡蛋。

不去“煮鸡蛋”，只会梗着脖子用“我不听”“我不在乎”来对冲“受别人影响”的人，死得比谁都快。

---

这里做一点补充：

实践经验也是分等级的。

举个例子——

你实践了一年多怎么用八倍镜吃鸡，经验很丰富了，结果这个月官方觉得八倍镜优势太大，给你平衡了参数，你的经验就作废了。

你实践了三年多怎么搞定这个领导，结果明年这个领导退休了，你的经验也打水漂了。

“水煮蛋”的经验呢？只要水还是这些水，蛋还是那种蛋，你煮就是一样的煮。

你要高度的在意自己的实践经验里有哪些部分是真的不受世事变迁影响的。

越不受世事变迁影响的实践经验，越能帮助你脚踏实地，对任何事务有清晰而坚定的立场和观点。

最后任何人都硬不过你。

编辑于 2022-08-29

<https://www.zhihu.com/answer/2651304969>

---

评论区：

Q: 你说的这个跟提问者说的根本不是一回事。他说的在乎看法，是对方主观上的。比如他觉得你衣服难看这种。

A: 在下巴黎时装周霸主，谁觉得“不好看”，只能是 ta 的问题。

---

更新于 2023/4/3