

问题：为什么我总是习惯性的不去表达自己的诉求，并以提出要求展现欲望而感到尴尬羞耻？

记住了，成年人从来不、也不应该“表达自己的诉求”，成人只谈需求。

你到底要什么，对所有人都应该只有一个片面的猜测，它的全貌对所有人都应该是一个难解的谜。

具体一点举个例子，譬如成年人心里要的是 100，而要到达 100 这个目标，其中有 1, 2, 3.....98, 99 个必要子目标。而成年人在正常情况下会告诉人的需求会是“我要人帮我完成 0.7 / 1.2 / 2.3，具体要求是 xxxx，报酬是 yyy”。而他们会对人宣布的“雄心壮志”会是“我计划在年内要实现 10”。

即使告诉人 10 这个“年内目标”，其实也仅仅只是为了帮助那些潜在的合作者去理解那些 1.1、1.6 是为何而存在、以便人们收取了报酬之后能给出更有效的成果。

那个真正的终极目标，那个 100，实际上是属于成人自己的秘密——甚至，在很多时候，人自己也不确切的知道那个 100 的具体内容，而仅仅只有一个模糊的向往。

但是儿童会说“我要 100，给我 100”。

发现没有？马斯克的诉求到底是什么？普京的诉求到底是什么？你只看到无数的节目喋喋不休的分析，却从没有见过谁能给你绝对可靠的谜底。甚至就算他们自己站出来说“我要如何如何”你都不会信。

确切知道你要什么，就能在必要的地方设置陷阱要了你的命。这是基本的安全常识，也是刚硬的自然法则。

所以只有儿童和蠢人才会“表达自己的诉求”，指望着自己的饲养员忙碌起来，让自己“得到满足”。这只是幼稚的特权，它们只需要张开嘴哇哇大叫，就能迫使成鸟们不得不抢在猛兽吃到自己的后代之前不断寻找食物去安抚他们。

你还在为“表达诉求”和“为什么我的诉求没人来解决”犯愁，就意味着你还不是一个成年人。

一个残酷的现实是——本质上只有成人的权利才是通过自己创造和提供价值的能力被保证的。解决成人的不满就可以获得价值报酬。而解决未成年的不满，则要看父母愿不愿意代为支付报酬。

满足未成年的不满，仅仅只对父母才存在现实价值，对别人是没有任何直接的驱动的——除非确信父母会来支付报酬。

于是很自然的，父母会非常本能的教育子女不要在外人面前提需求——ta 们无法控制这种财务缺口。不然你随时去小卖部里拿一万颗棒棒糖，ta 们日子根本没法过。

一方面禁止了你向外表达，另一方面你对父母做家庭内的表达呢？

表达可以，但是父母显然不是可以无限满足你的需求的神。你们最终必然会稳定在一个“表达后被满足的欲望被置诸脑后，表达后未被满足的欲望经过无数次重复都被拒绝以至于最后被禁止”的状态。

无论父母对你有多宠爱、有多肯付出，最终 ta 们肯定会耗尽一切富余的资源，陷入“再有需求实在没法满足”的极限。

一旦到达这个极限，你进一步扩张的欲望对 ta 们就成为一种无谓的折磨，只是造成家庭总福利的净损失。

其实你的诉求仍然是可提的——例如每天早上有十块钱的预算给你代买早餐，你说我不爱豆浆油条、我要换煎饼果子，这可以，因为这不需要投入更多资源，只是对既有资源的不同安排。你说我不吃油条豆浆我要吃一斤车厘子，那你就要领到“拒绝+挨骂”套餐。

你只能在总预算规模不变的情况下，改变预算的投放方式——切换方式的成本还要你来承担。

因为父母没有更多的生存资源可以进一步满足你更多的诉求了。

不尊重这个原则，即使是幼兽，也必然遭到惩罚和规训，其中最轻的处置也是对你这类诉求置之不理。

这种“不理”在本质上不是来自父母，而是来自自然法，由不得父母们给你徇私枉法。

ta 们不服可以勉强一下试一试，看看卖了肾给你买苹果 ta 们能消停几天？ta 们当然试过“卖肾给娃买苹果”，ta 们自己就是被客观现实教训了个十足十，才知道对你这些诉求报以呵斥和惩罚是自然法的强制要求。ta 们要硬顶，自然法是手起刀落，毫不容情的。

ta 们的问题是没有把这前前后后的所有机制和逻辑跟你明确的解释清楚。

ta 们很少会清晰的告诉你预算不变法则的存在，只是懵懵懂懂地一会儿劈头盖脸叫你知道惜福，不要净提些无理要求，一会儿又和颜悦色鼓励你有什么需求一定要说出来父母尽量满足。

看清楚，现在红线清晰的画出来——你提的需求不能占用额外的预算。不能以提高父母的负担水平为代价，只能限于在不提高负担的前提下改善你的体验。

超出红线的，必受惩戒和训斥——不要怪父母，因为父母没得选，而且 ta 们已经试过勉强，已经被自然法用高压电教育过了。

你跟父母还能撒撒娇，ta 们跟自然没有一分的娇可撒——你敢摸，它就敢电，你敢跳，它就敢埋。

现在我们撇开儿童的诉求这个层面，谈一谈成人的诉求表达。

这很简单，成人从不表达诉求，而是给出交易——给我一个打火机，给你三块钱。你问我是要去点烟还是去纵火？你是不是嫌生意太好，钱太好赚？

我要做什么、我追求什么，没有必要跟任何人交代、解释，不必寻求任何人赞同和批准。

我只说我要 A，给你 B，我只问你拿 B，给不给 A。

我从不期待、也不追求“提出诉求，让有监护责任的人来满足”这种安排。

因为没人有资格监护我。

成人的确不应该“表达自己的诉求”、“展现自己的欲望”，因为这对成人是一种失格。

所以，你本来就应该感到“尴尬和羞耻”。

这只是父母给予了正确教育的结果。

你真正的问题是除了“表达诉求求满足 / 骂不满足自己的人”之外，既没有能力管束自己的欲求，又没有通过交易去实现欲望的资源和方法。

于是产生了想要纠集舆论来挑战“表达诉求的羞耻”这样的自然法则。

除非你认为一个成人去蹭儿童福利毫无道德问题可言，否则死了这条心。

就是这样。

爱 这个结论是无可动摇的，抛弃一切侥幸。

编辑于 2024-06-02

<https://www.zhihu.com/answer/3515463515>

评论区：

A: 这一篇，本该发在爱发电的，感谢订阅会员们的捐赠吧。

---

Q: 忽然发现祷告真是一条少有地安全表达诉求的渠道

B: 忽然发现祷告真是一条少有地安全表达诉求的渠道

---

Q: 是我没看懂吗，“我要买一个打火机”这本身不是一种诉求吗？还是应该说“我需要一个能产生明火的东西”？或者“我要买一个能点烟的东西”？这三者区别是什么？

A: 这叫需求，不叫诉求。

诉求是没打算给钱的。

---

更新于 2024/6/17