

问题：人与人之间真的不能相互理解吗？

题目描述：我发现网络上的很多争论都是因为双方不认同不理解对方，所以有这样的疑问。

人与人之间的“理解”到底是什么？

它是指对于同一段双方共同同意的文本表述，双方都表示自己已经处于一个自我满意且互相满意的无疑问状态，并且相信对方与自己的理解无异——即对这一预料的错误承担完全的自我责任。

当你们到达这个状态，你们就可以足够有效的自称相互理解。

注意这里面的要素：

1) 同一文本

你会发现有很多自称相互理解的人，居然没有同一文本。事后复盘，甲说出来的文本和乙说出来的版本，连文字都根本就不一样——甚至连条目都不一样。

“你明明说 xxx”

“我根本不知道有 xxx 这一条”

“我完全不记得你说过 xxx”

于是这种所谓的“相互理解”，可以说完全没有逻辑有效的基础。它仅仅只是一种当时安全感十足的自信而已。

2) 自我满意且无疑问

这一点极大的取决于人自我质疑和检验的能力。这是一个日积月累的过程，关于这个自我怀疑的技巧和策略问题，我们另外单独做探讨。

但大体上，是将可以对自己提出的疑问都提出来，并通过自己的思索、调查和与对方的沟通、切磋，找到令自己满意的解答。

有不少人在这完全依赖直觉，只是在当时处在一个安全感十足的状态，相应的放松了自我质疑的力度和工作。

尤其是还不成熟的年轻人们，常常不自知的以为反正理解不对也可以指望对方不追究，就像父母老师一直拿自己没办法一样。所以在这里根本就不投入什么真实的智力资源——不是按照自己的疑问是否还存在来判定自己是否理解，而是按自恃后果是否可被追究来判定自己是否满意。

这一点，自然在人生中会有足够惨痛的教训来说明这样是不行的。

父母的误将宠溺视作宽容，在这里会有遗害。宠溺和宽容的界限在哪里，则同样另作独立讨论。

3) 彼此满意且无疑问

首先要说明一条——一条条的复读文本，然后问对方“这有没有问题”，只是一种“签字的仪式”，和“理解”基本上是无关系的。

就像老师在课堂上问“大家对刚才讲的东西理解了吗？”一样，这只是一种焦虑驱动的无意识的自我保护，得到异口同声的“理解了”几乎毫无实际意义。

当你提出“还有什么问题”的时候，对于大部分还没从学校回过神来的人（这包括刚开始谈恋爱的年轻男女）而言，这都是一个类似“你的智商比别人低吗”的问题。ta 们的大脑很少会真的去思考还有什么问题，而是会去思考“我不是白痴”。

——“没什么问题。”（“我不傻”）

确认对方是否理解一致，需要靠从当前理解进一步的提出推论来检验。

比如你说了一个牛顿定律，ta 说理解了，那么你可以根据牛顿定律出一个假设场景，询问 ta 小球的末端速度是多少。

ta 回答的答案与你设想的一致，那么你会觉得比 ta 单纯的回答“理解了”有意义得多。

你应该准备了一系列这样的问题，你自己就没有问题可准备，那么“无疑问”这三字的实际含义不是理解到了问题都解决了，而是不理解到了根本提不出问题的程度。

那样你们只是蒙着眼睛走进了屠宰场的牛罢了。

甚至都可能不是同一个屠宰场。

4) 相信对方与自己的理解无异——即对这一预料的错误承担完全的自我责任。

这一句特意写这么长，是因为这一句是“人理解人”这件事实际的核心本质。

所谓“我相信你理解了”，不是在指“我”决定册封一种描述，将它晋升为一种“客观事实”，而是指“我愿意为此认定承担完全的责任”。

这种责任，就是指如果你没理解，一定不只是是你理解的问题，而是也有我表达的问题；如果我理解错了，一定不只是你表达的问题，而是也有我理解的问题。

也就是“这至少部分怪我”。

人与人之间，做到对任何一个叙述的绝对无歧见的一致理解，在客观上至少是永远没有足够的逻辑工具去确认的。也就是说想要找到一种可靠的、理性的、其成本可以承受的“理解状态确认器”是无法实现的。

这基本上使得“A理解了B”永远无法被客观认证。

它只能被相信。

只能通过对这一事实的信仰，通过愿赌服输的精神原则，通过自己的“担保”，将它强行升格为一种事实。

这其实是一种信仰能力。

换句话说，两个人彼此达成任何一种可以良性运转的相互理解，在本质上即是达成了一种相互的信仰。

我相信你理解了我，如果我错了，后果我愿意承担。

我弃绝认定“这是你表达问题”，“这是你的理解问题”的权利，因为这和你的表达无关，是我自己对自己的考察满意，而决定接受这个表述的。

也是我根据我亲自对你的考察和询问，来决定相信你对我的意思有正确理解的。

对这两点，我都承担完全的责任。

不是因为我对“这意思你肯定正确理解了”有足够的把握，而是我对“如果这并非事实，我将竭尽全力与自己的愤恨战斗，并且我终将取胜”有决心，

所以我说“我理解”，

所以我说“我相信你也理解”。

这不是一种智慧的力量，而是一种信仰的力量。

相互理解的要害，从来就不在于在智力上是否可以达到足够的高度，以至于可以超越文本给你打的智力挑战。

你们错了——任何人都越不过任何文本的挑战。

没有人能真的理解任何文本。

只是因为其理解的误差被别人宽容，而将这种误解算为了理解。

理解的要害，不在于正确，而在于宽容。

当你思考对方是否理解了的时候，不要只去思考对方的智力状态是否达到了你要求的红线，而要去思考你对那必然会存在的误差是否能宽容。

你能容，那么理解就是可能的。

你能包容多少，理解就有多可能。

你不能容，那么永远也别说出理解两个字——因为你一定是在实行双重标准——即将你的误差绝对的置于ta人的误差之上。

而“如果这并非事实，我将竭尽全力与自己的愤恨战斗，并且我终将取胜”的决心是什么呢？

是爱。

理解，是爱的能力所绑定的一种福利。

没有爱，就没有理解可言。

没有对理解的信心和虔敬，你将寸步难行。

编辑于 2021-06-01

<https://www.zhihu.com/answer/1916755345>

评论区：

Q: 仿佛心头的皱褶忽然被抚平。曾经独自悲伤辗转反侧于人与人之间；看似靠近彼此，却也隔着巨大鸿沟，此刻亲密无间，下刻如横天堑。这道沟的存在让我难解，让我辗转难耐，后来开始觉得理解不存在也没有关系，能如日月星辰花草树木般静静陪伴，也是好的。.....原来那一步鸿沟与天堑，是用相信与爱来补上的。就如同天边而起的彩虹桥，相信了，便能踏虹而行，不相信，它便是虚影幻景。原来那鸿沟之所以不可跨越，是出自于我还未拥有相信与宽容的能力。相信不是盲信，宽容不是放纵，它们属实都需要智慧。

Q: 今天的我们是两只不堪重负的骆驼；“你好啊”，“你好啊”，力气只够打个招呼了啊；
抱歉啊，我无法体验你过去的经历；抱歉啊，我无法感受你现在的遭遇；
抱歉啊，我不能知晓你背上的担子到底有多重；
抱歉啊，今天我的背上也有点重，不能给你分担了；
要看到对方背上的担子啊，有些担子可以分担，有些担子分担不了；
每个人的当下都是过去到现在所有事件的累积，
千差万别的累积使得同一件事，两个人的”事实“隔了若干个银河系；
我问，你说，我都信，这不是盲信；
我信，我默认误差普遍存在，有些误差使我感受到美丽，有些误差让我悲伤不已；
我信，如果我愤恨，我将竭尽全力与自己的愤恨战斗，并且我终将取得胜利，永不止息。

B: 我理解你的辛苦，因为我也这么辛苦。

我看到你的重负，我知道那很重，因为我也同样背负。
当我们眼神相交，我看得见你眼中的疲惫，我真的看到你了，你确实很累了。
我也很累，而且你也感受到了，因为我也正在被真的看着。
当我们手掌相握，我感受到我的呼吸逐渐平稳，似乎是有些放松。
我也感受到你的呼吸，从指尖。你也有些放松了。
我们的呼吸同频了，我感受得到，我知道你也感受得到。
当我们相拥，我感受到你的心跳，稳定而清晰地跳着。
我也感受到我的心跳。我们的心跳也同频了，虽然可能只有一会儿。
让这一会儿长一些吧，因为我知道，我被理解了。而且你也知道，你被理解了。

Q: 之前谈恋爱的时候，明白的这个逻辑。寻求理解，理解又是不可证的，需要信任去安定这一份恐慌。很神奇的是，有时候是真的就能“理解”，称为心有灵犀吧。好的爱情是相契的，是细致的，是体贴的，也是包容的，以之而能称为是互相理解的。理解、体谅常常共用。这是感情上。

理解——共情能力和换位思考能力都非常相近。如果两个人很多地方相似，应该可以更理解对方一些。放下自己的各种判断，坦诚地认知对方，了解对方的过去和现在的生活，其实是能理解对方的，现在之所以不能理解，是因为放不下自己心中的成见，也不愿意去花时间去了解一个人。现在大多数的“理解”，也只是一种友好的尊重罢了。

想寻求理解，是想要认可，还是想要找同类呢？这很看缘分。忽然想起老师讲的一个。他说，大城市里，人那么多，通讯也非常便利，但人与人关系却很生疏，小地方反而人与人更亲切。因为小地方的人要学会喜欢自己不喜欢的东西，了解自己不了解的东西。想要理解别人和被别人理解，都要这种关切吧。

B: 稍微给你泼点冷水，世俗意义上的爱情就是纯信念，信念是啥，就是迷信而已，迷信不是信仰。至于共情能力，它可以直接和换位思考能力互换，再直白点，共情就是换位而且是彻底的沉浸式对调。难听地说，绝少人有共情能力。镜像神经元不是共情，而是一种担心自己的自恋而已。而自恋，就是自己爱恋自己，而不是爱恋另一个生命体。如果你觉得难以接受，很正常，因为自我否定就是痛苦的。

Q: 我思考过类似的问题。冷漠和温情，理智和迷信，自恋和恋他，是可以共存于一颗心的。你说的我都能感觉到经历过，并不否认。

C: 可以看看弗洛伊德和啦康的精神分析.....

Q: 17 岁的夜晚我曾发出没有谁能正真理解谁的感叹，原来是缺乏爱与信仰的悲观之语

A: 问题不在于没人能理解，在于你能不能包容那种程度的不理解到认为它可以被认为是理解的程度。

B: 被包容的不理解就是理解

Q: 爱是因为宽容而被算作了爱，

理解是因为宽容而被算作了理解。

爱和理解的关系“因为懂得，所以慈悲”

Q: 交流一下看法，理解是否可能的问题本身就代表着“理解”的某种自觉，暗示了理解领域有某种标准或者说价值排序的存在，也暗示了理解者对自身有某种评价的动机和方法，这些问题之外的意涵其实意义是不下于问题本身的，而这恰恰是理解最终极的困难所在：对“言外之意”如何理解？对“诗性”如何理解？对“留白”如何理解？这个困难我认为并不是通过包容、相信可以完全解决的。我认为理解的可能问题最终要回到这样一个定义陈述上：理解是划定可能的边界，可能就是理解。

Q: 理解，就如信任一样，是种主观的态度，并不可量化证实。

Q: 【自我怀疑的技巧和策略问题】？怎样提个好问题邀答？（好像太贪了？先消化一下）

B: 关于自我怀疑的技巧和策略，应当是要在【学习世界史对孩子有什么好处】这一回答里探讨，只是到如今还未完待续

Q: 放那确实极好，谢谢提醒。还想到这篇

<https://www.zhihu.com/answer/1079204276>（#“纪实”#），也略提一二，但还不够

Q: 爱是理解的别名

B: 私以为爱是理解的基础，理解是爱的上层建筑之一

Q: 怎么理解“真正的爱，是一一次次重新爱上对方”？

（不知道真爱界认不认可这种说法）

B: ta 一直耀眼，你一直注视。虽然凑近看 ta，可能会发现如夜空中星子一般多的、于你而言的缺陷，但每当那耀眼的日头一升起来，星星便都隐没了。

C: 不断原谅才能不断去爱

D: 可不可以这样扩句：（一个人）如果真正的（去实践）爱，（那么 ta 爱的结果就会）是一一次次重新爱上对方？

更新于 2022/11/28