

问题：德不配位该如何自处？

题目描述：出于某种评价标准的漏洞，无论是自己还是他人产生了某种能够胜任的错觉。但当真实地来到这个境遇，却发现因缺乏必要的锻炼而难以胜任当下的生活。

即便自己努力追赶，但差距依然存在时，面对别人的期待时的内心无比煎熬。没有相应的实力，就像是把读到幼儿园就辍学的小孩拎去上按照年龄 ta 应该去的初中一年级，会有不断的挫败，自我否定。该以什么心态，行动解决当下的困境？

每一位英雄，都会在内心怀疑自己是个骗子。

每天。

每个人都或迟或早会陷入自己力所不能及的工作，面对着自己没把握的新问题。不是只有你这样，大家都这样。

不要多想，安心做事。

认真做，确保每次都有一些心得。

包括如何忍受这种折磨的心得。

有的时候，你之所以赢，不是因为有任何过人之处，只是因为同样的压力下，你的对手比你失眠更厉害，更早崩溃。

这个世界上，聪明的人没有勇敢的人宝贵。

而勇敢最大的表现不是亢奋的往前冲，而是淡定。

从另一面说，镇定除了能在没有把握的事情中学习，还能怎么学习呢？

事实上，你最好在四十岁之前受过这种充分的锻炼。因为随后父母的身体、子女成长过程中的不确定、中年失业的风险、身体健康的问题，是人人难以逃过的。

到时候你如果回头发现你向来只做过有把握的事，你的心就没有那层老茧。没有这层茧先垫着，上面说的这些事其实可都是 A 级难题，远非你平时工作生意中遇到的那些问题的考验可比。

从来没磨过的心，用最粗的砂纸磨，那才叫撕心裂肺。

记住——到头来这一身，终逃不过那一日，其实世界上根本没有第二条退路可走。

所以，放下自己的焦虑怀疑，把这种煎熬当作“健心”的酸痛。

力竭之时你的肌肉有多痛，多想撒手？

把这种痛苦练出快感来，你就爽了。

编辑于 2021-05-15

<https://www.zhihu.com/answer/1570328071>

评论区：

Q: 对现在的我来说这话是莫大的安慰。谢谢您

A: 这不是安慰你，而是大实话。

更新于 2023/7/16