作者：9adgq  
链接：https://www.zhihu.com/question/20694013/answer/1846677969  
来源：知乎  
著作权归作者所有。商业转载请联系作者获得授权，非商业转载请注明出处。

#自卑#

自卑这么萌，你们为啥要整天盘算着“克服”它？

太坏了你们。

总是把自己看得比“应有的地位”更低一等，而把别人看得比“应有的”地位更高一等，这其实是非常优良的[生存策略](https://www.zhihu.com/search?q=%E7%94%9F%E5%AD%98%E7%AD%96%E7%95%A5&search_source=Entity&hybrid_search_source=Entity&hybrid_search_extra={"sourceType":"answer","sourceId":1846677969}" \t "_blank)。

它能抑制你轻易就“我也可以”然后一头撞死在南墙上可能性——不要随便撞死在南墙上远比“早点成功”重要。

它能大量的避免你与人争夺你“应得”的东西——别听那些幸存者如何[红光满面](https://www.zhihu.com/search?q=%E7%BA%A2%E5%85%89%E6%BB%A1%E9%9D%A2&search_source=Entity&hybrid_search_source=Entity&hybrid_search_extra={"sourceType":"answer","sourceId":1846677969}" \t "_blank)、侃侃而谈，ta们只是在捡着成功案例、高光时刻反刍，没有真正的全局衡量过那么多的“正义的追索”算上总体的成功率和成本，到底值不值。

这还没去真的计算到底有多少真的是正义的。

坦白讲，大部分都是“自信”出来的“正义”——甚至干脆就是基于贪婪而创造出来的“正义”。

所谓的“自信”，不过是得过手的贼胆子较大罢了。

自卑、对无常和未知感到不安，是人刻苦努力的最大驱动力之一，是使的人心能听得进教训的最主要的[抗硬化剂](https://www.zhihu.com/search?q=%E6%8A%97%E7%A1%AC%E5%8C%96%E5%89%82&search_source=Entity&hybrid_search_source=Entity&hybrid_search_extra={"sourceType":"answer","sourceId":1846677969}" \t "_blank)。

不是“谦虚”，谦虚是假的——那只是宣传口的话术罢了。

做到这些的，就是自卑。

自卑的真正问题，不在自卑身上，而在于自卑通过焦虑的痛苦而造成的[心理动力](https://www.zhihu.com/search?q=%E5%BF%83%E7%90%86%E5%8A%A8%E5%8A%9B&search_source=Entity&hybrid_search_source=Entity&hybrid_search_extra={"sourceType":"answer","sourceId":1846677969}" \t "_blank)，因为**学习和修炼的方法的失当**而被徒然浪费了。

发动机在吼叫烧油，震的你屁股发麻，手心发痒，耳朵发懵，

但是因为你没挂上[离合器](https://www.zhihu.com/search?q=%E7%A6%BB%E5%90%88%E5%99%A8&search_source=Entity&hybrid_search_source=Entity&hybrid_search_extra={"sourceType":"answer","sourceId":1846677969}" \t "_blank)，车没有在动。

你也不是没有想过办法，你拼命踩过油门，也拼命转过方向盘，你甚至快把喇叭拍烂——“能做的都做了”——但是就是一寸都没有动。

既然没有动，那么那份震到[手麻](https://www.zhihu.com/search?q=%E6%89%8B%E9%BA%BB&search_source=Entity&hybrid_search_source=Entity&hybrid_search_extra={"sourceType":"answer","sourceId":1846677969}" \t "_blank)，吵到耳鸣的动力就是徒然的干扰和损失了，不如关了它，是吗？

是吗？

自卑会引发的真正问题，恰恰是那些人因为无法兑现它的好处于是[无所不用其极](https://www.zhihu.com/search?q=%E6%97%A0%E6%89%80%E4%B8%8D%E7%94%A8%E5%85%B6%E6%9E%81&search_source=Entity&hybrid_search_source=Entity&hybrid_search_extra={"sourceType":"answer","sourceId":1846677969}" \t "_blank)的尝试“克服”、“战胜”它而做的那些蠢事。

比如，四面搜罗来的虚荣。

比如[拉帮结派](https://www.zhihu.com/search?q=%E6%8B%89%E5%B8%AE%E7%BB%93%E6%B4%BE&search_source=Entity&hybrid_search_source=Entity&hybrid_search_extra={"sourceType":"answer","sourceId":1846677969}" \t "_blank)、互相注射麻药的“朋友圈”。

比如对于任何触及（哪怕只是是出于ta自己的联想而触及）到他的痛处的人的坚决“反击”和排除——油盐不进。

等等等等。

这些所谓“[战胜自卑](https://www.zhihu.com/search?q=%E6%88%98%E8%83%9C%E8%87%AA%E5%8D%91&search_source=Entity&hybrid_search_source=Entity&hybrid_search_extra={"sourceType":"answer","sourceId":1846677969}" \t "_blank)”的手段，说穿了哪一件不是在构建一种麻醉呢。

**其实，这甚至包括了传说中能真正解决自卑问题的“正道”——努力奋斗、功成名就——在内。**

请你放心，在你经过艰苦卓绝的努力，实至名归的得着[世界冠军](https://www.zhihu.com/search?q=%E4%B8%96%E7%95%8C%E5%86%A0%E5%86%9B&search_source=Entity&hybrid_search_source=Entity&hybrid_search_extra={"sourceType":"answer","sourceId":1846677969}" \t "_blank)之后，你也一样会自卑的。

你挂上了档，车跑起来了，发动机就真的没响声、不震手了吗？

你看懂没有？

只要你活着一天，这种本能就会跟着你一天，继续鞭策你一天——因为自卑不是你的bug，这就是你的设计。

几时它不响、不震了，那就是它停了。

自卑就自卑，不要把问题归结到自卑上。

你自卑，你没有把握取胜，你还是要去战斗。

你自卑，你害怕不能生还，你还是要去拼搏。

你自卑，你觉得没有人会喜欢你，你还是要去爱。

你自卑，你对回报没有信心，你还是要**尽义。**

你要知道，恰恰是因为你是自卑的、害怕的，这些事才是真正可贵的，触动人心的。

正因为你害怕不能生还，你的战斗才是真正的英勇行为。

正因为你没指望喜欢，你的爱才令人动容，不是吗？

你的痛苦真的是没有价值的吗？

你错了，知道吗？

**你的成功微不足道，**

**是你的痛苦令人动容。**