

问题：面对喷子，你的心理感受是怎样的？有哪些妥善的应对方式？

首先，我并不同意把对方叫“喷子”。这个要先说清楚。

这样称呼对方，本身就是一种“喷”，这未免太魔幻了。

---

如果有逻辑断层，就想办法明确的表达出来指出来。不必想对方是不是故意的，也不要多想“恶心”什么的。

就事论事，直到对方真的展现出不诚实、或者并不在乎对错，只是要赢。

对人可以有的最大的惩罚，其实是先成为最好的对话者，然后剥夺对方和你对话的机会。

其实这才是最深刻的惩罚——他将失去和有这个级别的知识储备且态度完好的对话者说话的机会。

如果你这样的人他一生也遇不到几次。那么你只需要停止对话，就是对对方最深的惩罚——你要了ta本来可以有的命。

和好的对话对象说话，是可以改变命运的。

这个权柄的前提是你要成为这样的对话者。

这并不意味着你一定要学富五车，这更多的要害在态度上。公平正直、逻辑严谨、不夸张、不伪造、不慕虚名、不贪彩帛、威武不屈、贫贱不移、宠辱不惊，你就足以当一块“可以明得失”的镜子了。知识这些都反而是次要的。

反对，只是因为看到了对方的逻辑断裂而反对，不是因为害怕自己被证明为错为反对。对方对了，自己错了，就能承认。做到这两条，已经是对方最好不要失去的、可遇而不可求的宝贵财富了。

这时候，你要意识到如何面对你的权力。

你手里握着一种对方只有稍微有点地方让你看不顺眼，你就转身而去的权力，这是对对方致命的惩罚，性质和在对方踩着你这人梯爬出地狱的时候一撒手差不多。

也正因为实际上是如此惨烈的惩罚，所以你要尤其耐心。

仅仅只是因为对方对你不礼貌，你就要让对方在爬出地狱的路上踏空一脚吗？

同时你自己也要学会无论如何要对一切对话者保持礼貌。不要因为一点不礼貌，把自己本来可以有的更好的命运被自己丢弃了。

有能力、有真诚热情的人，常常是一种在礼貌和不礼貌边缘游走的姿态。他们常常会说一些很直白的、非常难以令人接受的实话拿来挡门，举起例子来简直可以一刀要了你的命，但你又不能不承认那是非常朴素的事实。

很多人把这种体验看作是一种攻击和冒犯，实际上这是一种对对话资格的天然测试。

你自己要记住——无论如何令你痛苦，你都一定要仔细想清楚对方说的是不是一种事实。一个人绝不能给事实定冒犯的罪，因为事实的作者并不是人类，而是上帝/客观世界。

否则，与你的沟通成本就一定太高。

很可能你意识不到，名师们很清楚自己所说的东西对一个人是无价之宝，根本就不是那点学费所能收买的。

真正的代价其实是时间。一辈子就这么点时间，用在你身上就不能用在别人身上。而你却只要听到痛苦一些的事实，就不但不能接受，还要攻击说话的人。

那么基于什么理由把时间和机会从不这样做的人身上夺走，拿来送给你糟蹋呢？

人身上所拥有的知识和他所养成的这个洞察力，不是自己凭能力得来的，而是上天通过一系列的其他人没有得到的安排锻造出来的。赐给人的最基本用意，就是通过这人转交给人类。

它是天下至公之器。

真正明白这一点的人，一定明白自己身上的责任，也一定会计较可能的传承者该有的资格门槛——不在于这人有没有钱交学费，也不在于这人是不是有权力地位，而在于这人是否抛开自己那点利益得失、那点 selfpity，明白 it's bigger than me。

如果一个人还处在听到痛苦的事实就首先想要通过种种超越求知者法则的不正当手段来抹杀其存在的状态，这人就显然还不配排在前面。

你甚至不可以因为私人感情的同情或喜爱而给 ta 加太大的塞。走点后门是可以的，但是即使是你的儿子不成器，你也绝不能把全部的机会只留给你儿子。

有这个心态认知的人，也才有真正的资格值的你在他面前忍受和压抑自己本能的自我防御、憋住那些在嘴边打转的恶毒的话，正襟危坐以对。

我曾经写过学生要尊重老师。这就是学生尊重老师的最核心的动力。

——此为天下至公之器，无论哪一方，都惟有敬之者配得见它的面。

当你自己有了这个认知，你自然会获得你原来没有的力量去战胜你内心的恶魔，喝令他住口滚蛋。

你不是来请人陪你玩的，人家也不是来陪你玩的。

你们所踏脚的地方，对你们双方都是不容任何不敬的。

有一点不敬，你就会被自动的蒙住眼睛，剥夺部分的生命。

你明白了这个，“喷子”这个概念就消失了。剩下的只有“配在圣殿里与你同在的人”。

编辑于 2021-10-12

<https://www.zhihu.com/answer/1007913097>

---

评论区：

Q: 关于这一篇。其实于我这一篇可以说是“如何做一个净输出者”在对人方面的实践指南。几个月以来我都在笨拙的践行“做一个净输出者”，但是我现在却觉得身心俱疲。原因在于，我意识到撤销对某人的输出本身，就是对他的一种惩罚，但我不知道何种严重程度的错误，值得这样严厉的惩罚。于是越来越觉得不应该撤销这种输出，从而感到力不从心。能否请教：这红线该画在哪里？

A: 寻求双赢啊。并不需要你输

B: 是不是你的输出范围和输出量太大了？或者你的输出变成了不可承受的亏损？

Q: 我觉得是的。追求事事都做到净输出，让人精神疲惫，倒没什么物质上的太大压力。

---

Q: 首先说声对不起，因为我的傲慢和软弱而无意冒犯了您。我真的不知道现在是什么情况以及接下来该怎么办。您能指点一下吗？

A: 不用在意

---

Q: 答主，请问一下阴阳怪气言论属于什么性质？是屏蔽制度下的一种无奈选择吗？感觉到被冒犯是我过敏了吗？接受不了言论背后的事实？

A: 这其实是一种思维定势造成的问题。

这个思维定势就是“情绪一定要通过发泄来改善”。

这种学说主张人好像一个高压锅，愤怒就像气压，有了就要自己想办法弄个出口把它排出，排出了自己就健康了。

很多人相信这个理论，所以如果不给一种发泄愤怒的方式，就自己寻求另一种发泄愤怒的方式。

而“发泄”这个词，说白了就是暴力伤害。

“我觉得受伤了，我唯一自我治愈的方式，就是要某个对象付出代价，不给我以一种方式伤害，我就以另一种方式伤害。”

这个是很多人视为天经地义、无需思考的默认逻辑。

问题是，谁说“改善情绪应该靠发泄”？又有什么证据证明“发泄一定可以改善情绪”？

实际上存在着大量的“发泄临时改善激素水平，但严重恶化人际关系/社会关系/人生处境，进而导致长期抑郁乃至绝望”例子。

比比皆是。

情绪，用“发泄”来“解决”是一种形同用吸毒来解决头疼一样的愚蠢行为。

但是，“头还真不疼了，神奇”。

---

Q: 我有一个疑问——作者说不赞同把对方称为“喷子”，但直到我评论发出为止，作者动态置顶声明中却有这样一句话：当喷子也要有点江湖直觉和专业水准。作者是否自相矛盾？或者说我的理解力不够，没有体会到这两者其实并不矛盾？希望这个疑问能得到解答，谢谢

A: 语境立场不同。

这是以“自称要当喷子的人的同伴”的立场来说的话。

---

更新于 2023/10/22