

问题：面子和尊严的关系是什么？两者之间有何区别？

（题目描述：要面子和要尊严有时有点接近，有时区别很大，两者有何关系呢？）

面子的秘密，就是要在社交之中不断的发送“自己很有实力，值得畏惧/很有资源，值得利用/很有价值，值得拉拢/很有地位，值得攀附”的信号，力求用这些信号形塑 ta 人与自己的关系。

借着这些信号，诱使对方对自己形成一种又贪求、又畏惧的“最佳态度”。

这样做的人误认为这个就等于“尊重”了。

这的确是一种可以快速有效的借助一些简单的套路可以达成的几乎可以替代尊重的替代品。它和尊重的区别在哪呢？

在于尊重必须建立在尊重的能力上。

尊重是一种需要磨砺和淬炼、需要觉醒才会有的能力。它并不是一种普遍被拥有的能力。

在尊重的语境下，对人保持礼仪，慎重对待 ta 人的感受，是无条件的。

这既不是因为害怕对方的报复，也不是为了贪图对方的回报，更不是为了争取对方的崇拜。

而仅仅是因为这是人对人应尽的义务。

因此，对有尊重的能力的人，ta 的尊重是不需要其他人来争取的，是免费的、默认的、无条件的给予的。

而正因为这种给予是免费、默认、无条件的，会导致这给予的量极大，因此必须成本极低。于是它反过来会被“面子”文化下的信徒普遍的认为“不够给面子”、“不够尊重”。

君子之交，其淡如水，但是这水却是免费的、无条件、不止息的。

“面子”一族常常礼数华丽，周全备至，但是那是有无数条件的，是要你随时证明“够格”的，是要你“上道”、“懂事”的。

被尊重的人，只会感到自己多出了原本没有的力量和自信，却不会感受到“得到面子”时伴随着快感而来的窒息与束缚。

被尊重的人是自由的，因为这不是买卖，没有欠债。

只是人们常常无法相信世界上竟然有不出于恐惧和贪婪的尊重存在。

因为没有这个信，也就没有这个眼，没有这个眼，就见不到这个事。

见不到这个事，就没有可以用来对比、以发现自己手里的这件东西其实是假的机会。

正确的尊重，常在只知面子的人眼里被识别为“不给面子”，以至于进一步的客观“提醒”ta 们意识到自己是缺面子的人。这种提醒会增加 ta 们的恐慌和焦虑，以至于催使“面子焦虑”成为充斥 ta 们整个精神生活的主题。把人与人的一切互动都变成给面子、不给面子、丢面子、争面子四大科目。永无休止。

“给你脸了”、“就为了争个面子至于吗”、这些口头禅其实是在向人发送一种信号。

如果这人的其他言行幼稚，这信号就是“此人尚不知尊重为何物，和 ta 打交道既累，还难做好人”。如果这人仔细前后考察会发现 ta 行事说话其实滴水不漏、八面玲珑，那么就知道这人是在装傻扮小，和光同尘，先假定当时的谈话语境是言利不言义的江湖语境，避免轻易暴露自己的异质性——入乡随俗，交浅不言深，以免横生不必要的麻烦。

这会导致江湖风气重、面子文化盛行的环境里长大的小孩子，所见的要么是真的面子焦虑者，要么是自保而隐藏起来，只对自己察觉到有尊重能力的人切换行为方式的隐形者。

而作为没有家传启蒙的小孩子，几乎没有可能会满足对方展露真身的条件。自然等于从未见过。于是会进一步锁定这些孩子的行为模式。

下一个出口，往往要到近乎不惑之年，吃足了苦头，历尽了面子的虚妄，在漫长的人生中终于等到了几次刻骨铭心、石破天惊的绝非给面子的尊重，才有机会醒得过来。

可惜的是，这个时候，早婚早育的人的子女已经过了最宝贵的教养期，自己也已经二十了。更不用说在动荡的年代，对身居下层的人，四十岁的寿命也非人人可期。

为什么尊重如此重要？

因为尊重是唯一能让真正有能力的人正襟危坐，考虑给你合作的机会的要害。

面子不行。

第一，真有本事的人根本不缺面子。我能点石成金，我需要在你面前挣什么面子？我需要给你什么面子？这种面子的把戏是给无能之辈做关系投机用的无聊游戏，纯属浪费我的时间。提着礼物在我们门口排队的人多的是。

仅仅因为你肯给我面子，我就要咬你这个钩？我心里一清二楚，只要我接了你的“给面子”，最后一定是你会得益，而且对这一点你一清二楚。你哪里是久仰我？你是久仰我可以把你的石头变成金。

你久仰金罢了。

这种事，英雄美人们早已习以为常，不足为奇了。

心下毫无感动，只是觉得累和厌。

什么面子？只不过是一道道舍得或者不舍得放诱饵的陷阱而已。

第二，只要还在对我走这一套，就是不值得给面子的人。

但是不给面子的主要办法、不会是“不给面子”而是“礼貌谢绝”、“断绝断绝接触途径”。

因为面子党有一种恶毒的诡计，就是唾面自干、以伤卖惨，使人欠下“伤害 ta 感情”的债。

君子可欺之以方——你次次面斥，ta 次次忍受。你闭门不见，ta 长跪不走。

久了你就会欠 ta 们“伤害感情债”。你的傲气发作，不肯欠人，惻隐之心发作，不忍见人自残，难免要上 ta 们的当。

极易由此堕入厄运。

不知多少女孩子是中了这种计。

心生厌恶，绝不要骂，骂就中计。

看到没？最好的策略仍然是尊重。

为什么只有尊重可以？因为尊重不但尊重喜爱、也尊重不喜爱，

尊重亲近，也尊重仇恨；

尊重前来，也尊重离开；

尊重联结，也尊重断开；

尊重同意，也尊重反对；

尊重支持，也尊重不支持；

尊重无私，也尊重有私；

尊重富贵，也尊重贫穷；

尊重健康，也尊重疾病；

尊重有能，也尊重无能；

固然尊重忠诚，也甚至尊重背叛。

你们不要以为英雄移山倒海、美人风华绝代，于是就多么强大，肯定什么都不缺。

并非如此。

恰恰是因为 ta 们的存在更大，ta 们才更需要远比其它人更大的空间，否则连气都喘不过来。

而只有懂得尊重的人可以为 ta 们撑起可以来、可以去、可以同意、可以不同意、可以行、可以止，而不必担心怨恨、仇视、疑忌、嫉妒、出卖、报复的空间。

所谓让人一见倾心、得人如得鱼的王者之气，这就是全部的秘密。

这也是一个人到底能不能有所成就的命运的分水岭。

这就是得道多助的那个道。

懂和不懂这个分别，常常真正的造成人事实上的等级差异。不懂的，往往正因为不懂而缺乏懂得的条件，于是会导致人生困窘，于是更容易导致下一代也不懂。

这是一种会代代相传的遗传性文化病。

这种遗传机制的存在，本身就意味着“无条件尊重”其实是一种想要长期存续需要被接受的义务。——它只是有缓刑机制罢了。

不觉悟、不遵守的，给你几代缓刑。缓刑再三都不能醒悟，这积累几代的人生失败已经自然会大率的导致家族绝嗣了。

坦白说，无条件尊重法则不算是真的无条件——条件就是“你遵守，自然就饶你一命”。

误把面子视为尊重的人，最好早点醒悟。

那些真正能改变你命运的人会目光灼灼的看着任何一个能让 ta 们燃起这信心的人。  
甚至都不必是信，只要有望就够了。  
而能撑起这信与望的尊重到底是什么呢？  
是爱。

轻如鸿毛的爱，胜过重如泰山的面子。  
就如一颗米，胜过一百斤砒霜。什么面子，老子不稀罕。

编辑于 2021-05-15 17:17

<https://www.zhihu.com/answer/1778974150>

---

评论区：

Q: Ta 们给的面子是高利贷，丝毫不问对方想不想要，直接加诸于别人身上，并以此为由强制收取高昂的利息，甚至还觉得是对人的一种恩赐。

遇到这种行为，快逃

B: 所谓…强买强卖

---

Q: “面子”之所以叫“面子”，不正是因为它就不是“里子”吗？

“里子”是真正的自尊自重，真正有信念，是一种对自己的底气。

“面子”是没有“里子”时，人最爱的止痛片。

尊严不是靠别人给的，是靠自己挣的。但是面子，永远都是要别人给的，还可能是出于同情，同情不算真的尊重。而获得了面子也没有获得尊严。

---

Q: 不知道为什么，答主的很多回答会让我有大哭一场的冲动。而有时候有难免会心一笑。

B: 因为现实生活中的灯塔太少了，更多的人并不具备慧眼识人，慧眼识事，慧眼识物的本领，少部分具备了，却又不会、不愿或者不能诉之以文，言之以语，偶尔遇到愿意表达的人又没有楼主这样强大的穿透力和朴实耐心、通俗易懂的叙述力，所以，看到楼主才会格外让你感受到如沐天光般的醍醐灌顶

---

Q: 但人常常是，你尊重 ta，ta 觉得有了面子，必然是因为 ta 自己很值得拉拢/畏惧/攀附，由此生出种种丑态；你远离 ta，ta 又觉得丢了面子，由此生出怨恨愤怒，用尽手段也要维护自己的面子。真的是不知所谓啊。

B: ……说真的我实在不明白这种思维。

一个人去靠所谓的“社会价值”来获取的“尊重”，这件事真的值得追求吗？

我觉得这是病态的：认为有社会价值的值得尊重，认为没有社会价值的不值得尊重。认为其他人才疏学浅配不上自我骄傲/别人的追捧。认为别人有钱有权才能配得上自我骄傲/别人的追捧。

难道不能人人都无条件的尊重自己和别人吗？为什么一定要这网去衡量自己和别人的价值吗？大家都是人，来自他方的灵魂降临到于此，真的有高下吗？

光想一想，就令人觉得胃不舒服…

这真的是一种自我伤害和伤害他人的情况。

为什么不明白有些人因为你的 xxx 而追捧你或给你面子，那他一定会因为你失去 xxx 而贬低你或翻脸不是人呢？真的，这玩意就是毒，不明白为什么有人非要这个面子不可，还因此黯然神伤和义愤填膺。这真的是我见过最无聊的游戏之一。

只有商品才有价格，才有价值比较，人不是商品。人一定要把自己和别人都当人。

---

Q: 读后感：尊重就是给人自由。

B: 自由是别人本来就有的。尊重是不妨碍人的自由。

---

Q: 看到一半的时候就觉得答主说的尊重就和答主说的爱是类似的，这是不是说明以前的答案没有白看

B: 我想尊重更多的是强调对他人真实的接纳，就是其他人的任何自由意志，都表示接受，不认可但是允许它以其自己的方式存在。这是平静安宁和谐的。所以说，尊重是清净柔和的。

而爱不太一样。爱是建立在尊重的基础上，同时爱是有更强的“责任”的，它的气质是深沉庄重肃穆的，爱包括尊重、认识、关怀、责任和信念。

我的理解是：

接纳他所有的自由意志，实事求是的，这是尊重。

你愿意去了解和探索他如此表达自由意志的内因——心灵，这是认识。

接着你带着一种你内在的力量去友善的靠近他的心灵，让他能接受到这种联接，这是关怀。这种关怀并不是一种激情，而是一种恒稳的态度，一种自觉的发自内心的主动承担，这是责任。

这一切都建立在，你相信“一个人内心的爱可以唤醒另外一个人内心的爱”的信念上。

爱和真正的教育很相似，是一个灵魂影响另外一个灵魂，很很美的，也是很难的。  
咱们共勉吧。

---

Q: 最近有个困扰，两个人在一起，一个说你不给我面子，另外一个说你不尊重我，他们追寻的方向最终是否到达同一目的地

A: 困难不小

---

Q: mark，再看，尊重的必要性看明白了一点，但还没明白什么是尊重

B: 尊重≈对真实事实的认同

C: 嗯，是对真实/现实无条件的接纳。

---

Q: “二十”该为“三十”。（原文：可惜的是，这个时候，早婚早育的人的子女已经过了最宝贵的教养期，自己也已经二十了。更不用说在动荡的年代，对身居下层的人，四十岁的寿命也非人人可期。为什么尊重如此重要？）

A: 四十不惑

这说的是子女已经二十岁了

---

Q: 如何实施尊重呢？

尤其是当对方以自残的手段胁迫你去给他面子的时候，又该如何处理？

A: “屋主不在家，好跪请适度”

---

Q: 答主 正襟危坐 写错了～

A: 前后文要多点，不然太难找

B: “为什么尊重如此重要？”

因为尊重是唯一能让真正有能力的人正经危坐，考虑给你合作的机会的要害。

面子不行。”

另外还有一段的最后那个懂字前面少个“不”字真的不重要吗！！！！？

——虽然说确实不算影响阅读但是每次读到这里就咯噔一下。

A: 改了

---

Q: 很有道理 初看一次有点迷糊 截图收藏二次 第三次看完清晰多了。

要是精简些会更好。起码不用截几次图

B: 答主的精髓在哪里？就在于娓娓道来而没有一句多余的废话……

概括性的精简谁都会，但反向展开就不是普通人能做得到的了。

---

更新于 2022/10/26