

问题：如何对待抓着自己不放的人？

题目描述：人无完人，人不可能让所有人满意，有人不满意我们不一定是我们做错了，同样没有任何一个人可以做到说话做事时时刻刻滴水不漏，可是对方就是抓着你不放：包括但不限于造谣、诽谤、恶意针对、煽动情绪等，这种情况应该如何处理。

这个问题其实比较复杂。

这得分你是什么阶段。

如果你还是一个大头兵，主要靠自己的能力，你可以考虑熟悉一下法律上正当防卫的基本要点，以便在真正自卫的时候不必缚手缚脚、多有顾虑。

这类人既然是这么个纠结的品性，自然一般经不起挑逗，你有大量的手段和机会可以挑动 ta 失去理智先动手，ta 先动了手，结局可就不会由得 ta 来定义了。

而且这类人一般严重缺爱而且思维能力有严重缺陷。所以 ta 们有个系统性的漏洞，就是很难分辨哪些人是真朋友哪些是伪装的。换个小号顺着 ta 的话帮着骂一骂，很容易被 ta 引为知己和同志，接着要“约见面”也行、要“聊家常”也行，很容易被人摸到底。

其实跟 ta 称兄道弟的人里面，很容易混有对方的人，ta 自己根本无从分辨。

你如果不是大头兵，而是身上已经有了很复杂的利益关系——比如身负重任，或者位高权重、有很多人想要谋门路要套近乎——那么这些事你就千万不要计较，连抱怨都不要抱怨。

不然被有心人知道还有这么一号人存在，都影响你到破坏你的心情的程度了。关心你的会想悄悄替你解决，想投门路的则会视为绝佳的敲门砖。

这种风声走漏，你可能救不了 ta。

讲个小案例，先说好，纯属虚构：

某人在酒桌上略微抱怨了一下有个小孩头天在商场里冒犯了自己老婆。

第二天一大早出门，吓了一跳——这小孩吊着自己打折的胳膊跪在 ta 门口拿着个电话给他接。

这人接起电话，对面是昨天的一个陪客。人家开口先抱歉擅自帮他教训了一下这娃，问他对这道歉满不满意。

这道歉已经不是重点了，到这一步，这份人情就算是欠下了，再想推就只好推了。

到了一定的地位的人，要伤人都不用动手，只要流露出真的愤怒，就已经可以伤到人了。

比起被小孩子怼了感到难受，因为你不能宽容而触发的一系列的因果是更大的损失。

你不忍，很容易出冤孽。那小崽子固然可怜，更烦人的是很容易惹出很长的手尾。就算不考虑慈悲这类原则，纯从经济和安宁的角度，也最好是忍。

不要以为这故事就是险恶的顶峰了，还差的远得很。很多人喜欢喊电影来源于生活高于生活。

其实这只是 ta 们生活得不够罢了。

所以，如果你在卑微的时候受了气，咬牙切齿的发狠将来要出人头地绝不受气——这是想错了。

你真“出人头地”了，反而比没身份的时候更得收敛忍耐。

杜月笙一向客客气气。

其实对于这类喜欢纠缠人不放的人，最好什么都不要做。

因为有这种轻易就会树敌、而且自信满满谁都惹得起的心态，ta 会给自己制造的敌人远不止你一个，ta 会给自己制造的困难也远不止你这一点。

你什么都不用做，ta 很快就会有别的烦不过来的事缠身。ta 每发作纠缠你一次，都意味着 ta 还没有改变自己那个性格，于是也就还没能脱离那条向下的轨道，过段时间还会陷得更深。

这是一个会自我湮灭的问题，其实不是影响大到影响你和你家人的安全的话，没有必要去处理。

编辑于 2021-07-21

<https://www.zhihu.com/answer/2010408474>

---

评论区：

Q:有这么种情况我一直挺困惑该怎么办，比如主观上自我感觉待人以诚也没安坏心眼，利益上也没让人吃亏，没准论得失我还付出多些。但对方却表现出近乎逾礼的怠慢和不合作。我也有反省和询问，但能反省到的不当之处、和对方明面说出的不满事宜，其实都远晚于这种疏远发生的时间点，也绝不像关系僵化的真正和全部原因。

我很想诚心诚意请教对方眼里我的问题和真实的想法，但碍于面子，问一两次不回应也就那么过去了。其实真实情绪是想很严肃请对方讲清楚为什么那么做的，只是怕被人嫌纠缠和小心眼，把疙瘩留在心里了。这算不算纠缠，还是说就这么过去就对了？

A:什么时候反省到，就什么时候道歉

---

Q: 最喜欢这种手把手教方法论了

不惹事，但也不怕事。

---

Q: 那个打小盆友的事例，属实有点“慎人”……比喻虽是如此，听起来别人帮动手也挺“厉害”的，但说句实话，要是我仅仅抱怨几句，或者是感觉到如何不满，真的有“帮出头”千百遍反还过去的人。我真正顾虑的不是那个小孩。而是那个“人”。

陪客看起来做得真的是“妙”，但还是要分人，如果那个被纠缠的人真的感觉到“仇恨”，那么如此自然的非常“惬意”，还意识到自己的“影响力”了；假设如果真的是“小孩”，只是抱怨一下，陪客就以自己方式去返还这个“小孩”……那陪客也不见得有多明事理。

A: 由不得你

Q: 缓缓而谨慎的打出一个……“？”

算了……您自己想好就行，这不是我现如今应该或一定要考虑的事情。因为“我”不会走这条路吧。“没有比在正当防卫必要条件都具备下动手 还要爽的事情……特别是亲自，自己的正义也是正义吧。”若他人牵扯进来，不免要背负因果。这不应该是他人需要承受的。无论是对方想要“承受”的意图究竟是什么。这是为了所谓的“陪客”考虑吧。反正我是那么想的……

A: 你是政府官员，陪客是房地产开发商。

官员无意间说了抱怨的话，打不断小孩的胳膊根本由不得ta干预。

政府官员根本就没有任何错。

你想怕，你唯一能做的就是不要随便纠缠人。你想“远离”根本没有意义。

因为你根本判断不出对方到底是什么人——任何人都可能。

怕也根本没用。

Q: 没怕，我只是觉得这个“陪客”不好。

其实这种类似的情景的第一时间就想到“陪客”这个不安定因素，我觉得那个“电梯殴打院士”的张陶就是这种“陪客”的角色——给院士们卖了无数个“好”，认为这个“人情”足以达成自己的目的，结果没成（人家院士根本不鸟他）……才恼羞成怒做出这种惹人愤怒的失望。

小孩不重要，“陪客”比小孩更值得警惕。

见缝插针揣摩你的心思，很可怕的。总有一天会“索要”的。

A: 这陪客可不是出于冲动，是有计划有套路的拉人下水。

---

Q: 都说“忍”是心上的一把刀，以前觉得刀口是向外的，现在觉得刀口是向内的，那一滴血也是自己的血。一个人能“忍”后不生嗔念，真的天下无敌了。难啊~我更相信是地位和身份决定一个人的品性。实现阶级跃迁不愁吃不愁穿了自然没必要在钱上和自己斤斤计较。或者像是回答里说的有了地位却忍不了的代价是巨大的，这时他不想忍也得忍。

我们都是被命运推着走的吧，这里面有没有人选择的余地？我觉得没有。有人说是曾经的经历决定人现在的决定，但经历什么是和在什么环境出生直接相关的，在什么环境出生非人力所为，是先天的印记。综上，人是在出生前就被决定去哪条路的。这种想法该怎么看？

---

Q: 那个纠缠的人自己要怎么改变呢?

B: 我也想问

---

Q: 想问问，对于前任的感情纠缠呢？

“你什么都不用做，ta 很快就会有别的烦不过来的事缠身。ta 每发作纠缠你一次，都意味着 ta 还没有改变自己那个性格，于是也就还没能脱离那条向下的轨道，过段时间还会陷得更深。这是一个会自我湮灭的问题，其实不是影响大到影响你和你家人的安全的话，没有必要去处理。”

也一样像这样吗？

---

更新于 2023/1/14