

## #释放攻击性#

问题：为什么人际交往中释放攻击性，反而会在一些情况下很有人格魅力？

因为青少年智力发育不成熟，为这种“欣赏”留下了土壤。“释放攻击性”没有任何魅力可言，只不过是一种自我控制的失效，属于一种行为失调症状。

之前就说过，使用武力跟“释放攻击性”根本就是两种风格，其差别之大，如同外科手术医生之于挥舞菜刀的牛二。同样是用刀，前者拿刀开膛破肚剜心掏肺面不改色，根本没有什么情绪波动，根本不存在什么喝个烂醉脱个光膀子破口大骂的壮胆前戏。你要他多拉一厘米的伤口都不干，妨碍他早点弄完下班。哪有农民一边打农药一边破口大骂“虫虫真坏”的？

那些成熟的人一般都是给你一切的机会苦口婆心避免你进入处理程序，实在避免不了，那就只好心怀遗憾批准进入下一处理阶段。到时候你哭爹喊娘撕心裂肺，ta 也只会眼含不忍一声长叹，能给你最好的答复也只好是——“别怕，忍一忍，唉，很快就结束了。不用担心，没你想的那么可怕，下次记得不要这么做就好。”

哪有什么“释放攻击性”？哪里用得着什么“释放攻击性”？

那些动不动“释放攻击性”的人其实只是在倾泻自己的无能焦虑，尽管这常常值得同情、也应该尽量给予对无助弱者的宽容，但这个没有任何魅力可言的，你觉得这有某种魅力，只是纯粹的证明你还没有建立起可靠的、成熟的判断力。

有时候这种“失控”被欣赏，是因为刚好这暴力的指向与“欣赏者”的利益一致，例如自己受欺负了，有旁人因为义愤失控而为自己出头——也就是“冲冠一怒为红颜，红颜大悦，呀呀傲天哥好善良”的经典剧情。

这在本质上并不是因为龙少的正义引发了红颜的倾慕，而是龙少的幼稚和贪婪引发了红颜下意识的觊觎。

那不是爱，那是见猎心喜。

一个真正有爱之人，的确有为人义怒的义务和无可抗拒的本能，但却会清醒的意识到，这种义怒并没有给自己带来任何合法权利以外的行动自由，也没有免除自己对任何人——包括自己义怒的对象——温柔、宽容、友善相待的义务，即使穷尽了一切可能不得不让事态进入中止伤害、追索赔偿、发起公诉的阶段，也只能抱着遗憾、不忍和愧疚的心去以最大可逆、最小伤害方案去做。

只有在这份自觉下，你手里的才是武力，而不是暴力。你才可以自动最大程度的解除甚至逆转对方的防御，以最小的然而不可抗拒的力量取得胜利。

这胜利不是对方被挫骨扬灰，闻风丧胆，而是对方流泪愧疚的心。

武力只是另一种爱，真正赢的是爱，只有对方幸存而悔恨才是胜利，对方未及悔恨便灭亡，只是一种人类毕竟能力有限的遗憾的失败。

那不但不值得庆贺，反而应该向这因为你能力不足而未能挽回的人深怀歉疚。

可惜，是我不够强大，我如果够强，你不会灭亡。我无法为这一点道歉，因为我无法为身为有限的人类这无法被选择和更改的定数道歉，但这仍然是一种遗憾。

这话是说给你们听的——我是指每一个在评论区或者别的什么地方因为看到有人攻击我而义怒的人——看清楚、记住上面这些话。

假设有一天，有某人真的猪油蒙心把我弄死了，然后你义怒，你去把 ta 干掉，跑来“告慰我在天之灵”，我特么非给龙王爷塞几条红金龙给你浇个透心凉不可。

因为该学的你没学到，懂不懂？

你是不是觉得这样的人“太不正常”？但这个世界上充满了伤害、仇恨、污蔑、报复，也全是拜“正常人”所赐。而且这些“正常人”并不幸福。

只有这样的人，才会真正的拥有无可匹敌的武力，也只有这样的人可以战胜一切敌人——因为连敌人也会暗暗盼 ta 得胜。

停止“欣赏释放攻击性”，尤其不要“欣赏”为你服务的“攻击性”。

这欣赏会害了两个人。

编辑于 2023-08-23

<https://www.zhihu.com/answer/2984432378>

---

评论区：

Q: 最近在预备一封对方等了五年的道歉书。

『这胜利不是对方被挫骨扬灰，闻风丧胆，而是对方流泪愧悔的心。』

看到这句话忍不住默默流泪。五年来多少次想起过去的事，宁肯从未遇见过对方，宁肯从未得到那份珍贵之致的爱，宁肯自己从未存在，也不愿意伤害和辜负最爱自己的人。

因为挣扎着原谅，才赎回自己。

因为流着泪接受，才从地狱赎回另一个人。

痛悔，痛悔，无法停止的愧疚，才止住横生的妄念。

所以，爱是对待一切人，爱你的人，恨你的人，以你为敌的人，最好的方式。

“怜悯他们吧，他们并不知道自己在做什么”

---

Q: #武力的实践#

“你已经提醒我好几遍了，我记得这事呢，事情得一件一件的干，再催我烦了啊”对比

“催催催，别烦了”

前者对比后者减少了攻击性，前者在提示对方停止某个行为，并且要对方放心这件事没有被忘记，这整个警示过线罚款的过程已经是经过忍耐的结果，是对对方法的爱。

爱是恒久忍耐。

---

Q: 哎，最近越来越发现答主的弊端，答主是从社会学角度来解释的，不是从人的成长性来解释的。人的成长性很多都是从先允许自己释放情绪，到慢慢意识到，到慢慢控制，而不是遵循某种理性的话语来让自己变得更好。

因为很多抑郁的人，都是无法自由的释放自己的情绪。情绪在答主这里是一个弊端了，似乎只有机器一样的理性才是推崇的。其实从人的成长性来看，自由的去释放情绪，是人成长必不可少的一步。

A: 你想多慢？

Q: 感谢答主回复，从您这个角度与层面上来考虑的确是这样。可能我个人经验是，我以前是一个不会生气的人，经常压抑自己情绪，几乎不会生气，通过遵循某种特定的社交礼仪压抑自己的内在情绪。我和朋友聊起很多让自己受委屈事情的时候，他经常会反问我：“你当时为什么不生气呢？”。有一次我被别人嘲讽捉弄，我还故意保持一种翩翩君子的心态面对那个场景，其实内心很生气。我对朋友说：“我不能向他们表达生气或者愤怒，那就显得我境界不高了”，我朋友说：“即使没表现出来，但你在内心有这种情绪的时候，你已经境界不高了，所以又何必在意是否表现出来呢”。然后之后我可能慢慢明白，能够允许自己释放情绪，能够生气，能够有勇气和足够动力维护自己的利益，在个人精神世界层面，是一个主体性的一种成长。

A: 释放情绪，可能被人当街砍死，你非要“允许释放”。

这跟允许醉酒开车没什么区别。

---

Q: “你是要人改，还是要人死？”

要的是心悦诚服，让对方看到人生更好的可能性，从而对你的行为只能支持，不能阻挡。

---

更新于 2024/5/13