

问题：如何恰如其分地感谢人？

不要多废话，

直接打钱，

帮忙做事。

做事情一定要把实际账目一算，如果只是表达谢意，并不附加任何经济、物质或者行动上的帮助，其实从感谢者的角度，这享受了“我有情有义”的快感。

但是从被感谢者的角度，只是得到了所谓“精神鼓励”，但没有得到任何实际的帮助，没有减轻劳动负担和生存压力，反而还要付出时间与精力去承担各种礼仪要求，甚至还额外增加了负担。

人们常常会自我幻想“将来找到合适的时机我是会报答的”。

但是不要自欺欺人了，绝大多数情况下——概率大概是 99.99%以上——你会忘记这件事的存在，完全没有任何事实的后续可言。

于是除了当场享受了“我有情有义”之外，事后还可以在很长时间内享受“我将来也会有情有义”的快感长尾。

每一个有相当程度的帮助他人的经验的人，都会很清楚的看到这一点。大部分人之所以会放弃开放性的助人态度，与其说是因为受到了不识好歹者的伤害所以气馁，不如说是因为对表达过感恩的人的失望。

因为与那些表态的热烈程度相比，实质的帮助太过于令人失望了。要面对邪恶是早有预期的，会在付出如此多之后如此孤立无援的面对邪恶，则是真正令人惊诧而悲痛的艰难所在。这才是挡在人坚持一切善意的最大的门槛。

所以很多人因此反而选择了黑暗，比如索性转向去“割韭菜”了。那既可以说是“堕落”，也可以说是一种对“空口感激”的报复。

最强大的黑帮要招人，根本不需要靠逼着每一个入伙的人去杀个人来交投名状。那样召来的只是一群失败到只能犯罪求活的变态而已。

ta 们的中坚力量其实反而是那些贸然行善，然后因此而崩溃、因此而对受益者的失望乃至憎恨的前“好人”。

要表达感谢，就立刻、当下着手降低对方的生存压力、分担对方的工作压力、提供安全保障。

如果不清楚可以做什么，那么就问可以做什么，猜可以做什么。

永远记得去算实际账。

不要表达没有行动的愿望。

人为什么养成这样的恶习？

这要怪东亚文化里的父母和政府的错误自我定位。

东亚社会在传统上整个换了一个思路——上位者拥有下位者的一切，从而对下位者承担一切义务。

在父母面前，子女没有任何的独立财产，也没有独立的自主权，为父母服务是理所当然的义务，因此子女感谢父母，除了口头上的一点表达，其他的一切都没有实际意义。

即使退一步，一定要承诺某种实际有意义的回报，也只能承诺久远的将来，所谓的“长大后”、“等我有出息”、“将来”。

中国以孝治天下，事实上在过去的两千年里政府与子民的关系在本质上就是父母与子女的关系。你能拿来感激对方的一切，如果对方是你的上级，不论是皇帝也罢、官员也罢、父母也罢、夫君也罢、东家也罢，那些东西本来就属于对方。既然如此，感激不能不在实质上被彻底空洞化。

就算是借花献佛，也不能借佛的花来献佛吧？

久而久之，我们的潜意识里就浸透了这种理所当然。

更不用说到了今天，原本十三四岁的成年礼，已经延迟到了今天的超过 25 岁。原本的三兄弟三姐妹起步的家庭结构，演化到了六个钱包供养一个小太阳。

理所当然得融入血液了，对绝大多数人来说，感谢就是一句话，最多多说几句话、声情并茂的几句话。

甚至，这几句话成了免除物质付出、劳动付出的交换物。在大多数人心里，这几句话和实际付出之间是一种跷跷板式的、有此无彼的二选一关系。

“光是感谢还不够吗？”

而且绝妙的是，ta 们也没有给对方不选口头感谢而选择物质帮助的机会。

这是个不给选二的二选一。

这东西有什么危害？

除了那些真正预先接受了“无须人的感激”的极少数人——譬如特蕾莎修女或者默默献身的革命先烈——之外，世界上的大多数有能力帮助人的人都对这一点非常敏感。

ta 们对谁没有完整的感激意识有非常敏锐的判断。

没有完整的感激意识，意味着这人在精神上还没有断奶，整个人的生存模式都是只有攫取、没有输出的黑洞模式，而且越是与 ta 关系近、恩情大，越是如此。

于是 ta 会发现别人对自己格外的“无情”和“冷漠”。因为谁也不想因为关系变近之后沦落成那个只有奖状没有奖金，还要时常被指责“贪得无厌”的可怜人。

作为父母，如果不想子女将来没有前途，要高度警惕这种行为。

子女有感谢任何人的冲动，都必须要有行动，不允许空口感谢。没有行动，身为父母不可以凭 ta 的口头感谢而认为 ta 已经“懂得感恩”。

不，ta 没有。

记住，ta 还没有。

如果你身为父母这样就认为 ta 已经有了，ta 将来可能永远与不知感恩的命运连在一起了。

那不是个好命运。

编辑于 2023-08-10

<https://www.zhihu.com/answer/1857318376>

评论区：

Q: 感觉自己目前能力还很有限，对您答案的转发与实践，算不算把感激化为行动呢

A: 算

---

Q: 为什么目前没有普遍使用金钱表达感谢呢？因为在表达感谢的时候我们会有一层暗示，即下次我也会这么帮你的。而且你帮我的原因是因为我们之间的“爱”。但是现代社会金钱恰恰是最会消除各种抽象意义的符号，如果我们是用钱来表达感谢。或许能让帮助者在短期内立刻获得报酬，却消除了好友之间的信任和感情。就如“同这次你帮助了我，我给了你钱，下次我不一定会帮你哦，反正钱都给你了。”

A: 对方其实没指望你会“同样帮ta”。

更何况绝大多数情况下也不会帮。

那种帮你忙就是为了将来找你帮忙的人，你最好不要给ta帮忙的机会。

---

Q: 如果，当时没有表达感谢，该怎么办？怎么补救这段关系呢？这段关系好像有点凉了

A: 为没有表示感谢道歉

---

Q: 我最近就变得不幸了，父母家人从各个方面做回馈来感激当初因为我们是家人帮助我的亲戚，结果最近一次见面，直接因为我拿的是首饰而不是红包而当场变脸，甚至奚落我母亲。我家人说因为我是无价的，所以她帮过我这份恩情也是无价的。可能我年少气盛、不懂事，面对一个给自己订上价码的人，我最多能做到在她当面侮辱我母亲之后，不掀桌子，好好的演一场戏（哪怕是这样我都认为自己愧作儿女，辜负了从小父母对我的爱护好）。但能接受的底线也止于——她就是这个价，这笔债还清了，如果以后想要再联系，先从尊重我家里的长辈做起。

A: 对方是接受方的话，好意的形式要由对方说了算。

---

Q: 怎么样给对方打钱，同时不会让对方觉得很傲慢

A: 悄悄打

---

Q: 已将开始实践了，这几天在工作中，遇到了给我说谢谢的同事，我都郑重地告诉ta，不要对我说谢谢，我的原则是凡是感谢，都要有所行动

A: 不如优待那些有所行动的，然后对没有行动的一笑置之。

---

Q: “没有完整的感激意识，意味着这人在精神上还没有断奶，整个人的生存模式都是只有攫取、没有输出的黑洞模式，而且越是与ta关系近、恩情大，越是如此。

于是ta会发现别人对自己格外的“无情”和“冷漠”。因为谁也不想因为关系变近之后沦落成那个只有奖状没有奖金，还要时常被指责“贪得无厌”的可怜人。”

这段话在逻辑上是对的，但为什么大量的文章里很少谈及另一个方面：因为极度缺爱（这个度是说不准，说不清的）而情感吞噬化，而只谈爱呢？

A: 因为来自上帝的爱从来没有缺过。

是人只在乎人的宠爱，只睁大眼睛看人有没有宠爱，然后把“没被宠爱”叫作了“缺少爱”。

也正因为如此，真正的爱在ta眼里是看不见的，像空气一样不存在。

缺少宠爱所造成的漏洞，本来是该用爱来填补的，再多的宠爱都填不满。  
宠爱最大的问题，是它填不满自己砸出来的坑。越砸、坑只会越深。

---

更新于 2023/8/12