

落实

“新时代公民道德建设实施纲要”

系列报道



出口伤人

图/王银祥 新华社发

不当言行可害命

“好言一句三冬暖,恶语伤人六月寒。”如果只是一次来自他人的冷眼相对,或只有一句来自陌生人的指责之言,有的人会选择性地过耳即忘,有的人则会一直耿耿于怀,心情久久难以平复。但如果是一句接一句的恶言、一次又一次的恶言、一天又一天的冷眼相对呢?当许多看似不起眼的伤害堆叠到一起,足以让人看清不当言行带来的伤害能有多大——

前阵子,一位韩国女明星的去世,在网络上引发了震动。为何他国的一位明星疑似自杀,会让我们如此关注?不是她有多么美丽、多么出众,而是这位25岁的年轻女孩曾因网络暴力得了抑郁症,并因其病后越发特立独行的行为广受指责,最终从网络中悄无声息地消失,又因其离世再次引动网络。

韩国女星雪莉去世的消息一出,无数网友带着几分自省意味地发表“雪崩中没有一片雪花无辜”的言论,以此指责那些恶言引发的网络暴力给人带来的伤害。但紧接着没多久,我国一位女星被营销号网传用报复前辈的打击而买通稿诋毁对方。这名女星当即要求对方道歉并删除原贴,却被对方无视,她只好将此事发到

了自己的微博上。没想到此话题一出,收到的并不是大家共同抵制谣言的评论,反而出现了很多充满恶意的留言:“有病就去医院吃药,混什么娱乐圈?”“没有为什么,就是讨厌你!”“既然抑郁症,怎么不去自杀?”恶意是如此明晃晃地写在字里行间,面对网络暴力,热依扎选择转发这些恶评来以暴制暴。对此,又有无数人站道德为制高点,指责她小题大做、劝她息事宁人的回复不少,谩骂、诅咒她的言论也再次铺天盖地充斥在与她有关的话题中。

从韩国女星去世到我国女星与网暴对抗,两起新闻相差不多半个多月,却仿佛当初那些指责网络暴力的话都不曾存在一般,大家又都在谈论着、指责着、嘲讽着……而在不久之前,有报道说韩星雪莉的同伴,另一位女星也自杀身亡,在她去世前的最后一条网络消息回复,正是来自网络上的谩骂。

之所以举了明星做例子,是因为他们的职业很有代表性。娱乐圈里谋生活的明星们生活在大众的视线里,自然要面对无数人的点评。几十万、几百万甚至上千万的粉丝喜欢着他们、关注着他们,也在评论着他们。越是“大腕”的明星影响力和号召力就越大,同

样,他们所面对的言论洪流就越汹涌。在他们受欢迎的时候,粉丝们的喜爱包围着他们,当他们不让粉丝满意的时候,这些喜爱就会变成灭顶之灾。

关爱是包容,不应是伤害,我们关注明星是带着对美好的向往,而不是为了去伤害他们的。娱乐圈里的粉丝本是最爱明星的人群,可粉丝大战却是堪称言论的洪灾,可轻易将个人意志彻底淹没。很多争论到了最后已经难言对错,完全就是因为“你与我想的不同”而“撕”。

作为明星难免被人品评,我们对他们的德行带着更高的要求,如若他们犯了错,会让人更加难以容忍。但事实上,网络消息有时并不都是完全真实的,被往里骂的人也许并没真的犯错。无论这些明星是否犯错,首先,他们都是一个独立完整的人,有着自己的人格尊严,他们的职业是明星,这不代表他们就应该比别人更能承受恶言,更不是他们被伤害的理由。

很多时候,那些备受指责的人尚没碰触到法律底线,却被指责成罪大恶极之徒,甚至被要求以死谢罪。大众的愤怒情绪和心态都可以理解,但过激的言行表达同样是一种错误。以错误应对错误,结局怎能圆满?

不当言行伤人心

人群聚集在一起组成了社会,每个人都是活在他人眼中,也没几个人能做到一直无视他人的眼光活着。我们在评论着别人,也被别人评论着,遭受过来自他人不当言行的伤害,也有可能因自己的言行不当伤过他人的心。

人与人相处本就容易有分歧和矛盾,孩子与父母之间、恋人或夫妻之间、亲友或同事之间……谁敢说说自己没和人吵过架、斗过嘴?当怒火焚烧了理智,言行就变得难以自控,这种情况下会发生过激行为也不稀奇。我们有时候对陌生人会比较宽容,但与亲近的人相处反而不太注意相处方式,尤其是情绪上来的时候,句句伤人,真是最能伤人心的话语往往出自与你最亲近的人口中。

很多父母喜欢在外人面前刻意贬低孩子以表谦虚,却有可能让孩子认为自己在

父母眼中没有优点;有些父母会因为孩子犯错而不停地多角度数落孩子,让孩子觉得自己一无是处、非常失败;更有种父母自己人生失败却把负面情绪发泄到孩子身上,让孩子觉得父母过得很不幸福都是因为自己的存在……这些父母也许是爱孩子的,但他们的一言一行却是在伤害着孩子,让孩子感觉自己不被父母喜欢,是个不受欢迎的人、是多余的存在。这种心态长大的孩子总会习惯性地把他人的错误归结为自己的原因,甚至会有自毁倾向:觉得自己不够争气让父母失望,被他人如何伤害都是应该承受的,活着就是在给他人带来不愉快……还有些父母一生都在为了别人活,到了老都还是把自己的生活重心放在后辈身上。尤其是和儿女生活很紧密的老人,帮儿女收拾家务、

带孩子……很容易因为两辈人的生活习惯和教育理念不同而产生矛盾,如果儿女在这种时候言行有所欠缺,就会让老人非常伤心,觉得一腔热血错付,儿女也会显得很“白眼狼”。

不仅仅是父母与子女间的相处方式不当易伤人,爱人之间的抱怨和唠叨,会让对方觉得是在看不起自己,嫌弃自己没出息;朋友间相处过于“不见外”,就会失了分寸,一方觉得对方并不重视自己,另一方会觉得对方不尊重自己,共同得出对方没拿自己当朋友的结论;与人共事更是一门学问,工作中难免引发摩擦,矛盾发生时如果言行不当就会让问题升级,最后闹得工作开展不下去……无论有心还是无意,也不管是性格原因还是情商的问题,总之,不当言行伤人真的是很容易发生的情况。

编前语:

言能伤人亦能杀人。言语看似无形,所造成的伤害却不比真刀真枪差。一句话可以温暖人心,一句话也可以让人感到锥心刺骨。更可怕的是,这些伤害有可能来自并不了解你的陌生人,也有可能来自你的亲人、朋友,甚至可能来自你认为最不可能伤害你的人……

很多时候,伤人的言行只是人一时的情绪失控,而不是真心想要去伤害他人。虽然是无心之失,但伤害已经造成。很多人都理所当然地认为,只要真诚的道歉就足以抹平伤害。可事实上,道歉并不能解决所有的问题。就像老话讲的“刀不插在自己身上不知道痛”,很多伤人的言行影响是巨大的,甚至是致命的。

在社会中,每个人都不是独立存在的,彼此不当言行带来的伤害毁掉的不仅仅是个体,更会影响人与人相处的环境。每一个人都能约束自我言行,做一个正能量的发展体,以言行去传递爱,这才是文明社会的正确模式。

莫让言行成为「杀人刀」

正确使用言行的力量

在网络支撑的交流环境中,发表言论是如此的容易,言行的力量在网络中得以清晰显现。随意点开那些网络上的“热搜”,就可以看到五花八门的评论,每一个“点赞”,每一条数据,都是在告诉我们有多人参与其中。让人感到无奈的是,越多的人参与就会有越多的混乱夹杂其中,无论是什么内容的“热搜新闻”,都可以轻易找出带有恶意的谩骂和人身攻击的评论,从新闻事件到热点话题,都逃不开这个结果。

在这个网络通四海的时代,人与人的联系变得格外紧密,我们互相交织成一张巨大的网,每个人都是网络中的节点。可是总有人乐于制造区别,给别人贴上标签、区分出不同人群,然后再去排斥那些与自己不同的人。这种排斥很可怕,尤其是在这个

无数声音嘈杂一起的网络时代,有人为了让自己的“声音”更响亮,不惜用些不实、惊悚、恶俗的内容为噱头,甚至刻意去“引战”,勾动更多的人加入争执中,只要能吸引眼球,哪管是否伤害到了他人。

无论网络还是现实,言行引发的战火可并不只会焚烧他人,事态的发展并不是一两个人可操控的,谁也不知道这把火最终会烧到谁身上。当怒火焚烧理智,会让人做出与平时完全不同的表现,网络用语中对心态失衡有一个比较形象的说法——“心态炸裂”。一旦人的心理状态进入一个爆发点,炸裂的后果往往是十分可怕的。某些人在精神被压垮时会选择极端方式反抗,“报复社会”这个词虽然出现得不算多,可每一次发生与它有关的话题时,都会有悲剧随之发生。

拥有抵抗他人言行的力量

人生总会面临风雨,无论是在现实生活中还是网络的虚拟世界里,谁都难免不会受到伤害。想要在这个美丽的世界坚强地生活下去,我们只能去学习如何正确面对问题,为自己披上铠甲,去面对他人不当言行带来的伤害。

要学会无视恶言,有时候并非你做错了什么才会面对指责。恶言之所以称之为恶言,就是因为一切伤害都是冲着你这个人的来的。哪怕你“完美无缺”,对方也能指责你“不接地气”,更何况没有人能真的完美无缺。只有放下对这些指责的过分在意,专心做更好的自己,这才是真正自我保护的铠甲。

要学会反抗伤害,面对伤害不要默默承受。如果这伤害来自重要之人

的无意之举,那就把伤痛表达出来,毕竟相互沟通理解才是长久之道;若这些伤害来自陌生人或是纯属恶言之举,那就反抗,警告、举报、维权,不要因为反抗的成本太高就放弃抵抗,忍受只会让对方变本加厉。

我们无法讨好所有人,做得再好,讨厌你的人还是会找出无数的缺点来批评你。既然谁也避免不了这种结果,那就要学会珍惜该重视的人,放下该无视的言论。让自己拥有健康的心态,这样才能理智地去面对问题,有正确发泄负面情绪的方式,有为之努力的信念,这些才是支撑我们继续前行的动力。“把悲伤留在门外”,虽然这些说起来容易做到却很难,但我们还是要努力让自己保持健康心态,才能从容面对人生中的那些风风雨雨。

自我约束言行莫伤人

当你向别人抛出石头时,就要想到这块石头有可能被抛回来砸到自己。总有人认为这种伤害只是小事儿,无伤大雅,只不过是头脑一热就容易出口伤人。既然是无心之过,诚心道歉就理应“翻篇儿”,如果一直耿耿于怀那就是不度、小心眼儿。但换位思考一下,被人骂一句谁又不会惦记半天?既然被骂了感到难受,又凭什么要求被自己骂过的人轻易谅解呢?正是应了那句“伤害不是发生在自己身上就不重要”,与其伤人后报怨得不到体谅,不如一开始就别做出伤人的言行来。时时告诫自己,谨言慎行,莫让自己一时无心的不当言行伤害到他人。

不当言行的伤害在网络上是最容易体现的,一个人的所思所想最终都会通过言行反映出来,而网络就是言行的放大器。如不能时刻约束自己的言行,仗仗网络的保护尽情宣泄自己的负面情绪,其结果很可能就是误伤

他人。尤其网络的一大特点是可以传递每个人的声音,会很多人喜欢在网络上发表自己的观点,但网络新闻又带着不确定性和片面性的,很有可能让本该理智的评论者一不小心就成了“键盘侠”。更让有些人,因为被评论方有所缺点就推其上市刑场,甚至不给人家反抗的权力。所有恶言汹涌而至,言语堆叠如山压,完全不管对方是否真的该承受这些,又是否能承受得了这些,直接把被点评者变成了网络暴力的受害者。

莫要小看了这些指责和点评,如果只是一次来自他人的冷眼相对,或只有一句来自陌生人的指责之言,有的人会选择性地过耳即忘,有的人则会一直耿耿于怀。可如果是一句接一句的恶言,一次又一次的恶言相向呢?许多看似不起眼的伤害堆叠到一起,汇成足以扼杀一切生机的灭顶之灾,那些因言自尽的人还不够让我们看清不当言行带来的伤害有多大吗?

言行得体是一种善良表现

来自家长的言语伤害被我们称为冷暴力,其带来的伤害可以给孩子造成一辈子的心理阴影;发生在校园的暴力则会像精神污染一样扩散,无论是直接受害者还是参与者和旁观者都会受其影响,毁掉的学生可以说是成批次的;而网络暴力和“键盘侠”躲在网络背后,以肆无忌惮的言语和恶言去散播自己的影响力,“以言杀人”都不在话下……在“套路贷”中,多少受害者因为被以辱骂和骚扰全家等方式追债而自杀,这就是言行之恶最直观的利用方式。

言行是人内心的外在表达,和个人的素质、心态、道德水平息息相关。在随处可以发声的今天,心态左右言行,言行影响命运。从流言、漠视到歧视、排挤,这些都是冷暴力,不仅伤人,更是一种精神上的污染,最终损害的是整个社会环境。由不文明言行引发的不道德现象,足以毁了整个社会的和谐环境。人与人之间的相处变得更冷漠,恶言蔓延,不稳定因素也随之增加。道德水平下滑带来的恶果,最终谁也逃不掉。