



嘉新心泉

發行人：張家銘 編輯：蔡崇科
連絡電話：05-2373029#141

110年

12月

十個你該尊重每個人的理由

尊重在品德習慣中占著非常重要的地位，尊重他人往往是一個人平和修養的體現，能尊重他人的人通常都能受到他人的尊重，相反的，那些不尊重他人的人，也難以得到他人的尊重，因此在與他人的交往中，自己待人的態度往往決定著他人對我們的態度，不管對方是誰，不管對方做了什麼讓你看不慣的事，不管對方說了什麼讓你中不聽的話，你可以打從心底不喜歡這個人，但說什麼也不該不給予尊重。

為什麼呢？理由是：

1. 若他比你年長

年紀有時候不代表什麼，常常它只是個迷惑人的數字，但年紀比你大的人，可能比你歷練更多，看的世界比你廣，懂得你不懂的事。

2. 我們都困於某種身分裡

在社會網絡中，我們都身兼多重繁複的身分，也須滿足某個身分所該呈現的模樣，並執行這個身分所該做的事。有時你不滿意一個人的所作所為，也許是因為他當時須扮演好那個角色所該呈現的面貌，即使那不是他的個性，即使他內心有千百個不願意，他也不得不這麼做，因為這才叫做專業。

3. 你是個有水準的人

如果你能給人尊重，那是因為你尊重自己。你不是個輕浮、沒有原則的人，不是個瞬息萬變、牆頭草的兩面人，所以，你不會因為別人對你變換嘴臉而踐踏自己的品格。

4. 你也同樣是一個「人」

因為你重視他人身為「人」的價值。他是個人，你也是個人，既是一個人，就有情緒、脈絡、故事與多維度的複雜性，和你完全一樣，所以，他值得你更好的對待。

5. 每個生命都是獨一無二的

每個人都有自己喜歡與不喜歡的。如果你能清楚沒有兩個人是一樣的，並能經過觀察、對話找到對方的界線，進而尊重他，這會是一件美事。

6. 「先後」可能沒那麼重要

你可能覺得是對方「先」不尊重你的。或許你會想，當對方「先」尊重你的時候，你才願意給出尊重，但其實就算你沒有「先」從對方得到尊重，你也可以大方、有風度的「先」給出尊重，有時反而因你願意「先」一步給予，將讓人看出你的心理層面更成熟，也會因此贏得人的尊重。

7. 不尊重，不會讓你贏得尊重

我們都習慣以牙還牙、以眼還眼，都無法忍受不公平的對待，然而，你不需要透過貶抑他人的方式來維持自尊，你也無法藉著不尊重人來贏取別人的尊重。

8. 話語是世上最有力量的一件事

我們都有那種因人一句話而耿耿於懷，夜晚因此變得漫長難熬的經驗。往往言語帶來的精神虐待，比肢體的更加暴力，每個人的嘴巴都掌握著能為別人帶來痛苦或歡喜的能力，你的話可以傷害毀滅，也可以溫柔療癒。

9. 「用心」比「對錯」更重要

有人可能做事就是比較白目，也許他一再挑戰你的容忍底線，但撇開結果不談，你有沒有看見他的用心呢？一個人的用心，看眼神中的專注度就曉得，沒有人完美，我們都有疏漏、做錯的時候，但事情做得如何是一回事，有沒有用心又是另一回事。

10. 若你想要有所學習

每一個人身上，必然有幾個值得你學習的事物，但前提是，你得先尊重他，才能看見那些事物。

如果你不尊重一個人，你會視他為透明人，甚至會妖魔化這個人，也許他身上有九十九件讓你反感、令你不欣賞的特質，但至少總會有那麼一件是值得你正眼注視，是你身上所缺乏的特質，但你若無法給出基本的尊重，你眼睛就會被蒙蔽，一輩子也看不見這件事。

參考資料：今周刊文章