

本社会学家称之为“2012前人类最后的流行病毒”

中二病

中毒说明书

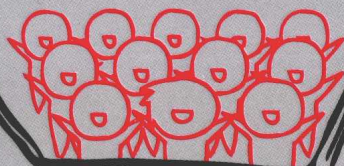
ZHONGER BING

[日] 塞神電夜/著
顾灏灏 /译

一本风靡日本的
宅男女脑残笑果集

一本让
社会学家
心理学家
时尚潮流专家

同时推荐的跨界读物



错的不是我
是这个世界

深藏不露

暗黑

孤高
的存在

宿命
.....

南方出版社

中毒

中毒说明书

ZHONGDU BING

[日] 塞神電夜/著
顾滢滢 /译



南方出版社

图书在版编目 (CIP) 数据

中二病中毒说明书/塞神電夜著. —海口: 南方出版社, 2010.8

ISBN 978-7-80760-786-1

I. ①中… II. ①塞… III. ①心理卫生—健康教育—通俗读物 IV. ①B844-49

中国版本图书馆CIP数据核字 (2010) 第 128994号

CHUNIBYO TORIATSUKAISETSUMEISHO © kotobukiya 2009
Original Japanese edition published in 2009 by Kotobukiya CO., LTD.
Simplified Chinese Character rights arranged with Kotobukiya CO., LTD.
Through Beijing GW Culture Communications Co., Ltd

书 名: 中二病中毒说明书
作 者: 塞神電夜
译 者: 顾滢滢

出 版 人: 赵云鹤
出版发行: 南方出版社
地 址: 海南省海口市和平大道70号
邮 编: 570208
电 话: (0898) 66160822
传 真: (0898) 66160830
经 销: 新华书店
印 刷: 湖南版艺印刷有限公司
开 本: 787×1092 1/32
印 张: 4.5
字 数: 100千字
版 次: 2010年9月第1版 2010年9月第1次印刷
书 号: ISBN 978-7-80760-786-1
定 价: 22.00元

目录

C O N T E N T S

什么是中二病?	1
本书的使用方法	6
1 自我设定	9
2 邪气眼系	36
3 DQN系	54
4 亚文化系	63
5 妄想设定	79
6 模拟	98
7 中二病轶闻.....	116
• 中二病感染度核查	132
• 写在最后	137

什么是中二病？

谁也没有想到，“中二病”这个词竟给 2010 年的日本社会带来了极大轰动，街头巷尾，电视台，它成为了无人不谈的热点话题。部分媒体甚至为争抢“中二病”患者一手资源而陷入混战；网络上也兴起了众多讨论“中二病”的论坛、小组；各路专家学者全部聚焦“中二病”，对于它的定义、成因以及发展，展开了深入讨论。

对于“中二病”，大家关注点不同、反应不一。

心理学家分析后的结论是：“中二病”的形成源自长期的“御宅”生活方式或意志被压抑而导致的心理扭曲；当然，“中二病”中也有正面积极的地方，比如对自己的肯定、自我意识的建立。

社会学家认为，“中二病”是现代社会的科技化进程过快的负面作用的体现之一。例如，过于快速和便捷的生活方式，使得人们减少沟通交流，更沉醉在自己的小世界里。生活过于简单而思维过于丰富，为“中二病”的

诞生提供了温床。

时尚界及艺文界这群本身就很“中二”的人，则有自己的看法。他们认为，“中二病”没什么不好，“人不中二枉少年”，“中二”才能让人更加地才华横溢。

漫画狂热族群为此说的诞生感动得痛哭流涕，找到归属感。

.....

那么，“中二病”到底是什么，又是怎么来的呢？“中二病”出自于日本电视节目《伊集院光·深夜的笨蛋值》，指的是人们“由于想让自己得到他人的承认而无意地摆酷”或“否定他人、否定社会以保护自身”的行为和思维逻辑。因其症状有些类似青春期叛逆，故借用“中二（初中二年级）”这个概念来生动地形容它。

其实，“中二病”与初中二年级无关。因为“中二病”它根本不管性别年龄职业体重学历长相和血型，它来势汹汹、覆盖面广，目的是侵袭一切可能接近它的人类。在日本，它成功了，此刻，它越过日本以西洋面，正直冲冲地向我们奔来……

为提前进入战备状态，请仔细学习本书。

“中二病”主要被分成以下三种：

邪气眼系

坚信自己体内隐藏着某种力量（或者努力地装出拥有力量的样子）的人。他们憧憬着各种不可思议的力量。“邪气眼”这一词源自某大型论坛的某个帖子。也有人称这种类型的人为“妄想系”人群。

DQN 系

总是采取违反世间常理的行为，企图扮演不良少年的人。由于 DQN 系人群通常都是些心思耿直或谨慎胆小的孩子，因此他们绝对不会成为真正的不良少年。他们虽然整天都把打架犯罪挂在嘴边，但是基本上都是胡吹。当然他们也不可能真的去上门挑衅或实施犯罪行为。DQN 为网络用语，指“看来蠢蠢的人”、“净给人添麻烦的不良系”。

亚文化系

完全不跟着当今流行走，喜欢和别人走相反的路线，企图和他人划清界限的人。他们虽然打心底来说根本不喜欢什么亚文化，但是一想到自己有着和大众不同的兴趣就觉得自己鹤立鸡群。

细看上述三种分类，相信大家不难发现它们当中都隐藏着“想要大家来关注特别的自己”这一要素。“中二病”的患者大多抱着这样的想法：“其实我是很厉害的，不过周围的人怎么都对我不感冒呢？就没半个人来捧我一下。看来为了大家对我有所评价，我得想法子吸引大家的注意力。那样的话，就通过采取和他人不同的行为来展示自我吧。”

不过，非常遗憾的是，对于他们所采取的行动，大多数人都会摇头，觉得帅气无比的只有他们自己。对于周围的人来说，这样的行为根本就是给他人添麻烦。这就是“中二病”患者被大家当作白痴的根本原因。

本书详细介绍了“邪气眼系”、“DQN系”、“亚文化

系”这三个种类的“中二病”症状，并列举了大量“中二病自我设定”要素。请各位读者注意，本书不可能覆盖“中二病”所有的症状，仅供参考。

本书的使用方法

大家对于什么是中二病应该已经有了一个大致了解。

我们发现，许多包含了中二病要素的书籍、电影等作品都大受欢迎。由此可见，许多人都有一种倾向，觉得说一些“他人听不懂的话”，尝试一些常人不会做的事情，就能凸显出“自己是特别的”。为了让各位更深入地了解中二病，我撰写了此说明书。

学生，特别是多愁善感的中学生们大多有喜欢“夸张”和“妄想”的倾向。当然我不否认世上有许多人即使过了青春期还是满脑子的妄想和满口的虚言。学生们在中二病所带来的失败中磕磕绊绊地往前走，从而慢慢地理解“羞耻”所包含的深刻含义。说到底，中二病其实就是人类的本能一样的东西。正是因为经历过了中二病，我们才能深刻理解自己所犯下的过错，不再重蹈覆辙过度地表现自己，最终成为一个顶天立地的人。

不过，大家其实也不需要想得那么复杂。那些已经

远离中二病的读者如果能在阅读本书时偶尔会心一笑：“啊，我以前也做过这种蠢事啊！”而仍处于现在进行时的患者们通过本书若能够豁然清醒的话，那么我就很满足了。请以这样的轻松心态开始阅读中二病之旅吧。

阅读步骤

1. 阅读本书可能会导致您回忆起某些您极度想要遗忘的羞耻记忆，请务必注意。

2. 中二病包含了数不清的要素。所以即使觉得“这种症状根本算不上是中二病”、“为什么书里面没有提到那种情况呢？”也请不必太过纠结。

3. 请自备软垫，阅读本书的时候若觉得无比丢脸的话，顺手就可以扯过软垫把脸埋进去以便缓解羞耻症状。

4. 如果能和家人或是朋友一起阅读的话，相信能勾起双方的回忆，更添谈兴吧。

5. 阅读本书可能会在您已经快要愈合的旧伤口上重新撒上一把盐，请务必小心。

6. 请一边回想着过去的自己，一边在符合的项目上打勾。

7. 读完并打完勾之后，可以把本书作为自我介绍的道具使用。

8. 如果想要创作与中二病相关的作品，本书说不定能助您一臂之力。

9. 如果能把您自己想到的中二病症状要素也加入的话，本书就完美了。

10. 把本书介绍给那些明明是中二病却毫不自觉的人也是个不错的选择。

11. 并且督促他们完成他们自己的中二病说明书。

各位已经做好准备了吗？那么，阅读之旅正式开始了。

1

自我设定

本大爷超强。想要扮演某角色获取他人关注。

☐ 我很帅。

☐ 我非常幽默风趣。

☐ 我是天才。

☐ 我很强大，天下无敌。

☐ 大家快将目光集中到这样的我身上吧。

☐ 怎么无人来夸赞如此惊天地泣鬼神般优秀的我

呢？大家快来看我啊！



- ☐ 总是叹息自己的命不会长久。
- ☐ 但是不管怎么看都活蹦乱跳，身体健康无比。
- ☐ 实际上兴致勃勃地想要活到天荒地老。
- ☐ 经常摆出一副很了不得的样子回忆过去：“我的过去可是辉煌无比。”
- ☐ 但是却把有的没的全部归结到“辉煌过去”中。
- ☐ 如果被人指责说的话根本狗屁不通，则回答“不好意思我在国外待久了”。
- ☐ 如果被人追问“是哪个国家”，每次回答的国家都不一样。
- ☐ 由于不同时期喜欢的漫画不一样，回答也各不相同。
- ☐ 经常用讽刺的口吻与他人对话。例如，“哼，那就让在下领教一下这位兄台的本领。”
- ☐ **自己是至高无上的存在。**
- ☐ 说到底，你们这些低能的人类是无法理解像我这

般“高贵存在”的思想的。

☐ 对于发生在自己身上的不幸感到莫名悲壮且洋洋自得：“这世上还有比我更加不幸的人么？”

☐ 但其实那些所谓的不幸根本不值一提。

☐ “我可是穿越千山万水，历尽艰险，上过刀山下过油锅的。”

☐ 爱做些不自量力的事。若周边的人因担心而询问“你没关系吧”，则摆出一副举重若轻的样子回答“这点



小事对我来说根本就是小菜一碟”。

☐ 外表装出来的轻松其实正是处于相当危险状况的证据，其实内心在大声呼救“你快点过来救救我啊”。

☐ “在我看来，那家伙根本排不上号”，“如果是我的话绝对可以轻松取胜”。

☐ 不知为何，明明没有任何根据却总是自信满满。

☐ 尝试大肆挖苦对方。

☐ 由于是挖苦讽刺，所以觉得，无论自己说什么，对方都会原谅自己。

☐ 其实根本就是满口粗言谩骂。

☐ 结果到处招人厌。

☐ 不分场合地点说一些猥琐的话。

☐ 越是身处人多的地方，就越是想要说。

☐ 非常自满于自己熬夜的能力。“你问我昨晚啥时候睡的？我可是3点才上床。”

☐ 死撑着一口气也要24小时看电视。

☐ 结果因为睡眠不足狂打盹。



☐ 觉得关西^[1]腔超级帅，模仿关西腔结果变成洋泾浜关西腔。

☐ 发音不管怎么听都觉得不自然。

☐ 被真正的关西人嘲笑。

☐ 模仿自己喜欢的艺人或是某个角色的说话语气和动作。

☐ 感觉自己仿佛真的变成了自己模仿的人物。觉得

[1] 关西：日本关西地区，包括大阪、京都、奈良等城市，保留了不少古代文化。其口音与关东地区（东京、神奈川县等）差别较大。在动画作品中，关西腔常用来调节气氛。