

问题：为什么有人认为「在阴阳怪气的内容中几乎看不到『希望能更好』的赤子之心」？

“阴阳怪气”和网暴、造谣一样，其实是一种舆论恐怖主义。都是意图借助形形色色的暴力促成自己的目的。

事实上，你也会发现这些人往往是三症俱全。

这个呢，你要习惯——人类天生的对这种精神疾病易感，它就像一种心理流感，易得难好，而且在冷天症状容易加剧。

如果说它的原因，其实说到底这些人无意识的相信暴力是一切的最终动力。

有什么事情不顺心，就施加暴力，直到它消失或改变就好了。

ta 们对暴力之神是如此的崇拜，事实上已经到了这样的程度：

1) ta 们相信无论暴力指向谁，无论其形式如何，只要在实施暴力，都必定对自己实现目的有好处。

张三令 ta 痛苦，都不需要打击张三，去打骂李四一顿，ta 们也相信一样有效果。不敢明着动手，用讽刺的、暗示的去戳王五一刀，甚至只是伤一张写着赵六的网页一句，都必然“开卷有益”。

你看恐怖分子，炸不到对方的军队，可以炸对方的百姓。炸不到对方的百姓，炸自己的百姓也行。炸不到自己的百姓，空炸也行。

你再看这些阴阳怪气的人，是不是一回事？

这种“毋以善小而不为”的行为方式，是信仰状态的特有效应。

2) 无论上一次暴力献祭的结果如何失败和无效，ta 们的结论永远不会是“这没用”，而是“还不够”。

阴阳怪气从来没有帮助 ta 们达成过任何目标——

有谁没钱，阴阳怪气出万贯家财了？

有谁谈不着恋爱，阴阳怪气出个美好姻缘？

但 ta 们因此质疑或者放弃了这个方法吗？

没有，ta 们只觉得是自己努力还不够。

加大音量。

这种“负反馈失效”现象，其实就是信仰状态的特有效应。

一个人以一种“毋以善小而不为”的心态，以“负反馈无效”的态度做事，意味着 ta 对那个方法论充满了信仰——不折不扣的，religious 的、虔诚的信仰。

因为这个行为模式就是虔诚 (pious) 的定义。

这也是为什么阴阳怪气的人会有如此巨大的热忱去做这件事。

ta 们是在“毋以善小而不为”的向 ta 们伟大的暴力之神献祭，真诚的相信只要祭品足够，ta 们的一切愿望都会被恩赐出来。

为什么阴阳怪气里往往充斥着纯黑的恶意，没有一点建设性的内容？

这是这个信仰的要求。

看懂没有？

这事分三层——

1) 不必为此过于担忧。

道理很简单——即为邪教，天生无能。

信仰这东西，信对了威力无穷。

信错了，自我湮灭。越坚定，越用力、垮得越快——也是为什么反而只有阴阳怪气这种最没出息的信仰方式残留下来的原因——比 ta 们用力更大的都已经把自己坑没了。

根本不是 ta 们自己所想象的那样，被“打压”的，而是纯粹的因为无效努力导致的人生虚脱，直接作为 loser 被社会淘汰而消亡了。

反而是这类只为“小善”的比较能“坚持”，所以 ta 们才随处可见。

2) 不要“打击”ta 们。

你要想清楚，你在打击暴力崇拜。如果你的打击是有效的，那只会进一步的证明暴力果然能解决一切问题，进而坚固 ta 们的信仰。

如果你打击失败，则证明 ta 们果然掌握着更强的暴力，进而坚固 ta 们的信仰。

这也是为什么你越“打击”，这样的信徒越多的原因。

3) 在解决问题之前，你先要自己戴好氧气面罩。

第一，你自己不要感染。

不要用 ta 们用过的那些东西——典型的，不要用什么“卷”、“躺平”、“润”、“毛子”、“孝子”、“神神”、“兔兔”……之类的东西。

那些东西拿黑光灯一照，荧光闪闪。



一般是看不见，看得见的人自然都不敢碰。

你老用病人的牙刷，怎么可能不得病？

第二，学会敬而远之。

ta 们有什么伟大而正义的原因所以要阴阳怪气，这用不着你关心，总之生活环境中不断被这些阴阳怪气的东西挤占总是不健康的。

能疏远疏远，能回避回避，能拉黑拉黑。

这些人可能会辩称“这样你会无法及时发现危险”。

其实这是扯淡的——不阴阳怪气的人一样会提示危险和问题。没有什么危险信号是只有阴阳怪气的人才会发现、是只能依赖 ta 们来提示的。

阴阳怪气的人身上没有任何不可替代的价值，ta 们是少有的纯粹多余的存在。完全可以放心大胆的从你的生活中彻底清除，而不需要有任何的犹豫。

当然，如果你不想这么“以偏盖全”，也可以实施“间断排除法”——看到一次阴阳怪气，就排除 ta 两周，两周后再给下一次机会，直到对方再发作。

你就看做“感冒隔离期”好了。

相信我，因为这些人对 ta 人的贡献是如此之小、对你的生活是如此的不重要，你会在某一次两周隔离期后忘记解除 ta 的拉黑，无意识的永远遗忘 ta 们。

而从另一个方向上，ta 们自己也会因为这个防御机制而下意识的感到你这个目标太麻烦，会自己转向更吃 ta 们这一套的其它目标。

某种意义上讲，这也是普通人能对 ta 们做到的最大帮助。

通过拒绝感染和自身免疫，你其实是在给 ta 们提供一个更干净的环境，降低 ta 们自己反复感染发病的概率，拉长 ta 们发作的周期。

那要比任由 ta 们沉浸在那个充满患者的环境里要好得多。

4) 如果你要想主动出击，去谈论直接救治这些人。

有几条你是要注意的。

首先，人有信仰的自由。这意味着人的信仰到底对不对、好不好，其实是没有其他人可以去评判的，只有客观现实有资格评判。

换句话说，其实你只能帮助自己通过自己的命运、凭着自己的判断认定“这是不对的、这是应该解决的”的人。

如果对方自己不认为这是不对的，你其实没有立场去评判 ta 们对不对，只能止步于自己拒绝感染和自我隔离。

否则仅仅是强迫对方接受那是错误，本身就是暴力，本身就是罪——你不能通过成功的犯罪证明犯罪必然失败，这是逻辑荒谬的。

这个启蒙教育不能由你完成，只能由客观世界完成。

你只能有效帮助那些已经被客观世界叫醒的人，你不能代替客观世界。

第二，帮助是一个非常复杂的技术活，你至少需要看完我全部的答案。

---

如果是你自己看了这篇东西惊觉自己已经有阴阳怪气的习惯，现在想改，怎么改？

第一条，你要对不阴阳怪气有信仰。

这是什么意思？

意思是你要坚信不阴阳怪气是解决可以解决的问题的最佳途径。

不错，有些问题严肃的去表达意见，你大概会觉得“没有效果”，在某些特殊情况下，你甚至会觉得那些阴阳怪气的人还多了些额外收益——至少嘴上舒坦了，还“交到了朋友”。

但是真正的分野也就在这里——在这个节点上，只有那些坚信仍然存在不阴阳怪气的办法可探索的人，才会花时间去想、去问、去尝试这些办法。

很显然，也只有这样的人会去额外获得这些经验和技能。

同样的，你也不能指望稍微探索一下就能获得值得欣慰的成功，你大概率试上很多回都感觉徒劳无功——否则何来这么多“不阴阳怪气也没别的办法”的人呢？

ta 们当然也试过，都是“试过了没有用”才转向“至少嘴上爽一爽”的。

试了试，没有用，还要继续试，只有这样你才有可能撑到有用的那一天。

你才有可能因此看到实际的收益，转而由这些收益继续巩固你的信念。

很多人都指望先看到证据，再去相信，这样的人干什么事情都是投机，什么都没积累起超过平均水平的功夫。

实际上值得相信的实据，往往本身是相信的结果，而不是其原因。信，才能撑到可信，而不是可信才信。

由信而至可信，指向的才是坚持不懈，才是某种别人不能随随便便试一试就能赶上的功夫，才是你的安生立命之所。

这是一个普遍的规律，在离弃阴阳怪气上也是同理。

第二，你要善于学习。

很多人尝试不使用阴阳怪气的手段来解决问题，也就是“我好好说”，但却总是失败，根本的问题在哪？

在于首先这个“好好说”本身往往成色不足，只是相对于“直接开骂”好一些而已，但实际上仍然是一种强加掩饰的愤怒表达。

对方根本不认为自己有罪，或者至少不接受自己不经合法合理的程序而被人私自认定有罪，而你的“好好说”本质上只是“你无疑有罪，但我减轻/免除惩罚，还不谢恩”。

换了是你，你会觉得这样的“好好说”是可以接受的吗？

从第一步就已经确立了敌我关系，对方还能受你的积极影响的概率当然要大打折扣。

所以，你要解决问题，首先起码要把这个审判心先收起来。

人不能判断人，这不是你的权利。你的父母、师长、领导、配偶能判断你，要么是经过你自己、要么是经过命运授权的。这不是一个普遍存在的当然权利。

你不对这一点融入骨髓，你是无法在影响力上获得有效的突破的。

影响力能超出自己的职权范围之外，能影响素不相识、没有利害关系的陌生人，这是很重要的门槛。

这个力量是源源不绝的，是没有天花板的，绝对值得你花巨大的功夫去争取和积淀。

而要学习，应该向谁学习？

当然是多向行家学习，向不靠阴阳怪气而能影响别人的人学习。

这样的人真的不存在吗？

编辑于 2022-05-28

<https://www.zhihu.com/answer/2485177172>

---

评论区：

Q: 同意！不过毛子都不能用吗，东北好多人都用，这就是个外号吧

A: 不要用。

---

Q: “信仰并无对错，但有吉凶。”

另外，请问如何给“阴阳怪气”下一个定义，以防止在识别过程中误判？

B: 能表达不正常表达，用反问的语气，如果确定应该尽量用陈述句

C: 是否讨论其尽力的【可行性】。

是否尽其力，

是否尝试可行化。

---

Q: 鬼畜，恶搞，无厘头，恐怖片，隐喻的童话，这些算阴阳怪气吗？ 很多动漫都是各种爆炸各种夸张和暴力。

A: 自己注意分辨。

---

Q: 您这评论区…100 多条评论，有几个活人？真恐怖…

A: 你需要看心理医生了。

Q: 我翻了翻你这回答的评论，大都是这个样子，这应该也是要一些成本的吧？你这真有盈利前景吗？还是说本身是不谋求盈利的项目？

A: 不开玩笑，尽早就医。

---

Q: 我以前就喜欢阴阳怪气，，习惯性用阴阳怪气表达主张的心理机制其实是害怕完全表达出自己的想法会被认为我的智力水平低，从而判断我这个人的价值低，会被人忽视，所以阴阳怪气可以避免全部表达出自己的想法“我的想法很深哦，你能看到的只是我的冰山一角，多想想我映射的什么”其实只能用宏大的阴阳怪气映射出自己的自卑和虚弱罢了

B: 很多人阴阳怪气的本质就是根本不懂自己知道什么，只好装作什么都知道。这类人聚在一起，因彼此知根知底而狂欢，这是因为人数给了他们“三个臭皮匠顶个诸葛亮”的错觉

Q: 彼此知根知底这句话精髓了，阴阳怪气的人们聚集起来，“阴阳怪气是个逻辑门槛，门槛都低的才能放心进来”这样大家都知道对方跟自己一样都是滥竽充数什么都不懂，所以自己也可以安心的滥竽充数阴阳怪气表达自己的想法

---

A: 不要在我的评论区称呼别的名字。叫答主即可。

---

Q: 那有个有趣的问题：发现自己有这种倾向/是这样的人之后，怎么把自己拔出来呢？

A: 你看进去了，你就拔出来了。

---

Q: 一般我都是把“阴阳怪气”理解为“没能力反击”或者“不敢反击”，毕竟“观点鲜明”以及“招架住反驳”是需要能力和勇气的

---

Q: 我得多反思反思自己了[思考]谢谢答主

另外出于我个人经验，阴阳怪气本身不涉及目的和反馈循环，只是下意识地追求快乐一般的施暴。从我个人经验来说，更像是即时的通过打压他物来获取满足感，更可能是一种不健康的精神癖好

A: 善哉

---

更新于 2023/4/8