

极权统治下的众生百态

目录

前言.....	2
1.病 源.....	4
2.你怕了，它就赢了.....	7
3.教育——牢笼.....	9
4.信任危机.....	11
5.医疗政治化.....	13
6.压制下的“稳定”.....	14
7.内在缺陷状态.....	17
8.外在的缺陷.....	18
9.协助有难度.....	20

前言

一个国家的体制是每个人心理结构的映像，是人们内心那些不自知不肯承认的东西的外在写照。如果没有台下那些俯首帖耳、列队整齐的“人民”，也就不会有人能雄霸主席台。精神疗法里有句讽刺话：什么样的人养什么样的鸟。

极权的常年压制已经操控了人们的生活，其范围远不限于政治和社会领域，也波及到科研、经济、法律、艺术，甚至人际交往和日常文化层面，最重要的是对个体的心理结构产生了影响。尽管每个人都无法逃离这个变形的制度，但还是有不少人在奋力抵抗。不过也有不少人自以为是在抵抗，实则已被感染，他们用来嘲讽极权的方法大多没跑出极权常用的手段，很有讽刺意味。

有些人喜欢盯着官场的落马、上台等演绎，期待倒掉“政法王”就能将专制暴力通通解决，当权者也喜欢使用这类方法来遮蔽党政国家机关的追名逐利、机会主义、道德败坏等勾当，选择性洗冤所有罪责就一笔勾销，这类游戏已经熟悉到令人反胃了。而律师们仍以拿下洗冤案为荣、为自己的辛劳骄傲，他们感觉不到自己的辛劳其实是在帮当权者行骗。

长期的纪律教育、宣传蛊惑以及不容任何质疑的偏狭行径，带来的后果必然是将外在的强制力转化为内在的压抑。这一体系在长久地对个体施加影响，直至个体在心理机制上彻底完成自我奴化，完成自我破坏的转化，个体到最终不仅无法感知其已经被异化、不能辨认真正的生活，而且还将失常行为合理化解释：比如这是在实现伟大的中国梦、为了人们获得社会稳定的福祉……当那些被架上神坛的“英雄”为自身的精神扭曲而感谢党和政府时，是最可怕的时候。

普通人的私人领域里也有一套极好的辩术，什么“为了饭碗、为了家庭和孩子、逆境求生我也不容易”，还有“莫谈国事”“你改变不了现实”等等。

底层和偏远地区的年轻人积极入党，跪求做帮凶，或为了升迁发际，或是内心缺乏稳定性，那些失去自我的人想要借助严密的意识形态和空头支票愿景来缓解自己的不安和自卑。

1.病 源

极权国家的暴力分为两种，首先是公开的直接的暴力，表现为刑讯逼供、持枪权开枪权合法、监禁和流亡威胁，另一种是长期存在的隐形暴力，包括维护政权稳固的法条、报复打压、恐吓、羞辱、教条灌输以及一系列的威逼胁迫。这种所谓的“民主集中制”体制犹如一条单行道，永远是自上而下的传达政策和决定，自下而上的一方被封闭。而网络媒介打破了这种单向模型，于是极权政府想尽办法封堵和遏制，目的是将网络模拟成现实的单向灌输。但由于网络信息流向不可能被把握，再强大的管束也只能将自下而上的一方缩窄，无法完全堵死，于是当局又开始收编、渗透民间舆论场，以期用占领进一步削弱独立声音。

如果社会人格尊重独立性，再强大的占领也将无济于事，庞大的民间永远能保留思考的主动。但现实是个悖论，极权专制建立在集体主义基础上，人们用直觉选择认同多数、服从权威，也就是我们经常说的，当权者在坐享社会人格的红利。

国防网、封杀令、监控和恐吓构成了一道严密的屏障，其目的是保证这个大监狱内的一切现行体制顺畅无阻：压制性的教育，覆盖全社会的无处不在的意识形态，所谓“中国好网民”那套旨在镇压异议

的奖惩机制。国家的压制手段已涉及到生存、心理及道德等诸多方面，完全可以想象给社会留下了多么严重的创伤。

每一次的血腥镇压和大抓捕都会令整个社会再度陷入弥漫的恐慌和绝望之中，这些悲观情绪正是社会狭隘心理和性格扭曲的背景。

独裁专制是当权者的心理缺陷表现在政治上的诉求，他们将一系列的强制性意志渗透到老百姓的生活中，任何形式的抵抗都会被有计划的扼杀。他们将制造的现实情境植入人们的经验：如果想获得被提升、被认可、享受高等教育的权利，就必须在国家划定的准则内循规蹈矩，恭顺服从；想要获得嘉奖、事业发展等特权，必须会溜须拍马和绝对服从。

这种制度下只有纯粹的奴才才能马马虎虎的生存下去，消磨掉自己的坦诚和批评的能力，去换取一种不甚危险的生活。

为了让人们服从管理，当权者一面挥动着“党纪”的幌子，一面借助道德和心理学来实施高压手段。他们所谓的讨论和发言实际上只是传达贯彻领导的指示而已，一旦有人敢于发表不同意见或主张，立刻会遭到恐吓，他们甚至愿意让被恐吓者传播自己的经历，以期能借此扩散恐慌。

这个国家的精英们之所以能登上精英的地位，是因为他们曾经比旁人更多顺从，更洞悉极权的威慑，更擅长规避自保。有人会说，考察一个人的专业水平和领域成就时是不是可以不涉及人格分析，如果

了解极权社会的生存法则，就必然会懂，那些体制内精英获得的成果是值得怀疑的。

2.你怕了，它就赢了

极权维稳机制建立在民众的恐惧之上，通过渗透和粉饰恐惧直接掌控民众的心理结构。人们潜在的恐惧感就是他们源源不断的资源（从自我审查到自我维稳），心理疗法称之为不自知紧张状态。

潜在的恐惧需要不断的压抑、监视和威慑，否则会反弹，于是权力阶层不断策划出新的管制条例、监控技术和维稳方案，从接连不断的运动式净网专项，到网格化维稳，从人权律师大抓捕，到 NGO 管制条例……以期借此加剧民众的心理危机——即：将自身潜在的恐惧自动转换为对他人的恫吓。你常见的那些“本群不要谈政治”、“坚决服从警察执法，保命要紧”等等观点，就是这套妖术已经成功的迹象。

逐渐庞大的国家机器也逐渐变得碌碌无为无事可做，于是他们树立起假想敌，又命名具体的敌对者，如此才能继续宣传恐慌。各种严打、下指标抓人。受迫害妄想的波及面不用统计也可略知一二。如果你的电脑忽然出了问题，是不是最先怀疑中了监控木马？约朋友聚餐，旁边桌的人多看你几眼是不是马上怀疑是便衣？……

当局已经开始肆无忌惮的宣传朝阳群众的“无处不在”、网评员群体的数量之庞大、为网警志愿者颁发奖励的新闻要求各种宣传机构转载，这些“晒肌肉”举动并不是什么自信，正相反是恐慌，并且期

望将自身的恐慌植入民众的神经。你害怕了、自我审查了、言行谨慎了，他们就达到目的了。

他们一切的非法监控都被自己编制的法律合法化了，对待反对群体，最惯用的手段就是挑拨，暗中触发信任危机，以打散、分裂、孤立和边缘。押送央视审判、抹黑泼污水，以期利用民众的群体性思维习惯破坏掉一个系统的声誉。

这些极不道德的行为给人们带来严重的心理扭曲，越来越多的人缺乏情感、缺乏同理心，缩入更小的圈子以寻求安全，诸多效应都计入了恐怖政权统治的成果册。

强权、政治性司法和维稳机制构成了所谓的民主集中制，政党将那些最为服从的、也就是心理扭曲最严重的人提拔到领导岗位，他们无不狭隘、愚蠢和虚伪，但却能四处横行，是维稳机制和政治性司法为他们扫清了障碍。

3.教育——牢笼

极权国家的教育目的就是摧毁个人意志、扼杀个性和创造力，这一准则已渗透到教育的各个层面。评价一个孩子的表现时，最为推崇的标准就是融入集体的能力，而特立独行、自主自我被视为毫无价值，如果你看过科幻电影《雪国列车》，会能记得课堂那节车厢，那就是极权教育的现实。

中国大多数父母却长期信任这种畸形的教育模式。或许父母们本身就是专制型思维方式的受害者，当教育机构能完成对孩子的纪律化训练时他们会感激、求之不得；也可能父母们深会底层的艰难和恐慌，寄希望于文凭打破阶层屏障。

连家庭也是一样，很多家长会惧怕孩子流露出的纯真和坦诚，他们会下意识教育孩子如何适应这个社会的各种潜规则，甚至埋没孩子的真性情也在所不惜，他们那些视之为安稳自保的经验将弥漫于全社会的自闭代代相传。

无论怎样，对于孩子来说，面对束缚的规范和专制操控，你不屈服就无法走出来。教育工作者也一样，如果是尚有一点良知的教师就难免陷入一种矛盾：一边是被迫实施的洗脑教育，一边是自己的认知在提示撒谎的卑劣。只有自我意识薄弱和唯命是从的人能胜任这种扭曲的工作，将洗脑教育代代相传。

几乎所有人都屈服于分数说话、学历标尺的评价体系，身份地位被认为是真理的象征。以至于政治批评者也习惯于给自己冠上一大堆头衔，才能让自己的观点赢取公信力。他们说，没办法，人们的认知已经固化了。

4.信任危机

社交网络有天然的视觉匿名，当人们为了扩展连接关系而建立了很多大型群聊后发现，其中的群友不是沉默寡言，就是破口大骂，信任缺失已影响到倾听的能力、失去了对平等的认识。人们在日常生活中独立人格太多被压抑，社交网络的视觉匿名便提供给人们一种发泄的机会。群聊很容易捕获这类特征，更多人是在表演，而非获取和学习，也没有那个兴趣。因而错失了互联网最珍贵的价值：连接能力。

思考者背负着强大的心理负担，在同道中唯恐被视为愚蠢，只能附和周边，否则会被讥笑、批评、羞辱和排挤。没有人愿意和孤立的人交往，因为人们的价值观是他律的，认为被孤立者必然有其不正常之处，也就是以旁人的判断做标准。

已经有不止一位翻墙的网友私下告诉我“不敢添加中文 Twitter 用户”，我奇怪为什么，他们说“中国人里到处都是五毛和国宝线人，你躲都躲不开”。这也是极权的成果，他们浓化的恐慌已经深入了潜意识。

愚蠢的政治口号、明目张胆的公开扯谎，之所以能稳定存在其背后隐藏着一套心理战术。他们编织着一系列压抑情感的准则：克己、自控、勇敢、坚毅、绝对服从权威、遵纪守法……并就此打造出一批

又一批面无血色、战战兢兢的下一代，继而就是目标明确的奋斗和成功崇拜，真实的人性被雕塑成他人手中的玩偶。

5. 医疗政治化

心理因素和社会因素才是生活失序、个体异化的罪魁祸首，污染致癌、压力引发疾患，这早已是常识，然而医生却回避这两个根本性的问题，并且将小病说成重症，以获取更多利益、夸大医学的效果。社会病理学被说成是“阴谋论”，专业研究不敢碰的课题。更严重的是，有科学验证能力的人及社会名流也无从得知真相。

高校传授的现代医学中，很少有人会用心理医学的方式来思考、分析和质疑问题，其后果是可怕的。流行病学研究证明，所有病例中至少三分之一是社会心理因素患者，反被归咎于生理原因，甚至据此耽误了救治。每种疾病中都不同程度的掺杂了社会心理因素，即便它被医生意识到了，通常也会面临两大困难，一是缺乏必要的研究和关注能力，二是缺乏向患者坦白的勇气（那会被视为无能）。当“名医”都是党员的时候，就是生命最为危机的时候，不亚于致命疫情。

政权对“坚强勇敢”的意识形态宣传误导医学界把克制痛苦、与病魔做斗争当作核心任务，不否定的确有帮助患者的成功案例，但这种反痛苦的思想原则上是违背人性的，其性质与要求人们进行自我牺牲来粉饰太平盛世无甚区别。

6. 压制下的“稳定”

压制的定义是：让人屈服于强权的意志，并去适应既定的规范。
如果这些规范不再遵循自然法则，而是被经济的、军事的或者意识形态的需要所主导，那么人们正常的人性和情感就会被压抑。

这个压制性的体制不断对它的臣民们施加操纵、限制、控制、恐吓、惩罚和羞辱，从童年便开始，持续一生。一代代的“祖国花朵”变成了社会主义接班人，正是父母们那句“我为你好”协助了国家推行的所谓“关怀”，能令政权畅通无阻地达到自己的目的。也正因此，束缚了儿童的天性，变成一群温顺服从的木偶。也正是这句“我为你好、千万小心”的恫吓使得监控组织和国家安全机构可以无限扩张自己的势力。家长的告诫完全起到了政党官僚所应扮演的角色，权威体制正是在此基础之上建立起来的。

独裁关系和权力结构塑造决定着社会的各个领域，人们已经无法察觉，除了屈服于某一种权力，还能有什么其他的生存之道。生活在压抑中失去光泽，变得沉闷、空虚、物质主义和狭隘。不同意见被当作危险分子遭到各种镇压，相关消息的流传进一步加剧民众的不安和恐慌。

人是天赋和环境的产物。关于人之初性本善还是性本恶的讨论，意义不大，人其实是在与周遭环境不断互动的情况下发展出自己的能力及品性的。于是，至关重要的是作为基础的家庭关系问题，对日后的成长及性格的养成意义深远。这点在上一篇中有详细介绍。

每个人都携带着与生俱来的基本需求，如果要想健康的活下去，就要满足那些需求。根据本性，这些需求会有循环性和周期性，也就是说张弛交替，并遵循“人物——背景”原则，也就是说最为迫切的需求总是被予以优先满足的，继而其他需求接踵而至。

人的发展本质上是要通过人与人之间的交互来完成，从一开始人就是社会动物，他依赖于能够满足自身的客体，需要社会交往、他人的理解（认同和归属需求）。如果所在的社会互信度低下，每个人的发展都将受到抑制，包括哪些看起来风光、“一呼百应”的名流，因为他们的簇拥并非完全是经诚意或者个人价值交换而来的。

一个人能否健康的发展，取决于他所有基本需求获得满足的数量和质量，只有得到充分满足时，才会享受到有规律的轻松感、安全、信任、自我价值、信仰和希望。一个经常很满足、自信的人往往是天性决定，其他任何外在的说教对其影响都不大。反之，如果其自然需求得不到充分满足，则会出现紧张、神经过敏、不满和恐惧。长期的缺陷会引发不安全感、自卑、猜疑、无望和虚无。深受其苦的患者会背离自己的天性。

人具有强大的适应能力，完全可以承受无法被满足后的失落感，在压抑性教育下的儿童也较少有人真的感觉无法忍受。适应是个过程，且影响非常大，一旦这种屈服顺从的能力形成长期的桎梏，最终的结果就是人格畸形。

人格畸形是不容易辨认的，尤其是当它弥漫于整个社会的时候，反而会被视之为“正常”。真实的正常指的是：坦率、诚实、独立、批判性推理能力、自我肯定、创造力和反对多数派的勇气。

很显然，上述这些特征与极权社会的意识形态是相反的。为了这个政治体制能顺利运转，对人的管控需要掌握在权力手中，它要求人们表现出被动、隐忍、服从和忘我。专制体制中，每一种社会身份都涉及被桎梏、损失和错乱，于是每一种身份都应该获得必要的治疗。

7.内在缺陷状态

人们的需求可以化为为身体、精神、社会、心灵几个部分，以此来对比国家的供给途径及可能性后便会发现，结果令人沮丧。就不详细列举了，太长……大部分人应该都有所感，当你发现社交网络上蓝天白云的图片被当作惊喜晒出来求点赞，进口食品、禁书、被禁影视作品下载种子等等都成为值得炫耀的资源时，那真的没什么光荣的，正相反，是悲哀。它意味着人的基本需求都变得奢侈，这是政权的罪恶。

自由的思维和感受、纯粹的爱与被爱、信任坦诚的交流和归属感等等这一切，都处于高度欠缺状态，一个二十几秒的视频就被奉之为价值无限、各方索求，足见作为人类最基本生理的性享受都难以被满足，此外一切无从谈起。

8. 外在的缺陷

生活中到处都要走后门、找捷径，人们已经习惯于遇到问题先去想有没有熟人了，而不是考虑具体问题的解决方案。人情社会基于依赖关系形成帮衬的形式，这是一种独立性匮乏的培养基，是集体的、沉默的补偿性反抗，也正是它促成了社会的心理结构。

为了减轻日常生活中压抑感，几乎每个人都在拼命追逐蝇头小利。政权自然乐见如此，小小的红包功能、打赏功能就可以买断一个超大批体的言论自由权利，它们还要不断的宣传某某人通过粉丝经济获得了多高的酬劳、做“好网民”的谁谁赚取了高额稿酬连工作都辞掉了……等等。

而大多数人，只是在这个虚伪的宣传中不断的失落，无法获得满足，甚至被羞辱。正是这种内外对比的体验将注意力从内心的痛苦上移开，让人们更专注于环境，而不是自我的亏欠，人们在下意识避免不愉快的经验互相关联。

当个人不再相信自己 and 自身的需求，失去了对身体和心灵的张弛节奏，那么所需就变成了一种外在的依靠——一项可供自己遵循的规定、清晰的奖惩规则。而自然的天性之重要恰恰在于满意、轻松和兴趣。

既然天性已失去，人们便不得不努力寻求外在的补偿，如消费、财产、权力和名誉，并转向遵循既定道德或意识形态。

人的基本需求获得的满足越少，寻求替代性的需求和价值就越高。

9.协助有难度

被异化的人只有在异化环境中才能感觉舒适。他们必然会将更好的、更自由、更自然的境况与目前的异化、堵塞和分裂境况做对比，比较的结果会令他们陷入不安。于是为了避免这种痛苦，他们更愿意选择“维持现状”。留学后又主动回国、回国后又主动入党、翻墙后再缩入微信……等等现象只是太过显见的例子。

认知过程虽然可以带来更大的自由并得到康复，但首先引起的肯定是不适、沉重、以及不熟悉带来的不安全感。畸形致病的状况常常被掩盖或当作表面症状，而真正的诱因却未被揭示，更无从改变。已经有多位翻墙不久的网友私下告知我：难以融入 **twitter** 环境。当我问为什么时，他们基本都回答了“可能是熟人少造成的”……

在心理疗法中存在着一种争议，是否能把缺陷综合症患者不做健康人对待，因为与那些在社会认可的准则下发泄痛苦和扭曲的健康人（反抗者）相比，他们从一开始就承受着背离自己天性和病态的关系之苦。虽然他们压抑的是个人痛苦，却加剧了这个社会的心理冲突，助长了畸形的发展。