**圆桌派第二季第18集 掌控：工作和生活真的能平衡吗**

[圆桌派 第二季](https://v.youku.com/v_nextstage/id_3127efbfbd11250911ef.html?spm=a2h0c.8166622.PhoneSokuProgram_1.dtitle" \t "https://so.youku.com/search_video/_blank)

文化 · 2017 · 中国 · 24集全

主持人：窦文涛

简介：《圆桌派》是一档下饭的聊天综艺节目，由著名媒体人、文化名嘴窦文涛携手优酷“看理想”倾力打造。立足“撩、聊、了、料”四大吸睛秘笈，不设剧本，即兴聊天，平等视角，智慧分享。一期一个引发思考的话题设置，交流价值观点、碰撞思想火花，邀你畅游文化与跨界的奇妙之旅。

**嘉宾：窦文涛、马未都、梁文道、蒋方舟**

窦文涛：像放烟花一样。

梁文道：你这火柴。

蒋方舟：点不上。

窦文涛：对对对，意味着这个咱们芝麻开花节节高，马爷，咱们的生活都比蜜甜了，还是比黄连还苦呢。

蒋方舟：原来猪狗不如，现在如了是吗。

梁文道：对对对。

窦文涛：方舟我问问你，就是我这个岁数有点不明白，我接触的很多青年人，包括我们组的年90后，他们怎么老觉得那么累呢？就好像觉得对他们来讲，就觉得上班每天都很累。

蒋方舟；其实我自己觉得，我看很多的这个年纪大的人，真的反而觉得他们每天能干的事，就50后，甚至是60后，他们每天能干的事儿真的比年轻人能干的很多，他们也不觉得累。我自己的看法是，我觉得现在因为年纪大的人，他们会比较利用整块的时间，四五个小时做一件事儿。

然后但是我觉得年轻人，他们每天有太多的事把时间切割成碎片，而且太多看似消遣的事情其实都是非常大的消耗。比如说打一盘手机游戏，觉得这个是放松，但其实这个是巨大的一个消耗，对你的专注力。

梁文道：越放松越累。

蒋方舟：对你的这个情绪，然后对你的所有的感官的调度，所以我觉得其实年轻人都没有办法得到真正的休息。

窦文涛：我见的有的年轻人还真就是，我说你比如说工作完了，你说咱们也真是挺欠抽的，我比如说我工作完了，我觉得终于可以拿起一本好久想看没看的书看看，这就休息了，对吧？

他说啊，还看书，我怎么着也得临睡前就说我别的就躺平，什么都干不了了，对吧？唯一让我有兴趣的临睡前再撸一盘《王者荣耀》，你知道吗，这对他是休息，是生活。

梁文道：我觉得这里面还牵涉一个问题，就是曾几何时就是工作，我们今天讲工作生活平衡这一点，这里面有一个前提，我们还没考虑到，这个前提是什么，谁告诉我们工作跟生活是两回事。

蒋方舟：对立的。

梁文道：对。

马未都：那这个很难说，你喜欢的工作是一回事儿，你要不喜欢。

梁文道：对，没错，而且就算有时候就算不喜欢，我觉得曾经人类有过这么一个阶段，甚至是我们的祖父辈，或者前几辈的阶段，那还是没有工作生活的分裂。

你比如说农民种地，他就一年365天那个循环在土地上该干嘛干嘛，他们有没有考虑过我的工作是什么，我的生活在哪里，没有，为什么？

因为从一开始他的工作就是生活，生活就是工作，那你觉得他累吗？他是累，但那种累跟你今天说的那种年轻人那个累法不一样。他那个累真的是你体力劳动完。

马未都：体力累。

梁文道；体力累，但是它不是那种有带着一种虚无感的，就干完活，整个人垮下来不知道为什么而干的累。

我觉得现在的年轻人那种累是怎么样，就他会觉得这个工作是他不知道在干什么，就是他知道是挣钱，是要找人民币。但是除此之外，有没有别的东西在里面，好像没有。

马未都：这是两种，一种是体力。

窦文涛：心累。

马未都：剩下就是脑力，就是心力，心力这个累呢往往来自于工作之间的问题。你比如两人不对付，但是两人得把这事干了，那最累，两个人都是绷着，还都没法吵翻了，吵翻了倒简单，俩人吵架彻底翻脸是个简单的事儿，这有吵不翻，两个人疙里疙瘩的把这个事情做成的话，或者做一半成状态，那是最累的。

现在年轻人之间发生冲突非常频繁，就是一语不合就是不冲突了，而且很难去调和，不像我们过去，我们那时候年轻的时候去做个事，最后俩人吵起来，一会儿还出去吃饭喝酒都没事，现在人会往心里去，所以他就越往心里去，他就体现出来的特征就是累心，所以就是一进屋就什么都不想干了。

蒋方舟：我觉得还有一个原因就是，他们这个工作其实确实也是没有成就感，因为这个事就能不能做成，其实跟他们本身关系不大，他们就是这个螺丝，非常小的一个螺丝钉，然后这事反正成了，他也没有办法从中得到快乐；那不成他从中还遭了很多气。

马未都：没错。

蒋方舟：为了这个又要忍受这个复杂的人际关系，上司的责骂，加班什么的。

窦文涛：这个就是原来卓别林那个电影，流水线上的工人，他只管拧这个。

梁文道：《摩登时代》。

窦文涛：他只管拧这个螺丝，他不知道最后出来，他要知道最后我出来了一个东西，那是我的作品，我完成的，他有成就感，但对他来说就是一个，所以最后神经了嘛，卓别林走到大街上，看见女士胸口这俩扣，哼哼哼，一直拧对吗？这就是马克思说的人的这个。

梁文道：异化。

窦文涛：异化、工具化，而且我现在觉得社会分工越来越细啊，就越容易出现一种问题，你像我有时候经常跟这个团队里的人，我也讲这个，我说就是在任何一个工种上的人，你有没有考虑到最后的这个结果，就是所谓全局感。

马未都：他这种所谓全局感和这个工作意识，它分什么工作，你比如我在日本碰到过一个事，我当时就怎么想这事，我也想不太通，就是我们去一个地方去参观，参观完了以后要通过一个非常长的长廊，长廊要拐一个角再达到另一个点。

然后它这个日本这一家这个单位，它在这个犄角这个地方放了一个女的，这女的就负责给所有经过通道的人，笑容满面的鞠一个躬过去，这是啥工作啊。

窦文涛：笑机器。

马未都：人家就是一天到晚的做这一个工作，而且一定还就不是假笑。那中国人基本上午笑，下午就基本上都这样了，你爱走不走，对不对？这种工作是一个很乏味的，我甚至都比你做，拧个螺丝还乏味。

但是他在日本就这一类事情特别多，每个人都可以做好，就是他怎么样有这样一个就是心气。

窦文涛：心气。

马未都：我们是所有人的心气，每个人都是有气，工作做完了也有气，有成果也有气。在单位大家说话开始谨慎，别有时候哪一句话没说对，哪个行为不好，就把别人给得罪了。我们长期的这种人际关系的恶化呢，就是每个人都背负这个后果。

窦文涛：我再给你举个例子，我有时候觉得这种实际就是算挺普遍的，就是咱们老说，就是说与人为善，我现在我发现听不见，很多青年朋友给我讲，就比如说单位里的主管。好比如说我申请休假，当然了，我这休假是要你领导同意，但是地球人都知道，没什么理由不同意，完全就是一个手续，同意你就去休假的。

梁文道：合法的劳工权益。

窦文涛：对，合法的劳工权益，但是呢，他当然可以运用手中的权利说最近工作比较忙啊，也不适合休假。

梁文道：过两天。

窦文涛：他就是让你求他，他就是享受这个。

梁文道：他刁难你一下。

窦文涛：他不刁难你一下，我怎么显示我是你领导呢，这我觉得这个人你说是不是有点与人不为善。

马未都：你知道从服务这个行业，服务是我们经常要遇到的行业，最普通的就是餐馆，东西方餐馆那服务员特有意思。

我在西方就是出国吃饭，我特别爱看那服务员，尤其爱看那老服务员，有时候你跟他聊几句，他都在餐馆干一辈子，从十几岁就来，一直到退休五六十岁，永远是那个很精神的，就对待自己。

梁文道：很笔挺的。

马未都：这份职业，这是表示，因为我有一次去荷兰在海牙，那个老头请我在那个餐馆吃饭，就当地的人，他跟那个服务人员的聊天完全是亲人式的。

后来一打听，他说他二十几岁就在这个城市里吃这个餐厅，吃到60岁，吃了40年，永远是这个服务员给他服务，所以他跟他跟亲人一样的聊天，我们也有这样的亲人。

我们是这路子，我原来我不是在琉璃厂，我老去那个全聚德去吃饭，那不是服务员，那时候都是跟我岁数差不多，那女的嘛，都是这个服务员都特垮，她没那么穿着个西服拿这个菜单，没那个。都是，全部这路子，然后好久不是不去了吗，我一进去一看，来了，您来了，先嚷嚷，满厅都听得见，往那儿一坐我就说，来了，菜单。

你知道她跟我说什么，你知道吗？她说要那干吗，他问我要菜单干吗，我说你不是有菜单吗，她说那你要他干吗，说老几样吧，就老几样吧，就是她给你当家做主，后来我一想，我说好，就是老几样，我说我来这儿不让你呲呲哒哒的吧，我这还就不习惯了，就是她们是这么一个路子。

那么这个路子呢，当然我们也不怎么在乎了，而且也都是熟人，如果你带着几个生人，她要这个态度呢，你就觉得很尴尬的一个态度，人家说你跟她啥关系，她给你这么弄，她就是一个传统的服务人员，她对服务的认识就是，如果我跟你熟了就没大没小，不会走程序，给你个菜单的什么，她认为不走程序是跟你很亲的一个表现。但是我们的社会，就是东西方在餐厅是一个最明显的变化。

窦文涛：您说这个我想起两种，就是说这它有的时候，也有一种不拿自个儿当外人还是怎么样，但是这里边又透着一种谦和。

比如说美国，你看咱们中国讲空姐，但是这样服务是吧，美国有一个，都是岁数挺大的妇女，那个空嫂，不叫空嫂，空奶奶了恨不能，但是她真的是有一种老奶奶的劲头，喝这个吃这个，我觉得我碰见这个最极致的是哪儿啊，韩国，我们有一回去看足球赛，在光州，光州那地方就是全是就是韩国文字的，就是完全没有什么汉文的那种。

然后呢，就是特乡土的一个地方，然后呢就是说去那个洗澡，他们那儿洗澡呢还有那个按摩，但按摩的那个是个大妈，但是弄得我呀特不好意思。那大妈啊，她就真的把你当儿子似的，你知道吗？她也不管你，就围着个毛巾就跟光屁股差不多，你知道吗？大妈拍着我屁股，我光着个脊梁，洗澡去。

众人：哈哈哈哈哈。

窦文涛：趴下，按摩，好，起来，小伙子走，啪，就拍我屁股，但是你也觉得就像妈妈一样的那种，这也是一种服务。

梁文道：但我想说的就是这里面不管怎么样不同，就是背后有一个态度，就是这个工作对他而言意味着什么，我觉得这些就算你刚才讲的韩国大妈，或者说全聚德这样，我觉得都还是有点意思，这个活。

窦文涛：有风情。

梁文道：它有意思，它一定有一套自己的文化的意识在里头。

窦文涛：对对对。、

梁文道：但是对大部分别人来讲，这个工作怎么样叫做有意思呢？我觉得就只有几种办法，一种办法就是刚才我说的，要不像欧洲过去全都信教，要不过去中国你的工作，你做农民是跟你的这个家庭伦理、儒家秩序捆绑在一起，那么要不然就怎么样呢？

就还有一种极端，就像日本式的，就是把这个职业伦理走到头，职业伦理走到头，就是今天中国不是很流行讲匠人精神吗，它这里头是什么呢，它其实鼓励你这个工作明明是很累，是让你觉得会让你工作生活失平衡，但偏偏还要让你觉得这个工作就是你生活意义所在。

有的那个工作，就像刚才马爷形容那个工作，是你觉得那是干什么工作。比如说我举个例子，我认识一个京都的一个花道的一个传人，他们什么茶道、花道是一家一家传的嘛，有这么一家，其中一家，他现在是在银阁寺那一家传下来这个花道传人，我去看他插花，那个插花插得多好就别说了。

因为他主要那天给我们表演插花，全是用枯掉的花来插，而且他是能够坐在这儿对着你，看着这个花看好了，然后插，他是单向的这么插，但是你四面八方看那个构图都在，然后他跟我说呢，我问他是花怎么来，这些枝叶就是要枯怎么办。

他说他隔天晚上会跟一个人说好，我第二天要什么花，我说那个是一个开园艺店的我估计、花农吧，不是，他说这些花全都要上山现找现割，他不用养的花，要野花，那我说那个人是常年帮你们家，那个他们家专干这个，到他这儿是第十一代。

我说这是什么，然后又给了我一个名词，我不懂，日文，他说这都是个职人，然后我第二天一早去看那哥们儿，就五六点就背着个猪箩筐，带着个刀，带着个剪子带着去上山，就走走走，我说天哪，你觉得他像捡垃圾似的，在地上这摘会什么，那弄会什么，然后他就把这个东西，他当成是个非常，你想想看这是一个这真的是个螺丝钉。

在整个花道表演里面，你负责去上山找东西的，这个人他把它当成一种非常神圣，然后我要干的跟我爸一样好，我都甚至搞不懂这个好坏标准在哪儿。

窦文涛：你知道吗，我跟你讲就是刚才连着方舟讲的那个东西，就是说聚精会神是一个不同的一个境界，就是它超越了工作和生活的矛盾，就是你干一个什么事，最后忘记了结果，就完全聚精会神。

这个人会进入一个很奇怪的境界，甚至我要是往玄来说，天人合一了，就是什么都忘记了，就是只有在做的这件事。

你比如说我举个例子来说，就是说我们说工作的什么成就感在哪儿，最后这个工作的成果跟我有什么关系，其实也可以没有关系。他们讲有一种避免这种拖延症的，避免拖延症，有一种很严重的叫拖延症，避免拖延症的其中一个方法是什么，把注意力集中在过程上，而不集中在结果上，就是做只是在做。

你知道一入进去，你就像说我做之前我都挺烦的，这方面我觉得我爸就有匠人精神，我爸现在也退休了，你说他是工程师，他是工艺科的，你就要搞工艺的人哪，就完全是在这个工序上画图纸，就是设计是把一个东西设计出来，工艺是把设计出来这个东西，最后怎么给你做出来。

所以他是制作的一个人，你看他的这个习惯，退休之后，他现在在家里那叫一个忙啊，就是家里所有的东西都是他修的，根本你要换新的，这绝不可能，然后就是说找人来修，都是侵犯他的专业尊严，连我这个眼镜腿断了，他说别，我给你换一个。

他琢磨他一天他也不嫌花时间，他一天，他一堆小工具，那个最小的螺丝，我爸在家里电冰箱坏了，我们家里那个热水器，你说都是用了十几年了，你想，他就给你换哪，他就给你弄。但是我开始觉得他很无聊，后来我发现了他老有所为，关键在这儿。

蒋方舟：就一想到刚刚是马爷说那个服务员，就是有没有发现中国的餐厅的服务员是全世界最多的，就经常国外的这个餐厅基本上就只有很少的，一两个服务员，所以他就是聚精会神在服务这件事。但是中国餐厅经常站着一些服务员，他们就没事在这儿聊天，谈恋爱啊。

梁文道；很垮。

蒋方舟：对啊，这个打闹啊，对他来说这个又是生活又是工作，结果这生活也没生活好，恋爱也没谈好，然后这个工作也没工作好。然后我就在想，其实人在这个聚精会神的时候，他有一种纪律感，但其实中国他是不太，中国人不太有纪律感，他只是有规矩。

规矩是人和别人相处时候建立起来的一种规范，就是我要这个对你称老师，我要尊敬你。但是纪律是人和自己相处时候的这种规范，我觉得中国人不太讲这个。

窦文涛：规矩纪律是清外人给你的，是外人强加于你的。但是你怎么样，你最后能变成这个自律，你看你比如说你到底多少成分算工作，你到底多少成分算生活。比如说我去度个假，后来我发现，我度假的时候分享的这些内容回来在节目里说。

梁文道：也可以是工作.。

窦文涛：大家觉得最好看，所以说那我就想，那我去度假是不是也该拿工资呢，我到底什么是工作，什么是生活呢？所以这关键就是界由我定，界由我定。

现在去广告,现在去广告,对不起大家，我们总得去个广告，才能有接下来的圆桌派，福特锐界圆桌派广告之后见。

窦文涛：好，现在这个有钱了，马爷可以说话。

马未都：我一下被这广告打的全没了，她刚才说这个餐厅服务员多吧，我告诉你，你这不管餐厅，你有什么不知道的，现在好多餐厅啊，它各司其责，比如我在餐厅有一回吃饭，服务员把那菜端在这儿，我说我给腾一地，搁着儿，啥意思，他不给我这菜。

他得等，上菜和传菜是俩人，他把这菜端到你桌子跟前，他无权力把这菜搁在你桌子上，另外。

蒋方舟：他也不许你自己端。

马未都：他也不许我自个儿端，他得等那个上菜那个人过来。

梁文道：你就生生看着这菜放凉了。

马未都：对对对，我就瞅着他，我说这是什么路子。

梁文道：我也遇过，这从什么时候开始的，为什么呢？

马未都：我也不明白。

梁文道：这什么道理，这背后是。

马未都：你看餐厅那招聘上面写着招俩传菜员，就是干这个的，他是负责把这个菜从厨子那儿搁到这个服务员。

蒋方舟；他只负责运输。

马未都：这个过程，所以你不知道。

窦文涛：很重要，物流环节。

梁文道：对，这是一种物流角度。

马未都：但是他到这儿呢，他就不能直接把这菜搁你桌子上。

蒋方舟：这很闲置我觉得。

马未都：他这个可能也有这个问题。

梁文道：这是一种管理的考虑。

马未都；也不是，可能是管理上的问题，我也不懂，咱不能随便评判人家的行业标准，反正他就不给我。

众人：哈哈哈哈。

马未都：然后呢，满世界找那个能上菜的人，他过来，这就是今天我们这个服务行业很多很新鲜的事。就是我们这个今天我们无疑进入了，一个完全服务类型的社会，比如你生活中，你没了服务人员你就不行了，对吧？

快递吧，叫餐吧，你这一年吃出去吃饭的，你是少，我是很多的，经常的要去，大量的服务人员，还有就是各种你比如说专业的保洁吧，过去哪有保洁公司，过去单位都是自个儿打扫卫生，你先上班第一件事把屋子打扫干净了，一会儿领导说这怎么今儿没人擦地，是不是，擦地，打扫卫生，打开水，都是自个儿干。

今天全是专业的，你大一点的单位，你那水都是有人给你扛过来，直接搁在热水机上，对不对？你今天缺了谁都不成，但是有一点我就会发现，所有人都会养成这样一个习惯，不是我的事，我就是不管。

窦文涛：这工作和生活分的很清楚。

马未都：分的倍儿清楚，现在年轻人他这个，我们过去没这个概念。你比如说单位，如果在出版社一说，说样书来了，那很重，哗啦男的都肯定主动都去，因为这是体力活嘛，就给它拎上来，要敢搁今天就是，拎书这事不归我管。

窦文涛：对。

蒋方舟：我自己觉得我好像身边的年轻人，他们去做事就比较考虑，这事短期内对我来说有没有作用，那如果这个事情短期内对我有这个利益的话，那他可能就是个好工作。

那所以他从这样的，他这个奖赏机制建立的比较直接，但是一旦这个事是一个长期的，跟我们好像没有短期利益的关系，我就会觉得枯燥，会觉得乏味，所以我就会觉得很累。

窦文涛：是不是说理想是海阔天空，现实是无可奈何，就是。

蒋方舟：我其实特别讨厌一句话，就是说这个什么，也是现在年轻人特别喜欢说的，就是说这个人生不止有什么眼前的苟且，还有诗与远方，就是把这个截然的对立起来，就好像我这攒够了钱，我要去大理，我要彻底的过这个诗与远方。

但是我觉得这个是一个特别糟糕的一句话，因为我觉得人生生活，诗与远方也是苟且，眼前的苟且也是诗与远方，它不是对立的，要接受生活当中的琐碎，不能觉得这是难以忍受的。

窦文涛：这个我早就说了，游牧民族已经灭绝了，游牧，就是说个别的游牧民族，它是诗和远方导向的，这有个别的，你比如说高晓松算一个，高晓松算一个是吧，诗和远方导向。

但是我觉得我是典型的工作导向，就是其实是这也没什么不对的，就是我觉得不但工作啊决定了我的人生，比方说我当年到从广州到香港工作，到凤凰卫视工作，文道，我今天想起来我到现在为止，所有的朋友圈都是到了凤凰工作之后重新建立的。

在此之前我的旧同事一般没有来往了，旧同学旧同事没有来往了，那么就真的是因为这个工作地点的迁移和变化啊，而且我甚至那天，他们最近在纪念什么香港回归嘛，我那时候想一想，我说其实有的时候工作逼着我，让我觉得这辈子过得没白活。

为什么呢？如果凭着咱这个宅男自闭症的个人兴趣，什么世界大事，什么香港回归、9·11 、伊拉克战争，我可能电视都不会打开看的，你知道吗？但是因为你不得不做了这么一份工作，所以我现在发现，我的经验万人之中没有一个，你知道吗？

就是说这几十年来，所有国内外的大事我无不亲自见证，甚至就在现场。比如说国庆什么大阅兵，或者说什么的，任何所有的，你能称得上来公共大事我都在现场，尽管那未必是我的爱好，可是后来想想也真是有难得的一个机遇，要不然我全亲眼看见了，香港回归是吧？那个港督彭定康坐着小火轮远去，这全看见了，你其实这就是工作。

蒋方舟：所以你生活记忆其实大部分都是工作记忆嘛。

窦文涛：但是我翻回头来这一转化，我就觉得这工作这对我的生活太好了，给了我太多

梁文道：工作内容就是生活的一部分，但是今天的年轻人不同了，就像你刚才讲的，他可能半夜睡着觉，老板给你发个微信，然后你能不能明天早上上班之前六点钟给我搞定。

所以他的工作的时间呢，我觉得今天年轻人工作的时间其实比以前可能更长，但绝对更零碎，那于是你当然会累。

第二什么叫生活？我觉得我们现在常讲生活，生活这个词是有一点骗人的词。我对不起，我的那个左派的毛病又发作了，就是从我们左派的角度来看，今天的生活是市场经济里面骗人最常用的两个词，所以所有的那些时尚杂志，都不叫时尚杂志，叫什么生活方式，lifestyle。

这个生活方式你仔细的看，生活是什么？他们所谓生活方式，媒体所定义的生活主要是围绕消费。

窦文涛：就是买东西。

梁文道：就是买东西。

窦文涛：Shopping。

梁文道：对，你买东西，我的生活是干嘛呢？我为什么要那么努力工作，是为了要有生活，我生活干嘛呢？就是买东西，买了东西之后我钱花了，那怎么办？我再努力工作，是这样的一个循环。

窦文涛：文道告诉说香港人有个段子，说香港人拜什么佛，连卡佛。

梁文道：对，就是拜连卡佛。那你想想看我工作得那么努力，我就是为了要有钱有时间去shopping ，或者各种各样的消费，旅行也是个消费，对不对？旅游是个很大的产业，吃喝是个产业，我所有生活中被我们定义为生活范围的东西，几乎无一不是消费。

窦文涛：对，你这说起来可怜，辛辛苦苦打工真是累的躺在床上，但是他满足的生活是这个断手族，啪啪啪网购，这是一个快乐。

马未都：对，他在快乐中的后果就是他买了好多东西，一辈子也没用过，一辈子都不会用。每个人都有，就是比如买来的衣服没穿过，买来的包也没拎过，买来的鞋连包装都没打开过，就很多人都有这种经历。我指着你肯定就有，我保你有买的东西没用过的。

窦文涛：甭说没用过。

马未都：没拆开过。

窦文涛：我现在就开始送人了，我送人，我觉得那是一种造孽，我觉得那是一种罪恶，就是说有东西。

马未都：你也有，我也有。

窦文涛：你长期闲置。

马未都：我那天一打开，我说我怎么这儿还有好几双鞋，都不知道那什么时候买的，都不知道，也不知道。而且我还说，我怎么品味这么低买这么一双鞋，就自个儿根本不知道。

梁文道：所以你看你像这样的情况下， 我们然后就算更便宜一点的消费，玩游戏，这也是要消费的， 玩网游也是要消费，但你想想看，他今天看一大堆我们的广告，对不起，这个看一大堆，这个生活方式杂志告诉他，他脑子里面充满了一套，什么叫做好生活的定义。

好生活就是每年夏天，要去一趟马尔代夫，然后好生活就是，要东京吃米其林，这叫好生活。一辈子有一回就行，对吧？或者怎么样有这个好生活。

窦文涛：对，就是媒体，媒体给他造出来的一个神话。

马未都：但是问题处在这儿，就是所有的这个时尚媒体，我们说的还是最高等级的时尚媒体的，任何一个人本身消费不起那本杂志，他向公众说的这点事。

梁文道：这是最好笑的事儿。

马未都：他哥们儿挣那点钱，他连一页都翻不过去，他钱就没了，对不对？所以这个很可笑。

蒋方舟：但还有一点，就是年轻人确实他再怎么打拼，他都买不起房，他都没办法实现那个完整而大的消费目标。但是他又必须获得这小的乐趣，就只好把钱。

梁文道：他只好用在这儿了。

蒋方舟：对，分离成这个小的消费，因为这大的确实是可望不可即。

窦文涛：而且有一个，文道就是说这个作家和艺术家说的工作，跟普通打工仔说的工作完全不一样了。

梁文道：完全不一样了，那当然了。

窦文涛：你比方说我说您喜欢画画吗？行，好，喜欢画画，每天画100幅，从早上八点画到下班六点，朝9晚5 ，每天出100幅，这您还能说这工作是我热爱的生活吗？它不一样了，它是一种在被这个怎么说。

马未都：如果给钱多，超过我的预估，我就画了，就是这事，现在很多画家就这样，原来我认识那画家，平时一年懒得画不了几张画儿，后来画值钱了，据说春节都加班，人家人自我加班，那不是画画，是画钱。

窦文涛：不是说还有的画家吗，一排十张…，再从头…，一气十张。

马未都：对，所以它这个就是，还是经济价值决定你的行为。你的行为实际上你不可避免的受这些广告左右。据说啊，全世界调查全世界的调查数据中，中国人受广告左右的程度最大，就是广告的回报率在中国是最高的。就中国人他还不动脑子，一弄什么，大家就冲过去了。窦文涛：我经常讲。

马未都：国外你看广告也少，为什么它回报率没那么高？

窦文涛：你说的这个还真是挺重要，就是我去纽约那个MOMA美术馆，开了回洋荤，突然让我明白很多事，你比如说今天我们说的户型，两房一厅带着卫生间，就这个户型是当年美国人的概念，谁规定人类要这么住，两房一厅，三房一厅，它怎么不是四合院呢？

为什么现在全球化成为这么一个，这当年美国人定的模式，然后呢，你看这个moma 美术馆里非常有意思，里边有照片，就当年美国总统领着赫鲁晓夫，看，看。

梁文道：资本主义的。

窦文涛：大冰箱，大冰箱，这个大的开放式的厨房，所以我原来认识一个美国女孩，我就问她，我说你的理想是什么？

她说我的理想就是有一个开放式的大厨房，因为其实西餐是冷餐，对吧？它开放式大厨房，然后呢。

梁文道：有个艾伦的那种厨房。

窦文涛：三个孩子两条狗，你看这个很有意思，我说她的这个美好生活的模式，最后我在moma 美术馆看到了，就是当年美国像跟这个前苏联冷战的时候，你看他所谓推销这种资本主义生活方式，就是你看跟赫罗晓夫介绍，这是叫大冰箱。

然后呢，美国的那个生活杂志登出来的，全都是表情幸福的家庭主妇，早上起来在开放式的厨房，像个柜台一样，煎两个鸡蛋为家人准备早餐，阳光从那个花园儿里照进来。

你看这个什么样的需要幸福的生活，是杂志想告诉你的，然后大家就觉得对对对，那是那样的生活。周末带着两条狗，仨孩子到一个什么地方去，去玩一玩。你看你是被植入的，是不是，这种美好生活的想象是被植入的。

梁文道；所以我刚才的意思就是说，我们今天对于生活的想象是这样子的，结果变成怎么样呢？就变成原来我们所谓的工作生活平衡。

比如说前几十年的话，你的生活里面还包括什么，你有没有时间自己发发呆，或者说你觉得什么东西都不买，我就没钱。我逛逛琉璃厂我也高兴，我逛逛书店我也挺满足，或者说我就散个步或者怎么样，你生活的内容有很多，本来可以跟消费没有关系。

窦文涛：不，还是说今天竞争激烈，工作真的是忙了。像当年你看你们精力充沛，是因为你看几十年前，咱们这个国有单位不都是那种一张报纸，一杯茶。其实上班也是闲呆着，所以您才有过剩，你看我记得我们年轻的时候，报纸上经常教育年轻人，就是说如何处理精力过剩的问题。

梁文道：真的？

窦文涛：对，就是说你过剩的精力去干什么，但是我怎么觉得今天好多年轻人跟我说，我有什么过剩的精力。

马未都：今天还有一个就是，手机大量的消耗你的时间和精力。

梁文道：也有关系。

马未都：每个人都有，这个太严重了，对，我觉得每个人在手机上，我估计啊，至少耽误两三个小时一天，至少，可能还不止。

梁文道：还不止。

蒋方舟：我觉得还有一点。

马未都：早上起来，先在马桶上处理半个小时，各种昨天夜里发生的事情。

窦文涛：对对对。

马未都：你肯定的嘛。

窦文涛：现在医生已经提醒了，你们都要注意，就这个手机面上的这个大肠杆菌是最多的。

马未都：医生，这个就是那天是采访谁，周有光什么活一百多岁吗？不是说了一句话，说医生说的全对，就是甭听，所以才活一百多岁，这都不是最重要。就是说再有就是工作中，现在我觉得微信中有一个最大的好处，它可以办公，办公的你拉一个群，比如咱四个人，假设要讨论下两期节目怎么办？

咱拉一个群，我可以不说话，听你们三人说，我就知道该怎么做了，所以大量的时间都耗在这儿了。

蒋方舟：我觉得还有一点就是说，你只看着年轻人好像工作时间跟上一代工作时间是一样的，都是比如说8.9点到晚上6.7点，但是你没有算他的这个在路程上的所耗费的时间。

比如说像现在他如果住在天通苑，他得六七点就开始准备起床，然后坐地铁挤挤挤挤挤，然后到哪一站就开始换车，又挤挤挤挤挤，九点钟到办公室的时候就已经非常累了，你如果赶上这个下雨天下雪天，那这就非人的。

梁文道：说是上班8小时，其实每天花椒=掉交通也算是12个小时。

蒋方舟：但下班又是同样的时间，而且这个不止是耗时的问题，你的那个屈辱感，你挤在人群当中的，那个确实是特别崩溃。

窦文涛：你这么说我就完全理解了，我跟你说甭管什么人，他要住在北京郊区，每天两个钟头挤车挤地铁，挤得上了班，被老板斥骂一顿。然后这工作没什么成就感，晚上还得俩小时才能回到家。我觉得真的是没什么生活了，真的，换谁也不行。

马未都：但那现在你又没办法解决这个问题，说因为现在这种住房问题嘛，过去都没有这个问题。

窦文涛：对，买房又遥遥无期。

马未都：过去很少有人穿城而去上下班，很少，我过去上班算远的路，就骑自行车大概40到50分钟，那个算非常远的了，现在那就坐的很远，我们那儿也有，就是上班要走两个小时甚至更多。

窦文涛：那文道你说这有药方吗？这现在这个，就是说工作几乎透支了自己全部的生活。

蒋方舟：而且这甚至跟绩效无关的这种工作耗损，你在路上的时间，挤地铁的时间。

梁文道：我觉得没有什么解决办法吧，你就看这个市场怎么走下去吧，因为但是我们可以看得出这个问题的出现，也就是这二三十年的事。

所以为什么在过去二十多年里面，全世界都很流行一个讲法叫提早退休，就是从尤其是高层人士，尤其是做投行的那些提早能够赚一笔钱的，以前是很少有人谈提早退休的，就在市场经济发展史上，像你讲美国梦，刚才你说的那种中产梦的年代，当年的美国人是绝对是做到退休年纪。

但是为什么现在就每个人都想提早退休，就是因为每个人都觉得在工作期间，他那个所谓的工作生活是完全失衡，他就只有到了退休的时候，才能放下生活的苟且，才到了诗歌和远方，他把它变成完全对立的。

窦文涛：如果还有力气的话。

梁文道：如果还有力气的话，他的生活都在退休之后发生。

窦文涛：所以说我就想来想去，我觉得这个还是用这个阿城老师一句话，来解决这个问题。就是说什么呢，很多这个阿城老师嘛，很多人生活上遇到什么麻烦，遇到什么困难就爱去请教请教他怎么办，结果呢，听说他经常千篇一律，听你陈述完了之后，仨字，要坚强，对吧？

矛盾是永远存在的，但是呢，我们要活下去，一定要坚强。

梁文道：太厉害了。

END