

（日）  
斋藤茂男

著  
王晓夏 译

日本世相

# 饱食穷民

他们身处丰饶之中  
却饥饿致死

泡沫经济时代  
真实记录

一代名记笔下的世纪末图景

日本新闻协会奖

获奖作品

影响日本战后的

非虚构系列代表作

浙江人民出版社

# 斋藤茂男

著 王晓夏 译

（日）

二十四小时不夜城  
我要买！买！买！  
一个工作狂人的死  
虚幻的“中产”之梦



日本世相

## 饱食穷民

他们身处丰饶之中  
却饥饿致死

泡沫经济时代  
真实记录

一代名记笔下的世纪末图景

日本新闻协会奖

获奖作品

影响日本战后的

非虚构系列代表作

浙江人民出版社

浙江省版权局  
著作权合同登记章  
图字：11-2019-124号

图书在版编目（**CIP**）数据

饱食穷民 / （日） 斋藤茂男著； 王晓夏译.—杭州：浙江人民出版社，  
2020.1

ISBN 978-7-213-09547-4

I. ①饱... II. ①斋... ②王... III. ①社会学-研究-日本 IV. ①C91

中国版本图书馆CIP 数据核字（2019）第268704 号

SAITO SHIGEO RUPORUTAJU NIHON NO JOUKEI 4:  
HOUSHOKUKYUMIN

by Shigeo Saito

© 1993 by Yoko Saito

Originally published in 1994 by Iwanami Shoten, Publishers, Tokyo.

This simplified Chinese edition published in 2019

by MoveableType Legacy (Beijing) Co., Ltd., Beijing

by arrangement with Iwanami Shoten, Publishers, Tokyo

饱食穷民

〔日〕斋藤茂男 著 王晓夏 译

---

出版发行：浙江人民出版社（杭州市体育场路347号 邮编 310006）

市场部电话：（0571）85061682 85176516

责任编辑：郦鸣枫

特约编辑：薛 倩

营销编辑：陈雯怡

责任校对：戴文英

责任印务：刘彭年

封面设计：泽 丹

电脑制版：杭州兴邦电子印务有限公司

印 刷：杭州宏雅印刷有限公司

开 本：880 毫米×1230 毫米 1/32

印 张：8.75

字 数：193 千字

版 次：2020 年1月第1版

印 次：2020 年1月第1次印刷

书 号：ISBN 978-7-213-09547-4

如发现印装质量问题，影响阅读，请与市场部联系调换。



# 关于《日本世相》

这套《日本世相》一共十二册，是纪实文学作品。二十世纪七十年代到九十年代间，我采访过很多普通人，记录下他们的生活场景和心理状态，于是有了这些“日本世相”点滴。

当时想采访的主题很广，主要包括在经济高速成长的背景下，工厂与工人、学校和孩子之间的矛盾，夫妻之间的纠葛，家庭关系的破裂，以及两性关系、衰老、智力障碍儿童、生命……采访对象也形形色色，乍一看，似乎完全没有头绪。

原本，我并没想好是随性而来，还是当成正式的工作去做，只是观察到一些社会现象，嗅到了“时代表情”的气息，于是追着这个主题去取材，从中竟发现了从未察觉的全新领域，就好像有神的启示，深深吸引了我，让我睁开好奇的双眼。我这才找到着力点，开始深入挖掘“初心”。虽然最初的题材有些虎头蛇尾，但在这个范围里，我找到了新目标，一边采访，一边发现更多新的目标……

这种随性的摸索，最终带来了这套纪实文学。

话虽如此，但其实我自己也有一个一直想做的课题，像低音回旋一般，在心中久久回荡——那就是关于“资本主义与人类的关系”。大环境下，我们眼前一片繁荣，但只要稍微切换舞台，就能看到各类被异化的群体，他们深受各种打击。所有人都陷入一个巨大装置，努力把时间变为金钱，被强迫着，要更快、更有效率地活着，哪怕超越身体极限，时时刻刻，一分一秒都不能错过。这节奏让我们无法按照自然时间生活，过有生命力的生活，只感觉身心俱疲，不停被压榨。外部世界看似华丽，内部却可怕地快速运转着，让人不断沦陷其中。不知所措的焦虑、充斥心中的空虚……终于有一天，忍不住爆发出来：我这究竟是在干吗！然而，也只有那么一瞬间，转眼工作来了，我们像自动切换的机器，不得不回到现实，按照既定方式，完成既定的角色。如果，这就是现实，那日本的资本主义究竟是什么，即便它带来了第二次世界大战后的繁荣社会——这是我的思考，我想要亲自找出答案。

这套《日本世相》，每册的主题不同，但有共同的出发点，以及相同的采访动机，那就是我想要挖掘出“桎梏的结构”。而且，从一个主题

到另一个主题，采访过程也前后呼应。这十二本书相互关联，可以说是一个整体。

借这次整理的契机，我把之前零碎的内容整合起来，就像把散乱的石子排列整齐般。但如何叙述采访对象所经历的时代碎片，今后会如何发展，当下又该如何表达“现状”，我依然在不断思考。我想从这些角度，捕捉我观察到的整个时代的意义。幸运的是，我有得力的同行者，上野千鹤子女士、镰田慧先生、岸本重陈先生、汐见稔幸先生等，他们都在用自己独特的方式挖掘社会的本质，和我一道完成这一工程。在这项共同完成的“作品”里，日本世纪末的景象会是何种模样呢？

斋藤茂男  
一九九三年秋

# 目录

[关于《日本世相》](#)

[前言](#)

[序章 走向世纪末](#)

[— 不会珍爱自己的人们 —](#)

[向往强大](#)

[我是谁？](#)

[讲师引导](#)

[连性也要谈](#)

[— 人吃人的画卷 —](#)

[成为富豪帝国](#)

[女性员工也加班](#)

[24小时的不夜城](#)

[无孔不入](#)

[报复人类](#)

[心灵失去健康的人们](#)

[一个工作狂人的死](#)

[I 饱食穷民](#)

[— 无处可逃的男人 —](#)

[“未来不是梦”](#)

[业绩猛于虎](#)

[公司销售皆兄弟](#)

[一条船上的男人们](#)

[弱肉强食的漩涡之中](#)

[地狱二重奏](#)

[逃避的欲望](#)

[走向衰弱的人](#)

[— 梦想之城 —](#)

[自由的憧憬](#)

[从山沟沟到东京闹市](#)

[不眠不休](#)

[穷人和穷人的缘分](#)

[自掏腰包的赔本买卖](#)

[在夹缝中生存](#)

[打高尔夫球也是自掏腰包](#)

[刀刀架在脖子上](#)  
[背负贫困家庭的期待](#)  
[保险帝国的顶梁柱](#)  
[女销售员的世界同样残酷](#)  
[跟踪、埋伏妻子](#)  
[机器“人”的悲哀](#)  
[— 我要买！买！买！ —](#)  
[梦想中的新房](#)  
[七十六万日元的戒指](#)  
[成排的新衣服](#)  
[无法抑制的冲动](#)  
[用物质填补心中的空虚](#)  
[销售竞争的背后](#)  
[消失的房子](#)  
[— 美满生活 —](#)  
[银行女职员优雅婚姻](#)  
[七十万日元随你花](#)  
[虚幻的中产之梦](#)  
[貂皮大衣迷人眼](#)  
[幸福的舞台成泡影](#)  
[— 和X先生的对话 —](#)  
[最为缺失的东西](#)  
[重新审视“生活”的价值](#)  
[II 快节奏的城市](#)  
[— 魔性附身 —](#)  
[战士们贫穷的早晨](#)  
[矗立在田野中的不夜城](#)  
[工程师都是漫画迷](#)  
[外星来客](#)  
[厌恶人情味](#)  
[计算机才是情人](#)  
[梦里也要被追赶](#)  
[被时代抛弃的不安](#)  
[喜怒哀乐波澜不惊](#)  
[— 人心的变化 —](#)  
[女工程师的告白](#)  
[先杀了你再自杀](#)



人心会变形吗？  
幸福妻子的隐情  
把压力发泄到妻子身上  
内心的呐喊  
短短三秒都等不及  
— 自闭化的社会 —  
技术应激的真面目  
妻子的怒火  
心理崩溃的不安  
商业领域悉数陷落  
决定是否走向毁灭的因素  
孱弱的心灵  
恍然回过神来  
畏惧踏入人心  
人沦为机器的危险  
III 呕吐的女人  
— 狂乱的独角戏 —  
每天晚上的秘密仪式  
“逃离现实”  
在饿鬼道痛苦挣扎  
女人们可悲的癖好  
伴随繁荣的脚步  
心灵的空虚是元凶  
寻求母爱  
对爱的执着和反抗  
缺乏父爱的后果  
扮演“模拟夫妇”的母女  
爱恨交织  
她们一直在等待  
女强人们的夜晚  
被价值观禁锢的女性  
反映了现代“空虚”的人们  
— 为妻为女 —  
憧憬的背后  
背着丈夫吐出不安  
假装平静  
虚伪的“娇妻”

[主动交代](#)  
[爱情走向分裂](#)  
[寻找人生道路的流浪者](#)  
[— 两个自己 —](#)  
[男性社会主导的“女人味”](#)  
[依赖共生关系的心理剧](#)  
[高人一等](#)  
[树立目标并活在计划之中](#)  
[我究竟想干什么？](#)  
[不惜消灭肉体](#)  
[对男权社会的抗拒](#)  
[男人们的自闭化](#)  
[后记](#)  
[追踪采访](#)  
[— 寂寥的穷民们漂泊依旧](#)  
[食况惨烈的人们](#)  
[壮汉的暴力](#)  
[成瘾](#)  
[从小学生到中老年](#)  
[“机器人”家庭的压迫](#)  
[就连爱都成了目标？](#)  
[塞入内心的口袋](#)  
[不允许绕弯和失败的社会](#)  
[病态反而是“健康”](#)  
[哪边更痛苦？](#)  
[我们失去了动物性的传承吗？](#)  
[译后记](#)  
[返回总目录](#)

# 前言

本书收录的三篇纪实文学写于二十世纪八十年代中期到九十年代，这些文字可以看成我当时企图通过探索人们的内心世界，来描绘日本社会状况的一种尝试。

那个时代，日本社会宛如梦幻泡影一样变化无常，又像断梗浮萍一样飘忽不定，到处充斥着不安的色彩，脆弱得仿佛轻轻一碰就会化作幻影消失殆尽。然而却有一群来自绝望深渊的使者，他们昂首挺胸、趾高气扬地支配着这样一个金钱和物质泛滥的时代，仿佛在说只有精神有问题的软弱分子才会感到不安。

有人在金钱和物质面前丧失了理智，也有一些人在充斥着竞争和效率至上主义的社会体系中摸爬滚打，导致身心失衡——但是，他们都是我所深爱着的“普通人”，也是我珍贵的采访对象。

第一章“饱食穷民”写于一九八四年，主要聚焦于当时新闻报刊的社会板块所关注的贷款和债务问题。

第二章“快节奏的城市”主要揭示飞速发展的计算机化潮流给人们带来了怎样的变化。计算机这一仿佛有生命的机器会不断给社会带来各种各样的改变。虽然与这一时代的潮流唱反调本身就是一种十分愚蠢的行为，但对于我来说，这也是一个永远不会失去新鲜感的主题。

第三章“呕吐的女人”主要以拒食、过食呕吐症这一女性特有的疾病作为素材切入点，试图通过女人们的内心世界揭示出现代社会背后所隐藏的问题。

从第一章到第三章，时间跨度将近五年半。尽管在这段时间里时代始终发生着飞速的变化，但我还是有意将这三篇时代报告集于一册，好让读者通过这三个时代的断片，感受到现代社会底部所流淌的令人毛骨悚然的潮流。

需要说明的是，这三章内容均通过日本共同通讯社发送至各个加盟报纸连载刊登，其中第一章得到了共同通讯社社会部记者池田信雄的协助。

斋藤茂男  
一九九一年六月

# 序章

## 走向世纪末

1975年

日本经济低迷，就业困难。  
中央和地方政府均出现财政危机。  
国际女性年，提升女性地位的呼声越来越高。

1976年

洛克希德事件案发，日本首相田中角荣被捕。

1977年

日元对美元汇率飙升，严重打击日本经济。

1978年

日元对美元汇率暴涨至一美元兑换一百八十日元。  
小微贷成为社会问题。  
企业纷纷裁员，失业率走高。

1979年

第二次石油危机波及日本，对日本经济造成打击。  
日元贬值，物价陡增，基准利率提高。  
联合国大会表决通过《消除对妇女一切形式歧视公约》。

1980年

自民党在参众两院同时换届选举中取得压倒性胜利。  
日本汽车生产量跃居世界第一，和欧美产生贸易摩擦。  
儿童杀人案件、学校暴力案件、家庭暴力案件连续发生。

1981年

里根当选美国总统，执行强硬路线。  
三和银行女员工高额诈骗案件等计算机犯罪频发。  
日本对欧美贸易顺差达到历史最高。

1982年

中曾根康弘当选日本首相。

日本航空客机在羽田机场近海海域坠毁，二十四人死亡。

1983年

自民党在年末换届选举中大败，保守党和革新党的席位数不相上下。

日本首例体外受精婴儿诞生。

失足中学生杀害街头流浪者。

1984年

格力高·森永事件案发。

临时教育审议会创立，正式讨论教育改革议题。

1985年

日本航空123号班机在群马县上野村山中坠毁。

丰田商事诈骗案发，董事长在家中遭杀害。

《消除对妇女一切形式歧视公约》在日本通过并生效。

1986年

《男女雇佣机会均等法》生效。

苏联切尔诺贝利核电站事故发生，世界陷入不安。

艾滋病在全世界传播扩散。

1987年

房价一年飙升三倍。

日本国营铁道和日本航空民营化改革。

空前的理财热潮，股价暴跌。

日元对美元进一步升值，一美元兑换一百二十日元。

纽约股指创有史以来最大跌幅。

1988年

里库路特事件案发，大藏大臣宫泽喜一及日本电话电报公司董事长真藤恒辞职。

以新增消费税为主要内容的税收改革法案在临时国会获通过。

经济以内需为中心持续走高。

1989年



昭和天皇去世，日本进入平成时代。  
参议院选举中，在野党席位超过执政党。  
女童连续被诱拐杀害案件告破，嫌犯被逮捕。  
东欧剧变。  
美苏两国首脑在马耳他举行峰会，冷战结束。

**1990年**

海湾地区危机加剧。  
日本全国出现房价猛涨。  
德国实现统一，正式结束分裂历史。

# — 不会珍爱自己的人们 —

## 向往强大

森由香里在一家大中型广告代理公司工作。一年前，她在同事的邀请下参加了一次聚会活动。

“同事跟我说，有个活动，要不要一起去看看。广美她啊——哦，忘记说了，邀请我的那个人叫广美。广美说她以前一直特别讨厌她自己，但是自从去参加那个活动之后，就有些能喜欢上自己了。所以对她那个活动，我也有些感兴趣，因为我一直挺向往变得强大的……”

出现在我面前的由香里今年二十四岁。她身材高挑，体型很是丰满，眼睛又大又黑，十分有神。

“那时我刚进公司，工作上也没什么自信，心里有些苦恼。平时开个会什么的，发言的都是男同事，我总是不敢张口，就算有时候说两句，也没什么人理我，我的意见根本没人重视。所以，我就想要提升自己……”

“那你上学的时候，有没有感觉到自己不如周围的人呢？”

“是的，有这种感觉，觉得自己不行。我很早之前就想提升自己了。上班之后也因为这个心情低落。我听广美说过她的经历之后，就也想体验一下……”

不久之后的一个周日下午，她按照广美告诉她的地址，来到了东京市中心的一家酒店的会议室。房间里一共聚集了将近一百人，女人们的穿着打扮像是参加派对一样，而男人的人数几乎和女人相同。

“房间里站了两排像是此前就一直参加这个活动的人在夹道欢迎，广美也在里面。”

走进会场之后没多久，就有一个自称是讲师的人走了出来。

“一开始他带着我们做游戏。他让我们试试十分钟之内能认识多少

人，让我们互相做自我介绍。我本来不是特别愿意跟素未谋面的人搭话，一抬眼见到谁，就跟谁打招呼，这种事我可做不来。所以我没有主动出击，不过也有些人主动来找我，所以前前后后大概跟十个人打了招呼.....”

这个活动在游戏中拉开了帷幕。自我介绍游戏结束之后，他们紧接着又被要求一男一女面对面坐下。坐下之后，他们需要告诉对方自己对对方的第一印象，包括年龄、职业、家庭成员，等等。

双方都说完自己对对方的印象之后，还需要再向对方说出自己的真实情况。

“那天，我们就只做了这个游戏。后来才知道，这个游戏其实只是‘准备活动’。游戏结束之后，需要当场报名。结果我交了十二万日元。”

第二次活动是从周四到周日的学习班，连续四天，地点也在宾馆。

活动的内容跟这次差不多，大概一百个年轻男女进了宾馆的会议室，一开始分成十人一组，按照讲师的要求做“游戏”。

## 我是谁？

“请回忆起你的童年。回忆童年快乐的事情、不高兴的事情，然后分享给大家听.....一开始，我们就这样讲些无关痛痒的事情。没过一会，就又让我们男女两个人一组面对面坐下，继续讲自己的事情。这次只让我们倾听对方的发言，不许提问或是说自己的意见。我们说的话题越来越沉重，我在第三天就沮丧得不行.....”

据由香里说，在按照讲师要求思考的过程中，可以发现自己内心深处以前未曾注意过的感情，或是发现另一个自己，或是了解自己的缺点，从而获得重新审视自己的机会。

“我们平时，不是都没怎么考虑过自己吗。既不会审视自己，也不会思考自己是怎样一个人，所以这四天里我们集中精力，只考虑这一件事情。通过这次活动，我第一次认识了自己.....”

参加活动的，都是些二三十岁的男女。四天的活动里，跟她分到一

组的有老师、护士、保姆、编辑、计算机系统工程、音响师、电视台摄像师，等等。其中很多都是些很现代的职业从业者。

“人们都是为什么来参加这个活动的呢？比如，你参加的目的是为了更好的提升自己……”

“大家或多或少都有一些自我厌恶，想要重塑自我，想要换一个全新的自己。还有好多人说是因为失恋了才来的。其实我也是，总是很难和喜欢的人相处好。也有一些人想要交朋友，或者是正处在迷茫的职业生涯，也有些人总是得不到满足，大概就是这样子……反正，我感觉，每个来参加的人都是希望重新审视自己，想重塑一个更好的自己。”

由香里仍不满足于这次活动的结果。两个月之后，她报名参加了更高一级的活动。这次地点在箱根的一家酒店，时间长达五天四晚。参加费用为二十五万日元。这次有大概五十个年轻男女参加。主办方从东京包了一辆大巴送他们去集训地。这次，他们被分成了七人左右的小组，每个小组有一个组长。

“开始之后，讲师要求我们每个人总结五六个自己的缺点，写在纸上。然后，让我们接受有缺点的自己。又让我们每个人写出几个自己想要的东西，可以是朋友，也可以是精神方面的，都可以。然后，我们打乱小组，跟别的组的男人面对面坐下，描述自己对对方的印象，说你是这样的人对不对。心里怎么想的就怎么说。他们有些话说得特别狠，然后我就火了……”

“他们都说你什么了？”

“说我心眼坏，性格阴暗……这个活动的规矩就是，话说得越狠就越是为对方好，所以大家的话都说得非常辛辣，而且听的人还不能反驳。等我们都说完之后，讲师就来问我们感觉怎么样。比方说被别人说成这样心里很生气，或者不愉快了，或者感觉自己得不到理解……”

## 讲师引导

“原来如此，通过挑衅的方式来让你发现你内心潜在的感情，或者将平时不认识的自己赤裸裸地放在镜子前，来诱导你认识自己。”

“没错。他们不会强迫你去干什么，但是在不知不觉之间，你就会

被他们带到他们既定的方向上去了。”

随着第三天、第四天活动的展开，她的内心也开始发生了一些细微的变化。由香里刚开始觉得自己就像废物一样，心中被自卑感所笼罩，她想要变得强大。不过她在和七人小组一起对话、活动的过程中，内心逐渐开始享受起来。

“小组里的其他成员开始夸奖我，说我性格开朗，只要跟我在一起就觉得很开心，这倒是吓了我一跳。我发现，我还是能在这样一群陌生人中积极地活动，在他们中间还是有一定的影响力。渐渐地我开始发现，以前我有些太瞧不起自己了，是同组的人帮我发掘出了潜力。以前，我觉得自己是个没能力、没出息、一无是处的女人，没有珍爱自己，但其实我也没那么差啊，我需要接受自己……我发现我对自己的感情好了不少。”

最后一天。在刚开始还素不相识的组员之间，已经形成了异样的亲密感。在进入房间之前，讲师告诉他们：“今天需要做一个十分重要的游戏。请大家把眼镜、隐形眼镜、戒指、手表这些全部摘掉，鞋子也要脱掉。”

她不知道将要发生什么事情，在有些紧张地走进屋子后，被讲师要求坐在了地毯上。音响里开始播放音乐，屋子变得一片漆黑。

讲师说：“大家闭上眼睛，回忆一下小时候。你有没有想对自己的父母说，却没能说出口的话呢？无论是不开心的事情，还是悲伤的事情，或是不满的事情，都无所谓，现在都可以说出来。”

对于参加者来说，这里本来就是一间像孤岛一样与世隔绝的密室，在这里说话本就可以无所顾忌，参加活动的时候也保证过绝对替别人保守秘密。所以，讲师告诉他们可以百分之百地坦诚自己的一切，就像在实验室一样，说什么都没关系。

“房间里的窗帘全部都关上了，光线非常暗，我自己也不知道为什么，就是当时什么都能说出来。为什么爸爸那时候要那样对我？为什么不对我好一些？还有个男的父母早逝，他说他父母为什么那么早就抛下他一个人，他责怪自己的父母，说着说着就大声哭了出来。然后周围男人也好、女人也好，全都大声地哭了起来。不过我们都闭着眼睛，谁也不知道是谁在哭……然后，我正责怪我妈妈的时候，感到背后有一个人

朝我靠过来，紧紧地抱住了我。我闻到了香水的味道，知道她是那个外国讲师。其实，我在组里稍微有点不太合群，被当成另类看待，但是现在有人肯拥抱我，我的心里别提有多感动了……”

周围都是抽泣的声音，还有大声哀号的声音。在所有人越发亢奋的时候，讲师用倾诉一般的口吻讲道：“大家过去都经历了很多，他们对大家来说或许不是完美的父母。但是，他们为了大家能够幸福，迄今为止也付出了巨大的努力。父母是无可替代的人。大家需要接受自己的父母，包括他们身上的缺点！大家需要现在，在这里下定决心，接受他们！”

“在那样的氛围下，有人说父母一片苦心全都是为了你好，让你接受他们，你就会觉得自己能有这样的父母是十分值得高兴的。所有人都一边哭，一边像孩子一样连连点头答应着……”

## 连性也要谈

参加者们面对面席地而坐，膝盖对着膝盖，相互抚摸头发，或是拍拍后背，听对方倾诉。密室里的人们被哭声和嚎叫声所感染，逐渐陷入了一种类似集体催眠的状态。

“在这样一种氛围里，讲师开始让我们讲异性关系，还有性经历。后来我回想起来特别厌恶，但是当时不知怎么的，就把和前男友的关系，还有自己的性经历全都一五一十地说了出来，有个女人还说曾经被父亲性侵……整个现场，就是那种虽然是陌生人，但完全不陌生的感觉，人与人之间没有任何壁垒，好像大家的关系都变得无比亲密一样。所有人情绪都很激动，甚至男女也会拥抱，还有亲吻的场面发生。我也说了很多难为情的话……之后，先后有三个人对我说想和我交往。我明明说了好多前男友的坏话，也不知道他们是怎么想的，还想和我交往，我也没有答应他们……”

这个环节结束之后，讲师要求他们回到自己的房间，裸体站在镜子前，将自己的样子画下来。

“我也按照讲师说的，脱光了站在镜子前。画好之后，每个小组重新集合到一起，然后每个人看着自己的裸体画，向其他人介绍自己的裸体。比如说，腿太粗了不好看、屁股太大了、胸部太小了……因为有的



小组里有男人，一般来说是会很难为情的，但当时的氛围就是自己的身体是自己的东西，所以需要原原本本地接受才行。然后我们又说了很多关于性的纠缠不清的琐事，比如关于自慰、关于性生活，等等。小组里的男的也一起说。其实关于这些我真挺不愿意说的.....”

由香里说，他们就是在这样的氛围里，被引导着接受自己的身体和性方面的多样性，心中充满了温柔和体贴的感情。活动的最后一晚结束之后，隔天氛围整个一百八十度大转弯，大家又唱又跳，还有人秀出了自己的绝活，最后热热闹闹地乘上了回东京的巴士。

这名叫由香里的女性所参加的活动，正是社会上悄然兴起的自我启发学习班的一种。这种活动原本诞生于美国，后来登陆日本陆续发展，势头越来越大，成了以吸引年轻男女加入作为主营业务的一种心理产业。由香里参加这一活动，就到箱根集训阶段为止，其实后面还有更多更高级的活动可以参加，每次参加又要多支付数万日元。全部参加下来，粗粗一算就需要五十多万日元。然而就算代价如此之大，年轻白领却依旧趋之若鹜，这是为什么呢？

从由香里的讲述中我们可以看出，这种活动可以让那些苦恼于“不会珍爱自己的人们”通过这种不可思议的感情体验——尽管是一种人工营造出来的虚拟的感情体验——爱上自己，能够接受自己是世界上独一无二、无可替代的存在，并享受其中的快感。

我从其他参加者口中也听说过类似的感想——自从参加过活动之后，体会了温柔的情感，在邂逅了自己之后能够爱上自己了，自己也变得更能够接受其他人了。也就是说，其实很多人都存在自卑心理，他们的内心被自己的刑具折磨得血流不止，还要苛责自己：“为什么你这么没用！”

脑子聪不聪明，学习、工作成绩好不好，有没有能力迅速完成任务，对公司有没有贡献.....他们内心的刑具，就是这些丈量、判断个体价值高低的价值观、人生观。也可以说，正是这些价值观建构的体系驱赶着人们陷入无限竞争的社会。

# — 人吃人的画卷 —

## 成为富豪帝国

近些年来，不光是上文提到的自我启发活动，那些做人心买卖的心理产业也都是一片欣欣向荣的景象。还有些疑似宗教团体的修行产业也聚拢了不少人气。不仅如此，医院的精神科、神经科，还有心理咨询、心理治疗所同样也是门庭若市。

希望远离心痛、想要让心灵得到宽慰、心中萦绕着无法用语言表达的失落感——上述事实，从一个侧面印证了越来越多的人想要解开心中被枷锁的渴望。这无疑让人联想到这样一幅画面：竞争和生产效率至上主义的齿轮正奏响嘎吱嘎吱的旋律，日夜压榨着每一个人。

人剥削人的关系，是何时开始占据统治地位的呢？为了方便读者更好地理解后面“饱食穷民”“快节奏的城市”“呕吐的女人”等章节的社会背景，先让我们来回溯这一阶段大环境的变化。

二百七十八万亿日元，单就这样一个数字，我们或许很难直观想象其含义。要说一万八千五百七十八亿美元，就更没有概念了。

因为我们茶余饭后的谈资中早就充斥着上亿、上万亿日元计的金额，哪怕我们听到这些超乎想象的金额，也不会有更多的感情。

就在前一段时间，日本富豪随手拿出二百五十亿日元买下了凡·高和雷诺阿的画作，还扬言死后要将它们带进棺材一起烧掉。他的言论转眼就引来欧洲一片讨伐之声，也暴露出日本人的金钱观、文化观的确已经扭曲到了能随口说出这种低俗玩笑话的地步。

话说回来，上文提到的二百七十八万亿日元，是截至一九九〇年末日本官方与民间在海外所拥有的资产市值的总和。这个数字不光包含企业在国外投资建厂的固定资产，还包括证券投资 and 银行存款等流动资产。哪怕是刨去贷款等债务后看海外净资产，也足有四十九万亿日元，也就是三千两百八十亿五千万美元，这个数字在当时排行世界第一。

日本的海外净资产自一九八二年后，每年都保持增加态势。一九八五年更是远超上一年的七百亿美元，突破一千两百亿美元大关，一跃成为世界第一。自那以后，还创造了连续六年成功卫冕世界第一的奇迹。

继海外净资产夺冠之后，一九八七年日本贸易经常收支顺差和外汇储备也双双夺得世界第一。显示经济实力的三个指标全部跃居世界第一，“夺得三冠王”成为当时街头巷尾的流行热词。那时日本的人均国民生产总值也跃居世界第一，让日本名正言顺地荣登“富豪帝国”的宝座。

这本《饱食穷民》所记录的时代背景，正是二十世纪八十年代中期到九十年代的这段时间。在这个时期，日本成功挺过石油危机、日元升值等一连串的“国难”，还化“国难”为动力，成功收获众多世界第一的勋章，跃居超级经济大国之列。让我们看看，日本是如何收获这些荣耀的。

首先，是因为这段时期内日本人工作的疯狂程度达到顶峰，甚至远超因疯狂工作出名的战后经济高速增长期。

虽然不愿使用“耳朵都要磨出茧子”这句俗语，但日本上班族的超长时间劳动真是让人“耳朵都要磨出茧子”的代表性社会问题。近期就连电视台也开始接连播放特别节目，毫不避讳地报道这一问题。日本和欧美先进资本主义国家在劳动时间长度上存在的差异，已经成为众所周知的事实。而且这一结论，还是基于日本劳动省的官方统计数据得出的。还有数不清的事例，让人不禁怀疑实际情况要比官方数据糟糕得多。

比如，可以看看第二章中一九八八年采访的计算机技术人员们的加班时间。根据统计数据显示，日本人的年度总劳动时间要比当时的德国人多五百四十七个小时，而这一差距在一九八九年也达到四百个小时以上。

但是，这仅仅是官方公布的数字而已，实际上远不止如此。就以银行为例，虽然加班时间因岗位不同而多少有些差异，但绝大多数银行的考勤系统每个月的加班时间最多只给算到二十二个到二十五个小时。就算实际加班超过这个数字，也不会统计到加班时间里。

## 女性员工也加班

比如大型城市银行A银行的做法就是，人事部部长会给所有部长、分行行长发出通知，定好当年的加班预算，也就是加班的上限——中层领导每月二十五个小时，男性办事员二十二个小时，女性办事员十个小时。

设定这个上限的目的，并非让员工早些下班回家休息，而是为了解决经营上面临的一大难题——限制加班费的支出。能否执行预算是评价分行行长能力的项目之一，所以就算他们心中对实际情况心知肚明，也要想办法要求员工们免费加班来保住自己的职位。

事实上，根本没有人相信能将真正的加班时间控制在预算之内。证据之一，就是这家银行评选出的“早下班模范分行”——东京上野分行的平均下班时间是晚上七点半。按照这家银行的标准上下班时间来计算，平均七点半下班就意味着每人每月平均加班时间约为五十个小时。平均加班五十个小时都能被评为模范分行，说明其他分行的加班时间还要更长。加班如此之多还要限制人力成本预算，于是只好白白加班，不给加班费，为银行的利润“无私奉献”了。

这样的状况在其他银行也同样存在，已经成了行业内公开的秘密。据说不仅仅是银行，保险行业长时间工作的情况也已经屡见不鲜了。财产保险公司的工会曾在一九八九年六月对行业内两万两千多人进行过生活状态方面的问卷调查。

保险公司每个月都会分繁忙期和非繁忙期，该调查选择了月中的非繁忙期，针对电算部门的下班时间进行了统计。统计结果显示，男性职员晚八点前下班的人数仅占总人数的32.1%，八点到十点间下班的人占38.5%，最后仍有29.4%的人晚于十点下班。

再看女性，早于八点下班的人占62.1%，八点到十点间占27.8%，十点之后占10.1%。

最近，在东京的新宿和池袋等轨道交通换乘枢纽，晚高峰会持续到很晚，拥挤程度丝毫不亚于早高峰。我近年还发现，晚高峰中女性的比例明显高于以前。这点也与上述数据相互印证，说明女性也会加班到很晚。

这样算下来，日本人每年的总劳动时间远非官方公布的两千个小时这么少，甚至说三千个至四千个小时都算不上夸张。而且，除了上班时

间之外，长时间通勤也是问题。欧共体国家中，通勤时间在三十分钟以内的人占了75%，而一小时以内的人则达到了96%，几乎涵盖了所有人群。反观日本，以房价猛涨的东京圈为例，通勤时间在三十分钟以内的人仅占32.4%，一小时以内的人也仅有66.3%。也就是说上班单程一小时以上的长距离通勤者高达三成以上。不仅工作时间长，还要在拥挤的有轨电车里花两个到三个小时上下班，在家的时间几乎可以说是转瞬即逝了。

## 24小时的不夜城

我曾参与过一次大规模问卷调查。该调查于一九九〇年十一月举行，调查对象是居住在东京中野区的男性。当时全国范围内都还未曾进行过此类专门针对男性生活状态和意识的调查。调查中，受访者需要将自己每天的生活内容记录在时间表中。以下是公司职员A先生的事例。

今年四十出头的A先生一家五口，家中有妻子和三个孩子。最小的孩子上小学低年级，老大已经上初中了。A先生在一家雇员超过几百人的大公司里的管理岗工作，职位已经高于普通中层。一年的年收入在七百二十万日元到一千万日元之间，可以说是一个超过平均水平的富裕家庭。两人结婚后妻子曾辞去工作在家中做全职主妇，现在孩子不像小时候那么让人操心了，她就又在外边找了一份兼职来做。

A先生早晨六点半起床，约五十五分钟后的七点二十五分走出家门上班。从中野区到他的公司距离很远，单程要花上一小时十分钟左右，一路十分劳累。上班后他一直工作到晚上九点，工作时间长达十二小时。晚上十点半左右，他才终于回到家里。他每晚十二点睡觉，因此从到家到睡觉只有短短一个半小时。吃完迟来的晚饭，洗完澡，马上就到了就寝时间。他的睡眠时间为六个半小时，然后又是新的一天。

对于“你认为自己过劳吗？”这一提问，他十分坚定地选择了“是”，而且在身心的状态上，他回答说自己“心理上的疲劳感大于肉体上的疲劳感”，在问卷的“需要更多可自由支配的时间”这句话下面，他还特意画上了波浪线来强调，让人感到了他内心的强烈诉求。

从调查数据的整体平均水平来看，除掉休息时间的纯劳动时间为九小时二十分钟。本次调查对象居住在东京市中心，通勤条件相对较好，但就算这样，平均到家时间也在晚上八点到十点之间，这样的人占公司

职员44%。他们每天在家的时间约为十二小时九分钟，减去睡眠时间之后可以算出在家醒着的时间，早晚加起来约为五小时十五分钟。若是再减去吃饭、入浴、上厕所、整理仪表等最低限度所需的时间后，可以自由支配的时间几乎所剩无几。家对于他们来说，就是一个“吃”“洗”“睡”的地方。

现在，无论是中央还是地方都打出“男女平等、共建社会”的口号，但在这样的生活方式下，男性几乎没有条件平等分担日常收拾、育儿、照顾老人等家务劳动。

如今，私营电视台也纷纷推出《直播到天明》这种深夜节目，满街都是24小时营业的便利店，整个社会都逐渐朝着“24小时不夜城”方向发展。就像纽约、伦敦等大都市一样，成功跻身国际金融中心之列的东京在信息、经济上和国外往来越来越紧密。由于时差的关系，越来越多的写字楼到了夜晚也灯火通明。除了外界经济环境的变化，企业还投入巨额资金建设计算机网络，以提高运转率，甚至不惜实行倒班制、自由工作时间制、错峰上班制等不规律的考勤制度来达到此目的，企业活动逐渐转向24小时制，这些也都是造成这一现状的背景。

## 无孔不入

然而，问题不仅仅是工作时间过长这一点，人们工作的强度也在陡增。现代社会无法忽视的另一个特性，就是单位时间的劳动生产率，即劳动产出率越来越高。

二十世纪七十年代至八十年代，“ME（微电子）革命”在各个领域取得了很大进展。现代社会的这一特性，也是由这项技术革新所引发。

一九七三年第一次石油危机爆发，日本经济进入了低增长时代。然而，石油危机带来的困难局面反而成了日本举国上下共赴国难的动力。各个企业进一步推进整体经营效率，体质变得更加强韧。与此同时，推动企业精减人员、仅保留少数精锐渡过难关的关键，正是微电子技术。

微电子技术通过引进安装了集成电路的工业机器人和数控机床而迅速普及。通过电脑数字控制，不仅实现了以前要靠熟练工的经验 and 直觉才能做到的高精度车床加工，还带来了工厂整体自动化的革命性变革。



比如，业务涵盖从铁矿石炼钢到最终铸造加工生产的综合钢铁企业，从前是严酷体力劳动场所的典型代表。然而从六十年代后期开始，各个工厂就已经逐步推进自动化生产。从某个工艺的计算机控制，再到整个工厂的计算机化，进而发展为总公司和各地工厂联网管理，最终发展成和大型贸易公司、钢材销售公司的联网经营，微电子革命逐步推进并走向成熟。

计算机化不仅在各企业间横向展开，在企业内部，自动设计装置和检测用的微电脑等技术也日趋完善。一九七一年日本的计算机台数超过西欧，之后计算机和机器人的普及越发加速，一九八〇年被称为机器人元年。工业机器人、自动化、无人化成为强劲的推进器，帮助日本经济从石油危机的深渊中跃出，重新腾飞。

工厂微电子化普及之后，日本又迎来了办公自动化的浪潮。办公电脑、文字处理机、传真机飞速普及，从前依靠人力进行的计算和控制实现了机械化、自动化、无人化。

办公自动化设备的引进并不仅限于单体公司内部，还可以和其他企业进行联网。一个办公室引进了设备，不仅可以将网络延伸到公司的生产工厂、仓库，还能延伸到关联企业的办公室、外包工厂、批发商、超市、零售店，甚至连锁饭店和咖啡馆的收银机，构建起庞大的网络，无孔不入地渗透进社会的每一个角落并带来整体性的变革。

## 报复人类

在微电子革命的推动下，企业迅速实现高效整合，经营体制有了质的飞跃，效率至上的管理系统覆盖每个角落，日本终于跻身超级经济强国之列。但在光鲜的成绩背后，这些发展对于人类的影响正慢慢显现出来。创造出巨大财富的生产系统，开始了对人类的报复。第一盏红灯，亮给了人类的健康。

日本劳动省在一九八七年十一月以全国近八千家企业、约一万五千人为对象完成的《劳动省健康状况调查》显示，出现某种程度的自觉症状的受访者高达82.9%，感觉身体疲劳的人占67.3%，同时有72.2%的受访者表现出精神疲劳，这一数字比例在中层干部中更高，达到了79.5%，接近八成。此外，有55.5%的人表示出现比精神疲劳更加严重的“强烈不安、烦恼、心理压力”。徘徊在过劳死红线边缘的人也越来越多

多。

女性的身体也亮起了红灯。操作计算机、文字处理机的工作，不可避免地需要长时间坐在显示器前。这种久坐的工作损害了女性的身体健康。比如，针对财产保险行业的问卷调查（多选）结果显示，感到视觉疲劳的人员竟高达63.4%，还有44.3%的人感觉肩膀酸痛，有35.2%的人觉察到视力下降，12.8%的人感到身体乏力。除此之外，还有人出现了头痛和腰痛症状。不要忘记，这还是对以年轻女性为主的部门的调查结果。她们之中很多人都经常光顾按摩和针灸服务场所，还有很多年轻女性喜爱去泡温泉。就连小报、周刊杂志都做了不少关于年轻女孩过起了中年大叔生活的专题，可见事态之严重。同时，女性的工作繁忙程度到了连每月的生理期都没办法请假的地步。东京地方工会的调查显示，一九八七年能请到生理假的女性占总数的70%，而这一数据到了一九九一年却骤减到了40%。

东京大学医学部保健社会学教室助手山崎嘉比古博士正在调查办公自动化后人们的工作状态。据他介绍，身心过劳、开始显现出病态症状的人越来越多。根据一九八七年的调查，有55.8%的人显示出强迫症的倾向。他们被一些生活琐事所纠缠，比如一些独居的人在早晨出门上班之后，会忽然觉得自己忘记锁门，或是忘记关掉煤气，上班路上多次返回家里确认，没有办法正常出门。

此外，就“是否对于工作的责任感过强，或在工作临近交付期非常繁忙的时期，曾认真考虑过丢下工作，逃到一个别人找不到的地方？”针对这一问题做出肯定回答的人也有30%。

在微电子化普及前后，人们疲劳的表现是不同的。对于“离开公司后，是否头脑中依然满是工作上的事情，心理上无法从工作状态中解放出来？”这一问题做出肯定回答的人占了三成。另一方面，六七个人中就有一个对“彻底从工作中解脱出来，彻底放松休息、游玩的时候，心中是否会产生罪恶感，总是静不下心来，没办法全身心地放松？”这一问题做出肯定回答。无法摆脱工作的心理束缚和无法投入休息的“假期神经症”，两者可以说是互为表里的关系。

与此相对，也有不少人出现了不想上班的症状。对“既没有身体不适，也没有宿醉，但临近出门的时候就是觉得不想去公司。”这一问题选择“极其符合”和“较为符合”的人加起来有两成，这一数字如果再加上选择“有时符合”的人，则达到了五成。

# 心灵失去健康的人们

据精神科医生介绍，强迫症患者以及带有强迫症倾向的人数每年都在增加。除了山崎博士介绍的确认恐惧症之外，还有一些人身患运势恐惧症。比如，早晨上班的时候，如果不右脚先踏进公司大门就会陷入恐慌，认为一定会发生不吉利的事情。如果不小心左脚先踏进了公司，就必须先退回去，重新进一次大门才可以。如果不小心忘记确认是右脚还是左脚先踏进公司的，就会整整一天都处于坐立难安的状态。还有些人患有交通工具恐惧症，乘坐轨道交通的时候，会一直惊恐，特别是乘坐新干线这种发车之后长时间行驶不停车的交通工具的时候，会觉得在密闭的空间中喘不过气来，甚至产生跳车的念头。

还有些人有利器恐惧症，看到利器等尖锐的物体，就会产生一种会刺伤别人的恐惧，不用布将刀刃缠起来就坐立难安。另一些人对绳索心怀恐惧，如果手头有和服的腰绳甚至衣带，都会害怕会不会勒死小孩子，不将细长的绳索状的东西全部收得严严实实就会静不下心来。我有一个朋友的妻子，就患有这样的绳索恐惧症。

患有洁癖的人就更多了，比如恨不得每二十分钟就洗一次手，洗手的时候一定要打很多次肥皂，使劲搓洗很多次才罢休，没过一会儿就忍不住去洗。还有很多人在意自己的口臭，在公司常常离开座位去水房刷牙。最近越来越多的人饭后必须刷牙。不仅是口腔，还有很多人每天要洗很多次头发，否则会心烦意乱，无法安心做其他事情，显然光是早晨洗头已无法满足他们。

听完医生的介绍，就像参观了一个神经症样品的展览会。最令人毛骨悚然的是，这些人平时看起来都非常正常，和其他人过着同样的生活。但是，他们时刻要求自己百分之百完美无缺，被另一个自我苛责到身心俱疲，在不为人知的地方痛苦着。这一现象让人认识到，正是这个以企业为中心的社会，将激烈的竞争和高度的紧张状态强加给每一个成员。

本应以改善公司业务为目的的微电子化，反而将前所未有的高精度管理的手段指向了公司员工。证券公司是最典型的例子。每个人的个人信息多达六七百项，中层领导只要将下属的密码输入终端机，就能立即看到下属的全部信息和销售业绩，说公司掌握着员工的一切也不为过。

不仅如此，现在是寻呼机时代。计算机技术人员无论假期还是深夜，都会因为机器故障和维护被叫去公司工作。很多人都深感恐惧，无论身处何地都无法摆脱工作。一家大型计算机公司与客户签订了提供24小时技术支持合同，随后，公司所有员工都配上了寻呼机，无论何时何地，都必须立刻响应公司的紧急呼叫。

一名技术员向我透露，他一年一共接到了十二次紧急呼叫。遇上紧急呼叫，连家人都被搅得不得安宁。精神和肉体受到双重折磨，心理压力巨大。

## 一个工作狂人的死

这种时刻被人从身后紧盯着的“督促感”并非企业圈的专利。

一九九〇年因癌症去世的娱乐评论家加东康一先生曾向报社寄来一篇短文，题目是《由一位电视制片人的死所想到的》。我以前曾联系过加东先生，想要采访娱乐圈的内幕，曾和他在电视台的休息室里聊了很久。此刻重读这篇文章，更觉十分心痛，特摘抄于此。

朝日电视台的一个现任制片人死了。就在十天之前，他在家中感觉身体不适，住进医院，不到一天时间就成了不归之人。他叫近藤洲弘，享年五十三岁，生前担任电视剧《吉宗评定记：暴坊将军》的制片人。

在这个影视人越来越像普通公司职员的时代，他对工作的热爱可以说延续了匠人品质。节目在他的热情中不断突破新的收视率。就在他死前的十三天，他的节目在东京地区获得了23%的收视率，刷新了历史纪录。然而，他却没有机会听到这个消息了。

这几年，他的工作主要集中在京都。平时从京都市内的宾馆前往拍摄现场，只有周末才能回到东京的家。他的死太过突然，不仅仅是我，其他同事也陷入了茫然。我们很自然地联想到，他的死可能和过劳有关。

对于电视台的所有节目来说，收视率是可以左右节目存亡的数据。在这个行业，收视率越是上涨，目标就越是水涨船高。哪怕坐拥两位数的收视率，只要稍微有一点下滑，就会招来失望的声音，紧接着领导就会让其他制片人拿出新节目的方案。

都说节目的制片人是一个节目的最高领导，参演者的生杀大权全由制片人一手掌握。但这个行业实际上还是处于明星参演者的卖方市场，加之近年媒体市场的多样化，制片人时刻处于被动状态。为了争取到更多有名的参演者，个人人脉就无比重要。这个趋势无情地剥夺了制片人的个人时间，造成了他们看上去近乎自虐的过劳工作方式。他们自己对工作的过度责任感，换个角度看其实就是害怕被踢出工作岗位。

我自己也是一样。一旦被卷入拍摄连续剧的循环之中，就像骑上了一辆独轮车，只要停下就会随时会摔倒，人员纠葛接二连三，只能骑到自己累死为止.....

在癌症病楼住院的七个月，虽然时刻在反省自己对工作的过度责任感，但眼前的现实却是不把自己累倒，就真的停不下来。

包括明星在内，这个行业里有很多人英年早逝，正是由这个充斥着不稳定因素的社会所致。很多人在持续不断的不安感的驱使下，不知休止地前行，直到把自己累死。

我们就像是骑在一辆随时会倒下的独轮车上，感受到背后不断逼近的不安，非得骑到把自己累倒，不死不休——加东先生的尖锐评论充满了切肤之痛，而饱尝现代人悲哀的他最后也成了不归之人。他们的死，实在让人悲痛。

身心的疲劳不断积聚，但人们就像上了高速公路的汽车，除了随着大流往前走之外别无选择。我们就像置身于一个庞大的系统之中，刚达成了一个目标、课题，甚至都没有时间喘息，马上就会有一个更高的目标被推到面前，跑得上气不接下气。

造成这一状况的另一个因素，就是土地与房价导致的“泡沫经济”。据说，将全日本的所有土地全部卖掉，可以买下二十个美国。少数资产家把持着一路狂涨的土地，贪得无厌地增殖手中的资产，导致贫富差距越拉越大。日本的国民劳务总收入总额只有三百五十万亿日元，然而资本收益却高达五百万亿至一千万亿日元。在这样一个挥汗劳动不如坐收利息的社会，人心没有不走向疯狂的道理。

接下来您将在本书中看到的，就是一朵朵盛开在这样一个时代的无果之花。

# I

## 饱食穷民

### — 无处可逃的男人 —

#### “未来不是梦”

佐地健一从证券圈内排行前十的A公司得到工作机会，是在昭和四十七年（1972）的春天。那年，他才刚上大四。

他原本就读于九州的一所高中，第一次参加高考，报了几所关西的大学，但都以落榜告终。复读一年之后，终于考上了一所位于京都的私立大学。

“在大学里，我也没参加什么社团之类的。不过那时候整天和一起租房的朋友鬼混，麻将、赌马、喝酒，都玩了个遍……大二下学期之后，过的简直是上班族的日子。我在一家批发家具的代理商做兼职，主要给那些大型商场供货。那段时间，我几乎每天都在卖场盯着……真无非去不可的课，我就直接从商场跑去学校。”

他父亲是个平凡的上班族，他在姐弟四人里排行老大。尽管家庭不是那么富裕，但家里仍然每个月都给他寄钱。身边没有父母管着，再加上每个月做兼职的收入，几乎可以媲美大学毕业生的工资使他的大学生活过得轻松自在。

大三临近期末那会儿，一张招聘广告塞进了他的信箱。

“欢迎加入人才驱动型证券公司！人才是最宝贵的资产！”

“证券公司需要年轻的活力！时刻不忘主人翁意识，开拓、创造全新的领域。未来之路虽有挑战和艰险，但同样能够收获成功的喜悦。”

“这里有给你施展才华的舞台。只要你有能力，成为公司最年轻的常务董事也不是梦想！尽情施展才华的年轻人——这就是我们A证券公



司想要寻求的人才！”

年轻的他又怎能拒绝如此美妙的诱惑！

“其实，事先了解一下这是一家怎样的公司就好了。不过，A公司是第一家寄来招聘广告的公司……而且我隐约觉得，今后的金融行业里，证券业的比重是会越来越大的，证券公司应该比银行有趣得多。”

大概是因为高中一直练剑道，身高一米八的他显得格外有自信。

“我也没多想，觉得就算失败，再爬起来重新来过就是了。就像是闭着眼睛去摸牌，摸到哪张是哪张。而且，我平时不怎么学习，成绩也不是很好，所以找工作的时候可选余地也不是很大。虽然A公司和野村证券、日兴证券等大企业比起来，要差上那么一个档次，但是也就凑合着去了。”

于是，他拿到了员工总数将近三千人的A证券公司的工作机会。离毕业还有一年多的时间，就早早找到了工作，他的生活更加悠闲自在了。

那年秋天，口袋里揣着做兼职攒下来的一笔小小的积蓄，他踏上了一次说走就走的旅行。坐哪趟车，坐到哪，完全没有计划。抬腿就走，从京都出发去了东京，又从上野去了轻井泽。那时信州的秋天已经颇有些凉意。

“我从火车上下来，四周已经是一片漆黑了。事先也没订旅店，根本无处可去，只好漫无目的地走出了车站。我看到前面好像有个男的，就上去搭话，没想到竟然是个女孩……”

## 业绩猛于虎

秋天的太阳早就下了山，四周一片漆黑。

“我看前面那个人快步径直往前走，就知道他一定早就找好了旅店。所以想让他也带上我一起去，就和他搭话。没想到那人一回头，我才发现是个年轻姑娘。不过我没猜错，她说她已经预约了旅店，答应帮我问问店家有没有空房，还说要带我一起去……”

他跟着年轻姑娘一起走进了一家古色古香的纯日式旅店。虽然他们两个房间不在一起，但那晚两人在旅店的食堂一起用了晚餐。

“她问我明天有没有什么安排，我觉得这个地方也没什么好玩的，就对她说我明天打算去东京的朋友那里。她说她喜欢信州，时常来玩，不妨给我当导游，问我愿不愿意和她一起四处转转。于是我第二天就跟着她一起出去玩。然后就此结缘……”

第二年春天，健一如愿进了A证券公司。在新人培训之后，他在公司考试中考上了销售岗，被分配到了东京市中心一家分公司的销售部工作。“你们是有能力左右证券公司业绩的核心销售团队……”还没等领导的迷魂汤药效消退，他就作为新战斗力被投入到了销售的最前线。

去证券公司上班后的第三年秋天，他和那个在信州偶遇的姑娘——东京老城区一个商人家的女儿康江喜结良缘。

健一的上班族生活尽管让旁人羡慕，但他本人却开始后悔进入这家证券公司。

“刚开始的时候，肯定是全身都是干劲，仗着年轻、体力充沛，为了能够出人头地什么都能忍下来。但干上三年之后，公司里那点事儿基本都摸透之后，忽然开始觉得这份工作和我当初想的不一样，这不是我想要的生活，我不适合这份工作……”

健一上班那年，是日本经济高速增长残光犹存的最后一年。市场上还完全看不到步步逼近的石油危机的阴云，就更别提石油危机引发的经济疲软了。那段时间，A证券公司每年新招聘一百多名新员工，但他们之中的大多数都会在饱尝理想幻灭的滋味之后黯然离去。当健一在公司干到第三年的时候，和他一起进入公司的同事已经剩下不到一半了。他们为什么离开公司呢？

举个例子。健一上班的时候，公司简介中有这样一段话。

“证券公司的每个员工都有自己的工作目标，但工作目标是为了提高员工积极性，绝非必须达成的‘业绩指标’。工作目标并非由公司为员工摊派，而是由每个员工根据自己能够完成工作的能力去判断、制定出来的。在制定目标的过程中，上司和老员工会给新员工建议和帮助。为自己制定一个具有挑战性的目标，并为了达成目标全力以赴。在这个过

程中，员工自然会不断取得进步，在通向商务精英的道路上不断前进。”

话说得虽然好听，但实际上业绩指标就是业绩指标。

每天早晨八点，分公司经理带领所有员工准时召开早会。会上由领导传达总公司的“指令”，然后公开前一天的业绩完成情况。“朝着目标，继续前进！”一天的工作，就在领导的吆喝声中开始了。这幅在全日本每个公司里都早已司空见惯的场景，在A证券公司里也会每天准时上演。

“早会一结束，我们所有的销售都立即开始狂翻报纸。《日经新闻报》《日经产业新闻报》等，要通读两三个行业的专业报纸。早会八点多结束，到九点开市只有不到一个小时。没有时间，哪怕是只看标题，也要全记在脑子里。不然客户一问行情，这边没得说可就坏了。”

交易一开始，证券交易所里立即被“买！”“卖！”的声音所充斥，一片嘈杂。

“我们分公司在核心商圈里，所以客户几乎全都是附近公司的职员。我们分公司十个销售，每个人要管一百个客户。交易一开始，我们就开始给客户公司打电话。特别是他们手里的股票开始涨价的时候，我们就疯狂地给他们打电话，问他们卖不卖、怎么打算之类的。那时候好像在公司办公时间买卖股票什么的也是挺稀松平常的事。”

下午三点，交易高峰刚刚过去，本以为可以坐下来喘口气，但销售们的难关这才刚刚开始。名不副实的“工作目标”——也就是业绩指标，压得每一个人喘不过气来。

## 公司销售皆兄弟

健一在这家分公司总共干了十年。位于东京市中心的这家分公司，算上总经理充其量也就不到三十个人。这些人中，和公司业绩息息相关的一线销售，也才只有十个人。

下午三点刚过，证券交易所的交易时间刚刚结束，销售们连喘口气的时间都没有，就各自揣着自己的销售计划开始下一步工作。

“证券公司的业务不光有股票交易，还有国债、地方债、电力债券等公共债券和中期国债基金等的信托投资，以及多如繁星的各种金融产品，就连公司员工都记不全。所有这些产品，总公司每天都会给各个分公司摊派销售指标。然后我们的领导就会给我们每个人摊派销售指标。公司每年都会制定更高的目标，我们每年都必须超额完成公司的目标才行。在这种制度下，无论你怎么拼命，都永远不会有解脱的那天。”

而且按照公司里不成文的规矩，越是老员工，肩上背负的担子也顺理成章地越来越重。

目标摊派到每个人之后，销售们就开始以周为单位制定自己的销售目标，然后再细化到每一天，并落实到每一天的工作中。

“刚入行的时候，每天都会从公司资料或者潜在顾客名单里找些医生、税务咨询师、中小企业的总经理，或者是从大企业、机关退休的高层、主管，总之就是给那些看起来很有钱的人挨个打电话，或者是上门推销。然后一边想办法跟他们搭上关系，一边努力拉拢他们成为自己的长期客户。等搞好关系之后，就想方设法劝他们增持，或者是鼓动他们卖掉手里的股票或者公债去买其他的产品，来完成销售指标。”

令销售们最为痛苦的是，每个销售指标都有各自的截止时间。只有销售款项在截止时间之前到位，才算完成销售目标。

产品的种类越来越多，好不容易在规定期限内完成一个产品的销售指标，另一个产品的销售指标却又迫在眉睫。销售们无时无刻不被指标压得喘不过气来。

下午六点左右，出门推销的销售们都会回一趟公司。

“所有人聚在一起，从头到尾整理一下销售情况。如果有哪个产品临近截止日期，离销售目标又相差甚远，即便是过了下班时间，也得继续外出推销，或是给客户打电话推销。”

这家公司有一个传统，就是将所有人的名字和业绩全部公开。而且两年前，这个规矩实现了电脑化。只要操作终端机，全国所有分公司、所有销售网点、所有销售的业绩全部一览无余。

“说得好听一些是简单明快，说难听点其实就是用销售业绩的数字

去衡量一个人的价值。公司评价人的方式十分简单，成绩不好的人，不是没有能力，就是好吃懒做。”

他们就算勉强渡过了这个月的难关，还没等喘口气，就迎来了下个月的摊派指标。哪怕是这个月的销售业绩超过了上个月，下个月的担子非但不会减轻，反而会变得更加沉重。

“我们这种工作，和其他行业不同。别的公司有时候会花好几个月的时间，大家齐心协力做完一个项目……而我们每个月都有同样的担子，不停地压下来，永无终点，也没有解脱。”

据业内人士说，虽然这个行业中公司规模、知名度有大有小，但模式几乎相同。为了消化指标，早晨七点上班、晚上十一点下班的“7-11”作息的人也不在少数。

健一说，从早到晚一起工作、一起承受重压的销售之间，会产生一种十分奇妙的集体感。

“普通人可能会觉得，销售之间可能会有竞争关系，比如想要超过别人，自己一枝独秀，或者因为同事业绩不好，担心自己被摊派更多指标之类的。我身边非但没有这种氛围，大家反而都觉得在一家高压的公司里共事多少也是一种缘分，不如大家一起努力才能过得更舒服一些。大概我们都是同病相怜……”

## 一条船上的男人们

“大概是我进公司第七年的春天。我一直都是在同一家分公司，没调动过岗位，从资历上讲在销售里排行第三，正是部门里最核心的战斗力。”

那段时间，健一开发的客户中，手头资金比较充裕、投资又十分积极的“熟客”已经有一百多人了。

那个月，投资信托产品的销售任务截止日期将近，直到截止当天都还在四处寻找买家。正在健一走投无路的时候，正巧“熟客”A先生找他买了一百万日元的投资产品。

这一单不光救了健一，还挽救了分公司整个投资信托部门的业绩。

正当销售们长吁一口气、健一准备帮客户办转账手续的当天，A先生忽然打来电话，想要取消这笔订单。

客户说：“对不住，现在手头着急需要用钱，这笔订单先算了吧。”

“如果客户是公司职员，这种情况几乎很少发生。但像A先生这种自己开公司的客户，资金计划有时候会突然出现变化。这种时候，只要跟领导申请取消这笔交易就可以了……”

但是，这次健一非但没有向领导报告，甚至在没跟任何人商量的情况下瞒下了这件事情。当时他觉得，自己的这单交易已经被算作分公司的销售业绩，被统计到了总公司的销售数据里。现在取消的话，不光自己要被扣分，甚至会影响整个分公司的业绩。

“当时，我不是害怕自己的评价下降……而是周围都沉浸在完成业绩的成就感之中，如果我这个时候说客户取消订单的话，就会让这一切化作泡影。”

如果健一不向领导报告、取消订单的话，就得自掏腰包去为A先生的这笔交易填补本金和手续费。

“但是说到底，这都是因为客户反悔，取消订单造成的。再怎么说不需要你去负责吧？”

“道理虽然是这样……但是，我们分公司十个销售，一年到头都在一起工作，我们相处的时间，比和老婆孩子在一起的时间都长。而且，虽说每个月东拼西凑能把指标凑齐，但是只有我们自己知道，为了完成指标我们究竟付出了多少汗水。我们就是一个命运共同体。我失败了，就会给他们添麻烦。我们在一起，每个月一起消化当月的指标，就是我们大家的工作动力。截止那天，只要能把当月的指标完成，就能早早地下班回家！卡着截止日期接下一个大单，大家都会不由自主地鼓起掌来。我们之间的感情，要比普通公司职员强得多。”

健一的一席话中，处处透着一个被销售指标压得喘不过气来的男人的悲哀。

据说，世界上没有哪个国家的男人会像日本男人一样，在下班回家路上勾肩搭背地走去喝酒。健一他们也不例外。

“刚工作那会儿压力还不是那么大，下班之后还能去打打麻将。但渐渐地，大家的压力都大了，结果最能缓解压力的，还就是喝酒。加班加到半夜，脑子里都成了糨糊，只要有谁一招呼，马上就能拉上一群人去喝酒。”

下班之后先去分公司附近的烤串店，从烤串店出来后再找一家酒吧接着喝，这是他们每天雷打不动的下班路线。有时多走两步去新宿或是六本木，喝到半夜跑着冲进最后一班有轨电车。从电车站出来，跟其他深夜族的男人们一起排队等出租的时候，手表的指针已经走过了一点的刻度……健一渐渐被这种生活折磨得身心俱疲。

话说回来，那一百万日元自掏腰包的合同款怎么样了？

“实在走投无路，只好去借钱……”

## 弱肉强食的旋涡之中

从健一的公司出来，往车站方向走，无论是大街还是小巷，道路两旁林立的招牌，全都是各种“小微贷”。健一每天上下班都免不了看到这些招牌，但他做梦都没想到自己有一天也会走进这种地方。

健一走进了街边写字楼的一个隔间。

“第一次去那种地方，我有些紧张。不过他们态度很好，还说随时都欢迎来自我们公司的客户，一副公事公办的态度办完了手续后，就扔给了我整整一百万日元的现金。”

健一代替取消投资信托合同的客户，把自己借来的一百万日元和手续费存进了公司的账户。就这样，撤单风波姑且算是平息了下来。但是，就算将来终止投资信托的合同，赎回本钱，健一也得自掏腰包支付小微贷每月近六万日元的利息。

“一开始觉着六万日元的利息不算多，把存在公司的存款也取出来一些，东拼西凑下来，暂且没对生活产生影响。但好景不长，同样的问题又发生了……”

在证券交易所的交易时间内，销售们和客户之间进行买卖交易的联系，全部通过电话。所以时常会产生“当时我是这么说的！”“当时你可

没这么说！”这种说不清的纠纷。特别是市场波动大的时候，销售们被大量客户的买卖需求追赶得屁滚尿流，有时还会被客户追究亏损的责任。

“几乎都是些纠缠不清的无头案。不过只要发生之后立即向领导报告，之后就都会由公司来解决。但就算纠纷解决了，挨领导一顿臭骂终究是免不了的。不想挨骂，或者是嫌麻烦不想把事情搞大，结果还是得自掏腰包来填补客户的亏空。”

健一上次借的一百万日元外债还没还清，又不得不再去借新债来填补客户的缺口。之后健一在工作中也是麻烦不断，第一次借钱的时候还游刃有余的他，逐渐开始被债务压得直不起腰、喘不过气。当然，压迫他的不光是债务，还有每个月都水涨船高的销售指标。

“傻子都能看出来会亏钱的产品，我一般是不推荐给客户的。但形势不好的时候，毕竟上面给了压力，为了整个分公司的业绩，还有手续费的销售额，就算我个人觉得应该再观望一下，迫于压力还是会鼓励客户去买，但最后会导致客户蒙受损失。”

据业内人士说，就在健一他们被每个月的销售指标逼得焦头烂额，东拼西凑举债填补客户撤单损失的那段时间，日本国内银行也开始纷纷涉足证券业务，因此证券公司陷入了更加激烈的弱肉强食般的市场竞争之中。

健一所供职的A证券公司，无论规模还是知名度都比日本国内四大证券公司（野村证券、日兴证券、大和证券、山一证券）低一个档次，但因为一来在日本全国拥有销售网络，二来销售策略和四大证券公司相同，都属于销售所有种类金融产品的“证券百货店”，所以被迫在全公司导入和四大证券公司同等规模的计算机管理系统。但是，对于A公司来说，导入计算机系统的好处却少之又少.....由于复杂的内部环境，一线销售们的处境更加艰苦。

身处台风中心的健一大概是出于耿直的性格，最终还是受不了昧着良心去宰割客户的自己，陷入了自我厌恶的情绪之中不能自拔。同时，销售指标和债务的重压更是消磨着他的神经。

“本来上班就够累的，但那段时间下班之后根本就不想往家走。非得找个地方缓一缓才行.....所以，同事一找我喝酒，我就像没了刹车一



样，一场接着一场地喝.....我的酒量本来就不算小，那阵子简直是一个  
人喝完一整瓶威士忌都还觉得不够.....”

小微贷公司催债的电话已经打到了公司。健一在买卖股票的电话嘈杂的  
公司里，装作接听客户电话，压低声音回着催债的电话，身心俱疲。

健一快要撑不下去了。

## 地狱二重奏

写字楼的一角上，密密麻麻地插满了各色小微贷公司的牌子。穿过小微  
贷林立的街区朝车站的方向走去，道路两边站满了派发小广告的男人们，  
不停地向路过的人手里塞加了广告的面巾纸。

“一个电话！二十万日元现金直付！”

“现金送到家门口（仅限十万日元以上）！电话申请即放款！第二次  
申请直接银行汇款！”

附近的公共电话亭里面同样摆满了各色小微贷广告卡，四周的玻璃上也  
密密麻麻贴满了小微贷公司的小广告。

健一开始对这些过去从不留意的广告发生兴趣，是那次撤单事件发生  
两年之后的事情。买来《体育新闻报》之后，也不看报道，先看小微  
贷公司的广告。

渐渐地，他借钱的对象从小微贷扩展到了银行、信用卡现金贷款。旧  
债尚未还清，又每每因与客户发生纠纷去借新债。为了还利息去小微  
贷借钱，为了还小微贷的利息又去找别的小微贷借钱.....他在恶性循环  
里越陷越深。

没过多久，在证券行业内掀起狂风巨浪的《银行法改正案》正式生效。  
证券公司争相推出新型投资产品，宣称“超高回报，绝对划算！”变本  
加厉地煽动顾客的投资欲望。健一供职的A证券公司刚刚完成计算机系  
统的建设，具备了管理、运营更多投资产品的能力，接二连三地推出  
新的产品。

健一这样的销售员不光要面对接踵而来的新产品的销售指标，还要面对每天都会到来的、不同产品的指标截止日。

面对日渐增长的指标和债务的双重压迫，生活在夹缝中的健一几乎要发狂。然而心中的烦恼不光没办法对意气相投的同事张口，甚至对妻子康江都要千方百计隐瞒。

“工资直接汇款到我的银行账户，但孩子还小，到手的工资才二十三万日元多一点，付完四万日元的房租，再去掉我四万日元的零花钱，用剩下的钱过日子也很是紧张。一开始我不想让她操心，就没有告诉她。但后来借的钱越来越多，根本还不起。”

小微贷为了多收利息，放款的数额通常大于借款人申请的金额。“像您这种情况，我们还能再多给您放二十万日元。”他们通常会通过抬举借款人的方式，麻痹他们的神经，怂恿他们多借，最后酿成严重的后果。所以健一为了还利息去借钱的时候，也经常会多借一些。

“被他们的话术捧上了天，就有些得意忘形了。还有，那时候整个人都时刻处于焦躁状态，酒量就像个无底洞，最多的时候每个月光酒钱就要花掉十来万日元.....”

健一渐渐没了食欲，中午也不去吃饭，而烟量却大增，有时甚至一天要吸上八十多支。晚上喝过酒也睡不着，第二天的指标和借款利息萦绕心头，怎么都忘不掉.....

那是一个夏日。

健一和往常一样在康江的送别中走出家门，乘上有轨电车，如果是平时，他会和往常一样在换乘车站坐上地铁。但这一天，当列车开进离换乘站三站之前的站台的时候，健一鬼使神差般地下了车，出了站。

健一走进了一家车站前打着“早餐特价”牌子的咖啡店，在咖啡店里整整坐了一个小时。公司的早会已经开始，马上就要迎来繁忙的交易，然而健一还坐在那里，一动不动。忽然，他站了起来，又乘上了电车，但列车的行进方向却是和公司完全相反的羽田机场。

那天之后，健一的身影再也没有出现在公司中。

# 逃避的欲望

那天早晨，健一供职的A证券分公司里，依旧像平常一样，四处是“买了！”“卖了！”的喧嚣。然而这时，健一却已经坐上了从东京羽田机场飞往北海道札幌市的日航班机。他脑子里一片空白。自己要干什么，未来会怎样，完全没有想法——他已经丧失了思考的能力。

那个早晨，在驶向公司的列车里，他的心理出现了异常。

“今天到了公司，也会有很多催债的电话打过来吧。”他心里想着想着，忽然变得坐立不安起来。

就在两周前，公司里的电话联络簿上，已经写满了打电话来找健一的人，而且都不是客户。贷款公司寄来的催款通知也被科长发现了。

“你这是怎么回事！”

科长严厉训斥了健一，让健一当场拆开了催款通知的信封。

我完了。这还怎么去公司啊？找个地方，哪都行，逃离这里，逃得越远越好.....

这个念头出现在了脑海里，像车轮一样转个不停。不知道是幸运还是不幸，那天健一刚好有一笔利息到期，如果不交钱，讨债的就威胁要来公司闹事。为此，那天早晨健一口袋里揣了二十万日元现金。这笔钱，让健一鼓起了勇气。总之先下车.....

据精神科医生讲，那天早晨健一的心理过程，属于典型的“漫游”症状。漫游，是指“失踪”状态的医学术语。漫游虽然有时也有歇斯底里症、幻觉、幻听等精神病理学的原因，但近期九成以上都是社会原因造成的。

比如健一这种情况，他在销售指标和债务的夹缝之中，长期处于每晚两三点钟都无法入睡的失眠状态，食欲减退，为缓解一时的压力而严重酗酒，就会渐渐丧失判断能力和思考能力，精神上被压迫感和焦虑感支配，无法冷静地做出判断和选择，陷入绝望的境地。

“最近不光是证券公司，银行和保险公司等存在业绩、指标压力的

公司，都会出现类似患者。”

专科医生举出各种具体病例说道。这些病人的工作场所，大多和健一所在的公司非常相似。

“这些公司打着‘XX大作战’的旗号，喊出大家齐心协力达成目标之类的口号，或是提高士气，或是鼓励员工互相竞争，甚至在公司内制造出员工皆兄弟这种氛围，这其实也是人力管理的方法之一。归根结底，在这种所有员工‘人人有责’的制度中，一旦一个人遭遇失败，就会陷入严重的孤独感和失落感之中，认为自己给同事造成了麻烦和损失，从而产生自责的情绪。这种情绪和睡眠不足等生理因素相结合，人的思考能力就会越发降低，有时甚至导致自杀……”

医生指出，健一当天偶然持有大量现金，所以出现的才是“漫游”症状。如果身上没有钱，则可能会出现生命危险。

健一乘坐的航班降落在北海道千岁机场。虽然乘上了千岁机场开往札幌市的火车，但他没有目的地，脑子里一片混沌，什么都不想做。下了火车，健一一个人漫无目的地彷徨在正逢旅游旺季、满是观光客的札幌市区。

当天晚上，健一在札幌一家商务酒店住下，第二天他在札幌车站随便上了一列即将开车的火车，半梦半醒地向北出发。

他坐立难安，在同一个地方根本待不住，不停换乘各种交通工具，四处游荡。网走、知床半岛、钏路，然后再回到札幌，又马不停蹄地往南去了小樽、函馆、江差……

他还有生以来第一次吃了镇静药。吃了镇静药之后，本就模糊的意识变得更加浑浑噩噩，白天一直徘徊在半梦半醒之间，而夜晚却反而精神抖擞、无法入眠。

这样的日子一天天过去，他忽然发现，自己离开东京后已经过去了三个星期。

到了这个时候，他才终于恢复了一点点审视自己的理性。我到底都干了些什么？这十年间，每天被眼前的事情遮蔽了双眼，自己已经变成了一具没有灵魂的、空空荡荡的躯壳……

难以言喻的空虚感像鄂霍次克海的海浪，一次又一次地侵袭着他的全身。

## 走向衰弱的人

在函馆和江差一带徘徊的健一，之后又回到了函馆。像梦游病人一样的流浪生活过了三周，他才重新找到勇气审视自己的人生。

夜晚，在一间商务酒店单调的房间里，健一开始了自问自答的思考。自己活到现在，是为了什么呢.....开始工作之后，一次都没有思考过这个根本性的问题。然而他找不到答案。

健一还记得，面试的时候公司董事曾经说过：“成绩稍微差一些没关系，只要有干劲、有闯劲就足够了！”虽然这句话让成绩并非名列前茅的健一充满了希望，但现在回想起来，这番话的言外之意不过是让我们抛弃自我，成为为增加销售额而卖命的奴隶罢了。

公司在不停强调要我们“学会独立思考”，但每天都被销售指标穷追不舍的员工，又哪里有时间读书、思考呢？

随着计算机化的推进，分公司的终端屏幕上每分每秒都在更新经济指标和信息分析。每天早晨上班之后的第一件事，就是将这些信息装进脑子里，既没时间学习，也没时间思考，只有信息的洪流不断冲刷着大脑。将这些信息像鹦鹉学舌一样转述给客户，在结束交易之后，头脑里面却变得空空如也，什么都不剩.....

“被业绩穷追不舍的这几年，已经彻底丧失了思考能力，也从来没想到过停下脚步好好审视一下自己所做的一切。正因为如此，才轻易掉进了债务陷阱里面。”

呈现在健一眼前的，是一个全身赤裸、瘦弱不堪、迷茫失措的自己。他的心中充满了空虚和悔恨。

健一心中的悲哀，又何尝不是现代商务人士心底所流淌的共通感情呢？

另一家大型证券公司的中层管理人员是这样说的：

“分公司的总经理，是一座城池的城主。以前可以按照自己的理念和方式去经营分公司，也十分有成就感。但现在一切都在计算机的管控之下，所有分公司都统一按照同样的体系管理，结果总经理的工作，就变成了驱赶部下去完成永无止境的销售指标。分公司的销售情况，时刻都被上面攥得牢牢的，完全逃不过系统的管理。工作失去了理想和热情，变得枯燥乏味。”

早晨七点就得到公司开会，晚上十一二点还不能回家。这样的日常让很多中年管理人员身心俱疲。

他们每天疲于工作，根本无暇顾及家庭。

据健一说，从早晨到半夜都在一起的销售们，晚上下班路上一起去喝上一杯的时候，最常听他们提到的就是自己的孩子。虽然各自都没见过对方的家人，但彼此的家庭情况却了如指掌。这或许是他们想要更多陪伴家人的时间，想要活得更有尊严的表现。

在深深的叹息中，健一这样想道。

自己的职业生涯非但没有成就感，也没有感受到进步，反而愈发觉得自己在不断落伍。自己抛家舍命地上班，剩下的却只有九百万日元的债务。

“看看我都干了些什么……”

健一忽然担心起自己的妻子和孩子。第二天一大早，他拿起了沉重的听筒，拨通了东京的那个号码。等待音之后，听筒里传来了康江的声音。他深吸了一口气，下定决心，从喉咙里挤出了几个字。

“喂……是我……”

忽然，听筒里传来了一声尖叫，像是在呼唤健一的名字。尖叫随即变成了痛苦的哀号。康江失声痛哭的样子，浮现在了健一眼前。

“老公！没事的！没事的！现在还不晚，咱们还能重新再来！咱们，两个人，一起重来吧！一起努力吧……”

健一的心中涌起了一股暖流。

# — 梦想之城 —

## 自由的憧憬

东京市中心的一家高层酒店中。

这家酒店的大堂十分敞亮，穹顶高耸，就像剧院一样。大堂里的椅子沙发上坐满了客人，却十分安静，全然不觉得吵闹，大概是因为厚厚的地毯吸走了周围的杂音。

大堂里，外国客人几乎占了一半，他们和看起来像是在接待他们的日本男女谈笑风生。大概今天是个好日子，有几个盛装身着和服的贵妇人，为这里增添了不少华丽的色彩。环顾周围，这里的日本人看起来都十分富裕，充满了活力。

杉崎祐二郎身穿一件双排扣大衣，领子时髦地微微立起来，手里提着的黑色公文包上金色的扣子闪闪发光，格外耀眼。他的头发十分有型，鼻梁英挺，仪表堂堂，身形瘦削。

西式的名片上，印着彩色的公司标志，旁边还有一些“XXX Company”“XXX Office”等外文的首衔。无论是他的穿着打扮、行为做派还是手中时髦的外文名片，都与这间酒店大堂的氛围极为融洽。任谁打量他一番，都会认为他是一个供职于外资企业、生活节奏繁忙又为人冷漠的商业精英。

但是，只要和这个四十岁的男人交谈几句，他外表给人留下的印象就会烟消云散。透过这个生活在企业社会中的城里人的面具，我们能够看到一个从北国严酷的风雪中一步步走出来的乡下人粗犷的面容。

他的故乡，在一个远离海岸的大山深处的寒村。在那个远远能看到鸟海山的山沟里，零零散散地分布着几户人家。

“我们村口有一座吊桥，那是村子和外界联系的唯一通道，只有过了桥才能进村。过了村子再往前走就进了山，山里一户人家都没有。我上小学的时候，村里连公共汽车都不通，全村只有小学里有一部电话，是个典型的偏远山村。不走上十几公里山路去邻村，就连个像样的商店

都没有。”

那时，村子里的居民八成都靠烧炭为生。祐二郎的父亲，也是村里的烧炭翁之一。

“我们兄弟七个，只有我从小开始成绩就不错，那时候我每年都当学生代表，开学典礼、毕业典礼上代表发言的也全都是我。那时候，全村上下一个高中生都没出过。我父母说，哪怕是砸锅卖铁也要供祐二郎上高中。我自己也想高中毕业之后去东京工作。但是谁能想到……”

当时的日本，因朝鲜战争发了美国军需的战争财，并以此为跳板一举跨越了第二次世界大战结束后的战后复兴期，开始进入了经济增长期。那时，家电制品已经开始逐渐进入一般家庭，市场对木炭的需求不断减少，祐二郎家的日子过得比原先更加困难。雪上加霜的是，他的父母忽然病倒，根本没有能力再供他上学。

在父亲的劝说下，祐二郎中学毕业后，也不得不过上了烧炭挣钱的日子。每天早上五点起床之后，要走上两个小时的山路。弟弟砍树，把树干锯成一段一段的，哥哥去炭窑把锯好的木头烧成炭。烧好的炭，每十五公斤捆成一大捆，然后每个人背四捆下山。年纪才十五岁的少年本来身体就不壮实，要背负六十公斤的木炭下山，其中辛苦，可想而知。每走两三百米，就要靠在石头上休息一次，喘过气来后再走两三百米……如此循环往复。

下山的路上，有一处能看到山下村子的地方。那里有一棵松树。站在松树旁，可以看到远处的庄内平原。庄内平原远处，是一片沙丘。沙丘的远处，是一片蓝色的大海。天气好的时候，可以看到米粒大的白色船只。

“我经常在那棵松树下面歇脚。歇着的时候，经常跟我哥念叨说：‘大哥！我不甘心，我还是想上高中啊！’我大哥可好了，说：‘哥也没钱，要是你肯白天干活挣钱，晚上上夜校，哥也帮你跟爹说说去。’”

祐二郎生长的地方，是一个典型的山沟里的村落。哪怕是抬头仰望，视野也会被周边的群山阻挡，天空都变成了狭窄的一条。

“没错，就是因为在这这么闭塞的地方才会没有活路。我一定要走出这里，去见识更宽广的世界，才能找到出路。”



不知不觉，山那边的世界就成了少年祐二郎心中向往的桃花源。

## 从山沟沟到东京闹市

“说出来不怕你笑话，我们那连大米都吃不上，主食只有土豆。给小孩子带饭盒，里面的配菜是从野地里摘的款冬腌成的咸菜。别说肉了，就连鱼和鸡蛋都吃不上……当时过的就是这种日子。不骗你，当时城里都已经开始进入经济高速增长期了，我们村里过的还是第二次世界大战刚结束时的日子。要说当时我们烧炭的日子……”

祐二郎中学毕业之后为了给父母治病，和哥哥一起烧炭养家。这样的日子过了一年之后，在大哥的帮助下，他终于如愿以偿上了高中。他吃住在一个离家三十多公里外的农场，白天给人家干活，晚上去夜校的机械专业上课。

“在我的家乡，穷人家的孩子中学一毕业，就会被打发到大户农家去干活。别人的报酬都是每年几担米，而我的报酬则是雇主家每年给我出两千六百日元的学费，还答应让我白天干活，晚上上学。”

祐二郎管那时的雇主叫“老爷”。早晨四点起床之后他马上下地干活，七点半吃饭，早饭后就迎来了一整天的体力活。夜里十点从学校回来后，在脑门几乎要撞上天花板的阁楼里像死人一样睡过去……

“那家的老爷是个特别絮叨的人。平时我就没少挨骂，有一天还捅了大娄子……”

那户农家的耕地，都集中在最上川的河堤下面，所以需要一前一后两个人翻过河堤，用手推车把粪肥运到田里。那天，老爷在粪车前面，祐二郎在车后面，两人一个人推一个人拉，把满满一车肥推上了河堤。接下来，要把肥料从河堤上运到下面的田里。

祐二郎攥紧拴在推车上的绳子，却不小心搞错了老爷的指令，放开了手里的绳子。这下可坏了大事，手推车顺着河堤咕噜咕噜地溜了下去。

“老爷急忙在前面想撑住粪车。就在这时，车轮好像是压到了什么障碍物，一下就停了。车停了不要紧，车上的粪桶带着惯性，咣的一下就朝前倒了下去。粪肥哗的往老爷的脑袋上就泼了过去。哎呀……这下

可见识到什么叫臭气熏天了。我赶忙上去道歉，下河给老爷洗干净身子.....”

后来，祐二郎还是没在这户农家干太久，就换到了镇里的一家不大的面包厂工作。面包厂的工作也得早晨四点起床，在做完面包之后，祐二郎还得骑着自行车挨家挨户把刚出炉的面包送货上门。祐二郎的财商在面包厂第一次放出了光芒。

“做面包的时候，我偷偷把我负责送的那批豆馅面包里的馅儿增加好几倍，果酱面包也是一个道理，单独烤一炉。我拿着这些特制面包出去卖，不光每次都能卖光，就连本来是竞争对手的面包厂，也纷纷来找我们厂加盟.....”

历经多年苦学从夜校毕业后，借着亲戚的人脉，他终于实现了东京梦。那年是昭和三十八年（1963），日本正开始步入如日中天的经济高速增长期。

刚来到东京的祐二郎在东京商业区一家布包作坊借宿做工。他们设计出女人和小孩用的布袋、手包之类的，外包给外面的服装厂制作，然后出货给批发商。也许是天赋惊人，这个乡下小子一上来就干了一票大的。

“我设计了一个小狗形状的挎包，专门卖给小孩。小狗的耳朵耷拉下来，特别可爱。那个挎包刚上市就卖疯了。每天早晨刚一上班，批发商来订货的电话就响个不停。卖得太好了，根本来不及做。那时我每个月的工资是八千日元，多亏了这个挎包，在上班之后第一次回家探亲的时候，老板给我塞了足足十万日元。到家给了老妈两万日元，又给了大哥两万日元，从来没这么阔气过。”

第二年，他把母亲接到东京来旅游。看着满面笑容的母亲，他心里得意极了。

“公司给我开小灶，吃的东西都跟别人不一样。老板还一个劲地要把女儿嫁给我。当时真是鼻孔都朝天开了。”

公司决定，当年冬季上市的新款商品也由祐二郎设计，而且一上来就足足备了三倍的库存。

但这时，祐二郎的“梦想”已经开始走上了下坡路。

## 不眠不休

祐二郎的小狗挎包开了个好头，就连老板都想要把宝贝女儿许给他。但他的好运，却像昙花一现般转瞬即逝。公司用三倍的库存押注他设计的女包，销路却惨淡至极。库房里堆满了滞销的产品。

公司对祐二郎的态度，可以说翻脸不认人。

“公司给发的午饭规格一下就掉下来了。我心里也很是尴尬，又说不出。正在发愁呢，我一个开出租车的哥们就找上门来，问我愿不愿意去他那里干……”

祐二郎离开了原来的公司，在外面租了一间不到十平方米的便宜房子，自己开火做饭，并很快取得了驾照，开始了开出租车的生活。

“我一到东京，就进了包吃包住的公司，不光没去过什么咖啡厅，出租车更是一次都没坐过，也根本不认路。但就算这样，也只能硬着头皮上……”

那家出租车公司每天用现金给司机支付报酬。以前日本的出租车司机，都是早晨上班，一直开到当天半夜，小睡一下之后回家休息，如此往复。而祐二郎连休息时间都在跑活儿，玩命挣钱。

干了两年出租车司机之后的一天，一个同事找到祐二郎，问他愿不愿意做保险销售员。

“就算你现在出租车开得再好，将来总有一天身体会累垮的，根本没有未来。还是卖保险好啊。只要你的业绩好，就能当上支部长。支部长啊，可了不起了，跟银行的分行行长同级别啊。给的钱可多了，要住租金十万日元的房子也不在话下。”

来劝祐二郎当保险销售员的这个人在一家人寿保险公司工作，头衔是“组织主任”。不光自己销售保险，还负责在外面发展保险销售员并培养他们。与此同时，他还在外面开出租车，正可谓“身兼数职”。

据说他拿保单的手法十分诡谲。昭和四十年代（1965—1974）中

期，有很多找工作的人都还只有初中学历。比方说，他看中一个卖荞麦面的面馆，想给店老板推销保险，他会这样做：

首先找到一个认识的出租车司机，劝他去干保险销售，然后用他的名额去拿推广费。同时找到面馆的老板说：“您那特别缺年轻人对吧？我这有一个哥们，推荐给您。”然后找到出租车司机，告诉他：“你去那家面馆干几天活，几天就行。”

“有年轻力壮的来干活，面馆老板当然高兴。然后不知不觉中让面馆老板买下保险，都是按年签的合同。等合同签得差不多了，这个‘家伙计’就悄然离开……”

“他们说，保险合同不好签，上轨道之前可以不用专职干，一边当司机、一边卖保险也可以。所以我决定，跟他一起同时干两份工作。这大概就是我的命运转折点，就是从那时开始，我心里就像着了魔一样，哪怕不惜一切代价，也要当上那个什么支部长……”

月薪四十万日元，奖金一百八十万日元，公司有租房补贴，只花一点钱就能住市面上房租十万日元的房子。想买房，随手就能掏出一千万日元……大概在被灌了迷魂汤的祐二郎看来，从跑外围的销售开始干，只要能够在销售中脱颖而出，就一定能抓住这一梦想中的职位。

“我就是个山沟里出来的烧炭的贫民，现在是个只有夜校学历的出租车司机。如果有这样一个出人头地的机会，又怎么舍得放手呢……当时我就是这么想的。”

半夜，开完一天的出租车，把车停到公司车库，祐二郎找上其他累得不行的司机，帮他们洗车，让他们买保险……就这样，他还在试用期内就卖出了五份保险，成了正式员工。

“最后，在出租车公司的那段时间，我一年卖出去三十多份保险，保险公司问我要不要试着当一把组织所长……”

祐二郎朝着支部长的宝座，似乎又迈上了一个台阶……

## 穷人和穷人的缘分

“那时每天才睡三个小时，一天到晚眼睛都是通红通红的。但我这

个山沟出来的烧炭娃，穷日子早就过够了，为了挣钱，累点又算得上什么事！”

祐二郎一边开出租车，一边卖保险，保险不光卖给了同事，还卖给了乘客。

“当时保险公司人手长期不足，招了好多我这样的司机，还有夜总会的女招待之类的人。有一次我在公司休息，睡着睡着就觉得像是鬼上身了一样喘不过气来，睁眼一看，一个胖得像皮球一样的中年女招待趴在我身上，嘴唇已经亲到了我的嘴上……哎呀，真是什么稀奇事都有……”

酒色赌博，祐二郎一样都不沾，不分白天黑夜，一门心思工作挣钱。开始卖保险后的不到一年时间他就存下来一百五十万日元。

那时他常去一家小饭馆吃饭，在老板夫妇的热心劝说下，他成了一个新兴宗教的信徒。然后，在老板夫妇的介绍下，他认识了同为信徒、在东京商业区一家小饭店当服务员的登志子。

登志子和祐二郎一样，家在北陆地方的一个小山村里。中学刚毕业，她就去家附近旅游区的饭店工作了，然后又一个人漂泊来到东京工作。

没多久，两个人就结婚了。然后，祐二郎和登志子一起，来到了登志子父母家。

下了火车后，两个人来到那个大山深处的村落时，已经是黄昏时分。

“当时为了撑门面，我们下火车之后坐出租车去她村子。她手指着山下面的房子说，就是那儿。我顺着她手指的方向一看，就见山崖下面孤零零的一个亮点。附近什么都没有，就她家一户。进去一看，哎呀……要说我们家就已经够穷的了，看到她家那简直……不光小，地也不平，地上铺的榻榻米破破烂烂的，真是穷得让人难以置信。难怪她不愿意带我去，简直是太可怜了……桃花盛开的那天，我一辈子都忘不了。”

一个是东北山村烧炭翁的二儿子，另一个是北陆农家八口之家的女

儿。两个背负着贫穷宿命的人，就这样结合在了一起。虽然两家都十分贫穷，但新婚旅行毕竟是一辈子的回忆，祐二郎仗着口袋里满满的存款，提议坐飞机去北海道旅行。

“现在大家肯定都选出国旅游了。但当时，就以我一个出租车司机的身份，坐飞机是一件不得了的事情啊。羽田机场，晚上七点二十起飞。当时一起开出租车的同事，有十来辆车来给我送行，他们捧我，说我是他们的英雄……”

婚后不久，祐二郎就决定不再开出租车，专心干保险。祐二郎的销售业绩在公司内很受好评，进入公司不到一年的时间，就得到了组织所长的头衔，可以说是破格提拔了。

所谓的组织所长，主要负责在外面招聘并培养合格的保险销售员，帮助他们培养固定的客户群，同时自己也要做保险销售业务。组织所长是通向祐二郎内心憧憬的支部长宝座的第一道关卡，所以刚刚结婚的他便加倍努力地投入到了工作之中。

但是，难题接二连三地降临到了他的头上。

“销售员流动性太大了，人才很难留住。其实原因很简单，大家从事保险销售，一开始都靠着人情，找些亲戚朋友来销售，但想想，这种资源短说两三个月，最长不到半年就会消耗殆尽。卖不出去，人家自然就不在这待了。虽然再招聘新的销售也不容易，但最让人头疼的是，销售离职之后，他们拉来的客户也都很可能会来要求退保。留不住客户，到头来还是组织所长受批评。”

为了维持自己的业绩，他只好自掏腰包替客户交保险金来维持订单量。

多了这么一笔预料之外的支出，祐二郎的存款不久就见底了。

“本以为爬到支部长的位置之前忍忍就行了，结果……”

阴影再度笼罩了祐二郎的人生。

## 自掏腰包的赔本买卖

为了从公司拿工资而工作的上班族，反而为了工作自掏腰包——这在旁人看来是离奇得无法想象的行为，可这在祐二郎工作的寿险销售行业却早已经见怪不怪了。

据祐二郎说，他们在很多情况下都要自掏腰包。

比如，如果签约不到一年的客户想要退保的话，自己在公司的业绩就会受到影响，这时就要替客户继续支付保险金来维持虚假繁荣的业绩。或者，自己手下销售员的客户不交保险金，也需要自己先代为填补。

除此之外，各个层级的销售目标——也就是“指标”——如果没有完成，就要去借别人的名字来签假合同，保险金自然需要自己来付……

“不光如此，手下的销售员有时候会来要拉拢客户用的招待费，一分钱不给总归是过意不去，所以也要我自己花钱。还有，有时候销售员来问我说，客户说如果能免两个月的保费就签约，该怎么办……这两个月的保费也得我来掏。同行好多公司都推出了签约当场就给现金返现，我们的优惠力度肯定不能落后，否则根本拿不来订单。”

除此之外，组织所长的另一项重要工作是招聘销售员，为了完成这一目标，也有很多开销。

“当时都流传，从销售员干到支部长自己最少得花上五百万日元，这个说法绝非空穴来风。那些从庆应大学、早稻田大学毕业的高才生，娶的媳妇也都是门当户对的有钱人家的女儿，自己花上五百万日元去升官，也就当作前期投资了。但是我们家两口子全都是贫民出身，亲戚朋友都烦透了我们，说我见了人不是推销保险就是要借钱……”

尽管祐二郎起早贪黑地在外边拼搏，但他自掏腰包的赔本买卖不可能永远持续下去。开出租车攒下来的一百五十万日元眨眼间就花得一千二净。

祐二郎艰苦拼搏的昭和四十八年（1973），大学本科应届毕业生中，男性就业后的平均工资是每月五万七千日元，而日本全国所有行业所有劳动者的年平均收入是一百四十七万日元。通过这组数字可以看出，失去一百五十万日元的存款对于祐二郎来说是多么沉重的打击。

终于，所有能借的亲朋好友都被他借了个遍，他只有从当时还不多见的小微贷借钱来维持业绩的表面繁荣。

“当时我不停地对自己说，现在稍微吃点苦没关系，这都是为了将来当上支部长……到头来，还是我自己债台高筑。最后我实在受不了了，只好含着眼泪，辞掉了组织所长的职务，又干回了最底层的销售，而且为了还债，只好重操旧业，开始开出租车……”

为了还债，祐二郎的生活变得比《摩登时代》里的卓别林还要忙碌。

早晨七点，他开着自己的私车去出租车公司，换上蓝色的司机制服开早会，完成车辆分配和例行检查后便开着点亮空车指示灯的出租车返回自己家。将出租车停在自己家，换上西装后再乘电车到保险公司，参加保险公司九点半的早会后出门卖保险。

傍晚，他先回一趟保险公司，报告当天的销售业绩，将当天的销售额存入公司后，急忙回到自己家。匆忙吃过晚饭后，换回出租车司机的制服，跳上出租车，一直开到凌晨四点。收车后，回到出租车公司，洗过车之后，再开自己的私车回家睡上两三个小时。上夜班的第二天不用开出租车，所以早晨起床后直接去保险公司上班……

“两边的公司都不知道我同时干两份工作。上一家出租车公司的同事都觉得我在保险公司升官发财了，所以我开出租车的时候最怕碰到他们。在路口等红灯的时候，如果附近有上一家出租车公司的车，我都低着头假装记账，生怕他们认出我来。那段时间因为严重疲劳和睡眠不足，整张脸都爆皮了，只好使劲抹药膏……唉！”

## 在夹缝中生存

“我最喜欢下雨天了。外面一下雨，车窗就模糊了。晚上一下雨，我就放心了。不下雨的时候，我要么戴口罩，要么戴太阳镜，为了不让别人认出来，费了不少心思。”

祐二郎同时在保险公司和出租车公司上班，不分昼夜地工作，在极度疲劳下害了胃病，体力几乎透支。屋漏偏逢连夜雨，就在这个最要命的时候，他被卷入了一场事故之中。



傍晚，他从保险公司下班之后匆忙赶回家中，发动出租车上街拉活。晚上八点左右，他拉着乘客沿甲州街道向八王子方向行驶，在一个路口等红灯的时候，被后面驶来的一辆由大学生驾驶的汽车追尾，最后酿成了四辆汽车连环相撞的事故。

“好死不死的，我出事的那个路口就在保险公司旁边。那个时间，正好赶上加班的人下班后成群结队往车站走时。我满脑子只想着别被人发现，拼命低着头伏在方向盘上，结果被人当成了重伤员，直接把我搬上了急救车……”

祐二郎的车被一辆刹车失灵的汽车从后面剧烈追尾，他的颈部受了伤。虽然有幸免于住院，但自此出租车公司便不让他开车，而是让他白天去公司干一些轻活。无论是怎样的轻活，都不可能同时干两份工作。

“虽然我在街上拉活的时间只有其他司机的一半，但业绩还是挺好的，每个月大概能入账十五万到二十万日元。所以说实话，我还想再多干一段时间……”

祐二郎告别了出租车公司，再次专心干起了保险销售。他的工作再次受到领导的好评，又重新回到了组织所长的位置。

“因为上次借了好多钱，所以本来想着再也不干组织所长的活儿了，就算干一辈子销售，也不想再升官了。结果，当时的领导一个劲儿地做我的思想工作，还使劲捧我，结果害我又做起了当支部长的美梦……”

当上组织所长的祐二郎，工作又继续受到赞赏，只花两年时间，就晋升到了普通人拼上五六年才能提升到的职位。

这个职位仅次于祐二郎梦想中的支部长。如果运气好，当上支部长之后升到销售部长、分公司副总经理也不是遥不可及的梦想……祐二郎再次做起了平步青云的美梦。

但是，对于保险销售来说，成果就是一切。每个月的销售指标完成率是唯一的工作考核标准。每个销售员的业绩都被张榜公布，每月两次的分公司支部长会议的座次都是按照销售业绩来排序的。

“我们干销售的，有一个行话叫‘零蛋’，意思是说赶上某个月，一单

都没卖出去的人。谁卖了多少，上面都看得一清二楚。如果业绩不好，就会被领导叫去狠狠地批一顿：‘你这个月的效率太差！下个月给我彻底避免零蛋！’但我要是直接这么对部下说的话，特别是女的，就给你回一句：‘卖保险又不是去摘苹果，有苹果在树上等着你去摘。就算你这么说我，我也没办法啊。反正我家又不指望我养家糊口，明天我就不来了。’部下一辞职，这回领导又该责怪我手下的人离职率太高、缺乏指导能力……”

每个月的销售成绩到了月末都会被汇总上来。所以每到月末，祐二郎都在领导和部下的夹缝中提心吊胆、寝食难安。半夜，他守在电话旁边等着在外面的销售员报告业绩。

“结果一个个打来电话，都是说‘哎呀不好意思，客户没定下来啊’‘下个月再说啊’‘对不起啊’之类的。我没办法，只好去支部长那道歉。结果支部长也只会跟我吼：‘混账！都怪你太缺乏计划性了！你让我会上拿什么去报告！给我出去，不惜一切代价也得把业绩做出来！’支部长吼完后，就甩手走了。那我还有什么办法啊？只好使出绝招……”

他只好挨家去找几个比较可靠的男销售，让他们明早去公司附近的咖啡厅集合……

## 打高尔夫球也是自掏腰包

祐二郎一大早就在公司附近的咖啡厅和昨晚找的销售员碰了面。几个人就着咖啡匆匆吃了几口店里特价早餐提供的烤吐司，马上切入正题。

“你那还有没有能帮忙凑数的人？你不是有个弟弟吗？”

“咱上个月不是已经用他的名字签过合同了吗？”

“我也是，亲戚朋友能用的全用过了啊。现在一个都不剩了。你总该有个朋友什么的吧？到时候业绩算你的，你去问问吧。”

他们挨个给能借名字凑数的人打电话，被拒了还要打给下一个……好不容易找到一个愿意借名字的人，赶紧去附近的文具店买个便宜的印章来，造一份假合同。

但是，就算是找来凑数的假合同，也需要被保人去体检确认身体状况是否符合保险条件，否则合同也是无效的。

“为了让对方抽空去体检，我们就差跟他磕头下跪了。比方说如果我们打听到对方喜欢威士忌的话，三得利红标这种便宜酒太没档次，怎么也得买瓶三得利陈年才行。这种促销用的杂费当然得我们自己掏。还有，签了保险合同，最少也得替他交十三个月的保险金。我们不光到处求爷爷告奶奶，钱还都得自己拿。”

除了每个月必须完成总公司和分公司摊派下来的销售指标，还要举办各种开发新客户的营销活动。这些活动也是让祐二郎他们公司中层领导挠头的事情之一。

“比如，我们招待竹村健一<sup>①</sup>或是植村直己<sup>②</sup>之类的名人演讲，场地都要选超五星酒店的‘某某厅’。这种场地一般都附带全套晚餐，费用算下来平均每个人要一万五千日元，超豪华的。我们招待的，都是些医生、税务顾问这种高收入群体，随便一单保单签下来都是上亿日元的那种。我们就以这些人为突破口去销售。我们公司会给每个支部摊派招待名额。除了这种，还有公司举办的高尔夫球大赛。”

在当时的保险公司，销售员给客户打电话，都不可以用公司电话，而是需要自掏腰包用安装在公司内的公共电话来推销。类似上面说的这种活动，费用也全部由各个支部来分摊。

所以，如果不邀请些有购买意愿的人来参加，也就没有任何意义。而有钱人都知道，免费晚餐之后，等着他的是无穷无尽的保险推销，所以都不愿意来。为了让他们来参加活动，周日手里提着点心盒去拜访客户，就是祐二郎这种销售员的工作。

“税务顾问这种职业，可以沿着他的人脉顺藤摸瓜，搭上其他有钱人或是企业老总之类的，是我们最想要拿下的客户。‘老师，咱们不谈保险的事儿，要不要去打场高尔夫球啊？’我们点头哈腰地去求他们。”

一旦把他们拉来参加了活动，第二天马上就去找他们推销，可以说是翻脸比翻书还快。

“哎呀老师，昨天真是辛苦您了。我就想找您谈谈.....然后面不改色地切到正题。最后，就是派女销售每天去访问，一举拿下。”

分公司摊派下来的任务，除了类似销售活动，还有赠品。

“当时说是赠品，其实是公司为了拿下照相机公司、音响器材公司之类的集团客户，而大量采购他们的产品。公司买来的这些东西，就会被摊派到我们分公司。除了照相机、音响，连保险柜什么的都来过。和以前逼供应商从自家买东西的三越百货如出一辙。”

公司摊派下来的这些东西，通常都由女销售去消化。但是，毕竟有时候还是会有卖不掉的东西，也只能由祐二郎他们中层领导自掏腰包来买。

从光鲜体面的支部长到销售部长，销售员们越是在自己的晋升通道中往前闯，越是着急晋升，钱就越是从我自己口袋里往外跑。祐二郎在这个奇妙世界里，又深深地陷入了负债的地狱。

## 刀刃架在脖子上

“东京的竞争太激烈了，想当上支部长太不容易了。你再忍忍，只要当上支部长，外债也能还上……”

祐二郎不断地对妻子登志子说。但是，就算他起早贪黑、夜以继日地工作，一开始只有五十万日元的债务，非但一分钱都没有减少，反而越来越多。登志子在朋友的饭店打工，每月能挣来四万五千日元补贴家用，但他们的生活却愈发窘迫。

“逢年过节，一家四口出门吃个饭都难上加难。我们住的房子连淋浴都没有，平时也是能省则省……”

想升上支部长，还有很多道难关。平时的销售业绩自是不用说了。除此之外，还有关于保险业务知识、一般常识的笔试和领导的面试。要想参加升职考试，首先销售业绩要达标，成为支部长候补。每年五百多个候补人选中，最终能爬上支部长宝座的，只有不到八十人。

祐二郎过关斩将，突破重重难关荣升支部长一职，是在进入公司的第十五个年头——也就是去年的事情。但是，直到祐二郎自己去一笔笔查明债务之前，他自己都不知道自己的债务究竟有多少。那时，他欠小微贷、信用卡公司、银行等的债务已经高达一千四百万日元，而且每天都在以加速度持续膨胀。每个月为了还利息而奔走借钱，家里的资金如

同高空走钢丝。最为讽刺的是，他就是在这种状态下登上了梦寐以求的支部长宝座。

在荣升支部长一职的同时，他被调到了总公司办公。他的新职位，是在面向大企业和中央政府机关职员销售保险的部门。祐二郎是开拓客户的冲锋队长，要率先和企业、机关的总务部长、董事等重要人物接洽，为将来派销售员去实际进行推销做好铺垫工作。此外，在银座、赤坂等地的高档西餐厅款待客户、陪客户去卡拉OK唱歌也是他的工作之一。

“像我这种人，和客户公司高层聊天，就算根本没什么话题可聊，也得装作自信满满的样子，假设对方问：‘话说，你是哪所学校毕业的？’我肯定是拔了舌头都不能说我是一个穷山沟里的夜校毕业学机械的。这种话题我最讨厌了，但也只能应和着说：‘哎呀，我的学校根本不值一提。’心里只想着赶紧把客户敷衍好，我好赶紧去贷款公司。像是屁股底下的沙发长了刺一样，根本坐不住……”

渐渐地，贷款公司的催款电话越发厉害起来。祐二郎的新办公室跟以前干销售的时候不一样，不光有宽大的办公桌，还有接待客人的沙发茶几，十分安静。不停打给祐二郎的催款电话也就格外引人注目。

“电话里催款的人不停地骂着。我又不能在公司露馅，只好装作在接客户电话，说些‘您好’‘托您照顾’等驴唇不对马嘴的话，对方听了自然更生气了啊……而且接电话时间长了容易引起怀疑，没说两句就说：‘好，我知道了……再见’然后就把电话挂掉。紧接着对方又打回来，说：‘连利息都付不上，你这是什么态度！’我在这边继续装傻说：‘好的，谢谢您，再见。再见。’每天周而复始的都是这些，公司里的人肯定会起疑心。”

哪怕在他上厕所的时候，心里都会挂念着电话。他经常找机会从公司里出来，跑到公司底下的公共电话打给贷款公司，用新借来的钱去还已经迫在眉睫的旧债。

“我跟公司说，出去一趟，就半个小时。但是你想想，从公司出来，去上两三家贷款公司，被骂得狗血淋头，然后再回公司就已经快到傍晚了。没过多久，就有部下跟上面告状，说我工作时间经常开小差……这个工作我干了十五年，让我爱人都跟着我受了这么多委屈，好不容易才得到的职位，我哪舍得放弃？但我的经济状况已经接近崩溃，

仿佛每天都被别人用刀架在脖子上一样.....”

祐二郎把弟弟们和妻子的姐妹们召集起来想办法。东凑一百万日元，西凑七十万日元.....但这点钱和他的债务比起来无异于杯水车薪。

自己的事情要是被公司知道，万一被开除，那可是连离职补贴都拿不到。一天，心中充满不安的祐二郎终于决定向公司领导坦白。

## 背负贫困家庭的期待

“原来是这么回事.....”

其实领导或多或少已经发现了祐二郎的异常。

“这样的话，必须尽早想办法。你好不容易干到这个位置，要是为了外债辞掉工作，你自己也不甘心。而且你走了，对于公司来说也是损失。总之，你先歇上一个星期，集中精力把你的情况整理清楚。”

然而，对于无依无靠的祐二郎来说，他的情况远非请几天假就能解决干净。不过领导还是帮他编了个父母生病回家照看的借口，替他请了一周的假。放假前一天，祐二郎挨个给所有的贷款公司打了一圈电话，说自己身体不好请假了，求他们不要再给公司打电话。

这整整一周时间，祐二郎把自己关在家里，一步都没有出门。他就像进了台风的中心，四周一片死寂。他甚至都忘记上次和妻子面对面交谈是什么时候。

回头看看自己的人生。结婚之后，自己脑子里除了保险的销售目标，就是公司业绩.....甚至从没有和妻子享受过独处的时间。但结果又如何呢？要自己抛弃拼死拼活、一个人忍辱负重得来的支部长的地位，又谈何容易？

这些年，自己究竟干了些什么？兢兢业业地工作，又是为了什么？每当祐二郎这么想，他都会有种坠入阿鼻地狱的恐惧。

又是做假合同、又是替客户交保险金，在旁人看来简直是愚蠢透顶.....但究竟是什么，蒙蔽了他的双眼，驱使他不择手段也要提高业绩，也要在公司里出人头地呢？

“我们所有的亲戚，兄弟姐妹、叔叔嫂子、表兄表妹，手头宽裕的人一个都没有。哪怕是初中毕业都算读书多的了。年纪稍微大一些的，都只有小学文化。在这样一家人里，只有我一个人，虽然是夜校毕业，但也算是国家承认的高中文化水平，又是在能上电视的大企业上班。所以在他们心里都觉得自己必须帮我一把。

“不是我自卖自夸，我其实是个认真又耿直的男人，脑子也挺好使。他们都只是一心想着让我上学念书、出人头地。我也想念书、出人头地。只要在公司努力升职，当上支部长，将来老家的弟妹来东京找工作的时候，还能给他们当个保证人，那样的话就能在公司找上一份不错的工作了。像我们这样一群乡下的贫民里，能出来一个大企业的科长、部长之类的领导，大家的的生活都可能或多或少改善一些，活着也能够轻松一些了。

“所以，我不停地跟妻子说，再忍三年吧，再忍两年吧……害她吃了这么多苦，唉！如果因为区区外债，这么多年的努力都化为泡影的话，那简直是欲哭无泪了。”

但是，一周的假期里什么问题都没有解决。贷款公司又开始轮番去公司轰炸。最后，留给祐二郎的路只剩下最后一条。那就是在被公司开除之前先提出辞职，这样多少还能拿到一点点离职补贴，然后用自己的离职补贴加上最后从亲戚那东拼西凑借来的一些钱，还上了一些对自己有恩的人和一部分贷款公司的钱之后，向法院提出个人破产申请。只要法院判决他破产，他剩余的全部债务将一笔勾销，可以再也不用日夜承受被逼债的痛苦。

“我一定要走出这里，去见识更宽广的世界，才能找到出路。”——穷山沟里，一个少年曾怀揣着这样一个梦想。他年迈的父母、爱他的兄弟和他一道，像呵护一个脆弱的肥皂泡一样呵护着这个梦想。然而，现在他的梦想竟然真的像肥皂泡一样，消失得无影无踪。梦想的灰烬化作沉重的债务和信用卡的残骸，淹没在东京林立的高楼之间。

## 保险帝国的顶梁柱

祐二郎从一个普通保险销售员开始打拼，坐上了众人羡慕的支部长的位置，却在四千四百万日元债务的重重围困下身败名裂，最终跌落人生谷底。他曾经的女下属，又是如何看待这样一个梦想化作泡影的悲惨

男人呢？

椎野桂子，四十一岁。她带着两个年幼的孩子离婚之后，就开始在祐二郎手下卖保险了。

“邻居家的太太是卖保险的，天天劝我一起干，说只去一天、凑个人头就行，不愿意干的话第二天就可以辞职。后来想想才知道，那是因为销售员辞职率很高，所以去外面拉新的销售员进来，也是我们的业绩指标之一。刚开始我还觉得工作时间相对自由，这工作好干。但后来才发觉当时想得太简单了。”

日本战败之后经济困难，所有人都在为第二天的口粮奔波。保险公司开始大量雇佣阵亡士兵的遗孀，于是就有了大量女性保险销售人员。现在全国上下，女性保险销售员一共有三十四万七千人。粗算一下，在大概平均一百户就有一个人的销售大军中，有八成都是女性。

和只要摆在柜台里就有顾客来购买的商品不同，保险销售业绩多少和销售人员的推销活动密切相关，因此她们的存在意义极其重大。

人寿保险的普及程度，主要看保险合同总量这个指标。所谓保险合同总量，是指全国所有保险合同中，被保险人正常生病死亡时保险公司须赔付的保险金总额。昭和五十七年（1982），日本的这一数字为七百零六万亿日元。人均保额已经超过西方发达国家，成为世界第一人寿保险普及国。为超过国民收入三倍以上的这一数字做出主要贡献的，就是她们。

业内人士说：“生活变得相对富裕的高速增长期，正是保险业飞速发展的时期。因为这个时期，正是人们维持稳定生活需求高涨的一个时期。以前的保险，都是储蓄型保险，比如期满之后返利一百万日元这种。但后来，交通事故等生活环境整体的风险越来越大，万一家庭里的劳动力出个三长两短，将无法维持现有的生活水平。这时，保障型保险就越来越受欢迎。”

昭和三十六年（1961）的保险合同总量约为七万亿日元，这一数字到五年后的昭和四十一年（1966）时已经上升到三十万亿日元，而昭和四十七年（1972）时已激增至一百万亿日元。

生活中事故、自然灾害、疾病、退休等，风险无处不在，而国家和



地方的保险制度根本不足以涵盖这么多项目。从某些角度看，保险合同总量的激增正反映了人们心中的不安。

在近十年内，保险的普及率已经触顶，所以保险公司间的竞争愈发呈现白热化趋势。同时，保险公司的业务模式也在朝多元化发展。比如满期后返利的一百万日元可以直接进行理财投资，而非直接返还现金。这样一来，企业间的竞争就更加激烈了。

祐二郎和他手下的女销售员们，正是在这样一个激烈竞争的环境中，每天被企业的销售目标追赶着不停地东奔西走。

桂子在当销售员的时候，祐二郎已经在做销售管理的工作了。他在卖保险的同时，还需要给刚进公司的新人们讲解如何销售、如何通过促销活动扩大自己手里的客户群。

公司里正对着门的那堵墙上，贴了一张巨大的成绩表。只要看一眼名字下面的柱状图，谁当天完成了多少销售业绩都一目了然。据桂子说，这张图标上祐二郎的成绩每天都远超其他销售。

“当时我们都说他工作起来像个忍者一样，干活干净利落，从不拖泥带水。而且他对我们都特别好……公司举办的活动，本来应该是我们销售自己买车票发给客户，让他们过来。但他每次都替我们负担三成左右的经费……”

我们告诉桂子，说祐二郎因为债务出了事。

桂子只是无奈地叹了口气，久久说不出话来。

“当时公司曾经有过传言，说他每个月自己花二十多万日元来维持业绩。但是，他工作那么拼命，为了公司不惜一切，结果却落得这样的下场，多可怜啊。哎……原来是这样。”

## 女销售员的世界同样残酷

桂子在祐二郎手下卖保险。带着两个孩子离婚之后，她成天为家计奔波。本来以为卖保险的工作不用坐办公室，时间也比较自由，不耽误带孩子，但实际开始工作之后她才明白，现实跟她预想的完全不同。

公司墙上挂着一幅标语，上面写着“向着目标时刻前进！”。旁边就是所有销售人员的业绩表。上午九点半开早会，一群稍微上了年纪、看起来孩子已经上初中高中的女销售在支部长身边唱公司的社歌。进公司之后第一次见到这阵势时，还真是一件考验勇气的事情。

“支部长扯着嗓子，说着些数字，说离业绩达标的截止日期还有多少天，大家要全力完成目标。一个老员工偷偷跟我说，你要是拿目标当真的话，非得胃溃疡不可。左耳朵听右耳朵出就可以了……”

保险业飞速发展的昭和四十年代（1965—1974），每年都有三四十万像桂子这样的销售员进入保险行业，同时也意味着有三四十万人被迫离开。那是一个大量招聘、大量解雇销售的时代。

据专家介绍，这一现象，是保险公司有意为之的结果。

“有一个词叫‘初始客户’。所谓初始，就是说只要公司招进来一个销售，哪怕是能力再差的人，一开始也能从亲戚朋友那里靠人情拉来四五个客户。但他们手头的人脉用光之后，业绩就会越来越差。所以那时很多保险公司甚至都靠着‘不拉订单拉销售’的策略来增加客户。”

当时很多销售人员没有什么有效的销售手段，只能靠拉关系来推销。如果客户不买账，他们马上又开始拉客户当销售。

但是，对于这种大量招聘、大量解雇的用人方式，社会上批评的声音一浪高过一浪，后来已经很少有公司继续用这种策略，转而靠提高销售人员专业素养和销售策略来提升销售成绩。

但是，时至昭和五十七年（1982），每年仍然有十六万四千人加入保险行业，而十三个月之后却只剩下六万两千人。也就是说，每三个新人里有两个人不到一年就会辞职。这一行业依然没有摆脱“用过即丢”的用人方式。

但是从另一个角度看，在一个保险市场几乎饱和的年代，仅靠拉关系来推销，已经不能在激烈的竞争中生存下去。

通过计算机化来提高效率、处理信息的浪潮也席卷了这个行业。据说日本国内行业排名第一的保险公司，已经通过电脑将一千万户的家庭成员、年龄、职业等信息归档管理。

“我们在拜访客户推销产品的时候，也会在对话中打听客户的家庭信息。有时遇到管理人事的客户，还会给对方一个特价，让对方偷偷帮忙印一份公司员工列表什么的。比如说，某个客户的大女儿结婚的同时，他本人也到了退休的年龄，而他的二儿子刚上大学，我们就会按照这些个人信息选择最适合他的险种，然后结合他的生活状态为他量身定制保险金额和报价。我们将精心设计后的产品摆到客户面前，客户就更容易接受我们的推销。”

将推销用的小礼品装到挎包和手袋里。手绢、毛巾、纸巾、台历、火柴。准备好后，就可以出发了。拜访客户的时候，将这些小礼品和名片一起递上。当然，这一切都需要她们自己花钱。礼品的钱会从她们的工资里扣除。

“刚进客户的公司，我们还给客户打扫烟灰缸、给他们泡茶、出门给客户买便当。为了能和客户搭上话，我们什么都干。如果客户也是销售的话，一般他们回公司都得晚上八点以后。我就先回一趟家，给孩子们做好饭之后再返回客户那……嗯？男女关系吗？其实男女关系，也不是什么秘密了。以前就有同事找我诉苦，说客户逼她上床，不知该如何是好。”

后来我见到了栌村富美江。今年五十九岁的她已经从保险行业抽身，但在保险公司的那几年间结识的姐妹们如今仍经常出入她的家，是个爽快敞亮、对人十分亲切的中年妇女。富美江讲起了住在附近公寓的兼田喜代野的故事。

“她本来和她丈夫处得就不是很顺。生活又十分窘迫，所以才开始卖保险的。结果干着干着，就和别的男人有了不清不白的关系……”

## 跟踪、埋伏妻子

在绝大多数人都干不过一年的保险行业，栌村富美江可以说是老资历了。兼田喜代野是和富美江同属一个门市部的二十八个销售员之一。她是个三十三岁的母亲，家里有两个年幼的孩子，老大上小学四年级，老二上二年级。虽然富美江足足大了喜代野两轮，但两人住得近，上下班又在同一个车站，关系自然而然会比较亲密一些。

富美江发现喜代野近来的怪异，是一天傍晚她给喜代野家挂了一通

电话之后的事情。

“那天晚上已经很晚了，我打电话去她家，她丈夫说她不在。对方反问：‘您已经回去了吗？我家那口子说她和您一起去的啊？’我急忙帮她圆话：‘啊，我刚刚一直和她一起，不过我先一步回家了。’很明显，是喜代野在用我当挡箭牌。”

后来一问才知道，那天晚上喜代野凌晨两点多才回家。第二天，喜代野给富美江打来了电话。

“她说：‘不好意思，今晚我出去一趟，就说和你在一起好吗？’我下意识地就答应了。结果那天晚上喜代野的丈夫不出意料地给我家打电话。我让我的丈夫接的电话，就说我也还没回家，总算是没出纰漏。看这样子，她应该是经常拿我当挡箭牌，晚上夜不归宿了。”

喜代野对富美江的利用远非仅停留在欺骗自己丈夫这一点上。实际上，在上面提到的那通电话之前，喜代野就曾经对富美江说最近手头实在太紧，让她帮忙去贷款公司借钱。

“哎，我自己都觉得我这个人傻得很。别人说什么我都信。每当我看到别人犯难，都会觉得如果换成我自己肯定也会特别发愁，情不自禁地就想去帮忙。我都这个年纪了，还经常被老家的哥哥奚落，说我连落在自己脑袋上的苍蝇都不忍心赶走。”

富美江见不得喜代野为难，还特意陪她一起去了有名的T贷款公司，用自己的名字帮她借了四十万日元。没多久，喜代野就拿不出还款的钱，富美江没有办法，把自己的钱给她去还钱，结果她反倒被贷款公司连哄带骗地又借了十万日元。

富美江后来才知道，那时候喜代野已经在公司里四处求同事去借了六十多万日元。然后每个月都去借新债来还旧债，手头十分拮据。当时对这一切全然不知的富美江在喜代野的央求下，又去信用金库帮她借了三十万日元。而且，这个喜代野，连客户交上来的保险费都没有放过.....

“有一天我要赶着出去旅游，赶不上下午四点前把保费存进公司，正在犯愁，她过来跟我说‘我来帮你交吧’，我就把钱放在她那了。结果，那天我准备交给公司的保费，一分不剩地全让她拿走了.....”

这些钱，都让喜代野拿去干什么了呢？

一切都得从喜代野让富美江替她欺骗丈夫的时候说起。那段时间，喜代野的丈夫每次接起打到家里的电话，对方都会一言不发直接挂断。次数多了，她丈夫自然心生怀疑。有一天，丈夫看她接起电话后，忽然出其不意地抢过了听筒，然后听到电话那头一个男人在说：“几点等你？”在丈夫的质问下，喜代野说是在跟公司领导约工作上碰面的时间。

她丈夫并没有马上追究，而是偷偷地跟在她的身后，看她去了哪里。

“她去的地方离家不远，是一家钢材加工厂的二楼，应该是厂里员工的宿舍。她丈夫可真能忍啊，一直在门口埋伏着，直到半夜两点多……”

喜代野和一个年轻男人从楼里走了出来。她丈夫不由分说，直接扑向了那个男的……

“干保险销售这行，有时候难免会遇到各种诱惑。女人到了我这个年龄，稍微开个玩笑、假装嗔怒一句也就过去了。但年轻人啊，毕竟生活拮据得很，当然是想多拿保单了，发生这种事情也是在所难免的。那晚，她丈夫和那个男的在路边扭打在一起，打得脸都青了，眼睛肿得老高……”

那之后没多久，喜代野就失踪了。

## 机器“人”的悲哀

明明和情夫一起被丈夫打得遍体鳞伤，喜代野却依旧没有断绝和那个男人的关系。

那时，喜代野家住在一栋木头建的二层公寓小楼里。半夜两点多，喜代野蹑手蹑脚地从外面回来。那天晚上，她丈夫睡觉前用绳子将门把手紧紧地绑在了家里的电冰箱上，所以就算用钥匙打开门锁，也是打不开家门的。

喜代野无奈之下，只好坐在楼梯上等着天亮。落魄消瘦的喜代野在

邻居看来是怎样一副模样呢.....

不仅如此，不分昼夜来要钱的贷款公司更搅得他们不得安宁。

“欠债还钱！”

“蠢娘们！”

每天回家，都能看到写满污言秽语的纸条贴满了小楼的入口、房门和外墙。今天撕掉，第二天早晨睁眼一看又贴得满满的。

那时，贷款公司催债的矛头也对准了帮喜代野借钱的富美江。

“我帮她借的钱，她也还不上。所以催债的电话不停地打到公司里来.....然后公司一查才发现，那时帮她借钱的远不止我一个人.....”

公司这边正闹得沸沸扬扬，喜代野却不见了。

喜代野从同事和贷款公司借的钱究竟都去哪了，谁也不知道。她的丈夫就在离家不远的一个小作坊工作。据富美江推测，虽然她家的生活并不富裕，但这些钱绝大部分应该都流进了情人的口袋。

“她丈夫人特别好，又很实在，所以她八成是觉得自己的丈夫有些无趣了。说到底，还是她太年轻，想要找些刺激吧。刚开始只是单纯地想用自己的身体去换保单，结果时间一长就生出了感情.....有一次我偶然撞上她和那个男的两个人去喝酒，结果最后账还是她去结的。”

失踪后的喜代野躲在神奈川县川崎市附近的京滨工业带的一个小作坊集中地。

“她躲起来之后，她丈夫满天下地找她。大概找了四个多月，竟然真让他给找到了。而且她住的地方，竟然还是贷款公司的人介绍给她的。也不知道这是怎么一回事.....”

从火车站下车之后换乘公共汽车，朝海边的方向大概行驶二十几分钟后，就到了一个周边密密麻麻全是小作坊的地方。喜代野就住在一幢拥挤不堪的公寓楼的十几平方米的小房间里。在樱花已经临近开放，春寒却依然逼人的时节，丈夫推开了她的房门。

“她丈夫后来一脸悲伤地对我说，她一个人在冰冷的房间里，一动不动地待在那儿……”

一对饱尝艰辛的工人夫妇冰冷的再会场景浮现在了我的眼前。

那之后，富美江背着丈夫不停地借新债还旧债，生活费捉襟见肘，举步维艰地维持着生计。然后，生性善良的她又被一个销售家用桑拿设备的女人骗走了很多钱，债台愈发高筑。

“这一来二去的，借的钱一转眼就成了天文数字。后来我一算，连自己都难以置信。我竟然借了两千六百万日元！”

不知道是富美江对这个惊人的金额没有什么概念，还是说她已经超脱了绝望的境地，在说出自己债务金额的时候，她竟然意外地坦然。

世界第一的保险帝国——日本，就是一个正在将数不清的钱不断敛到一起的机器“人”。无论是祐二郎还是富美江、喜代野，都不过是机器“人”身上的一颗颗辛勤劳作的螺钉而已。正当他们被高额的债务压得动弹不得的时候，一个新的事实被披露出来。那就是他们所在的保险行业从贷款公司或直接或间接的融资，已经高达三千两百零一亿日元。在这个人们被自己敛来的金钱束缚得喘不过气的世界里，他们的梦想被无情地吸进了都市的黑洞，再也不见天日——

---

**(1)** 竹村健一（1930—）：日本记者、政治评论家。出生于日本大阪，毕业于京都大学英语专业，后前往美国雪城大学留学。20世纪七八十年代担任多个电视和广播节目的主持人、特约评论员，出版著作300余册，在日本国内拥有较高的知名度。

**(2)** 植村直己（1941—1984）：日本登山家、探险家。出生于日本兵库县，毕业于明治大学农学专业。酷爱登山，于1970年成为全世界首位登顶五大洲最高峰的登山者，1984年2月12日实现人类首次冬季登顶美国最高峰麦金利峰后，翌日下落不明（后宣告死亡）。

# — 我要买！买！买！ —

## 梦想中的新房

我按照事先约好的时间走进那家律师事务所的时候，A律师还在和上一位客人商谈。等了一会，屏风对面传来了律师说话的声音。

“没什么问题了吧。那今天就先到这吧。”律师直截了当地结束了对话。

“先生，我妈妈那边没有问题了吧？”

“刚才都说过了，我们这边会妥善安排的。您放心。”

一个年纪三十五六、西装笔挺、公司职员模样的男人被律师半推半送地请了出来。刚刚被办公室外面的职员送出大门，他却又返了回来。

“先生，先生，我老婆老家那边也没问题吧……”

他有些无助地说，眼里满是软弱和不安。

“都说让您放心了。出什么事了，马上联系我们就行。”

男人这才放心地回去。

“这个人也是信贷问题，被讨债的人逼得都神经质了。最近好多人都来我这求助，有像他这样的大企业白领，甚至还有公务员。”

A律师说，他平时不光替人解决信贷问题，最近还经常有大企业请他去讲课，介绍信贷问题的相关知识。

“听我讲课的几乎都是中层干部。他们问的最多的，就是怎样尽早发现身陷债务的人，还有就是如果公司里有人身陷债务问题的话，该怎么解决。我感觉这个问题最近越来越严重了。一个规模挺大的工会，光去年一年就有五个人因为欠债自杀，所以他们急忙组织了一个专门委员会来调研。”



难怪好多公司请A律师去讲课，他对于信贷问题发生背景的认识确实很有见地。

“六十年代进入高速增长期之后，这个社会变成了一个物质财富大量生产、大量消费的地方，‘消费’成了社会风气。而这个时候信贷、信用卡、分期付款应运而生，这对社会起到了一定的补充作用。而信贷消费真正开始快速增长，其实是在石油危机后的低增长时代。”

不光卖方需要变本加厉地提升市场的消费欲望，买方也是，一方面面临实际收入的减少，而另一方面却希望维持现有生活和消费水平，不愿让步。据说信贷产业的规模已经膨胀到了近二十万亿日元。

“咱们都生活在大量消费的社会之中，刺激欲望的宣传像洪水一样席卷着我们。面对这一大潮，我们甚至来不及思考就被卷入其中。每一个信贷问题，都包含在这样一个大背景下。”

A律师如是向我介绍道。据这家律师事务所的“临床经验”，以前因为信贷问题来求助的，多是在公寓租房的中低收入群体。而最近，面临信贷问题的人群，正逐渐向住在独栋洋房里的群体蔓延。

“以前高速增长时期，好多人认为将来收入会持续大幅增长，以过于乐观的态度贷款买房，以致后来还款压力越来越大。这一代人吃不了苦，完全没有压低生活水平和消费水平的勇气，所以禁不住贷款的诱惑.....而在催债的人看来，他们既然住在装修豪华、房租高昂的房子里，就根本没有还不起债的道理。”

岛内宏司在一家制造、销售办公设备的公司工作。他今年三十五岁，正好出生于第二次世界大战结束后的“婴儿潮”时期。妻子叫岛内淑子，两个孩子年纪还小，老大刚上小学一年级，老二还在上幼儿园。

那时许多企业都给员工提供购房贷款。宏司供职的A公司也为三十岁以上的员工提供一千万日元的内部贷款。四年前，宏司申请了内部贷款，成了有房一族。他用公司贷款加上九百万日元的银行商业贷款，花一千九百万日元购买了属于自己的独栋洋房。虽然从东京站坐电车回家需要一个小时，但周围环境优美安静，他中意极了。

住进新家、开始新生活之后的一天，宏司打开自己的存折，心里不由得咯噔一下。

# 七十六万日元的戒指

自己一分钱存款都没花，公司的内部贷款加上银行贷款就凑够了一千九百万日元的购房款，这使宏司内心十分庆幸。然而银行放款需要时间，得先取出存款来垫付首付。他叫妻子去取钱付房款，而妻子却告诉他账上没有钱了。

“我问她怎么回事，她说之前准备搬家、给孩子买东西什么的花了不少钱。那时候我一看，也就少了一百来万日元，就没怎么当回事。我们结婚七年，都是心意相通的夫妻了，根本没想过妻子会不会骗我。”

后来，他们临时向淑子的父母借了一些钱，总算是顺利地开始了新居生活。

然而，乔迁新居半年后，也就是在第二年夏天，问题出现了。那是一个周末，淑子有事出门，宏司一个人在家。一个电话打到了家里，说是找淑子。

“一个我不认识的男人打电话过来，问：‘你夫人在吗？’我说她现在出门了，对方应了一声，就挂断了电话。结果，没过多久……”

一天早晨，一个宏司听都没听过的公司给淑子寄来的催款书被塞进了他家的信箱。

您的还款已经逾期，请立即支付……

“这是怎么回事！”

看到催款书，宏司大吃一惊。面对宏司的质问，淑子面不改色地说：“不是什么大事。朋友用我的名义分期买了点东西，结果催款书寄到咱们家来了。我去找她要来钱还上就是。”

淑子本来朋友就多，还常把女友们叫到家里做客。见妻子的解释合情合理，宏司也没有多想。

“那个时候，我根本没怀疑过她。我就说，你有面子、能帮上人家是好事，不过可别轻易把名字借给别人啊。然后这事情也就过去了。不过后来，这事越想越蹊跷……”

宏司心里越来越起疑，哪怕是再好的朋友，也不会用别人的名义来分期买东西。一周之后，宏司背着妻子给寄来催款书的公司打了一个电话。对方是一家专卖珠宝首饰的公司。

“您说得没错，确实有客人用这个名字从我们这里购买了珠宝。您问金额吗？一共七十六万日元。因为第一期还款的截止时间已经过了，就.....”

宏司听到金额后吓了一跳。

“你们是不是搞错了？把你们领导叫来！”

“不，千真万确。就是她本人来店里买的。”

“我是她丈夫，七十多万日元的东西我们现在根本买不起。马上退货！”

这是宏司第一次对自己深信的妻子产生了怀疑。

妻子回家后，宏司严厉地质问了妻子。妻子拿出了一只白金的珍珠戒指。宏司不由分说就把戒指退了。消费税、手续费一共花了十四万日元，但总算是把这件事情摆平了。

淑子根本没有什么钱，她又是怎么买下这么贵的首饰的呢？宏司这才发现，淑子其实是用了信贷公司的信用卡。

“我们公司的主要业务是销售和租赁复印机。在这次出事之前，公司和一家信贷公司达成合作，信贷公司给我们介绍客户，而我们公司的员工需要用他们公司的信用卡。当时，公司给我和妻子一人办了一张信用卡，妻子刚拿到卡没多久后就用它分期买了戒指。”

刚解决完七十六万日元的戒指，宏司惊魂未定，又发生了一件让他心头一紧的事情。

一张信贷公司的账单寄到了家里，上面赫然写着：“金额：三十万日元整”。

“这是怎么回事？”

宏司的声音中带着颤抖。

## 成排的新衣服

宏司数了好几遍金额后面的零。然而现实是残酷的，金额千真万确，就是三十万日元。按照账单上的说法，这次是将三十万日元分六期还款，每期还五万日元。

距离上次的戒指事件还没过去几天，怎么又来了——宏司的惊讶不无道理。

“这回又买什么了……无意间，我拉开了妻子的衣柜，结果吓了我一跳。衣柜里整整齐齐地挂了一整排新衣服。每一件的价格虽然也就两三万日元，但数量足足有十五六套。看样子是一个多月以前买来的。我从没打开过她的衣柜，也没见她穿过，所以完全没有发现她买了衣服。”

那时宏司每月到手的工资大概有二十四万日元。自从他搬进新家之后，就得开始偿还一千万日元的公司贷款和九百万日元的银行贷款。所以在这二十四万日元中有七万日元会被扣掉。工资到手后再留下四万日元的零花钱，剩下十三万日元交给妻子保管。

“那时我们说好，把贷款还清之前生活尽量节俭，只保留最低水平的开销。明明是早就说好的事情，结果没过几天又出了这种事情。我又拿着账单去问她。”

面对宏司严厉的质问，淑子既不哭闹，也不找借口，更不顶嘴，完全没有破罐破摔的态度。

“对不起，是我不对……”

宏司不忍心继续责怪垂头丧气的妻子。但是这次和戒指不同，已经穿过的衣服不可能退货，只好预支夏天的年中奖来还款。

也就是在这段时间前后，淑子开始三天两头跟宏司念叨说：“工资真的就不能再涨一些了吗？现在这样实在是太拮据了……”

宏司说，自己在男人里边算是比较细心的那一类，也比较爱唠叨，

而淑子则相反，是个性格十分开朗豁达、有些大大咧咧的人。不知道是不是她这种性格的原因，宏司叫她平时收支记账，她只坚持了一个星期，之后就再也没碰过家里的账本。

“家里孩子还小，不知道是不是因为嫌做饭麻烦，她经常带着孩子去附近的西餐厅吃饭。她每周去超市买一次东西，结果每次都买来很多一时半会儿用不上的东西，花个两万多日元。这还是我经常跟她念叨，说生活费没办法再增加的结果。”

没过多久，淑子就跟宏司提出，自己无论如何都需要一些可自由支配的零花钱，要去附近的食品厂干兼职工作。每天早晨，她先开车把老大送去学校，再把老二送去幼儿园，然后刚好可以用上午空出来的时间去食品厂做些装箱的工作。

这样的生活持续了半年多的时间，她又提出要改成全职，一天干满八小时。

“她说无论如何都需要钱。我劝她，人比人没有止境，虽然我的收入不算多，但咱们生活总该是够了。但她根本不听劝，还是坚持要去挣钱.....”

没过多久.....

一次宏司一个人在家，发现又有一封寄给淑子的催款书。寄件人不是公司，而是个人。他给那人打去电话。

“应该是她让借钱给她的人瞒着我，结果对方言辞闪烁，完全问不出个结果。我就又去问她，不问不知道，一问吓一跳.....”

她向很多家信贷公司借了钱，连本带息加起来已经高达四百多万日元.....

## 无法抑制的冲动

高达四百多万日元的债务在妻子的自白中浮出水面。面对突如其来的债务，宏司哑口无言。

“这么多钱，你都花到哪去了！”

家里值钱的东西一件都没有增加。也没见淑子买过值钱的衣服首饰。宏司软硬兼施，想从妻子口中问出个所以然来，然而却都以徒劳而告终。

“日常生活费开销在我看不到的地方越来越多，结果超出了收入——最后我们得出的，就是这个再平凡不过的结论。究竟是不是这样我也不知道，我是觉得应该还有更深层次的原因……”

但是，有一个理由能够让宏司勉强说服自己。四百万日元的债务浮出水面之后，有一次淑子十分落寞地对宏司说：“我上班之后，也没什么能自由支配的钱。但是，和你结婚之后，我第一次尝到了有钱的滋味，我原来有这么多的钱可以随便花，可以说是快感，或者是快乐吧……”

也就是说，结婚之后她的消费水平突然上升，生活的消费逐渐膨胀，最终失去了控制。

淑子的父亲在钢铁厂干了一辈子，最后也没落个一官半职，庸庸碌碌干到退休回家。母亲曾是一个事业单位的普通文员。淑子是这个双职工家庭中四姐妹的大姐。高中一毕业，她就进百货店做起了售货员。

“她家没什么钱，在商场里做售货员也挣不来什么钱。买件衣服、出去吃顿饭，就剩不下什么了。结婚的时候，我的工资确实比绝大多数人都高不少。”

宏司认识淑子的时候，他还在上一家公司上班，公司的主要业务是生产、销售电视机零件。那天，宏司和朋友两个人去打保龄球，偶然遇到公司同一个部门的女同事带着她的好友也在那里。就这样，女同事将淑子介绍给了宏司认识。

后来，宏司跳槽到了现在工作的这家公司。这家公司当时正在大量招人。

“还记得，我刚进这家公司的时候，领导说：‘公司的业务现在正在以每年50%的速度增长。希望诸位贡献出自己100%的努力。’我刚进公司，工资就一口气涨了三万日元，奖金更是涨了三十万日元。”

当时，销售员除了保底工资，还按销售额给提成。像宏司这样跳槽

来公司的人，除了能享受到保底工资之外，如果工作顺利的话，每年能挣到将近两百万日元的提成。那时，大学应届毕业生的工资每月才只有五万日元左右。可以说宏司的收入已经是远高于平均水平了。

宏司跳槽之后的第二年，两个人结束了多年的恋爱，正式走进了婚姻。宏司的父母开了一家不大的染色工厂。中小企业受经济形势的冲击本来就厉害，家里兄弟姐妹六个，人口又多。宏司是家里的老二，所以宏司结婚之后，家中没有余力支持他的生活，只能靠他自己一个人拼搏。

“我老婆家也拿不出什么钱来。结婚的时候，我只好拿出跳槽后攒下来的一点钱，找了附近一家刚刚开业、费用打七折的神社的婚礼场地办了婚礼。办婚礼时两家加起来一共才来了六十来人。就这样，我们刚开始过日子的时候，连一分钱存款都没有。”

结婚之后，刚刚当上一家主妇的淑子每月拿到的钱，是自己在百货店当售货员的时候想都不敢想的金额。

“后来我听她说，结婚之后她心中压抑了多年的消费欲忽然开始膨胀起来。”

那刚好是一个信贷、信用卡、分期付款等促进消费的手段飞速发展的时期。

## 用物质填补心中的空虚

单身时还远在天边的东西，结婚之后忽然变得唾手可得。宏司觉得，正是生活条件的变化，唤醒了一直沉睡在淑子心底的消费欲。

后来，淑子偷偷在外面借钱的事，还是被丈夫知道了。在宏司严厉的责问下，淑子说：“结婚之后，一直压抑在心底的欲望就像挣脱了枷锁的野兽一样窜了出来。走在街上，哪怕只是余光不经意扫到了什么自己想要的东西，都会控制不住自己。把东西买到手后，就像压在身上的担子忽然轻了一样，整个人都轻松不少。”

淑子说，有时候就算手头没钱，也无法控制心中想去购物的冲动。

“虽然在一般人看来，如果没钱，就算去商场也没办法买东西。但

是到了她这样，我感觉其实就是一种心理异常。”

的确，据精神科医生介绍，淑子的这种心理状态，其实是一种女性常见的病态心理。

“很多女性平时心中都有一种空虚感，不断寻求能够满足自己的东西。有时候刚好赶上身体状态的变化，就很容易无法控制购物消费的冲动，会大量购买衣服等物品。这种心理，有时候还会以别的形式体现出来，比如喝酒、吃东西等。”

她们心中的空虚感又是什么呢。

心理专家表示，现代人的心理特征之一，就是虽然不会为明天的生活而担惊受怕，心中却时刻伴随着天外有天、人上有人等对现实的不满。

可以说，这种心理反映了现代社会的多个侧面。但具体到淑子这样的家庭主妇身上，可以发现她们背后都有一个共通之处，那就是夫妻关系淡漠。

“夫妻关系虽然表面上很好，甚至看上去十分融洽，但其实妻子要和丈夫享受更多二人世界的需求却不能实现，又没办法率直坦诚地向丈夫表达心中的诉求。还有就是夫妻关系整体十分淡薄，没有构成两人相互支撑的关系。这时，妻子就很容易变得需要依靠物质来填补心中的空虚。”

根据专家的临床经验考察，虽然浪费本身不构成病态，但在同时发生多种病症的人身上，也经常能见到购物癖、浪费癖的症状。

“酒精依赖症的人也一样，他们不断地寻求能够让自己沉醉的方法。能满足他们的，也许是性，也许是购物。最近好多女性分期购物成瘾，她们的消费行为堪称病态，但如果没有预支消费、分期消费购物的系统，她们是无法购买这么多东西的。”

虽然专家举的例子并不完全符合淑子的情况，但两人的婚后生活完全被宏司公司日益膨胀的业绩压力吞没，淑子每天都只能在家里等待着丈夫的归来。



“‘专注事业’这话虽然说着好像装样子，但说实话，我真的觉得无论工作还是应酬都很有吸引力，早晨七点冲出家门，晚上回家都已经十一二点了。我到家之后，妻子总喜欢跟我念叨一下白天发生的事情，但我根本没心思听，也只是心不在焉地答应着而已……”

在办公设备行业，特别是宏司的公司主营的复印机行业，已经有二十多家公司的产品在激烈争夺市场份额。宏司结婚的时候，刚好赶上了竞争最为激烈的那几年。

宏司所在的销售网点，正好位于东京的市中心，周围遍布写字楼、办公室，是各家厂商争夺最为激烈的地区之一。销售员们几个人一组，在所管辖的地区按照事先筛选好的客户名单进行拉网式上门推销。

“以前我们做销售的，都是见公司就敲门，挨家挨户进去推销……但最近我们会事先分析好客户公司人数、主要业务，然后通过各种统计数据计算出他们的复印量，并通过这些数据分析客户的等级，然后从中找到必须拿下的客户，发动集中攻击一举拿下。”

宏司的话语中越发充满热情。

## 销售竞争的背后

上午九点，销售员们将各种说明资料塞进公文包，一齐冲出办公室。

虽然宏司所在的复印机销售部门的主要业务包含复印机销售和租赁两方面，但在东京市内，特别是千代田区、中央区、港区等公司密集的商圈，百分之九十以上的收入来自复印机的租金。

客户的复印张数越多，销售额就越高。所以销售员们会根据事先收集来的企业信息为线索，去找那些复印量大的客户。

“我们这有一张顾客地图，从哪个街区到哪个街区，有多少家规模多大的公司，哪家公司每个月大概复印多少张，有多少台竞争对手生产的复印机，都一清二楚。去客户那之前，我们都会事先研究好，如何把竞品从客户那里赶出去。”

销售员们结束一天的工作，下午五点回到公司，但他们的另一项工

作才刚刚开始。

“我们回公司之后，需要整理好当天跟哪些客户聊了哪些内容，哪些竞争对手给哪些客户提了报价等的销售信息。哪怕对方已经是我们的客户了，但我们随时都有可能被竞争对手替代。所以那些有被抢风险的客户，必须要赶紧想办法补救.....”

客户A公司可能被竞争对手乘虚而入，或者正和B公司激烈竞争.....将这些信息汇总之后，制订今后的方案。一个销售经理负责管理六七个销售员。第二天，销售经理会根据事态的紧急程度访问客户，采取措施.....

“现在的销售工作，早就不是那种坐在公司里就有客户找上门来的时代了.....几点几分要干什么，我们制订的所有计划都要精确到分钟。哪天 and 顾客都聊了哪些内容、现在项目都进展到什么进度了，这些信息都要详细地记录在顾客管理卡上，让领导把握现在的进展。我们销售员根本没时间在咖啡店偷懒。”

既然是销售，就必然存在指标。宏司的公司，每个销售网点都有既定的销售指标，每个月都要在截止日期之前完成规定的指标。如果到当天都没有完成指标，就会在会上被批评到大半夜。

“要在会上分析没有完成指标的原因。销售经理们还要被叫去开经理会，进行彻底的分析和反省。”

宏司回家晚不光是因为这些繁重的工作，他大概隔两三天都要去和同事喝酒。如果乘最后一班电车回家，到家时已经过了午夜零点，第二天早晨七点还要准时出门上班。长此以往，淑子对丈夫的感情渐渐变淡也是在所难免。

就像心理专家所说的，淑子正是通过购物这种行为，来填补心中的空虚感。

“回想一下当初，我们虽然是夫妻但却不像是夫妻，好像我们的关系只维持在表面，交流也十分少，全都是表面功夫。要是多跟她敞开心扉聊一聊就好了.....虽然我可能自认为可以放心地将家中之事全部交给她，但直到最后，我还是没能洞察她心中的真实想法。”

七十六万日元戒指事件和三十万日元衣服事件发生后，宏司彻底失去了对淑子金钱观的信任，将存折、银行的印鉴和信用卡全部收到了她不知道的地方，藏了起来。或许就是这种压迫感，驱使她投奔了贷款公司。

虽然一直没搞懂她为什么去贷款公司借钱，但四百万日元的债务已经到了刻不容缓得解决的地步。最后，宏司卖掉了刚刚入住没多久的独栋洋房，用卖房款还完房屋贷款和淑子在外面的债务后，他们又变得一无所有了。

宏司一家暂时搬到了邻镇的一个破公寓里，但几个月后，他又第二次开始筹划自己的新家。然而，梦想中的新居生活，还有一个更大的陷阱在等着他们。

## 消失的房子

卖掉了房子，费了九牛二虎之力还上贷款，重回一无所有的宏司又开始筹划着自己的新家。

为什么他对买房如此执着？

“买了房之后还没住两天，一夜之间又回到了租房的状态，我也有我的面子，简直是太丢脸了……”

虽然宏司嘴上这么说，但他对买房的执着还有更深层次的原因。

宏司出身于一个在二三线城市经营染色工厂的家庭，是家里的老二。他父亲经营的染色工厂和其他所有中小企业一样，难以避免地受到市场跌宕起伏的冲击。

“我父亲对于不稳定的生活精疲力竭，经常对我们念叨：‘俗话说大树底下好乘凉，你们要么去当公务员，要么去铁路公司，或国字当头的大企业，每个月都有稳定的收入才行！’”

宏司初中毕业之后，工厂的经营越发艰难，一度陷入绝望的境地。宏司无时无刻不在目睹父亲的窘境，所以对于“稳定”的追求也就格外强烈。

“而且，我出生时正赶上‘婴儿潮’。所以，感觉总是随波逐流，活在主流社会之中，不敢跨出一步。也许这就是所谓的中产思想吧……”

第二次买房，淑子的父母也一起住了过来。和上次买房一样，用公司内部贷款加上银行贷款，凑齐了两千一百万日元的房款。新房里，沙发茶几、收纳橱柜，该有的家具全都置办齐全。一家的新生活开始四个月后的一天，在家看家的淑子母亲忽然接到一个打给女儿的催款电话，大惊失色。一番调查之后发现，淑子不光从各个贷款公司借了将近三百万日元，甚至还从伯母那里借了五十万日元。

“事情发展到这个地步，就连我的哥哥妹妹都开始建议我快些离婚了。我也跟她说过：‘现在咱们必须找到问题，只要现在把问题解决掉，今后就什么问题都没有了，咱们的生活还可以重来的。但是，如果不行的话，我们除了分手别无选择……’”

你只要一五一十地说出来就行……接下来几天，宏司每天都去问妻子。

“直到最后，她还是什么都没有跟我说……”

无法得到答案的宏司，开始在脑海里揣度妻子的内心世界。或许真如妻子所说，债台高筑，其实没有什么特别的原因。宏司经常抱怨妻子花钱大手大脚。在家里就能洗的衣服，她会拿去洗衣店洗，每个月要花掉两三万日元。此外，她还总找各种理由吃名店的东西，带着孩子去外面吃饭……

虽然这些都是花钱的事情，但生活费的膨胀是否就是全部的真相呢？

“其实连我自己都害怕问她真正的理由。真的。毕竟，好听的难听的我都说了，就算这样她也不肯告诉我真正的原因。难不成是她在外面有别的男人了，或者是沉迷于在主妇们之间流行的扑克牌赌钱，又或者是被上门推销的人给骗了之类的。我一开始想这些，就根本没办法再继续相信她……”

宏司一遍又一遍地说自己害怕知道真相。万一真的打开了这个潘多拉的盒子，或许会有更可怕的现实等着自己——他害怕的或许正是这点。这也难怪，后来，淑子在外面的债务又接二连三地暴露出来。算上

买房的贷款，宏司一家的债务已经高达三千万日元。

现在，宏司又把刚刚到手的房子挂到了市面上出售，正在等待买主。

“我觉得我在公司干得还算不错，只要没有这些债务，现在肯定能过上稳定的生活……”

但是，淑子究竟又是为什么借了这么多钱呢。我也曾多次询问过她，但直到最后，她都没有向我敞开心扉……

# — 美满生活 —

## 银行女职员的优雅婚姻

留美子是一个在A市地方银行工作的银行女职员。她的结婚典礼是在一九八三年三月举行的。

留美子从高中毕业后，马上就进了一家中等规模的贸易公司工作，后来又跳槽去了银行，在位于东京千代田区商业街的分行外汇科做与进出口贸易有关的工作。

结婚那年她二十七岁，是工作的第七个年头。

新郎名叫昌夫，比她大五岁，在一家汽车销售公司的营业网点做销售员，是一块儿工作的女同事介绍给她认识的。

“要是在帝国饭店或者王子饭店办婚礼，费用至少每个人要两万日元。我最后还是选了经常在电视上做广告的某某阁，结果每个人还是花了一万一千日元。我这边叫了公司的科长、股长，还有好多朋友。男方那边也是叫了公司领导什么的，两边加起来一共七十多人。加上其他各种花销，一共花了将近三百万日元。”

当时留美子每月的到手工资是十六万日元，每半年的奖金大概六十二万日元。她父母在东京的一个居民区开了一家小小的商店，家里还有正在上初中和高中的弟妹。虽然每个月都要从工资里拿出一些钱贴补家用，但在结婚前她就已经存下了五百万日元的存款。

“银行工作其实挺好的。把工资存在自己银行，利息都比外面稍微高一些。买房的时候，贷款利息也比外面低。我们行里那些单身女贵族经常去国外旅游。虽然我把钱都存起来了，可是结了个婚，存款就都花光了。”

这五百万日元，究竟都花在哪些地方了呢？

“婚礼的费用男女双方各负担一半，他家那部分应该就是他父母出的钱，但我这边全部都是从我自己的账户上取的。还有蜜月旅行……”

留美子选的婚礼场地有合作的旅游公司，她刚约好场地，旅游公司的销售员就找到了她。

“旅游公司有个正在主推的‘夏威夷六天四晚蜜月套餐’，我嫌麻烦，他们推荐哪个，我就选了哪个。旅行的费用还有住宿费，都是男方出了，而我负责旅行的各种零花和其他费用，加起来也要四十万日元。你看，光是买伴手礼就得准备这个数吧。”

两人的新居选在了东京一个交通相对便利的住宅区，只要乘坐快速电车，到留美子工作的银行只要四五十分钟的路程。

“住得离银行远的话，上班就太痛苦了。我一进房产中介，他们就拼命给我推荐新房，说什么新婚夫妇当然得住新房才像样。刚好有一处新盖好的房子，我们本来也没什么主意，被他们一捧，结果就这么定下来了。”

他们租下的，是一幢只有十来户的小洋房公寓。房间是标准大小的一室一厅，厨房、浴室、厕所都有，每月租金六万日元。此外私家车位的租金还要另算，每月七千日元。

紧接着，留美子接二连三地把各种崭新的家具、电器搬进了两人闪闪发亮的新居。洗衣机、吸尘器、冰箱、餐柜、餐桌、椅子、衣柜、化妆台、立体声音响、彩电、录像机、风扇、空调、被炉、热风机、加湿器、沙发茶几……

“他们家只拿了一个用得脏兮兮的旧书柜过来。其他全都是我用现金在百货店买的。买完这些，我的存款就见底了。”

两人就这样开始了他们的新婚生活。下班之后，他们最喜欢的就是外出娱乐。

“他时不时就打电话给我，说今天下班去外面吃吧。我们吃的那些涮火锅、寿司什么的都挺贵的，之后还要去咖啡厅、看电影什么的……我们两个都喜欢打弹子机，结果玩上一次至少要花上两万多日元吧。要是运气好赶上‘777’[w](#)，能一口气出来三千多个弹珠呢。为了出个‘777’，这么多钱一会儿就没了……”

昌夫的工资跟销售业绩挂钩，靠提成挣钱，所以不是很稳定。平均

下来每个月交到留美子手里的，大概也就十一二万日元左右。

不知道是不是经济地位决定了家庭地位，两人婚后生活的主导权完全由留美子一手掌握。这种不平衡的关系，最终酿成了二人后来的困顿局面.....

## 七十万日元随你花

婚后两个月的一天，留美子突然推开了一家大型信贷公司营业网点的大门。

那家贷款公司就开在留美子早晚上下班往返车站的必经之路上。他们的推销员还经常在车站附近派发夹着贷款产品广告的火柴和面巾纸。

实际上，前一天留美子就打过火柴盒上印的电话号码，咨询怎样能贷到钱。

“电话里，他们说只要带着医疗保险证来就可以了。第二天我一下班就顺道去了一趟。我把保险证给他们看，说我需要三万日元。然后您猜怎么着.....”

留美子等了一会儿，贷款公司的人就满面笑容地出来了。看着对方脸上的笑容，留美子心里有些发毛，但仿佛又有一块石头落地，心情很是复杂。

“我们这的最低起贷额是十万日元。像您这种情况，我们可以给您准备七十万日元。您看怎么样？”

对方的说明让留美子有些不知所措。这时对方的女接待员轻轻地给留美子端来了湿毛巾和咖啡。

“今天这些钱您就先拿着吧。要是觉得用不着，直接把钱拿过来还上就行。明天、后天、下周，随时都可以。只要您定期交利息过来，本金可以完全按照您的节奏还。”

留美子机械地应和着，整整七十万日元的现金就摆在了眼前，各种单据也一眨眼都开好了。



“您需要对家人保密对吧？没问题，我们保证客人的隐私。”

一大笔预料之外的资金就这样到了留美子的手里。

留美子究竟为什么去信贷公司借钱呢？虽然婚礼、蜜月旅行、新家的家具、各种日常应酬花光了她五百万日元的存款，但她和丈夫两个人的收入加起来应该是吃穿不愁的。

“其实我自己也不太清楚。为什么什么都没想，就去信贷公司借钱.....后来我父母也说我，你一个人去那种地方都不害怕吗？一般人怎么敢去那种地方啊.....”

我翻来覆去问了很多次，到最后留美子都没有说出一个让人信服的理由，解释她为什么如此轻易地去借钱。但是据她说，她最初起了这个念头，貌似是因为“想买一个手包”这样一个再平常不过的理由。

“我忽然想，到了夏天要不要两个人出去玩一趟.....而且，刚好想要一个漂亮点的包包。从银行下班的路上，有一家卖时装的店，有时候我会去逛逛。那家店里刚好有一个漂亮的包，卖三万多日元.....我这忽然就多出来了七十万日元对吧？然后我就有点得意忘形，没买那只三万日元的，而是买了一只六万多日元的古驰.....噢，我现在拿的这个是迪奥，在夏威夷买的.....”

说着，留美子把包拿出来给我看。

当时觉得反正还有一个半月就发奖金了，到时候全都还上就好.....虽然她这样对我说，但面对从天而降的七十万日元，她当天就开始豪爽地开花了。

丈夫昌夫虽然每个月给留美子十一二万日元，但每个月还得要拿走四万日元当零花钱。

“我家的车买的是日产Skyline，每个月车贷要还两万七千日元。他每个月去打两次高尔夫球，去一次就要管我要两万多日元.....”

虽然留美子年纪比昌夫小，但收入却比他高不少，大概是因为这个，她总像大姐宠小弟一样，经常给昌夫买各种东西。

“比如说，去商场给他买西装，卖西装的人说，买两套，留一套换

洗的比较好，我觉着也是，就给他买了两套。然后到了梅雨季节，又给他买了套雨衣。他打高尔夫球，就给他买了三支球杆.....啊，想起来了，又有一次我买了一个戒指，他看到之后让我也给他买点什么，结果就给他买了一只十万日元的欧米茄手表.....”

## 虚幻的中产之梦

留美子幻想着挎着新包，和昌夫两个人出门旅行.....然后半推半就着被信贷公司塞了一笔七十万日元的“巨款”。结婚那年的夏天，他们终于踏上了期待多时的旅程。

虽然给昌夫买了西装和手表，然后又给自己买了包和戒指，借来的七十万日元已经花掉了不少，但用来给两个人旅行还是绰绰有余的。

去夏威夷蜜月旅行的时候，留美子选了旅游公司一手包办的新婚蜜月套餐。这回和上次一样，她选了旅游公司推荐的“伊豆半岛西部四天三晚周末之旅套餐”。

“虽然像我这样的人根本算不上什么中产阶级，但我心中多少总有一些仿佛是中产阶级般的感觉。想着既然别人都去夏威夷，那我也得去夏威夷。别人有的东西，我当然也想买，别人去旅游，那我也得去旅游，想过上高质量的生活.....你说对吧？我承认确实有虚荣心在里面。”

两人住在一家海边的高级日式旅馆里。然而他们除了住宿费以外，还花了好多预算之外的钱。

“旅馆的服务员向我们推荐了好多东西，有活鱼现宰的生鱼片，还有高级甜瓜做的餐后果盘。虽然明知道手里的钱全是借来的，但毕竟金额那么大，就产生了一种以为自己是有钱人的错觉，把人家推荐的全都点了。我老公喜欢喝酒，又点了好多名酒.....”

留美子花钱从来不记账，花了多少钱没有数，但据她说这趟旅行前前后后加起来花了有近三十万日元。又是买东西又是旅行，她借来的七十万日元转眼间就花了个一干二净。

后来，夏季奖金入账了。昌夫二十七万日元，留美子六十二万日元。如果，她按照当初计划的那样，用这九十万日元把信贷公司的钱全

都还上，就不会产生后续的问题了。

“虽然把利息交上了，但奖金还得用来还车贷，我也还想买些其他东西，眼看着越用越少。而且.....”

没办法用奖金将债务一次还清，还有一个无法说出口的理由，那就是关于债务一事，留美子一直是瞒着昌夫的。

“家里所有支出都是从我这里走的，所以钱他都是全权交给我来管理的。出门旅游的钱也是，他一直以为是我从我的存款里拿的。我也一直没有机会跟他开这个口.....”

为什么新婚夫妇也要彼此有所隐瞒，留美子到最后都没有说出个所以然。但是有一点是肯定的，那就是在她的心底，有个一直没有和丈夫彻底解开的心结。

“你看，我是二十七岁那年结婚的吧。我有结婚早的朋友，到我这个年纪都有两个孩子了。当时我确实挺着急的。而且，介绍我们认识的朋友还说，除非你们性格或者生理上实在没办法调和，不然的话就快结婚吧。反正像少女漫画里面那种惊天动地的恋爱是不存在的。”

留美子和昌夫认识刚刚半年就结婚了。据说婚后两人一开始就感觉没有对路。

“他特别敏感。毕竟我们结婚之前各自独立生活了那么久，这也是在所难免的事情，但是这种生活实在是太累了。他是AB型血，而我是A型血，也许我们本来就不合拍。总而言之吧，一开始我觉得用奖金把欠债还清就OK了，但是这事也很难开口跟他说.....”

留美子跑进另一家信贷公司的时候，正值盛夏。夏天的年中奖转眼就被两人花个精光，不巧留美子又得了病，在家休息了十来天，光靠当月的工资已经不够两人生活了。

“去的时候，我打算就借个五万日元左右。然后对方说给五十万日元让我先用着。说到底，还是因为我在银行工作，他们信任的不是我，而是我工作的银行。我当时一大意，就借了三十万日元.....”

## 貂皮大衣迷人眼

他们把公寓用电器和家具装点起来，像舞台布景一样打造了一个“爱之小巢”，然后衣着光鲜地享受优雅的周末旅行。丈夫周末去打高尔夫球，夫妻俩下班去外面吃饭……或许，留美子是在按照自己头脑中描绘的幸福画卷，不惜一切地扮演着幸福的新婚夫妇模样。

但是，她的这出好戏只不过是瞒着丈夫举债维持的沙雕城堡，舞台崩塌，陷入一片漆黑也不过是早晚的事情。

这时留美子的身体垮了下来，又进一步加速了舞台的崩塌。

“早晨我走得比他早，七点二十分就得出门。在银行上一天班已经累得不行了，对吧？然后您猜怎么着，家里的事他明明什么都不管，对别人却特别挑剔、敏感，屋子没打扫干净啦、菜做得不好吃啦，数落个不停。所以那段时间我简直是身心俱疲，经常头疼、恶心，胃像被人掐着一样疼。其实就因为这个，我还流产了一次。简直是……整个人都垮了。”

本来就不好的身体在流产的打击后健康状况每况愈下，定时炸弹般的债务更逼得她走投无路。大概是由于这些原因，留美子在结婚那年的秋天，突然向工作了足足七年的银行提出了辞职。

“说实话，只靠我老公的工资，我们的生活一定非常窘迫。其实我还是想接着工作的，老公也让我继续工作……但真是没办法了。”

丈夫的工资只有十二万日元，留美子究竟是怎么打算的，谁也不知道。

不出意料，留美子刚离职，他们的生活费就窘迫起来。外债的利息又不能不付。为了撑到丈夫发工资那天，无论怎样都需要三万日元……留美子心里想着，推开了第三家信贷公司的大门。这家信贷公司常在电视上做广告。公司门口的招贴板上，演广告的女星温柔地对她笑着。她说想借三万日元，而贷款公司的销售员告诉她，可以借给她五十万日元。

“那时，要是能干脆地告诉对方‘我不需要！’就好了……结果，我还是借了四十万日元……就是从那段时间开始，我每天都在借新债还旧债，然后为了还钱，又不得不继续借新债……到了这个地步，我的脑子里每天就光想着怎么凑钱，其他什么事情都顾不上了。”

已经身陷债务泥沼不能自拔的她，却忽然买了一件价值七十万日元的貂皮大衣。这种行为，简直让人怀疑她脑子是不是有问题。

“我一个朋友非要拉着我去一个皮货展销会，说就算什么都不买，看看养眼也是赚。”

那个展销会就设在东京市中心的一家酒店的宴会大厅里，参展的全都是顶级品牌，奢华至极。

“到场的客人一看就全都是出身上流社会的富家太太，全身珠光宝气的。一开始我根本没想买东西，就在那里闲逛。逛着逛着，就看到一件雪白的貂皮大衣，觉着挺好看的……”

展会的女销售员一眼就发现了在貂皮大衣前面驻足不前的留美子，走到她身边开始了推销攻势。貂皮大衣的吊牌价是七十万日元。

“这件我们平时都卖一百三十万日元的，您今天来买绝对是捡了个大便宜。明年皮货就涨价了，这件怎么说也得要一百五六十万日元。来，您穿上试试……”

半推半就中留美子就把它穿到了身上。镜子里映着的，是身披雪白的貂皮大衣的自己，耳边，是销售员赞不绝口的声音。

“其实，我早就想要一件貂皮大衣了。这时，店里的销售员忽然喊道：‘各位顾客！现在购买可以分三十六期付款！机会难得！’我一下就心动了起来……”

尽管留美子心生动摇，但毕竟肩上还压着沉重的债务，她在那里留也不是、走也不是。周围的销售员见状也围了上来。

“她们缠住我不放，我想借口上厕所走掉，她们竟然带我去厕所，然后在厕所门口等着我出来。我在那待了两个多小时，结果还是买了下来……”

一开始，我对她还有一些不解和轻蔑，认为这个女人的金钱观和脑子都有问题，然而听着她的倾诉，又渐渐觉得她就像一个身坠陷阱的小动物，沉湎于虚假繁荣的生活中不能自拔，甚至开始对她抱有一些同情。

# 幸福的舞台成泡影

在贷款公司逼债的攻势下，留美子彻底沦为了一具提线木偶。一开始，催债的人还仅仅是打电话、发电报，到后来，渐渐地开始控制了她的行动。

“我说，现在手头没钱，你们再等等行吗？然后对方就叫我到某某某的店里，办贷款买某个东西，然后再拿到某某某的当铺，把当来的钱拿到贷款公司还债。说八点也好九点也罢，多晚来都行，他们在那等我.....被他们这样呼来喝去，我早就昏了头，只好对他们言听计从.....”

留美子说着，拿出了一大摞典当的票据。这些全都是把刚刚买来的东西拿去当铺抵押的凭证残骸。

七十万日元的貂皮上衣，拿去典当行才只换来了三万日元；二十万日元的珍珠项链才抵押了一万日元.....为了偿还有限的利息，被迫购买了价值数十倍的商品，留给她的却只有天文数字般的债务。

生活变成这样，留美子就像一个人孤独地飞行在伸手不见五指的浓雾之中，不知前路何方，脑海里只剩下偿还利息这一个念头。

“我都变成这样了，他竟然还是一无所知。那年冬天他说想去滑雪，我还想方设法给他凑了三万日元.....”

等昌夫终于发现了妻子的异常时，留美子的贷款已有三十三笔，金额高达七百万日元。

在律师的帮助下，留美子终于暂时摆脱了当时的错乱状态。现在，她心中究竟是怎么想的呢？

“你是不是想和丈夫拉近关系，想要生活得更幸福，所以才往新婚的家里添置这么多家具，还去旅游什么的，以至于花了如此之多的钱呢？”

“您说得太对了！嗯，我心中想要的，其实是一个像杂志照片里那样的家，或者说得先把舞台的布景布置像样了，才能开始我们的新婚生活.....当时我的这种想法特别强烈。我叫朋友来家里玩，朋友一直感

叹：‘哎呀你家太厉害了！配置得这么全！’人家这么说，我心里一定是美滋滋的。她们管我要蜜月旅行的照片看，我心里也很高兴……但是，事到如今，已经全都完了。”

“完了？”

“我本来以为，我借钱的事情败露之后，他会狠狠臭骂我一顿。但他非但没有生气，甚至什么反应都没有。其实，我想让他狠狠骂我一顿的。我们一次架都没吵过，我在他面前也一次都没哭过，但他还说我‘太冰冷，态度就像公事公办’之类的。刚结婚的时候我还觉得结婚挺好的，现在却觉得没有那么好了……还有性生活也是，总有被拒绝的感觉……有时候我会觉得，早知道会是这样，当时不结婚就好了……”

留美子的一番话，让人眼前不由得浮现出这样一幅画面：一对男女，站在肉眼看不到又无法逾越的裂谷的两侧，各自直面着自己的孤独……追求幸福的狂热已然退去，现在她的手中已经空空如也，什么都没有留下。

亲爱的读者，你又是如何看待本系列纪实文学中登场的上班族和他们的家人呢？

或者有人会心中满怀愤懑地想，这是一群多么愚蠢的人啊！还有人会说，中了贷款公司圈套的人是自作自受，或者说都怪他们生活不检点、不知节制。

但是，罗列出他们个人的过错，究竟能不能从根本上解决问题呢？

他们的人生中，是不是还隐藏着更深层次的毁灭因子呢？同时，自我感觉良好的你我，是不是也有可能和他们半斤八两，同样也生活在一个时刻与危险相伴的状态中呢？

抱着这些问题，我咨询了智囊顾问X先生（多人代称）。

“他们的生存状态，非常典型地反映了现代的新型贫困。发达社会中的贫困和以前不同……”

且听X先生下文分解。

(1)此处指一种具有赌博性质的游戏机， 开奖时机器显示出的三个数字为“777”的时候为中大奖。



# — 和X先生的对话 —

## 最为缺失的东西

X先生告诉我，日本的贫困人群大量产生于明治时代以后。以地租改革为标志的大规模的社会变动，使大量农民的生活陷入困境，进而涌入城市沦为底层。

比如，日本剧作家唐十郎编剧、蜷川幸雄导演、话剧团“状况剧场”表演的话剧《下谷万年町物语》中所描写的东京下谷万年町，就是一个由明治二十年代（1887—1896）的进城贫民所形成的聚集地。他们平时只能做一些捡垃圾、修木屐、挑着扁担走街串巷卖杂货、卖鱼、集市摆摊、拉人力车等城市里的杂活来勉强维持生计。

随着甲午战争、日俄战争所带动的军需工业的发展，他们中的一部分人加入到了在工厂干活的工人阶层中。

X先生首先介绍了传统意义上的贫困人群的历史。

“有时候，针对不同社会阶层，使用的词语也有所区别。所谓‘细民’，是指有固定工作的社会底层的一般工人阶层。‘贫民’是属于没有固定工作的城市杂工阶层。而‘穷民’，则是指老弱病残等无力维持生计的赤贫阶层。但无论叫法如何，他们都是日本踏上近代资本主义国家道路后产生的贫困阶层。他们的贫困可谓是‘贫困中的贫困’，过着吃了上顿没下顿的生活。然而，战后日本进入经济高速增长期后，贫困也随着时代的发展演变成了‘繁荣中的贫困’。”

社会上物质极大丰富，明明已经摆脱了“吃了上顿没下顿”的极端状况，为什么还有贫困存在呢？究竟贫困在哪些方面呢？

X先生这样告诉我们：

“首先，是在经济上没有可以依靠的储蓄。比如，一个人有三百坪（1坪约为3.3平方米）土地，他死后可以将这三百坪土地平分给他的两个儿子，每人可以分到一百五十坪。这就是最纯粹的所谓经济上的储蓄。但如果这样定义储蓄的概念，那几乎所有人都会没了自信。现在

（1985年）东京圈内一般人有能力购买的带土地的独栋住宅价格，大概是三千五百万日元，土地面积二十三坪，建筑面积二十五坪。这样的‘储蓄’，是没办法分割的吧？”

哪怕算上退休金和死后的生命保险赔偿金，积攒一辈子的积蓄仍然不够作为留给孩子的“储蓄”，这种不安大概谁都会感受到——X先生指出这一严峻的现实后继续说道：

“缺少‘储蓄’的不安，还有另一层意义。打个比方，一个熟练工花一辈子时间磨炼出来的车床手艺，也许一夜之间就会被计算机化的数控车床所取代。一个人从根本上赖以生存的最终手段——技术、技能、知识、判断能力，也许一夜之间就会被彻底推翻。现代人心中的这种不安，都在日渐膨胀。”

物质和精神的双重折磨，是现代贫困的一大特征。也许，人们正是为了缓解心中无时无刻都充满着的不安，才会被寻求物质上的担保以获安心这一冲动所左右。

“为什么人们不顾自己的偿还能力，也要从信贷公司借贷，或是用信用卡购物呢？这绝不仅仅是表面上的虚荣心在作怪，而是出于一种人们在苦闷中试图证明自己的心理，证明自己能够融入这个社会，证明自己没有落后，证明自己不低人一等……”X先生如是说。但是，为了证明自己而买的东西，是不是真的能带来幸福，这才是最大的问题。X先生用希腊神话中点石成金的迈达斯国王来举例。

“国王点石成金，明明是一个求之而不得的大好事。但是他想喝水，却连杯子带水一起变成了金子，而根本喝不到真正想喝的水……这则希腊神话的故事，难道不是跟我们现在面临的状况非常相似吗？我们追求物质上的富裕，但当这个世界真正被物质上的财富所充斥的时候，我们却得不到真正想要的东西……这才是真正的贫困。退一步讲，如果像迈达斯国王一样能够点石成金倒也还好，然而我们所碰触的东西非但不能成金，反而会成为无用的垃圾……”

这样一来，也可以说正因为我们的社会达到温饱状态，才反而陷入了贫困的泥潭。那么，我们人类最需要的又是什么呢？我和X先生的对话逐渐深入到问题的本质——

# 重新审视“生活”的价值

向众神许下的愿望得以实现，手指点石成金，身处金碧辉煌的荣华之中，却连手边杯中水都会变成金子，无法缓解自己喉咙的干渴——我们试着将X先生引用的迈达斯国王的故事对照现代社会的状况进行思考。

我们的社会和神话中的情节如出一辙。我的脑海中不禁浮现出这样一幅画面——我们日夜兼程跑步赶超发达国家，虽然表面上获得了物质上的繁荣，但不知不觉之间，原本对于我们来说不可或缺的“水”却干涸得一滴不剩。所有人都在急忙慌乱地一边喊渴一边为生活东奔西走。

据X先生分析，让这种现象从社会的底层浮出水面、化作各种社会现象进入我们的视野的，其实是由石油危机引发的经济放缓。

仔细想想，X先生说得没错。贷款公司和信用卡正是乘着这阵以广告煽动人们购买欲的东风急剧膨胀。就是在这样一个时代之中，人们才在欲望的驱动下，争先恐后地预支未来的幸福，被卷入到借钱消费、提前享受的黑洞之中。

也同样是在这样一个时代中，孩子们躁动不安，走向失足，学校里的暴力行为愈发严重。

那么，现代社会中能够作为滋润人的“水”，换言之对人们来说最为重要的又是什么呢？X先生这样告诉我们：

“我们所在的资本主义社会中，企业既无情也无义，只会一味追求利益，这个社会，资本一面不停增值，一面彼此之间还会不断竞争。刺激企业追求利益的冲动、经济的冲动不停侵蚀人们的生活，压垮、吞噬并统治生活本身.....我认为，这就是当今社会的特质。换句话说，就连我们的生活，也遭到了经济原理的彻底占领.....所以，人们开始变得像企业一样对经济活动愈发敏感，甚至可以说人类已经被改造成了金钱和物质统治下的行尸走肉。”

所谓经济活动原本是指人们曾经为了糊口而进行的耕田、狩猎等为生活活动。虽然经济是支撑人们生活的重要基础，但其本身不是我们活着的目的。X先生说，生活第一，经济是支撑生活的基础——这本应该是

再理所当然不过的道理，然而不知不觉之间，已经变得本末颠倒，因此我们有必要对其进行重新审视。

“人们不是有多种多样的欲望吗？最典型的欲求就是想要陪着自己的小孩子开开心心地玩耍，或者多看看大自然、种花养草什么的……所以首先是满足衣食住行等最基本的需求后，才有条件享受这些生活。其次，是拓展自己的能力、不断成长发展，满足实现自我的欲望。再有，就是享受和外面世界进行多种多样的接触的快乐。有时，可以是参加与政治相关的活动等……我认为，将所有这些人的欲望综合在一起，就是我们所谓的生活。”

比如，在本书开篇登场的证券公司的销售员，被销售指标所迫，陷入了起早贪黑的长时间工作，最终彻底失去理性、人间蒸发。人类如果不扎根于X先生所说的正常的生活，迟早有一天会在精神上走进越来越窄的死胡同，生理上的思考能力和判断能力也会日渐衰弱。如果陷入这种状态，人就只能看到眼前的利害得失，彻底沦为欲望的奴隶。X先生指出上述“人性丧失”的危险性之后，如此说道：

“如果每个人的个人世界中，不能够充分地、均衡地满足上述多种多样的欲望，那么无论我们的宪法多么强调和平和人权的重要性，我们也会忘记是非善恶，忘记我们应该齐心协力实现的目标，无法做出正确的判断。我们在战争中付出了惨烈的代价才得到的民主主义，不就是为了让每个人都能够发展自己的人性、实现幸福生活的国家体制吗？难道我们不应该回归初心、重新思考一下这个问题吗？——至少我是这么认为的。”

## II

# 快节奏的城市

日本——这个正成长为超级经济大国的妖怪国家，

一边吞噬着来自全世界的信息，

一边在耀眼的光芒下二十四小时不眠不休地运转。

计算机化的浪潮让它本已飞速跳动的脉搏进一步加快，

在社会的每个角落都掀起变革。

在激流背后，

整个社会都沉浸在更加方便、更加富裕、更加幸福的世界即将到来这一共识下，

朝着同一个方向大踏步前行。

但是，和世间聒噪的氛围背道而驰，不知道是这种无色无味无形的气压让人窒息，

还是因为无法言喻的不安和看不到明天的混沌感，

人们的脸上总是阴霾重重。

时代迈向世纪的终点，如何解读未来的明暗？

让我们走进时代的现场，去一探其中的奥秘吧。

# — 魔性附身 —

## 战士们贫穷的早晨

列车到站之后，我被挤到变形的身体猛地从电车中释放出来。车站的站台上瞬间人潮汹涌。

“您没事吧？”

村林恭平对我说。

这一天，我终于实现了随行贴身采访计算机企业一线技术人员工作的愿望。前一晚上，我住在独自居住的村林家，次日早晨，和他一起出门上班。

那晚我们一谈就谈到了凌晨两点多，等从床上爬起来的时候，已经是必须飞奔出门的时刻。我们连早饭都没吃，就从家里冲了出来。我在后面追赶着身材高大的村林向车站赶去。明明是出城方向，早晨从东京新宿开往神奈川县方向的特快列车依然挤得人动弹不得。所以，他才会关切地询问我。

村林恭平，今年二十八岁，供职于开在东京神奈川沿线的一家超大型计算机企业，在其中的研究所里担任系统工程师的工作。近年来，日本全国各地都开始出现高精尖技术研发机构聚集的高新技术产业基地，他所工作的厚木地区也是其中之一。随着超大型企业进驻这一地区，各类周边产业也随之兴盛起来，从东京市中心出城上班的人口亦同步激增。

出站后我们换乘了巴士。巴士里塞满了一看便知是“高科技战士”的上班族。他们把公文包垫在膝盖上，手里举着经济类报纸，耳朵里插着耳机，一言不发……这就是现在随处可见的、面目整齐划一的男人们的生活状态。村林恭平也不例外。

在巴士中摇晃了二十分钟之后，他任职的研究所大楼终于从一片丘陵中的台地上露出头来。

“您等会看着，大家一下车，就会一股脑地涌向那里。”

他手指的方向，是一家24小时营业的便利店。

乘客接连下车，巴士几乎成了一辆空车。村林说得没错，下了车的人们面无表情地接连走进了那家便利店，他们看起来年纪轻轻，才二十多岁。

“他们都跟我差不多，晚上加班到很晚，所以早晨能多睡一会儿就多睡一会儿。没结婚的人，基本上都在这买上一碗方便面，或者豆腐皮寿司，然后顺便买上一本漫画杂志，再去上班。吃过早饭之后，就可以开始一天的工作了。这附近原本是丘陵地形，一家饭店都没有。所以无论是午饭还是晚饭，基本都是在便利店买点便当之类的，再继续加班……”

他三番五次提到“索然无味”“没有钱”，然后这天早晨也买了一个什锦便当。

系统工程师、程序员，是走在计算机和网络不断发展的现代社会最前沿的一群人。他们是负责设计并组合驱动计算机工作命令的专业技术人员，全国大概有六十万人，其主力军多是单身的年轻一代。

听村林说到“没有钱”，我顿时想起了昨晚开“卧谈会”时他所说的话。他说，年轻的高科技战士们身上，不知为何没有性的味道。这究竟是怎么回事呢？这天的采访开始后，我才开始明白他所说的“没有钱”的真正含义。

## 矗立在田野中的不夜城

一座高楼，像是剜去了山体的一角，矗立在丹泽山脉延绵的丘陵之上。这里就是村林恭平工作的研究所。研究所占地面积八万平方米，大楼周围有游泳池和网球场，再往外，是修得整整齐齐的草坪。

从巴士停车场通往公司正门的路是一段上斜坡。在这里工作的上班族手里提着公文包和在便利店买的便当，一言不发地爬上这条坡道。

村林工作的地方，就在这座研究所的一角。公司现在正在参与一个超大规模的项目，将遍布全日本每一个角落的某个大型组织的终端，用

计算机全部连接起来。预计这套在线系统完成之后，该组织所有用户及其家庭成员的信息和数据都将被汇总到一起，可以做到瞬间调档、浏览，保险、金融等服务都将因此实现效率提升、高效化，收益也将实现飞跃性增长。

因此，公司将系统工程师和程序员等精锐部队调集于此，再加上外包公司派来的援军，以人海战术来推进这个项目。

“据说这套系统弄好之后，将会是世界第一的网络系统。但我们所接触到的范围，连一头大象的脚指头都还不到，根本不知道整个系统到底有多大。有多少人在做这个项目呢？我觉得，怎么也该有上千人。这里是个超大型‘工厂’。”

虽然整个项目耗时数年，但每个部分都有交付期，每当交付期临近，“战场”上就会变得杀气腾腾。虽然公司的工作时间是有规定的，早晨八点四十分开始工作，晚上五点三十分下班。但工程师们仿佛是生活在另一个次元的世界里，完全没有工作时间的限制。

“我是半路加入这个项目里来的，结果来上班的第一天就通宵了。之后，也从来没正点下过班。平时基本上都要到十点多下班，临近交付期的时候干脆没有时间概念了。最严重的一个月，我通了六次宵、周六加班三次、周日加班四次，加班时间超过两百个小时。”

这附近还残留着一些田园的气息，所以每到夜里周围就会变得一片寂静。只有工程师们工作的这座大楼灯火通明，就像黑暗中的一座不夜城。

“早晨进公司之后，到处都是趴在桌子上睡觉的人，就像刚刚经历过一场大战，‘横尸遍野’。因为工作实在是太苦，有时候外包公司忽然像人间蒸发了一样，所有人忽然就不来上班了。那年一直干到了十二月的最后一天，等我回到公寓之后，电视里都开始直播红白歌会了。”

也只有他们这样年轻人占绝大多数的软件技术人员，才能够撑得住这么残酷的长时间连续工作。有数据指出，这一人群“整体平均年龄27.3岁，其中男性软件技术人员的单身率20~24岁为97.5%，25~30岁为76.4%，30~35岁也有40.2%”（数据来自电子计算机相关工会组织的1981年统计数据）



村林的前辈“惊叹号超人博士”也是单身工程师中的一员。

## 工程师都是漫画迷

单身工程师们的早饭是便利店买来的便当和方便面，午饭也同样单调，常是几个人成群结队，又跑去巴士站旁边的便利店解决。

他们买午饭时，一定会带上一本漫画或是少年漫画周刊。他们对每期杂志的上市日期早就烂熟于心了。每到杂志的上市日期，负责买的人都会赶紧去便利店采购，在同事间传着看。

“午休的时候，我们就吃买来的便当、面包，或者公司食堂的难吃得要命的荞麦面，吃完了就都回到自己座位上看漫画。绝对不会聚到一块聊天，更不会谈论报纸上的新闻，也没人会看经营杂志。大家各自坐在各自的座位上，有一眼没一眼地看着漫画……”村林这样说道。

“大家都这么年轻，又都单身，难道不会谈论一些八卦绯闻吗？”

“不会。完全不会谈论跟异性有关的话题。我们部门也有几个女工程师，但他们也从来不与女同事聊天。从来没听说过谁跟谁有一腿这种传言。”

但是，有一个不得不说的男人，就是“惊叹号超人博士”。要了解单身工程师的习性，他是一个绕不开的明星。

如果读者朋友家里有小孩的话，可能听说过“惊叹号超人”这个名字。惊叹号超人巧克力是一家知名食品公司生产的巧克力夹心威化饼，每个只要三十日元。这款产品于一九七七年上市，大概从三年前起，产品包装中会赠送一张画片。画片有三种，分别是“恶魔”“天使”和“护身符”。这款零食在孩子们中间一下火了起来，每到上市那天孩子们都会成群结队地聚集到小卖店前排起长龙。有些地方甚至规定一个人只能买三块，销售十分火爆。

据生产商介绍，这款产品现在依旧十分流行，每年销售额大概在五十亿日元左右。如此盛况对于主打儿童市场的便宜零食来说十分罕见。

其实热衷于收集画片的不光是孩子们。比村林早一些进公司的前辈，单身工程师“惊叹号超人博士”——佐久间纯一就时常炫耀自己已经

收集了超过两百张惊叹号超人画片。

一个身高一米八、横向宽度也十分惊人的大男人，却长了一张十足的娃娃脸，怎么看也没有三十二岁。

同事对他的评价就是一个“成天懒懒散散的人”，行为举止也十分乖张。哪怕是领导在座的会议，他也会把两条胳膊摊开，张着大嘴仰在椅子上打起瞌睡。

“有时候在干着活，他会忽然跑到我身边来对我说：‘喂！村林特工！今天上市啦。跟我一块去吧！’然后就带着两三个比他后进公司的同事，一窝蜂地跑到巴士站旁的便利店去买‘惊叹号超人’。每人限买五块，于是我们就每人买五块给他。回到公司之后，他马上迫不及待地拆开画片，还边看边开心地说：‘喂！你看！这人的脸是不是特别像某某（领导的名字）？哈哈哈哈哈。’因为每次他都一口气买很多，后来还自称‘小朋友的天敌佐久间’，是个挺怪的人。”

就是这个“惊叹号超人博士”，据说以前竟然是从一个二线城市数一数二的重点高中考上了东京大学法律系，毕业之后却进了跟专业完全没有关系的行业。

## 外星来客

“惊叹号超人博士”佐久间纯一虽然大白天就敢打着哈欠开始打瞌睡，在其他工程师跟程序较劲的时候笑眯眯地看着漫画，领导看了会火冒三丈的事情都让他干了个遍，但奇怪的是却一次都没遭到过批评。

据比他晚来公司的人说，这是因为他作为工程师的能力确实是出类拔萃。

“在计算机的世界里，不是1就是0，不是正确就是错误，不是黑就是白。对吧？所以这个行业的看人标准也一样，一个人有能力、没能力，懂技术、不懂技术，黑白分明。”

佐久间的一个后辈说道。“惊叹号超人博士”这一难得的技术人才，他究竟蕴含着怎样的能力，我完全无法理解。

曾有一个工程师去他家做客，进门之后立刻目瞪口呆。

最近很多高中生、大学生告别不了小时候爱看的《哆啦A梦》等漫画，将它们一直堆在书桌周围。但是这位“博士”的房间里不光堆满了小时候收集的漫画和周边产品，甚至连武士画片之类的小玩具都珍藏得好好的。

不光如此，只要谈到漫画、动画，就没有他不知道的。大到作品的名字、主角的名字，小到配角的名字，乃至各种故事细节他都烂熟于心。

最近，他正沉迷于游戏。《勇者斗恶龙III》上市时引发了抢购风波，他却早已预订购买，游戏上市后也十分从容，还跟同事说“昨晚玩了个通宵”，然后又毫不掩饰地去打瞌睡。

和这家公司同属一个资本集团的婚介公司，每年都会给年满三十岁还单身的员工发来广告信。这家婚介公司采用了当时流行的计算机配对系统。

三十二岁、单身、东大毕业、在超大型计算机公司工作——只要将“惊叹号超人博士”的资料罗列出来，肯定能吸引无数有结婚意向的年轻女性的眼球。但他本人却宁愿选择沉迷于被人造角色所环绕、幼儿式的幻想世界中。

“他对于衣服什么的，一点都不在意。对吃的也没有兴趣。我们谈论异性的话题，他也完全不搭话。看样子也完全不认识什么女性朋友.....”

同事这样评价他，大家甚至怀疑他是不是原本就对“性”完全没有兴趣。

越看他越像是生活在异次元的新人类的典范。他本人似乎也早已预料到了周围人的看法，常常一脸认真地嘟囔：“等到了一九九几年，我就得回自己的星球了.....”

自称“外星来客”的他，是不是一个特例呢？绝非如此。工程师和程序员们战斗在计算机化最前线，忍受着高强度、长时间、高密度的工作。当我用聚光灯照出他们的劳动状态和生活内容后，一张张和他十分相似的面容呈现在了我的面前。

# 厌恶人情味

虽然比起外星来客“惊叹号超人博士”可以说是小巫见大巫，但在和奋战在计算机战场最前线的软件技术人员接触的过程中，我时常感觉到他们或多或少都在人情这点上筑起一道看不见的防线，不愿让人接近，或者说他们不愿将目光看向充满人性的、纠缠不清的感情世界会更加贴切一些。

我采访了在一家大型机电集团旗下的软件公司任中层干部的池泽一树。他的公司里算上外包人员一共有两千多人。虽然规模很大，但主力部队同样也是年轻一代。三十岁员工的单身率高达50%以上，可见公司里单身人士之多。

“刚才在过来的路上，在杂志上看到了这样一篇报道。我把这篇报道给我们公司的年轻工程师看，说：‘这篇文章写的就是你们。’对方看过之后苦笑着对我说：‘虽然写法有些极端吧，但说的事情一点都没错。’”

他说着，把那篇文章递给了我，文章的标题是《计算机技术人员结婚中介手册》。

亲爱的读者，如果你是一名单身的计算机技术人员，请立即放弃结婚这一念头。这并不是在吓唬人，男性计算机技术人员结婚困难，已经成为无法忽视的社会现象。

现在，社会上都对计算机技术人员抱有成见，认为他们性格沉闷无趣。很多女性甚至单纯地将从业者和黑客、阴暗、性格变态等标签画上等号。当然，你的谈吐也十分无聊。可能很多人会反驳说：“计算机技术人员也有很多结婚的啊！那他们又算什么呢？”那么请问，那些已婚的公司前辈们的老婆，你真的能接受吗？来，实话实说！把真心话说出来，心里才能好受！

虽然这段十分富于煽动性的文字有些不太适合女同胞们阅读，但文章却通过这样的口吻来鼓励读者使用婚介服务。这一现象反映了不断增加的软件工程师已经成为了婚介产业的战略目标这一事实。

但是据池泽说，公司里的计算机战士们并不是因为“性格沉闷”“谈

吐无聊”才没有女人缘，而是因为他们自身的性格本就十分苍白。

“被称为‘旧人’的上一辈就不用说了，就连我这样从学生运动里走出来的一代人，年轻的时候都是充满了激情和能量的。但看看现在这一波年轻的工程师们，他们身上完全找不到闪闪发光的部分。平时谈吐从来不提异性，看上去对异性也完全不感兴趣。基本上一张嘴就是谈车，或者谈高尔夫球。就像一群初中女生一样，这么点无聊的事情，就够他们叽叽喳喳聊个没完没了。”

不知道他说的这些，是所谓“新新人类”们所共通的生活方式，还是这群工程师日夜陪伴计算机这一现代魔性“生物”所造就的特有性格。

“最近有个新词，叫‘技术应激’。”

池泽打开了话匣子。

## 计算机才是情人

计算机本身只是一个金属构成的机器而已，要让它发挥出超人般的计算能力、瞬间计算出复杂的问题、处理大量数据，就必须由人类事先输入计算和处理的流程。事先设计这些流程，并将其严密地组织成程序的人，就是系统工程师和程序员，他们被统称为软件技术人员。

在大型软件公司供职的池泽一树先生口中的“技术应激”这个词，是一个最近在圈内流行的词。

举两个例句来说，“最近他好像有点技术应激了啊，两个眼睛都空虚无神了”，或者“最近他跟谁都不说话，是不是技术应激了啊？”

据池泽说，这个词最早来自美国临床心理学家克雷格·布罗德（Craig Brod）所提出的技术应激（technostress）的概念。这一概念本来有两个意思，其中之一是指中老年人对于计算机的排斥症状。现在，各个公司都争相导入计算机办公系统，很多人跟不上计算机化的脚步，但又不得不用计算机办公……对于计算机的不安、恐怖，给他们带来了很大的心理压力。

但是最近几年，这种“计算机排斥症”不断减少，反而是人们对计算机的过度适应症状开始显现出来。

按理来说，计算机是对人类言听计从、诚实而又忠心的机器仆人，只要工程师和程序员的程序和命令没有错误，计算机绝不会反抗他们，并会迅速给出正确的运算结果。但是，如果程序有逻辑不成立或错误的地方，或者不小心把逗号打成了句号，就绝不会给出正确的结果。计算机不会揣摩人类的心思，也不会通情达理地帮我们理顺程序。

系统工程师们的宿命，就是面对性格冥顽不灵又不知变通的计算机，在终端的屏幕前一边自问自答，一边重新组织逻辑关系、修改错误，孤身奋战。

但是，在孤军奋战中，心理和生理上越是痛苦，问题解决、计算机正常工作后的成就感就越大。每当这时，“冥顽不灵的倔老头”仿佛摇身一变，成了“顺从又听话的老好人”。好多人都说“对机器越来越爱不释手”，或是有“人马合一的快感”。估计就是这种感觉。

当人和计算机之间产生了上面这种亲密关系后，每当离开计算机，人心中都会产生不安。这种对计算机过度适应的心理状态，就是所谓的技术应激。

“当人和电脑之间建立了这种亲密关系后，没有感情、无论何时都会正确无误地回应人类的计算机，就会比受感情左右的人类好处得多。相比之下，人际交往就会显得越发麻烦。这样发展的结果，就是越来越厌恶和人交往，逐渐走向自闭，失去鲜活水润的感情。我认为布罗德所提出的，就是这个问题。每当我看到工程师们，都会想起这一学说。”

池泽先生如是说。

## 梦里也要被追赶

“跟计算机打交道的工作，跟一般人想象中的‘劳动’是完全不同的。这首先是因为工作内容非常有趣，也可以说充满创造的乐趣。它会刺激人的好奇心。从事过这个行业的人不用我说就能明白，而没从事过的人恐怕就很难理解。”

川越和臣是一名从业二十年的老资历工程师。为什么工程师的工作强度明明这么大，却还会有人奋不顾身地投入其中呢？他回答了我的疑问。

“编程的时候，就像是屏住呼吸向前猛跑一样，会彻底忘记时间。将自己设计出来的逻辑输入电脑之后，无论是否正确，电脑都会给出结果。如果出现问题，就会停下来思考，然后再次输入自己设计的逻辑，电脑马上又会输出结果。这种你来我往的过招实在太有趣了，渐渐地，这种趣味就会像毒品一样作用于你的身体。这样一来，无论你在终端机前坐几个小时，身体都不会觉得疲劳。只要是软件技术人员，无论是谁几乎都会有相同的感受。”

不知道是不是因为这个工作产生了一种像是吸毒一样的沉醉之感，工程师们仿佛把自己装进了一个透明的胶囊一样，不愿再和外界接触。

“编程时会在脑海里一直沿着逻辑进行思考，一旦思考被打断，重新回到正轨是非常浪费时间的。所以在工作中如果跟程序员搭话，虽然他表面上会理你，但心里其实很不情愿。也就是说，感觉和人打交道特别麻烦。因为他们都是这样的人，所以就算晚上放下手头的工作准备回家，写了一半的程序也会跟过来。不是说把程序放进公文包拿回家，而是说会在脑海中挥之不去。”

川越上班需要乘坐连接横滨、东京、大宫的JR京滨东北线这条铁道的电车。回家的电车也是他的办公室。

最近，很多穿着打扮像是销售员一样的人，都会在车站的长凳上或电车里拿出小型计算机和笔记本不停地写着什么。时间和信息像猛兽一样追赶着人们，哪怕是走在马路上都得不到片刻的安宁。

“我在电车里，虽然不会拿出纸和铅笔去写些什么东西，但头脑里始终在考虑着编程的逻辑顺序，要先怎样处理，然后要怎样处理……”

我询问了其他工程师，其他人也有类似体验。

有人告诉我：“哪怕计算机关机了，大脑也不会有片刻停歇。不管在电车里，还是在床上，还有在梦境里也是……”

另一个工程师则有些自嘲地说：“半夜坐电车回家，一眼就能看出来哪些人是‘业内人士’。脸色苍白、神情紧张的，经常回头、四下张望的，双目无神、嘟嘟囔囔自言自语的……因为在公司里随便抬眼一看，全是这样的家伙。”

川越每天半夜回到埼玉县的家之后，都会在自家玄关前举行一个小小的“仪式”，就像是所谓的“驱邪”一样，深深地吸一口气，然后呼气，将计算机程序赶出自己的头脑。

“但是这个仪式其实也没什么作用。等我往床上一躺，程序又闪现出来，万般无奈之下，只好借助酒精把它们从脑子里赶出去……”

## 被时代抛弃的不安

虽然程度上有深有浅，但有一点可以肯定，那就是工程师们都十分热爱自己的工作。

据资深工程师川越和臣说，开发计算机软件的工作会刺激人对知识的好奇心，独具趣味。不仅如此，每名工程师编程都有其独特的个性，如果有一百名工程师同时开发一个系统，那这个系统中就会有一百种独具个性的程序。软件开发就是这样一种富于创造性和个性的工作。

“说得稍微夸张一些，自己写的程序只有自己才能看懂。自己可以成为程序的主角，我感觉软件开发和其他工作相比起来最大的魅力就在于此。”

但与此同时，每个工程师都要面对自身技术落后于时代的不安。

编程是一项十分麻烦的工作。要基于一定的规则，将英文字母、数字、百分号、货币符号等字符像公式一样进行组合，向计算机发出一行又一行的指令，让计算机按照正确的顺序工作，比如需要在这进行四则运算、需要在这替换数据、需要在这绘制表格等。

进行超大型系统开发的时候，工程师们有时会在很长一段时间里专攻同一个领域，积累起多达十万行以上的代码。

但是，计算机领域的技术革新已远非用“日新月异”能够形容，已经到了“分秒必争”的地步。新型计算机接连登场，而每当有新型计算机推出，都需要更高、更新的软件技术。

川越说：“在这个行业，以前积累下来的经验很快就会被淘汰。所以才会有人说，工程师三十五岁就得退休。”



三十五岁退休——“工程师拼的不光是知识，到最后决定胜负的其实是腕力和体力。”工程师们苦笑道。一方面，这个行业的工作实在太苦，做到三十五岁体力就到了极限；另一方面，面对眼花缭乱的技术更新，所有人都要不停吸收最新的信息和知识，掌握最新软件的技术，否则马上就会被时代淘汰。掌握最新技术最需要的也是精力和体力，所以才会有三十五岁退休这种说法。

计算机领域的工作一方面富于创造性和趣味性，另一方面却无时无刻都需要面对被时代追赶的压力。

在迈向以计算机技术为轴心的技术化社会的道路上一路披荆斩棘的软件工程师们，无时无刻都需要面对害怕遭到淘汰的心理压力。那么，这种压力会不会使他们的内心产生某种变化呢？

当考虑到这个问题的时候，我想起了这一章登场的年轻工程师村林恭平的一席话。

“计算机的世界里，不是1就是0，不是正确就是错误，不是黑就是白。所谓的‘中间’‘灰色’‘暧昧地带’是不存在的。”

从早到晚面对计算机，在沉重的心理压力下，连思考方式都要和机器合一。长此以往，人会产生什么变化呢？

## 喜怒哀乐波澜不惊

村林恭平隔一段时间就会回一趟位于东京的父母家看看。他每天到家的时间几近午夜，所以平时很难有时间见父母一面。

有一次他回到父母家，却十分沮丧地发现，自己和父母之间仿佛隔了一道看不见的屏障。

“我回了父母家，跟他们聊天。然后，我就觉得明明对话的内容跟以前没什么两样，但心里却忽然焦躁起来。你们说话再干脆一点！再快点，别绕弯子，先告诉我结论！是对是错，是黑是白给我个确切说法！就是这样的感觉。”

因为计算机是一个逻辑关系的世界，不是黑就是白，不是正确就是错误，不是A就是B。村林说他担心如果从早到晚与计算机为伴，人类

的思想会不会也逐渐被计算机同化，但他却没发现，自己已经开始了被同化的进程。

“父母大概也察觉到了我的变化。我妈对我说：‘你以前都挺乖的，怎么现在变得这么急躁了，像变了个人一样？’被她这么一说，我才猛然回过神来。我的生活，每天二十四个小时里，有十多个小时都在跟一个不允许‘暧昧’的人对话，剩下的时间都是独处，也没有人说个话。”

像村林这样的经历绝非个例。我还采访了多位从业二十多年的资深工程师，他们也有过类似的体验。

“如果一件事不是黑白分明，我心里就会着急得不行。一件事非得分出个是非对错不可。所以看人的时候，心里总觉得非得给他定性、分群才舒服。潜意识里就会认为必须给一个人定下来是喜欢还是厌恶……跟妻子对话的时候，也会忍不住呵斥她，说‘给我个确切说法！’‘结论是什么！’之类的话。本来，我就不喜欢那些乱七八糟的烦心事。平时除了‘洗澡’‘吃饭’‘睡觉’这些必要的话以外，我都懒得张嘴。”

很多人都向我倾诉过类似的烦恼，表示和家人的对话十分别扭。

在前几节登场的川越和臣今年四十三岁，仍旧活跃在这个三十五岁退休的行业的第一线。

“也许跟计算机打交道时间长了，我们的思考方法和感性就都会变得像模子里铸出来的一样僵化。本来我就很少和妻子说话。一旦变成技术应激，就更懒得和她纠缠不清。特别是年轻工程师，他们在这一方面更加明显，都不喜欢在情绪上产生波动，更不会真正发怒。无悲无喜对他们来说才是最舒服的状态。”

将浪费压缩到最低，不断寻求到达目标的捷径。越是陷入这种思考模式，和计算机的对话就越是顺利。但是，这样却会导致和人的交往越发空虚、冷漠。川越对这点似乎很有切身体会。

“这样下去的话，和其他人的交往就会越来越少，视野也会越来越窄。大家的脑子有九成都被电脑占领了，对于政治、社会之类的越发淡漠，至于文学、戏剧什么的就更是像火星人的活动，连都不会去想。我感觉，这样每天都面对计算机，虽然技术会有所提高，但作为一个人是没有成长的。”

# — 人心的变化 —

## 女工程师的告白

按照事先约好的时间，我来到了东京六本木的一间不大的咖啡厅，她已经坐在里面等着我了。

她体型干瘦，后背却挺得笔直，眼神笔直地盯着前方一动不动，似乎在思考什么。

津本佐江子，今年二十五岁。大学毕业之后就当了一名工程师，现在正在一家规模较大的软件公司工作，正在承接NTT（日本电信电话公司）的项目。

在长期和计算机打交道的过程中，人类的意识和情感会受到怎样的影响，又会产生怎样的变化呢？在针对这一问题进行的采访中，我结识了佐江子。她的告白揭示出了计算机行业的恐怖。

她说：“我自己都有点害怕我的变化，最近正在考虑辞职，不做工程师了。”

“害怕”究竟是怎样一回事呢？

“软件开发是个有意思的工作，真的是特别有意思。自己从零开始写程序，一个大型系统就建立在我写的程序之上.....会感到非常神奇，非常有趣。但是这个工作做久了.....”

计算机的世界里，一切不合逻辑的事情绝无容身之地。她说，当她在这样一个“逻辑社会”中待久了，就会对不合逻辑的事情、没有客观根据的事情产生极强的抵触情绪。

“我不允许自己说不合逻辑的话，更不想进行情感化的讨论或者对抗。我认为这是没有意义的。我甚至连同情心都没有了.....”

“比如呢？”

“比如飞机失事，死了好多人。以前我都会觉得，哎呀遇难者家属真是可怜。但是最近我可能会觉得，都怪坐飞机的人不好。感觉单纯的人类的死亡已经不能在我心中激起什么波澜了。”

“一般来说，人都会对人的死亡感到悲哀。你的心中，是不是会对这种感情有一种本能的反感呢？你又为什么会想要反思你自己的内心呢？是遇到了什么事情吗？”

面对我的提问，她忽然有些欲言又止，低下头似乎在想着什么。

“这个说来有些难以启齿.....我现在有个男朋友。以前有一次我们两个偶然讨论起智力发育不良的小孩子，我觉得对于有先天疾病的生命，应该更加珍惜、呵护才对，他也非常赞同我的观点。但是，前几天我们又讨论到了这个话题，我说的话跟之前完全相反。我说，孩子既然生成这样了也没办法，或许也没什么意义.....虽然当时我没觉得怎样，但是之后想想，我怎么会说出这么过分的话来.....”

“他怎么说？”

“他总是同意我的观点。可能因为他也是从事计算机行业的。”

“那你们两个又是怎么.....”

“我说，要是我生出来一个那样的孩子，我才不要呢。然后他说，是啊，干脆丢掉得了。”

## 先杀了你再自杀

津本佐江子害怕自己变成一个没有感情的冷血女人。她所恐惧的事情，已经发生在了她周围的男人们身上。

“假设有地方发生了一场大地震，或是别的什么自然灾害，死了好多人。这种时候，大概很多人都会觉得，哪怕自己没什么太大的本事，也想冲到现场去尽一份力，帮助受灾的人。但是我觉得，我周围的人，既不会有人这样想，也不会有人付诸行动。”

“感觉像是一种安静、冷漠，只有寂静无边的黑暗.....是不是这种感觉？”

“说得好听点，是秩序井然、干净整洁.....他们是绝对不会有激情去争得面红耳赤，更别说大打出手了.....”

她工作的公司看来也有不少患有技术依赖症的人，只要能让计算机言听计从，就能获得无尽的快感。

“也许坐在终端机前就是他们唯一的兴趣。和电脑打交道，就能获得心灵的安宁——这种体验我也有过。机器就是自己存在的意义，没了机器，就没了一切——这样的男人太多了。他们只要坐在计算机前，就不再孤独。对于这种男人，我感觉不像是什么‘男人’，倒是觉得.....像植物一样。”

“会这样觉得吗？”

“会的，这种感觉很强。”

大概是以前发生过什么事情，给她留下了深刻的印象。正当我观察她的面部表情，想要一窥端倪的时候，她忽然讲了一件很奇怪的事情。

在她的公司，每当有新人加入进来，都会有一名男性老员工对新人进行一对一的指导。负责指导她的，是一名三十三岁的单身男人。

“他也是个无比喜欢计算机的人。有一次他把我带进一个能从里面反锁的机房.....”

他把身子紧紧地贴在她身上，强迫她和自己交往。她说“不行，我已经有心上人了”，然后从机房里跑了出来。然而第二天，他又把她叫进了机房。

“我忍无可忍，大声对他说：‘看到你的脸我就想吐！’但是，他却面不改色地看着我.....”

没过多久，癫狂的求爱以电子邮件的形式发到了她的邮箱里。

“我要先杀了你然后再自杀！”

“我要在你面前从楼上跳下来给你看！”

“你给我记着！我一定会报仇的！”

面对屏幕上整齐排列的文字，她坐在计算机前不寒而栗。

“和计算机打交道，说白了就是一个人让机器服从自己的过程。听起来是不是和强奸有相似之处呢？所以，他对女性也会用同样的手段.....”

植物一样的男人内心深处潜伏着狂暴的黑暗。她的故事，是另一缕照亮“计算机社会与人类”这幅画卷的光线。

## 人心会变形吗？

津本佐江子险遭公司前辈性暴力骚扰的遭遇在公司里不脛而走之后，她又从其他女同事那里得知了很多“意外的人”发生的“意外的事”。

比如，程序员A子遭到了另一个系统工程师逼迫，要和她交往。遭到A子拒绝后，那个工程师将她带到了一间空无一人的机房。

“听说那个男的掏出一把刀，叫她‘乖乖听话’。她拼命从机房里跑了出来，这才勉强逃脱。还有另一个女同事，被她的领导纠缠了好久。后来发展到这位领导甚至跑到她家门口去堵了她好几天，但就算这样她也没答应，后来她收到了好几十通骚扰电话.....”

在另一家公司，计算机部门发生的案件则更加可怕。一个男性软件技术人员强迫女部下与其交往，遭到对方拒绝后，便不停地往她家里拨打骚扰电话。没过多久，男人不光使用女部下的照片制作成裸体合成照片，还将照片和写满污言秽语的骚扰信件邮寄给她，纠缠不休，骚扰行为一次次变本加厉，她最后只好报警求助。这些案例有一个共通点，那就是他们全都罔顾对方的心情和态度，心中充满自私的妄想，强迫对方屈服于自己。

“总觉得这些男的心理都有些问题。不知道是不是他们没有感情了，毫不犹豫就能做出这种事情，就像没有正常人的感情一样.....”

不知道他们是不是因为连续多天在高压状态下和计算机逻辑殊死搏斗，才产生了这种令人发毛的扭曲心理。她也在考虑辞职转行，正因为害怕这种“扭曲”和“变形”开始在自己的内心世界中蔓延。

“如果和现在的男朋友结婚，我可能也不是很想要小孩子。怎么说

呢.....这种感觉很难用语言表达，我感觉我这个人好像越来越冰冷似的。但是，如果转行干别的.....放眼望去其他的行业我都觉得十分无聊。就好像我做的工作比他们那些普通人都要高端，我比他们都高一个层次。不知不觉之间，我已经变得这么高傲自大、藐视别人了。连我自己都特别厌恶这样的自己.....”

听完这席话后不久，我结识了一位资深系统工程师的妻子濑山夏子。她的丈夫濑山修一今年三十六岁，在一家知名复印机制造商的生产管理部门工作。夫妻俩和上小学一年级的女儿一起住在神奈川县川崎市一片新建的住宅区里。据说，这里就是让“不伦”成为日本流行词的电视剧《周五的妻子们》的故事原型发源地。一幢幢独栋小洋房以铁道车站为中心向四周铺开，形成了一片漂亮洋气的街区。每一幢小洋房看起来都像是电视剧里中产上班族的幸福剧舞台一样。濑山家的左邻右舍，全都是日本全国上下无人不晓的广告公司的上班族家庭。

夏子对我说，还是离家远一些心里会比较轻松，所以我们将见面地点选在了离她家一站地的地方。

## 幸福妻子的隐情

也不知道是幸福还是不幸。

现代社会为满足物欲已然生产过剩，近乎奢靡。流光溢彩的华丽外表迷惑了我们的双眼，仿佛所有人看起来都生活得幸福、富有。

我对濑山夏子的第一印象也是这样的。虽然平凡，但经济上十分宽裕，过着中产太太无忧无虑的幸福生活。要是不知道她的个人隐情，恐怕只会把她高亢的声音和她良好的家庭背景联系在一起。

在“职业”一栏填“家庭主妇”的女性，其实也有很多在做各自的副业。比如，利用年轻时在国外居住的经历开个外语班，教小孩子们外语，或者从国外代购一些高级生活用品之类的。

她告诉我：“我在这附近和一个朋友开了一家小店。今天提前打了烊，所以就有时间过来了。”

她说和另外两个熟识的姐妹各自发挥专长，一起开了家家庭用品店，主要客户群是附近铁道沿线的家庭主妇，卖一些自制的手工艺品、

陶艺品、毛线编织品、高级童装之类的东西。

三个人轮流去看店，所以一周只要去两天就可以，是个十分轻松的工作。她用明朗快活的声音向我介绍着自己的近况。

“就算不赚钱，也能赚个乐子啊。”

“就是。因为大家都很闲，总得找点事干.....”

在她们开店的住宅区，上班族的妻子们都有一些简单省力的“工作”，一大早开始就像赶场一样地去打网球，上游泳班、烘焙班、料理班，一个接一个。这样的生活方式，就是这片住宅区的日常。

她的丈夫瀨山修一从以前工作的计算机公司辞职之后，和几个一起辞职的兄弟开了一家软件开发公司。现在在一家大型复印机生产企业负责生产管理系统的相关工作。

介绍了一遍丈夫的工作经历之后，她的语气忽然变得愤怒起来，开始向我数落起丈夫。

“他生来就是一个十分规矩、一丝不苟的人。在电视机上放东西，如果不放成分毫不差的直角，他就看不顺眼。我们家记账也都是他一手包办。晚上回来再晚，他也会把自己用的钱一笔不少地记在账上.....他还要求我一分钱不差地记账，然后自己逐条确认。总之，就是要记账算清收支，最后结余多少钱，也非要拿出来数一数才行。”

但是，比起其他让她烦恼的一面，丈夫这点过度的“规矩”根本算不上什么。自从丈夫创业开办软件公司、开始没日没夜的加班之后，经常控制不住他自己，连连爆发。

“他不是晚上回来得很晚吗？我也累了一天了，到了晚上也很困，有时候睡着了，不能去门口迎他。这时，他要么怪我没去门口迎他，要么嫌家里太乱没有收拾好，总之就是找好多理由，叮叮咣咣——”

“干什么？”

“把饭桌上的饭菜全都拿到厨房，一盘接一盘稀里哗啦地全部倒掉.....”



# 把压力发泄到妻子身上

“我还没反应过来发生了什么，他就忽然把餐桌上我做的饭菜全都拿到厨房，一盘接一盘稀里哗啦地全部倒掉。一盘都不剩。他的脸上像是戴了面具一样，毫无表情，一言不发.....”

这究竟是怎么一回事呢？夜色中的高档住宅区，看起来本应充满幸福的瀨山家里却发生着让人费解的一幕。这幅光景，只是想象一下就会让人无言以对。夏子继续向我控诉着丈夫的所作所为。

丈夫刚刚倒掉自己好不容易做出来的饭菜，却又因为桌上没有自己爱吃的东西而大发雷霆。他也不用饭勺，直接用饭碗从电饭锅里挖出一碗米饭，浇上开水或者酱油大口大口地吞了起来。

“白天做了这么多事情，到了晚上我也很累。只要他回来的时候我已经躺下了，他就会故意把我叫起来，坐在床边吃起开水泡饭来，还跟我说：‘你看看你，就给我吃这个’.....”

有一次，他还故意把夏子买来的白衬衫撕得粉碎，扔进垃圾桶，并把她的衣柜用油性笔涂得漆黑。

“前几天他在外面喝醉了，回家之后不小心碰倒了花瓶。也不知道花瓶里的花怎么惹到他了，他把花扯得稀烂，然后哗啦哗啦地把花瓶里的水全部泼在了地毯上。我根本管不了他，只好任他在那胡作非为。接着他竟然从自己的衣柜里拿出出门用的西装，用西装擦地。真是精神错乱.....”

夏子说着，神情中充满了失落。

丈夫在外面积攒了满腹压力，将它们全部带回家发泄在妻子身上。那么，夏子究竟是怎样看待自己的丈夫的呢？

“他从来没正眼看过我。一般人结婚之前，不是都要去约会吗？大概也就是去喝个咖啡，在一起聊聊天，彼此眉来眼去什么的。但他却从来不这样.....”

两个人见面之后，他总是一言不发地走起来。夏子只好跟着他走。他并没有什么目的地，只是自顾自地走着。

“只要一出去约会，他就走个不停。我们走到哪都是并排，从来没有面对面相处过。那段时间，真是被他拉着走了好多路.....”

夏子微微笑了。她回忆起以前和丈夫的经历后对我说，他是一个从不关心自己妻子内心世界的人。

“他是个特别自顾自的人。我们同房的时候也是.....前一阵，我才刚看过关注两性问题的心理咨询师.....”

夏子主动提起了他们夫妻关系中最敏感的部分，继续向我讲道。

“我经常听其他计算机工程师的妻子说，已经好几年都没有和丈夫有过性生活。我们家不是这样，我们家那口子恨不得每天晚上都要亲热。但是，和他亲热根本不是‘两个人’‘一起’，他总是只顾自己满足，完全不顾我的感受。无论我怎么跟他提意见都不管用，他还是只管自己。最近我已经懒得跟他说这些了，就权当我帮他解决生理需要吧.....”

## 内心的呐喊

濂山夏子向我揭开了夫妻性生活外蒙着的面纱，展示出赤裸裸的真相。

“上次，我还特意找了一些成人电影来给他看.....虽然身为一个女人去做这种事情，说出来怕是要惹人笑话，但最后还是徒劳。他没有任何改变，还是只顾自己。说到底，对于他来说，我不过就是一个发泄欲望的工具而已.....”

她的话语中全无悲伤，仿佛已经看透了一切。但这样反而更加让我感受到了她的绝望和无奈。

和她的对话，让我忽然想起了另一位下定决心离婚的女性。

她的丈夫A先生简直像极了夏子的丈夫。每天半夜回到家之后，只要有一点看着不顺眼的地方，就举起高尔夫球杆，将桌上的饭菜连盘带碗砸个稀烂。

据负责调解离婚问题的咨询师说，男方父母只有他一个男孩，他从

小到大都在三个姐姐和母亲的溺爱下长大。他要求妻子时时刻刻都要无微不至地照顾好自己，同时将家里收拾得温馨干净，要百分之百的温柔，包容自己的一切。一旦有任何自己看不顺眼的地方，他的怒火就会毫无保留地爆发出来。

我把A先生的例子讲给了夏子听。

“据咨询师说，在他们的夫妻关系里，妻子的存在本身就是稳定丈夫心理状态的工具、物品，在性生活方面也只是‘工具’而已……”

夏子听了之后说：“跟我们家真的很像。我丈夫也是有姐姐有妹妹人家的儿子，而且他老家那边男尊女卑的习俗特别严重，他从小到大，在家中的地位都和周围的女性完全不同。他经常责怪我一点女人样都没有，说女人只要说‘是’就行了。其实，他想要的只是一个像他妈妈一样宠他的人吧。但是我不愿意这样。我不想那么‘无私’，把自己变成一个只为了他存在的人。是啊……对他来说，我只是一个‘东西’而已……”

她的语气不像是在讲给我听，而更像是在对自己说一样。

但是，让我们仔细思考一下，被当成工具对待的，难道真的只有她们吗？计算机软件行业从业者每天都在和计算机独处，工作强度很高，日复一日、年复一年。听说在这样的公司里，经常能够听到有人发出野兽一般的吼叫。也许就在他们每天压抑着人类的感情波动、一心只求自己的思维能够和计算机同步的同时，心中也会存留着重做人类的欲望。

夏子的丈夫修一，每天都要长时间、高强度地和计算机打交道。或许在如此生活的往复循环中，他在无意识中也在为自己人性的消失而焦躁不安，并将情绪向最容易屈服的妻子爆发，以此来发泄。他半夜离奇的感情爆发和对妻子近乎强奸一样的性行为，或许都是他内心悲痛的呐喊使然。

社会的计算机化会给人类带来怎样的变化呢？在对这一问题的不断深入采访中我发现，透过一张张看似幸福、从容的面容，却可以窥见暗示人类自身变异的世相变迁。

这些现象为什么会发生，我们从中又可以发现怎样的前兆呢？

## 短短三秒都等不及

“我们人类究竟在通过计算机追求什么呢？归根结底，还是‘缩短时间’这一永无止境的任务。我们的工作就是使用各种技术，不断寻找缩短处理问题的时间的方法。所以，就连我们自身也变得急躁了起来，就连一秒、两秒的时间都无比在意……有时候就连计算机显示屏反应的时间都等不及，有人不耐烦地用手指敲打桌面，还有些人甚至使劲拍打终端机，嘴里小声咒骂着：‘这个废物，怎么这么慢’……”

河原千绘是公司里屈指可数的资深工程师。她回忆起多年的从业经历，向我描绘了以上这样一幅栩栩如生的软件工程师们的日常生活图景。

计算机像是神经末梢一样，已经彻底延伸到了社会的各个层面。如今的社会已经越来越离不开计算机，否则很多领域都将陷入瘫痪。计算机已经如此密切地融入了人类的生活之中，那人类又受到了哪些影响呢？她在业界工作多年，对于这个和自己密切相关的问题有一套独到的思考和见解。

“‘再快点！再快点！’对于时间，虽然我们内心经常感到焦躁，实际上在现实中相差的不过是短短三秒。但是，因为我们的时间概念已经发生了根本性的变化，所以无论对机器还是对人，追求速度是永无止境的。如果对方不马上回答，或者思考问题的时间长了，心中都会觉得这人是个废物，是个人渣，对他嗤之以鼻。”

河原说，如果几天都没有坐在终端机前，心中就会感到空虚、坐立难安。

前文中提到过，软件工程师们在与世隔绝的、像隔离病房一样的世界里，沉醉于和计算机打交道的过程中，为了编写出完美无瑕的程序费尽心血，程序完成后则会沉浸在喜悦之中。不光曾在本书中登场的工程师们这样说过，就连河原也急不可待地对我重复类似的话。

“虽然我们天天跟机器拼命，最终都是我们让机器按照我们的意思工作，但不知为什么，我们会觉得这是我们和机器通力协作而产生的成果。我们会觉得计算机真是惹人怜爱——既不会说人的坏话，也不会两面三刀，比人类好处多了。所以，我们坐在终端机前面的时候都会感觉浑身轻松。特别是人际关系处得不顺的时候，甚至会觉得计算机的世界简直是完美。”

这样一来，人际关系逐渐荒废也是自然而然的事情。甚至有很多女性系统工程师不仅不结婚，就连同居都觉得麻烦。虽然河原已经结婚，但也能非常明显地感受到，系统工程师们和异性间的性关系正变得越来越淡漠。

不仅如此，和计算机相关的工作要求人们时刻保持绝对正确。因为计算机哪怕只是搞错了英文字母O和数字0，或是搞错了逗号和句点都会出现问题。

“这种所谓的完美主义，在人和人交往的过程中也会表露出来。很多人都无法容忍别人的缺点和错误，缺少体谅和容忍，变得跟机器一样。”

在本章的采访中我们所见到的人心的变化，究竟是仅发生在软件技术人员身上的特殊问题，还是一个具有普遍性的问题呢？

当我得知有专家正在研究这个课题后，便动身前往东京大学医学部进行采访。

# — 自闭化的社会 —

## 技术应激的真面目

那是一个小雨下个不停的阴郁下午。无论何时造访位于东京本乡的东京大学医学部大楼，都会给人一种阴森森的感觉。在位于大楼一角的保健社会学教室里，我见到了担任该学科研究助手一职的保健学博士山崎嘉比古。他正在研究的课题是从劳动健康的角度调查以计算机化为首要特征的技术革新，是否会对劳动者的身心造成影响，以及会造成怎样的影响。

山崎博士带着我去了他的研究室。研究室被高耸到天花板的书籍和资料环绕。美国临床心理学家克雷格·布罗德所发表的研究报告《技术应激》（,Technostress）中，从文明论的角度就计算机社会给人类带来的种种令人忧虑的现象做出了一些探讨。山崎对这一研究兴趣十分深厚。

最近，日本国内的神经内科医生、从事治疗身心疾病的心理科医生、心理咨询师等直接面对患者的一线工作者们，也纷纷开始报告技术应激性的病理现象或引发的人格异变。山崎博士认为，对待这些病例报告的时候需要十分谨慎，应该进行更多详细的调查。

过度沉迷于和计算机的对话，喜欢计算机超过了人类，身为人类的感性却陷入衰退状态，将这些症状综合在一起，就是“技术过度适应症”，即所谓的技术应激。目前来自临床的报告，主要是通过收集前往医疗机构就诊的病例进行推论导出的。因此，技术应激是否会演变为社会整体的趋势，还有待考察。

还有一点，就是技术应激现象为何会发生，直到目前都还没有一个十分确切的结论。其诱因究竟是不是计算机目前尚不可知，要避免妄下结论。

在这一背景下，山崎博士将收集到的大量计算机技术人员和一般办公室工作人员的数据进行了比较。数据的范围不仅涵盖当事者本人，还包括了他们的妻子，将他们的私生活也纳入了考察、比较的范围。

调查对象是一千名计算机软件技术人员和他们的妻子。通过发放调查问卷的方式收集数据，调查问卷回收率约为65%（648人）。回答者中，年龄二十五岁至二十九岁、大学理科专业本科学历、工作经验三年到五年的人群最多，占总数的近四成。

通过对问卷调查结果的分析，我们可以看到怎样的现实呢？

前文中我采访的那些计算机行业的工作人员，他们的加班时间足以让普通上班族相形见绌。山崎博士的调查结果又如何呢？

虽然67%的回答者在每周休息两天的企业工作，但有33%的人在最近三个月内有过至少一次通宵加班的经历，6%的人通宵加班达到四次以上。

此外，有75%的人至少有过一次周末加班的经历，33%的人有过三次以上周末加班。在加班时间上，52%的人每月加班超过四十个小时。这一调查从另一个方面证实了长时间劳动已经成了这一行业的常态。

有35%的人认为“每两天就会有一天工作后身心俱疲，下班后什么都不想做、什么都不愿意想”。60%的人认为“每周只有不到两个工作日能神清气爽地起床”。特别是每月加班时间超过四十个小时的人群中，这一疲劳曲线的上升最为陡峭。

如果让他们的妻子去描述一下自己的丈夫，又会得到怎样的回答呢？妻子们的调查数据，毫无保留地揭示出了奋斗在计算机技术最前沿的高科技战士们的私生活状态——甚至也包括了两性相关的内容。

## 妻子的怒火

“你是否感到，夫妻间的性生活出现过问题？”

如果被问到这个问题，你会如何回答呢？

以东京大学医学部山崎嘉比古博士为中心的研究团队，针对计算机软件技术人员的生活进行了详细的摸底调查。调查内容不仅包含工作方面，也囊括了私生活的内容。关于私生活的调查中最引人注目的项目恐怕就是性生活了。

“在日本，和性相关的话题总被视为禁忌，很少被公开提及。但实际上，性生活起到了维系夫妻关系的重要作用。我们认为，通过考察这些数据，包含情绪因素在内的日常生活中关系的好坏情况，也可以非常直观地呈现出来。”

调查报告的一个章节中如是写道。山崎就是从这样的视角，将上述问题抛给了一对对夫妻。通过这些问题，研究人员能得到怎样的调查结果呢？

针对“你是否认为夫妻的性生活或多或少存在某种问题？”这一问题，有29%的男性和25%的女性选择了“经常这样想”或“有时会这样想”。其中，女性选择“经常这样想”的比例甚至高于男性。

我们该如何看待这一数字呢？

在研究报告中，山崎博士写道：“有约三成的被访者认为，夫妻生活的基础存在问题。我们不难推测，他们的家庭生活的其他方面可能也会存在问题，应该多关注。”

这个调查中还有一个问题：“回顾最近三个月，你的丈夫平时在哪个时间段回家次数最多？”回答中，“晚上九点到十一点之间”占比例最高，高达48%。“晚上十一点以后”占16%。也就是说，合计有六成以上的丈夫，在九点之前都是没有回家的。针对十一点之后回家的人进行分析，他们中45%的人回答“性生活存在问题”。此外，在“从事软件行业后，就不太喜欢和人交往了”中选择“是”的人之中，更是有48%的人回答“性生活存在问题”。

本书接受我采访的工程师中，很多人都说他们对计算机有着像对异性一样的亲近感，甚至一度沉迷于和机器的“交往”。在这种心理的作用下，和人类的交往反而变得疏远。这些产生技术应激症状的人的性生活又是怎样一种状态呢？

调查结果表明，这种对计算机抱有“过度亲近感”的人群中，有45%的人认为“性生活存在问题”。调查报告中也写道：“技术应激心理的征兆和性生活有着很强的相关性。”

回答“经常觉得性生活存在问题”的女性，心中应该是存在着强烈的不满。对照研究数据我们发现，女性心中的不满，和丈夫回家时间太



晚、回家时体力严重透支、回家后不愿动脑或照顾别人的情绪这三个问题关系最为密切。

丈夫不光累得严重透支，回家后还不愿和家人进行情感上的沟通，妻子们的不满达到沸点也十分合情合理。但是，有八成的男性受访者表示“希望增加陪家人以及一起外出的机会”，绝大多数女性受访者也表示“希望丈夫陪自己好好说说话”“希望丈夫减少加班时间”“希望丈夫多注重健康”，对丈夫和公司提出了十分真切的愿望。

调查数据向我们揭示了一个充满悲哀的现实——无论丈夫还是妻子，都在生活中努力死守着家庭的最后一道防线。

## 心理崩溃的不安

以山崎嘉比古博士为中心的研究团队进行的“技术革新背景下劳动者的生活和健康”这项调查，是一个充满野心的尝试。他们试图通过调查和计算机紧密接触的工程师和软件技术人员的真实生活状态，来剖析计算机和人类的关系这一最为前沿的问题。

“面对问题，如果得不到黑白分明的回答，你是否会比从前更加容易烦躁不安？”

这项提问主要用来分析调查对象是否在长期和计算机的接触中产生精神上的变化。像这样的提问项在该研究中随处可见。

就上面这个提问项来说，虽然大部分人回答了“和以前相比没有变化”，但回答“比以前更加明显”的人约为“不如以前明显”的人的三倍。

“计算机只接受正确回答。所以，在和计算机打交道的过程中，人们会不会因为持续处于紧张状态而变得更加敏感呢？”

对于这个问题，做出肯定回答的人，是做出否定回答的人的三倍。

这一倾向，同样能在妻子们的回答中得到印证。而在针对普通的坐办公室的公司职员的调查中却得到了相反倾向的回答。因此我们可以得出结论，这是一个软件工程师们特有的倾向。

“通常来说，随着人们年龄的增长或生活阅历的增加，思维的灵活

性应是逐渐变大，也就是俗话说的人的棱角被磨平了。但在软件行业工作的人，应该是有一些阻碍这一规律的因素。”山崎对我说。

如果长时间从事这类高度消耗神经的工作，总有一天会迎来肉体上的极限。不知道是不是因为预感到这点，有三分之二的人曾经感到类似“如果这样下去，早晚有一天身体会累垮”的危机感，特别是其中有高达84%的妻子对丈夫的将来心存不安。

她们对丈夫的不安不仅停留在身体方面，有43%的人表示，担心自己的丈夫会发生“心理上、精神上的崩溃”。可见丈夫们每一天都是在如履薄冰的精神状态下工作的。

然而，这项调查真正的研究目的，在于确认所谓技术应激现象如果真实存在，那么引起该现象的要素是否为计算机这一问题。

该研究主要用以下四个心理倾向为线索来剖析问题。

因为计算机只能接受“非黑即白”这种二元对立型的逻辑，所以和计算机接触的人类的思维模式也会被计算机“改造”，变得越来越像计算机。这一说法是否符合事实？

和计算机相处十分轻松，让人感到心中舒坦，和与人的相处完全不同，所以和人交往令人心烦。这一说法是否符合事实？

因为计算机要求严谨、正确的逻辑，所以造成很多人在日常生活中也会对一些细节十分敏感，比如大门的门锁是否锁好、煤气的阀门是否完全关闭这类问题，也会不由自主地反复确认，否则就会心神不宁。这一说法是否符合事实？

是否曾经在工作中忽然开始认真考虑抛下一切、跑得远远的？

针对这四个方面设置的问题，有高达70%至80%的调查对象选择了“描述符合一般倾向”。

## 商业领域悉数陷落

被计算机独特的性质“感化”的人类，在精神方面也会产生变化——这个由美国临床心理学家提出的问题，即技术应激现象，是否在日本也

同样存在呢？从调查结果来看，以系统工程师和软件技术人员为首的技术人员中，已经显著地出现了疑似技术应激的心理现象。

但是，这类心理现象究竟是不是在计算机这一性质特殊的机器的“感化”下产生的，现在下结论还为时过早。山崎的研究团队对这个问题进行了深入的剖析。

“虽然从结果上来看，这种类似二元对立型逻辑、常见于技术应激的心理倾向确实十分显著，但现阶段来说我们研究的结果是，诱因应该不是计算机等有特殊性质的机器，而是另有原因。当然这个结论现在还有待进一步验证……”

山崎用谨慎的语气向我讲述了他的结论。

既然不是计算机，那究竟是什么原因呢？山崎发现，在比较了软件技术人员和普通办公室职员的状态后，竟然在他们身上发现了相同的现象。

“比如倾向于二元对立的思考逻辑，本来我们以为这种思考方式是因为过度亲近计算机才产生的，但我们在普通办公室文员的身上也发现了相同的现象，虽然发生率较软件技术人员低一些吧……”

山崎越是分析就越认识到，造成这些心理现象的主要原因，不是因为人们受到了计算机的“感化”，而是因为高强度的加班、长时间工作、休息日出勤、通宵工作等造成的严重疲劳、对于健康的不安和公司内部的人际关系紧张等，简而言之，就是我们周围残酷且反人类的环境。

“在配合计算机工作的过程中逐渐对人和人之间的关系产生厌倦，不是因为我们遭到了‘魔性’的计算机的洗脑，而是为了躲避公司里令人厌倦的人际关系，逃进了计算机的世界。”

这一“诊断结果”，是基于现在整个商业领域都笼罩在前所未有的巨大压力之下这一大背景中的。比如，“每天的销售目标”这种细如渔网的工作量管理、时间管理随处可见，而用于督促、监视这些管理条目的计算机也在飞速普及。

“大家也许会感觉到，现如今社会节奏极快，恨不得一个人当成三个人用，平时总像背后受人驱赶着一样，活在压迫感之中。不单单是软

件开发这样的工作，其他工种也同样被步步紧逼。这才是问题所在。所以，要分析技术应激现象，应该以上述问题为重点，其次再考虑计算机的性质带来的影响。”

这一结论，是不是否定了我之前所采访的系统工程师们口中的

“计算机导致了人心的变化”的说法呢？真相究竟如何呢？

## 决定是否走向毁灭的因素

“我们究竟能不能肯定，精神科医生和临床研究所报告的技术应激的病例就是由计算机造成的呢？甚至有人怀疑，这一现象仅仅是在部分媒体夸大其词渲染下传播的谎言。”

据山崎的研究，就算技术应激现象不是谎言，其离临床研究者所宣称的程度也还是有一定差距的。

那么，临床研究者们又是怎么看到这个问题的呢？我走访了精神科医生A先生。A先生曾经警告说，技术变革最为激烈的商业领域正在发生着令人恐惧的变化。

A医生向我介绍了下面这个病例。

富原雄一，今年三十八岁，是一家大型计算机公司的职员。从头参与开发设计了由政府机关采购的某大型计算机系统，是担任核心系统设计的工程师之一。虽然系统的交付期临近，加班成了家常便饭，甚至经常晚上住在公司，而他本人却说“一边吃方便面一边加班其实也挺快乐的”。

然而，崩溃却毫无征兆地降临在了他的头上。

那天，他负责设计的部分终于结束，开始进行系统上线前的数据输入工作。上午，他们一口气将大量数据导入了系统，结果到了下午三点多，由于数据量太过庞大，系统无法处理，计算机进入了死机状态，整个系统都发生了崩溃。

为了确保在任何情况下都万无一失，在设计阶段，系统中就应该预留一些余量，但他们显然对数据量预估不足。然而现在后悔也为时已

晚，他整个人都陷入了崩溃。

“虽然这些都不是他一个人的责任，但多年来他完全投身于这个项目，又遭到了领导的训斥。大概在他看来，自己多年的付出化为泡影，遭到了彻底否定。后来，他完全丧失自信，陷入了极度的抑郁状态。”

他拒绝和家人交流，在家的時候只会一直摆弄计算机，“对我也像外人一样”——妻子为这样的丈夫操碎了心，最终决定带他去医院找医生求助。

“他绝非那种有勇无谋、只会一味拼命工作的工作狂。他变成这样的原因其实可以说是他自己的性格使然。他的人格有些不成熟，比如喜欢能二元对立、黑白分明的事物，同时又只能从和计算机打交道的过程中实现自己的价值。而计算机又恰恰增强了他的这些心理倾向。”

在考察“计算机与人”的关系的时候，最重要的视角在于这个人是在一个怎样的现实体验中获得人生的成长。我从A医生接下来的一席话中获得了—一个重要启发——

## 孱弱的心灵

“最近，在全身心地投入计算机的工作后患上抑郁症、去医院寻求治疗的系统工程师不断增多。仔细观察这些病例，会发现他们几乎都有同样的背景。”A医生如此说道。

以上一节介绍的富原雄一为例，没日没夜的工作、加班、通宵作业，加上周末、节假日上班，又在如此残酷的劳动后迎来挫败。类似这样的劳动环境，或多或少存在于每个病例的背后。但他们的共同点不仅限于此，还包括他们在走向毁灭前就存在的极度贫瘠的人格特性。

“只要去调查一下那些沉浸在计算机世界里的—工作狂的人格形成过程，就会发现，他们之中很多人从小到大就像在与世隔绝的温室里的花朵—样长大，只会对着书本学习，甚至让人觉得他们不管是喜怒哀乐这样正常的感情，还是现实世界中的人情冷暖，都没有切身体验过。富原也是一样。”

我们人类只有在现实世界中，才能体会到心潮澎湃的兴奋、悲伤的痛苦、伤害别人后自己内心的折磨、战胜烦恼的快乐等感情。只有经历

种种感情，才能让我们的心灵更加充实。但是，如果没有这些体验，心灵就会像干涸的土地一样贫瘠。

“如果心灵的体验十分贫乏、人格不够健全的话，就不会在面对美丽的自然景观时感到喜悦，也不会在看到艺术品后心灵像受到涤荡一样产生清爽的向往。或者说，这种向往已经干涸，只能对工作后的成就感产生快感。”

未来的社会，信息会通过计算机和电视等媒介像潮水一样涌向我们。明明是自己从未体验过的事情，却能够看到别人体验时的图像，听到他们的声音，通过自己的想象进行感受模拟，还会在脑中对这些信息进行逻辑加工，追加体验。从另一方面说，人和人接触的机会就会越来越少，或者说寻求和他人接触的积极性的会越来越弱，让人们的精神世界变得愈发贫瘠的因素也就越来越多。

我们也许可以这样说，技术应激这一发生在软件技术人员身上的典型症状——比如凡事都要用二元对立的思维分出是非黑白，或者因为计算机对人类顺从、忠诚好相处，而厌恶和有感情的人类打交道等心理现象——是由于他们本身就具备容易产生这种症状的人格，才能在计算机的影响下诱发心理上的异变。而助长了这种心理变化、将人们逼向绝路的，难道不正是反人类的、残酷的劳动环境吗？面对遍体鳞伤、呆若木鸡的人们，A医生开出的是这样一张“诊断书”。

系统工程师们说，计算机会煽动人们的求知欲和好奇心，将逻辑的快乐像“毒品”一样注入我们的身体。在“毒品”的召唤下，人们和计算机的感情愈发亲密的同时，和他人之间的关系却变得空洞化——A医生的一席话让我不禁担心，我们这一列通往自闭化社会的列车会不会加速前行？

## 恍然回过神来

本应领跑计算机技术浪潮的技术人员，却因一门心思埋头于工作，患上心理疾病。A医生将造成这一现象的背景归纳为以下三个因素。其中排名首位的，是操作计算机的工作会刺激人的求知欲和好奇心。其次是现代商业领域中长时间工作、通宵等残酷的劳动状态。最后，是很多人都具有埋头工作的人格潜质。

其他专家又是怎么看待这个问题的呢？

“来我这里咨询的那些所谓职场精英，很多人也有相同的特点。”

临床心理学专业出身的心理咨询师B医生如此回答我。造成体力透支的高强度工作，让人埋头工作的人格、性格基础，还有计算机这一直接导火索——这三个因素是给现代人带来痛苦的“三重枷锁”。

“我们人类获得生存价值感有两个条件：一是职业活动中的成就感，另一个是人际关系中获得亲密性带来的满足感。然而现代工业社会却强迫人们仅通过职业活动的成就感去获得人生的满足。极端来说，就是只要有工作，其他什么都无所谓了，根本无暇顾及排解寂寞、充实自己等方面的需求。”

但是，当人们因为一些原因在事业上遇到挫折，停下脚步回头看看时才发现，妻子、孩子、朋友之中，竟然没有一个能够和自己交心的人。只有坠落进孤独的无间地狱，在深不见底的寂寞之中，人们才会认识到，自己原来从来没有构建起能够在心灵上支撑自己的人际关系。

为什么没能够构建起正常的人际关系呢？有专家表示，个体的成长史对于人际关系的形成影响最大。

“家长在养育孩子的时候，太过情绪化地关心孩子、给孩子过高的期待，反而会忽视孩子所需的关爱和心理上的其他需求，让孩子对人类的感情产生抗拒心理，厌恶和他人打交道。”

除了和家长的心理关系，孩子们还要面临来自学历这一走入社会的通行证的压力。为了获得这张社会通行证，孩子必须在大人面前扮演一个乖宝宝的角色，完全顺从大人的期待、指示、命令、禁止事项。这一切都剥夺了他们和同龄人玩耍、打架、劳作等体验现实、充实心灵的机会。

说到这里，B医生忽然想起什么，问道：“您看过一部叫《伴我同行》的美国电影吗？”

这部电影讲述了一个生长在美国俄勒冈州小镇上的中年小说家的故事。电影里，他一边回忆自己少年时的种种经历，一边将这些经历写进小说。

主人公是包含他在内的四个十二三岁的少年。在如今看来，他们四个都是十足的坏孩子。要是他们来了日本，恐怕都要成为被警察抓去管教的对象。这四个少年的家庭各有问题，每人也各怀心事。

一天，四个少年一致同意去河对岸的森林里寻找一具尸体。在这场冒险的路上，他们一边露营，一边在山野中徒步行走了整整两天。这部电影所讲述的，就是这样一个单纯的故事。

既然如此，B医生又为什么会特意向我提到这部影片呢？

## 畏惧踏入人心

四个少年踏上了一段为时两天的寻找尸体的旅途。在路上，他们有过冲突，又重归于好，彼此流泪倾诉对学校、老师和家人的种种怨恨和不甘，又互相安慰、鼓励，并在这个过程中培养出深厚的友情。这部作品将人生体验的原型高度浓缩、升华，并通过电影的形式表现出来，在日本的年轻人和儿童中获得了经久不衰的人气。

听说了这部作品后，我也租来录像带一探究竟。电影里生动地描绘了我们所经历过的少年的世界。少年们的悲伤、喜悦、怒气、心灵的跃动……简直就像一个情感博览会一样陈列在眼前。

“在和年轻人谈话的时候，经常听他们提到这部电影。好多人都对我说：‘真的好羡慕电影的主人公们啊，我就从来没有过他们那样的经历。’”

在体验现实的过程中充实自己的心灵——如果直到成年都没有这样的体验，将会导致怎样的结果呢？

B医生说道：“很长一段时间以来，各方面信息都在提醒我们，不擅长处理人际关系、有自闭倾向的年轻人正在增加，而且最近几年这一趋势越来越明显。”

据B医生说，这类人分两种。一种，是哪怕遇到了自己喜欢的异性，也无法张口表白的典型自闭。另一种，是虽然在众人面前可以放得很开，模仿电视上的搞笑艺人，或是连珠炮一样抛出段子吸引众人目光，但到了一对一的时候却忽然变得张口结舌、无法交流。



无论上述哪种类型，他们都像是被一层无色透明的胶囊所包裹着，和外界之间隔着一道厚厚的屏障，从不与他人交心——这就是所谓的“胶囊人类”。

“他们非常害怕踏入别人的心灵，也怕伤害别人。与此同时，他们也同样厌恶别人进入到自己的内心世界。所以，虽然他们表面上可以与人对话，但话题全都是些新出的汽车，或者哪个饭店的法国菜好吃什么。也就是说，他们说出来的不过是‘信息’而已。他们认为只要能交换信息、看起来能说得上话，就是所谓的人际关系。但其实，明朗快活只是肤浅的表面现象，他们的关系只停留在高高兴兴地交换信息而已。”

倾听B医生的分析后，我想起了本次采访中遇到的年轻工程师们的表情。人与人心意相交的过程，或许会面对心中的纠葛，或许无论自己和对方都会受到伤害，会充满苦涩——他们既没有体验过这种真正的人际关系，也不想体验……和B医生描述的人格高度重合的人，现在正变得越来越多。当有越来越多拥有类似人格的人和计算机建立起亲密的关系时，这个世界的人情味会不会变得越来越淡漠呢？

在这一章的开头我曾经写到，年轻工程师们之间完全没有性的味道。面对“性”与“爱”这两个人类最为原始、最为赤裸裸的感情，他们只会露出淡漠的神情，也是毫不令人意外。

## 人沦为机器的危险

在这一章中，我通过观察系统工程师和软件技术人员这两类计算机社会的急先锋群体的生活，思考了计算机对人类的影响，同时尝试找出我们人类社会当前正在面临的问题。

通过夜以继日地和计算机打交道的系统工程师们的体验，我们得知计算机就像黑暗中魔女的咒语一样，有一种俘获人心、将人禁锢其中的力量。有些人甚至一旦和计算机建立起亲密关系，就无法将其斩断，反而会十分厌烦和人类的交往。

但是，精神科医生和临床心理学家认为，是否会陷入这种状态，最关键的因素还是在于其人格的形成阶段。从小到大的成长过程是否充分地体验了真实的情感、培养出充实的人格，这才是一个是否会因受到计算机的影响变成自我封闭者的分歧点所在。

作为临床心理咨询师并长期和孩子们接触的C医生表示：“现在的孩子们，哪怕是你把他们带到大自然中去，让他们自由地玩耍，他们也会无所适从。他们会吵着要电视，要游戏机。还有些孩子会一遍遍翻着塞满背包的漫画书。要将孩子们培养为心灵充实的人，虽然口号喊起来容易，但事实上现状已积重难返。”

不仅如此，据B医生说，最近还有很多孩子厌恶泥巴黏糊糊的触感，对虫子等生物极端恐惧，甚至表现出对自然和生命的抗拒。

毕业于临床心理学专业的心理咨询师B先生说，最近很多父母甚至认为“最好尽量避免感情的波澜，过平稳、顺利的生活才是幸福的家庭”。越来越多的家庭中，夫妇之间、亲子之间简直就像陌生人一样，所有人都只是表演着幸福的家庭而已。而真实的人类的生活却陷入残缺状态。缺少真实体验、情绪方面发育受到阻碍的孩子大量增加，而且第一代这样的孩子已经长成大人，活跃在社会上。今后的计算机社会又会变成什么样子呢？

最近，所谓的智能大楼在各地拔地而起。无论进出大楼、办公室，还是在公司食堂买饭票，都需要使用ID卡（电子身份证）才行。仅凭这一张卡片，计算机就能侦测到谁在哪干了什么，并进行严格的管理。

一开始，可能有人认为这样会让人喘不过气来而心怀抗拒，但渐渐所有人都会适应这样的生活。相信我们都有这样的经历。

还有人指出，“我们每一个人，就像一个个顺从的精密部件一样，被组装、吸纳进计算机系统里面，逐渐变成机器。对于这点，我们就像患了感觉迟钝症一样，完全没有抗拒”。

在这样一个计算机普及率越来越广、速度越来越快、效率越来越高、生活越来越方便的社会里，我们人类还能够继续保持“人类”的身份吗？折射出这一问题的征兆，难道不是已经出现在我们面前了吗？有鉴于此，我们还能不假思索地接受，并朝着现有的方向加速前行吗？且让我们从另一个角度继续追踪这一课题。

# III

## 呕吐的女人

社会上到处充斥着金钱和物质，  
不知是人们被卷入了饱食的旋涡，  
还是社会对于效率的追求近乎偏执，  
抑或是对于人情温暖和爱情的饥渴已到了让人近乎窒息的程度，

人们迷失在人生的选择中。

各种挫折现象都是为了摆脱生存的不安而发出的求救信号，  
最近越发引人注目。

就像人类将何去何从这样的末日预言一样，  
这不正是一个让人毛骨悚然的病态时代吗？

让我们看看这些年轻女人的生活.....

# — 狂乱的独角戏 —

## 每天晚上的秘密仪式

深夜三点，寿美代有一场每夜固定上演的个人秘密仪式。不管早睡还是晚睡，她都会在深夜的这个时刻准时睁开双眼。她一边小心不吵醒睡在身边的丈夫浩二，一边偷偷溜出被窝，踮着脚尖走出房间，一路小跑进了厨房。她拿出了晚上和丈夫一起小酌剩下的日本清酒，倒进杯子一些，一仰头闷了下去。她呼出一口气。不急，夜晚才刚刚开始。

她打开电冰箱。家里剩下的饭菜，她都会用保鲜膜包好放进电冰箱。和丈夫小酌时用来下酒的烤鸡串，再靠里点是像关东煮一样处理过的炖煮厚豆腐干、土豆，还有蟹棒……

电饭锅里还剩下些米饭。从便利店买来的零食还装在袋子里，都没有被拿出来。吐司面包、夹心面包、薯片、豆皮寿司、紫菜卷、煮鸡蛋、香肠、火腿肉、果汁、大福<sup>㉔</sup>……各种食物堆在那里。虽然想把所有吃的都摆在桌子上，但她已经迫不及待了，还没等坐下，就把目之所及的食物塞进嘴里。

在电冰箱里冻得硬邦邦的鸡肉串也顾不上加热，立刻扔进嘴里。竹轮和土豆也用手一抓，塞得满嘴。她吃得着急慌乱，几乎嚼都不嚼，连香肠也不剥皮就直接啃下去。狼吞虎咽一番之后，她终于冷静下来一些，这才坐下来，放慢速度吃了起来。

炸鸡块刚刚放进嘴里，紧接着又吞下一个豆皮寿司，马上又追加一块火腿肉，然后把米饭盛进大海碗里，在上面挤上整整一瓶蛋黄酱，和又凉又硬的米饭搅拌在一起，再将这些米饭像喝水一样，哗地一口气倒进喉咙里。她的手也没闲着，一只手扯下一块吐司丢进嘴里，再用水冲下去……

她不停地吃着，疯狂地、不顾一切地吃着，塞满一嘴，喝水吞咽下去，如此反复，直到吃得肚子鼓起一大块，吃到哪怕轻轻一晃食物就要从嘴里喷出来，吃到身体发出再也装不进去的警告后，才猛然站起来，冲进厕所，身体前倾，右手手指用力捅进喉咙。

哇啊——哇啊——

她忍着不发出声音，呕吐。不断地呕吐。刚刚装进肚子里的食物就像从打翻的泔水桶里泼洒出来一样四处飞溅。她不停地吐着，一直吐到胃里再次变得空空如也。“呼——”她深深地出了一口气。

她回到了饭桌边，稍微缓了一会儿，也不管沾满秽物的长发还黏黏地贴在脸上，又开始继续吃。她又扯下一块吐司塞进嘴里，连着吃掉三个煮鸡蛋，喝掉晚饭剩下的大酱汤，又哗啦一下把薯片倒进嘴里，嘎嘣嘎嘣地嚼两下，喝水冲进肚子。

肚子里重新涌起从内向外的压迫感。她又急忙冲进厕所，往前一吐，食物逆流而出，直吐到胃里连一粒米都不剩。她张着嘴一动不动地待在那儿，紧接着又酸又苦的胃液就奔流而出。这才算是吐到头。

这会儿她仿佛用尽了全身的力气，双腿发软，几乎要瘫倒在地。她又蹑手蹑脚地回到卧室，小心翼翼地钻进被窝。寿美代的秘密仪式到此结束。

这出狂乱的独角戏每到深更半夜就拉开帷幕。究竟寿美代为何会上演这出戏码呢？

## “逃离现实”

吃过了吐，吐完了继续吃——每到深夜，在这间公寓的一角，寿美代都会举行这样一出悲惨的仪式。

我是在东京近郊的一处疗养院采访的时候遇到她的。在这里，她和同病相怜的女人们一起，为了从噩梦的深渊中挣脱出来而艰苦战斗着。

她今年二十八岁，出现在我面前时，上身披了一件松松垮垮的运动夹克，下身套了一条有些紧身的牛仔裤。如果你在街上见到这样一位圆脸蛋、眉目间还留着些少女气质的女性，绝对不会联想到她其实是一名严重的进食异常患者。

“我的体重本来有四七八公斤，但最严重的时候一路狂跌到只剩二十八公斤……我被救护车送进医院的时候，连医生都吓了一跳，说我‘都瘦成这样了居然还能活着’。”

那段时间，她整个人瘦得皮包骨头，神情呆滞，面无表情。

“我在外面的时候，真的只要有一点风就能把我吹得东摇西晃。在家里泡澡的时候，感觉身体都快被浴盆里的波浪冲走了。”她说着嘻嘻笑了起来。

现在她已经恢复了不少，甚至可以拿自己的经历开玩笑。但当她回忆起当初的极限状态，还是忍不住流露出痛苦的神色。她心中到底是如何想的呢？

“我也不知道是怎么想的……但是当时对于我来说，吃，其实并不是为了吃，而是为了吐。”

她这样对我说。她又为什么要天天晚上背着丈夫大量进食后再呕吐出来呢？

“我不是想要吃东西，而是有一种想要吐出来的冲动。心中一旦出现这种冲动，就根本阻止不了自己。就像是被冲动的魔鬼附身了一样，马上想去吃一大堆东西，然后全都吐出来。我完全不在乎吃什么，心里只想着快点吃！快点吃！身边有什么，就往嘴里塞什么。一吃起来，大脑就会一片空白，什么都不会去想，就像沉醉在其中一样，这样才能把现实中那些乱七八糟的事情、让人不开心的事情全部赶出脑子。”

后来我遇到的那些跟寿美代患有相同病症的女性也一样，一旦开始吃东西就根本顾不上味道，有时甚至连腐烂变质的东西也都若无其事地往嘴里塞。

“吃倒是还算轻松，但呕吐其实是非常消耗体力的。我本来体重就轻，一旦吐起来，就会像是缺氧一样，手脚发麻，痛苦极了。像我每次都是把手伸进喉咙来催吐，所以手背上都起了茧子……”

像寿美代这种患有“过食呕吐症”——也就是大量进食并呕吐的患者，很多人的手指和手背上都磨出了茧子。不过她说，等身体习惯了，根本不用用手去催吐，只要在需要呕吐的地方低下头，自然而然地就能吐出来了。

为什么就算忍受如此折磨也要呕吐呢？

“虽然吐的时候确实痛苦，但是越是痛苦，吐呀吐，把肚子里的东西全都吐得干干净净之后的痛快感越高，这是很难用语言来形容的。我该怎么说呢？其实我这样做，大概是心里有种要逃离现实的冲动。我讨厌现在的自己，要是能换一个自己该有多好。所以我一吐干净了，就觉得身体轻飘飘的，就像把心里那些混沌的感情也一起吐出来了一样……”

## 在饿鬼道痛苦挣扎

虽然吐的时候十分痛苦，但把手指伸进喉咙、呕吐之后却能获得无法言喻的快感——寿美代这样告诉我。她看起来不擅长用语言描述自己的感觉，用的也都是些类似“快感”“轻松的感觉”“幸福的感觉”这种平淡无奇的词语。交流之中，我看到了她无法与人分享自己感受的遗憾。

但她又补充说，这种“幸福的感觉”能够持续的只有短短一瞬。转瞬即逝的幸福之后，世界一下变得灰暗，紧接着等待她的就是地狱一样的感受。

“吐呀吐，吐光了之后的心情特别清爽舒畅，但幸福的感觉紧接着就会被心底涌上来的挥之不去的自我厌恶感所取代。”

哎，看看你怎么又干出这种事情！瞧瞧你都干了些什么？就算再想吃东西，连把食物摆在桌子上的时间都等不及吗？连把吃的放进嘴里都等不及，竟然把嘴凑过去啃，你是狗吗？你看看今晚又吃了这么多！

在干瘦的寿美代心中，另一个寿美代在责骂着她。

医学专家表示，像寿美代这样患有慢性过食呕吐症的女性之中，很多人的食量大得甚至让人难以相信人类的身体可以装进这么多食物。

比如有个女性患者，如果不从早到晚不停地吃，心理状态就会十分不稳定。医生仔细统计了她一天之中吃下的所有食物：羊羹三支、大福十五个、糯米萩饼八个、糯米丸子十个、煮山芋两大碗、花式蛋糕三个、巧克力圣代一杯、冰水两杯、加了大量砂糖的红茶十杯。

寿美代症状最为严重的时候所吃的东西丝毫不比这个病人少。

简直就像饿鬼一样！

这种自我苛责，对她来说犹如利刃穿心。

“吐干净之后回过神来，就会看到沉溺于进食的自己。我究竟都干了些什么！为什么要每天干这种事情！为什么连自己都阻止不了自己！就像这样，无数的责问一齐掠过我的脑海。”

患有拒食症、过食呕吐症的女性，无一例外都会呈现出病态的消瘦，甚至让人看不出她们原本的长相。专家经常用“裹着皮肤的骷髅”来形容她们的样子。这样的女性，身体其他方面也会出现病变。寿美代已经很久没有来过月经，夫妻之间也已经很久没有同房。非但如此，她还把在饿鬼道中痛苦挣扎的自己彻底隐瞒起来。

她始终觉得这样的自己是“丑女人！没用的女人！根本就不是人！”一旦陷入自我厌恶的沼泽，她又会十分焦急地寻找着挣脱的方法。

事情在意外的事件中迎来了转机。寿美代经常去她家附近的一家便利店买东西。那天傍晚，她像往常一样去那家便利店购物。

“我被抓了。因为我偷东西……”

## 女人们可悲的癖好

其实寿美代在她家附近的那家便利店偷东西，那天并不是第一次。

“那一阵，公寓的管理员跟我说，最近下水道有些堵，也不知道是谁家在往下水道里倒东西。听了之后我吓了一跳。因为我每天都要吐好多好多……”

自从听管理员说过之后，寿美代就不再往厕所里吐，而是改成在塑料水桶上套上塑料袋，再吐到塑料袋里面。但是，不到一天水桶就会被她吐满。

“你看我每天吐那么大的量，买吃的负担特别重。不光要花好多钱，还不能让我老公知道……”

一旦想到没东西可吃，寿美代就会怕得全身发抖。所以，如果不随时买来吃的储存起来，就会觉得心神不宁。因此她每天都会去家附近的



便利店。

那天她像往常一样，径直朝食品货架走去，连看都不看就把伸手可及的食品挨个装进购物篮。

“以前我都尽量挑便宜的东西买，而且每次都只买一点，比如豆腐呀，炸鸡块啊之类的。但后来，我需要的量越来越大.....那个，现在说出来特别不好意思，但当时我觉得反正都是要吐掉的东西，一到家它们就会进水桶，花钱去买多亏啊。当时我大概是鬼迷心窍，没有把东西放进购物篮，而是放进了我自己的购物袋里。”

那天，寿美代没有去收银台结账，而是避人耳目悄悄地离开了便利店。她成功了。自那以后，有了第一次就有了第二次，有了第二次就有了第三次。最后，在不知道第几次行窃的时候，她被盯上她许久的保安拦了下来。

据医生说，患有过食呕吐症的女性患者，有很大一部分平时都偷窃成性。她们偷窃的对象绝大部分是食品，在反复过食、呕吐的过程中，会出现“偷东西没有什么罪恶感”这种扭曲的心理，进而陷入偷窃的末路。寿美代也不例外。

在这些身染可悲恶习的女性之中，有无数让人悲伤的故事。

“有一个症状非常严重的过食呕吐患者.....”

A医生向我讲述了一个病例。

那个女性原本患有的是拒绝进食的拒食症，但自从她的体重跌破三十公斤后，却忽然开始猛吃起来。她大量进食、大量呕吐，没过多久，就染上了偷窃的恶习。

“她每天都去超市，专挑些羊羹、奶油包、糯米团这类甜食偷。她把这些东西装上满满一袋偷出来，甚至等不及拿回家.....”

不久，超市地下的厕所因为塞满了未消化的食物而堵塞，把超市的人吓坏了。超市保安不动声色地蹲守了一段时间，她就上钩了。她抱着偷来的东西，径直冲进那个厕所，在狭窄的隔间里打开食物，疯狂地塞进嘴里。然后呕吐，呕吐过了再吃.....

就这样，寿美代被保安抓着手臂，带到了经理面前。

## 伴随繁荣的脚步

寿美代重复着让人难以置信的进食和呕吐，陷入无法被理解却又悲哀的恶性循环，最终为了获得食物走上偷窃犯罪的道路。她唯独不想让丈夫得知自己像饿鬼一样翻滚挣扎的样子，但这次偷窃被捕之后，不仅自己的症状被暴露，还不得不住院疗养。

她究竟为何坚持不懈地上演着这一出孤独的独角戏呢？

大量进食、呕吐，或者极端拒绝进食，这些我们乍看十分离奇的症状其实都有专属病名，如“神经性食欲不振”“神经性食欲缺乏”或“进食异常”，毫无疑问都属于心理疾病的范畴，而且患者几乎全都是女性。

寿美代所患的过食呕吐症，也属于在心理原因的驱动下产生无法抗拒的冲动。在临床经验丰富的专家看来，一般这类患者都会先出现拒食症状，在飞速消瘦下去之后，在某个时间点忽然转为食欲亢进症状。据统计，拒食症患者中约有40%都会转为过食症。

这种奇怪的疾病，究竟是从什么时候开始进入人们视野之中的呢？据我从医院临床治疗的现场了解，这种疾病出现在二十世纪六十年代末，七十年代后飞速增加，特别是到了八十年代末，患病人数开始呈几何级数增长，到了近两年增长速度更是进一步加快。

将数据进行比较后我们可以发现，这类疾病的增加和战后日本的经济增长曲线几乎完全重合。现如今日本已经成为财富万贯的超级经济强国，这类疾病的增加速度越发令人不寒而栗。

近年来，这类病例不仅仅数量剧增，还呈现出很强的特征性。原本这类疾病容易在青春期发病，因此以前也常被称为青春期消瘦症。十八岁，也就是高中三年级的患者数量最多，患病人口的年龄分布也多在十五岁至二十五岁之间。

但是最近，这类疾病的发病年龄段正在迅速扩大。从小学三四年级的女孩，到三十多岁的女性都会发病。据医生介绍，患者中甚至还有一些中老年女性。

还有医生指出，在进食异常人群中，过食症患者所占的比例比拒食症的患者还要多。

那么，这类疾病背后所隐藏的心理原因究竟是什么呢？我采访了专门诊断治疗进食异常的精神科专家A医生。

A医生所在的医院距离东京的市中心较远，可就算这样也有很多患者慕名前来求助。医院的走廊里有很多标着“谈话室”的房间，我等了一会，就见到了身穿白大褂的A医生。

“虽然我诊治这类患者已经这么多年了，但关于这种疾病，现在还有很多没有解开的谜团。诊断很大程度上是依靠临床经验进行推断。”

虽然A医生是这个领域的权威，但态度却十分谦虚，让我心生好感。A医生接下来的一席话，深刻地反映了寿美代所处的饿鬼地狱般的悲怆现实。

## 心灵的空虚是元凶

A医生向我说明了拒食、过食呕吐等进食异常的原因。

“通过对病例的分析，我们发现这类病例都有着共通的心理背景。那就是她们和母亲的关系从婴幼儿时期开始就存在着障碍，或者说缺陷。”

据A医生介绍，婴幼儿只有当自己有需要的时候有母亲在身边，或者有能代替母亲的人在，让自己的需求得到适当满足，才能建立起自己和他人之间正常的信任关系。

比如，婴儿尿湿了尿布，或者饿了想要吃奶的时候就会发出哭声。这时，如果有人一边对他说“小乖乖，这就给你换尿布啊”或者“小乖乖，你一定饿了吧”，一边满足他的需求，他就会得知自己能够获得他人的关怀和保护，心里产生出对他人的信任感。

在成长过程中，心中产生的信任感越多、越强烈，长大后就越是能够关爱自己和其他人。在这层意义上，人心中的“信任感的仓库”可以说是人类的爱之源泉。

不仅如此。人们心中的信任感，也是我们离开父母独立走向社会，或是在孤独中活下去的原动力。

但是据A医生介绍，很多进食异常患者都没有形成信任感这一支撑自己、产生安全感的支柱，因此心中会时刻伴随不安和空虚，并需要通过食物进行填补。

A医生分析，心中时刻挥之不去的内在的空虚感才是这一疾病真正的元凶。填补空虚感的行为之一，就是拒食或是过食。

为了简明易懂地说明这一心理结构，A医生介绍了一个病例，或许可以成为我们解释寿美代行为的一条线索。

我们姑且叫她多嘉子吧。据A医生说，她拥有“在二十四岁的女性中少有的美貌”。

她的体重已经徘徊在三十公斤附近，然而她还在说：“我还是太胖。脸蛋上还有这么多肉，真是烦死了。要是能变成带着棱角的、没有赘肉的脸型该有多好。骨头上直接包着皮肤那样的身材才好。”

“她近乎彻底地拒绝食物，每天只喝两瓶可乐，剩下的就是煮上一点点干蘑菇而已。最让人吃惊的是，虽然她的食量已经小到这种地步了，但她竟然还要去慢跑两千米、游泳一小时，还要上有氧操课……”

她究竟是怎么了？A医生的介绍简直是令人难以置信，但更令人惊讶的事情还在后面。

“虽然身患拒食症的女性患者很常见，但她不仅仅是想要变瘦，而是心中对温暖的东西、冒热气的东西、使人产生情感变化的事物、让人感受到人情味和温暖的感情的事物都表示出了强烈的抗拒。她甚至厌恶人类的肉体本身，不存在对肉体 and 性相关的事物的向往。所以，她对女性的乳房、月经等代表女性的事物存在强烈的厌恶。”

A医生的讲述，不由让人感觉到在现代社会的底层，正上演着一出离奇的人格崩坏剧。

## 寻求母爱

很多拒食症患者宁愿忍受坐下时骨头碰到椅子的疼痛，也拒绝长肉。

多嘉子也是其中一员。她不仅拒绝肉体，甚至对带女性色彩的事物、使人产生情感变化的事物都表现出强烈的抗拒。比如说那些催人泪下的电视剧，她都一概不看。

究竟是什么让她变成了这样一个人？据曾经为她诊断的A医生说，解开这一谜团的钥匙，隐藏在她成长的过程之中。

她的父亲是一名随处可见的勤奋上班族，就连周日都很少在家。母亲是一个热衷教育的专职主妇。这里描述的，是一个典型的战后日本家庭的构造。从表面上看，多嘉子家也是这样一个在日本随处可见的普通家庭。只是，她的父亲不仅极少回家，甚至从来不对家人敞开心扉。医生从多嘉子的话语中甚至无法得知她父亲究竟是怎样一个人。

而另一方面，她母亲是一个理智型、感情十分淡漠的人，甚至在和孩子进行交流的时候，也很少流露出感情。

“母亲要求她在几点几分从学校回家，只要迟到一分钟就会大骂一顿。在这样极端的管教下，她一直不知如何和母亲相处，总是小心翼翼、战战兢兢。她从未在母亲面前撒过娇，也没有耍过赖让母亲抱她。她是独生女，所以总是一个人玩。”

听了A医生的话，我忽然想起最近在托儿所、幼儿园采访的时候常听说的“知识育儿”“信息育儿”之类的流行理念。

比如，幼儿园的老师们不约而同都说，现在越来越多的母亲更加偏向所谓的“科学育儿”。她们会首先收集大量关于抚养孩子成长的信息，并将其中的身体和智力的标准值与自己的孩子进行比较，以此决定喂奶的量和时间，同时将其奉为金科玉律，绝不敢违抗。

幼儿园老师们的话语中透露出了这样的担忧：将孩子看作一个无法替代的生命，无条件地倾注自己的一切，通过最原始最坦诚的爱，全面接受孩子的一切——这样的家长在如今社会里越来越少了。有一个老师甚至说，家长们眼神“十分冰冷，无时无刻不在将自己的孩子和别的孩子进行比较”。

多嘉子的母亲是不是也是这种类型呢？

“因为她的母亲是一个情感比较淡漠，但十分理智的人，所以仅仅停留在从理智上理解孩子，而非用自己的心灵去全面地接受孩子。大概是她做不到这点吧。”

在这样的母女关系中，多嘉子大概曾一边战栗着一边寻求母爱的温暖。在经历了母亲重病和父母离婚的双重打击之下，她的家庭像沙滩上的城堡一样分崩离析。后来，多嘉子在祖母的抚养下长大。

因为大人没有满足孩子心底的需求，孩子的依存欲和对母爱的渴望没有得到满足，心中就会留下巨大的空洞。她心底的空虚感，最终以拒食这种形式体现出来，让她走向拒绝母性、拒绝成熟的反抗之路。A医生的讲述，让人感到多嘉子瘦骨嶙峋的身体形象地刻画出了一个女人生存的艰难，仿佛可以听到她从心底发出的悲伤呐喊。

## 对爱的执着和反抗

多嘉子的成长阶段没有充分地享受过母爱，最终在和双亲的离别后一个人走向独立。她从小到大一直舍不得丢掉儿时曾经使用过的毛巾被。直到高中毕业，如果不是光着身子裹在那条毛巾被里，她晚上就睡不着觉。

“小时候她母亲哄她睡觉的时候，一定会把她裹在那条毛巾被里面。她的潜意识中会觉得裹在那条毛巾被里，就像被母亲拥抱着一样。”

给多嘉子诊治的A医生这样对我说。然而，一条毛巾被又怎能替代她求之而不得的温暖母爱呢？

为什么像多嘉子一样，儿时没有充分享受过母爱的孩子，会在长大成人后出现拒食或是过食呕吐这种奇怪的症状呢？

A医生如此回答：“关于这点，目前还没有明确的科学解释。但是，她现在的情况，不仅仅有拒食症状，还在心理上对于温暖的事物、肉体上的事物表现出了强烈的排斥反应。她表现出这样的症状，如果不是因为从小没有获得母爱，在心理上表现出了对母爱的抗拒，就是出于对自己十分冷淡的母亲的憎恶，从而在心理上对与母爱有关联的食物和肉体

表现出强烈的抵触。因为在她们的心中，食物是等同于母亲的。”

在精神分析领域，食物具有“温暖”“有气味”“有味道”“冒着热气”等属性。对于人类来说，具备这些属性的食物，会给我们带来和“母亲”或“母亲的身体”相同的感受。拒绝食物，或是猛烈贪求食物的心理状态，和拒绝母爱，或是寻求母爱的心理状态有其相通之处。

正在接受A医生治疗的另一名患者，和多嘉子有很多的共通之处。这名患者，我们就叫她乃梨子好了。乃梨子今年二十岁，还在东京上大学。让她陷入拒食症漩涡的最直接导火索，其实是她男友一句无心的玩笑，大概是说她稍微有些胖。

最开始她的体重由于拒食直线下降。但没过多久，她的症状突然转向过食，开始不停进食，然后再呕吐出来。

“这个患者患有过食症。我问她进食时的心理状态，她说她心里空虚得非常厉害，为了逃脱无尽的空虚感、寻求依靠，才在找安慰的心理驱使下不停进食。”

她的家庭非常普通，并没有任何特殊之处。她的父亲是一家大公司的销售员，就像其他销售员一样晚上回家很晚，家里和单亲家庭没有什么两样。母亲在她两岁的时候就将她送去幼儿园，自己去了一家小公司工作挣钱。就是这样一个极其普通的双职工家庭。

“我听她说，她直到现在都十分清晰地记得，幼儿园五点放学之后妈妈迟迟不来接她，她一个人在黑漆漆的屋子里一边哭一边等妈妈来接的时候心中是多么害怕、多么不安，仿佛被妈妈遗弃了一样。同时，她也记得早晨在幼儿园门口和母亲告别的时候，心中也同样充满了不安，被无依无靠的恐惧笼罩，头脑中变得一片空白。”

然而，乃梨子的体验并算不上特殊，很多家庭也会出现类似的情况。但为什么偏偏是她患上了拒食症呢？

## 缺乏父爱的后果

很多将儿女送去幼儿园的年轻父母，都会气喘吁吁地赶在放学之前去幼儿园接回自己的孩子。

虽然乃梨子的母亲也是个争分夺秒和时间赛跑、拼命工作的女人，但在儿时的乃梨子看来，她却是一个“非常冷淡，从不宠爱自己”的母亲。

就算好不容易等到母亲赶在幼儿园关门前把她接回家，回家之后母亲也有很多家庭琐事要忙，脑子里还想着工作的事情，并没有心情去理会自己的女儿。

“虽然她的家境并不特殊，但她的母亲是一个稍微有些歇斯底里、感情波动很厉害的人。话虽这么说，但她母亲也有很多迫不得已的难处。”为乃梨子诊治的A医生如此说道。她的母亲又有怎样的难处呢？

乃梨子的父亲，是一家大公司的销售员，不光工作日回家很晚，周末还要打高尔夫球招待客户，是一个典型的“缺席的父亲”。他平时的时间很少，和自己的妻子和孩子几乎没有交流。这样的生活一直持续，也就成了他们日常的生活状态。

据A医生说，在这样的家庭中，母亲不光要扮演母亲，很多时候甚至需要扮演起父亲的角色。比如，像对整个家庭进行综合管理这种任务通常由父亲承担，现在却也落到了母亲的肩上，她不得不一人分饰两三个角色。

“就算那些没有争强好胜心、积极性不高的母亲，也要被迫承担起父亲的角色。她们不得不扮演起不熟悉的自己，强迫自己成为一个能代替父亲的人。我经常遇到那些外表上虽然是个‘妻管严’家庭的主妇，但她们在心理测试中却表露出一个柔弱女性的本真状态。”

由母亲扮演的“父亲”，会给孩子带来怎样的影响呢？

“扮演父亲的母亲，很多时候都在强迫自己。母亲作为一名女性，也存在依赖丈夫、希望从丈夫那里得到关爱的心理。然而对于这些需要扮演父亲角色的母亲来说，她们的这种心理需求非但得不到满足，反而要压抑自己对于关爱的需求，一个人面对生活中的一切。而只有她们在夫妻关系中获得满足，有一个稳定的内心世界，才能对自己的孩子倾注充分的母爱.....”

A医生分析，乃梨子的母亲也是未能和丈夫进行充分的互动，内心十分需要他人的关爱。不仅如此，她每天在工作、家务、育儿中疲惫不



堪，感情自然容易出现波动。如果考虑到这点的话，我们很难将责任全部归咎于她的母亲。

“母亲在孤立无援的状态下苦苦支撑，心情上必定做不到游刃有余，内心也必定缺少安全感。在这种情况下，她们不光无法准确察觉到孩子的情感表达，也无力回应孩子真正的诉求。”

乃梨子觉得母亲难以接近，所以只好一个人独处。现在，她就像是在用食物填补幼时缺失的母爱一样，大量进食，然后呕吐……

## 扮演“模拟夫妇”的母女

通过分析乃梨子的家庭，我们看到了她的母亲一边扮演父亲的角色，一边孤独地养育着乃梨子。这固然是她患病的背景之一。然而，在采访过程中，我忽然想起了由精神科B医生诊治的亚季子。B医生在大学附属医院的精神科工作，诊治了众多患有拒食症、过食呕吐症的女性。

亚季子今年二十四岁。以前曾在出版社工作，后来病情恶化，只好辞职回家。她患上拒食症的直接原因和乃梨子相同，也是有朋友半开玩笑地说她“有点胖”。她个子本来就不高，身材也只是稍显丰满，却开始节食减肥。节食渐渐变成了拒食，后来演变成了过食呕吐症。最严重的时候，她的体重曾经一度跌破三十公斤。

医生说：“她出生长大的家庭环境就是我们所说的‘模拟夫妇’的典型案例。”

亚季子的父亲是一个从小作坊起家，发展到现在拥有一家雇员超过两百人的工厂的老板。他经常把“男人的工作就是挣钱养家”“我的理念就是家和孩子应该全都交给老婆”之类的话挂在嘴边，是一个典型的心里只有事业的工作狂。

亚季子的母亲是全职主妇，一心扑在家庭上的她这样评价自己的丈夫：“他是一个穷得只剩下事业心的男人。”

虽然在很多家庭里，养育孩子都是母亲的责任，但亚季子的家庭执行得尤为彻底。就算亚季子翻遍儿时的记忆，也找不到一家三口一起出门买东西的回忆。不仅如此，她甚至从没有过和父亲出门散步的经历，

也不曾被父亲高高地抱起来，用脸颊蹭过父亲的脸颊。她的母亲说，父亲给了她们很多钱，日子过得非常奢侈，但结婚之后，心灵从没有得到过真正的滋润，心中充满了空虚。

“在这个家庭里，母亲和女儿在心理上相互联系、依赖的程度高得异常。她的母亲性格善良，但没什么主见，在生活上不可能一个人承担起全部责任，在女儿还年幼的时候就时常有事找女儿商量。而女儿见母亲无依无靠，心中萌生出了要帮助母亲的责任感，扮演起了丈夫的角色。也就是说，她和自己的母亲扮演起了一对‘模拟夫妇’。”

孩子本应作为一个真正的孩子，受到父母的关爱，在被家庭接受的环境中长大，才能拥有丰富的情感。但是，如果孩子置身“模拟夫妇”的关系中，则要负担本不应由孩子负担的重任，无法体验丰富的情感。亚季子之所以身陷无法弥补的空虚感不能自拔，最根本的问题大概就是出在了这里。

据B医生说，在分析患者的家庭环境时可以发现，很多患者都处在这类家庭之中。孩子和双亲之一关系过度亲密，形成了“模拟夫妇”的关系，而另一方家庭成员却始终缺席。这种关系不仅限于母女，也有父女形成“模拟夫妇”的情况。

“‘模拟夫妇’一旦形成，家庭的基础就可能走向崩溃。扮演大人的孩子要付出代价。小孩扮演大人有多辛苦，就需要用多少实现自我的机会来填补自己内心的需求。这种心理上的代偿不一定表现为拒食或是过食，如果是男孩，可能会表现为赌博成瘾或是追女成瘾，不停地更换交往对象……”

## 爱恨交织

我在采访精神科疾病治疗最前线的过程中发现，女性出现拒食、过食呕吐症状的背后，一定有和母亲相关的心理问题。幼时经历过的心理失落会长期影响一个人，甚至长大之后也会造成心理问题。

她们如此强烈的执着，甚至让人感受到了她们对母亲的恨意。这种执着究竟是怎样一种心理呢？又该如何对其进行解读呢？我采访了一位为身患此类病症的年轻女性提供帮助的临床心理咨询师。

“一言以蔽之，患有拒食或是过食呕吐症的心理原因，就在于她们不愿成为母亲，是一种拒绝成长的行为。但是，其中细节却完全无章可循。一方面，她们和母亲极其亲密，听母亲的话长大，将母亲的价值观照搬成为自己的价值观，另一方面却又对母亲抱着强烈的反感。这两种心理在一个人心中复杂地交织，形成一种‘二律背反（Ambivalenz）’的心理——在反感的同时又无法离开，陷入了进退维谷的状态。当然，这仅仅是我们对现象的解释，患者本人可能并不这样认为。”

心理咨询师所提到的“二律背反”又是什么意思呢？词典里对这个术语的解释是“哲学用语，表示存在双面价值”“对于同一对象，同时存在爱和恨两种相反的感情”等。

人们为什么会产生这样的心理状态呢？根据A医生从多嘉子和乃梨子的病例中总结出的说法，那是因为她们从小和母亲的关系过分疏远，没有充分获得母爱。

“对于从刚出生到三岁的婴儿来说，母亲是一个能够接受、包容一切的依存对象。而等孩子成长到需要规范行为的教育阶段，母亲就会禁止某些行为，变成一个只能包容部分的依存对象。通过这个过程，能够包容自己的母亲和不能包容自己的母亲合二为一，成为一个完整的母亲形象。但是，如果一开始没有一个能够彻底依存的对象，孩子就会不停地寻求这样一个缺失的对象……”

孩子对于缺失的母爱的渴求和空虚感，会和进食这一行为挂钩，其中是不是有什么特别的理由呢？

“我认为是存在理由的。因为对于婴儿来说，喝奶、进食是唯一能够带来满足感的行为。随着成长，一般人都会不断获得新的自我满足的方式。比如说，有些女孩子会沉迷于阅读小说，将故事中不幸的主人公和自己同化，从而获得满足。还有些人会在和朋友的交往中获得慰藉。然而在现代社会，人与人的交往渐渐不能带来慰藉，因此只能追求独自获得满足感的行为，又回到了和婴儿相同的状态。我认为，她们正是出现了这种‘退化’现象。”

心理咨询师帮助过的身患拒食、过食呕吐症的女性，都是十分孤独，极度缺乏和其他人的情感交流，不能建立起丰富的感情生活的人。她们或多或少都存在自闭的心理，极其典型地表现出现代人寂寞的内心世界。

# 她们一直在等待

要是有一台机器，能够像检查内脏疾病的内视镜一样深入人的心里一探究竟该有多好。我追踪采访心理疾病的时候，就像在进行一场无尽的数学运算一样，始终找不到确切答案。

本章记录的这些身患拒食、过食呕吐症的女性的内心深处究竟发生了什么，这种现象又说明了什么？我越是深入了解，就越像是陷入了迷宫，心中的不安越发膨胀。毕竟，心理专家们对这一现象的看法其实并不统一，而且他们都默契地表示自己的解释“仅仅是假设”，回避确定性的回答。

在这种情况下我的选择只有一个，就是尽可能多倾听各方面的意见。我又访问了精神科的D医生。D医生在治疗心理疾病的同时，还从社会学角度出发研究现代家庭中某些对心理疾病的形成具有影响的背景性因素。他临床经验丰富，话语发人深省。

“现在人们就怕自己的肚子上多出一点赘肉。你看那位经常被时尚杂志视为理想的出镜形象的王室贵妇<sup>②</sup>，不是说她一晚上能吃空一个冰箱嘛。人们通常先是被‘必须时刻保持身材苗条美丽’这种价值观紧紧束缚，开始节食、减肥，随后行为越发升级，最后陷入极端的饥饿状态。我认为，她也毫不例外。”

D医生随后向我讲述了如何在实验中让动物逐渐对酒精上瘾的方法。要让动物对酒精上瘾，需要一点一点延长投喂饵料的间隔。如果一次间隔太长，动物就会产生放弃情绪。所以需要观察动物的饥饿状态和焦躁程度，算好喂食饵料的间隔进行投喂，这样动物就会去大口大口地喝笼子里的水。有时候动物还会因为喝得太急、太多而造成急性胃扩张，甚至死亡。重复这个过程后，将笼子里的水换成酒，就会观察到平时对酒连看都不看一眼的动物，会去大口大口地喝酒，时间一长，动物就会逐渐对酒精产生依赖。

“所谓饥饿状态，是一种时刻保持等待的状态。人类会有上瘾症状，就是因为存在饥饿状态。就上面的例子来说，我们人类也会像动物一样，因为没有得到‘饵料’而进入等待的状态。人类的‘饵料’，既可以是他人的关怀，也可以是爱情之类的。这里说的‘爱情’并非抽象上的概念，而是更加具有实感的，比如被人拥抱，或是其他一些行为。哪怕是

二十多岁的女性，虽然嘴上会说‘已经过了那个年龄了’，但在精神世界的深处，还处在等待他人给予的状态。”

D医生将人类所不停等待的东西统称为“母乳”。D医生口中的“母乳”，既可以是来自家长的称赞、鼓励、认同，也可以是考上名牌大学这样单纯的目标，甚至也可以是来自异性的爱情。无论其内容是什么，一旦人类失去了“母乳”，拒食、过食呕吐症就会像上面提到的酒精依赖症状一样接踵而至。

“她们潜意识中都十分确信，自己处在等待状态，是因为构成她们整体的一部分有所缺失，因此为了填补缺失所做出的行动都是十分积极、正面的‘好事’。所以就算你让她们不要这样，她们也是根本听不进去的。”

D医生进行了上述铺垫之后，将话题转向了医生、政府官员等光鲜体面的职业背后，一部分女强人不为人知的另一面。

## 女强人们的夜晚

一位青年经常前往精神科找D医生复诊。他在一家24小时营业的便利店打工，负责结账收款。哪怕是东京这座不夜城，到了半夜两三点钟，店里也鲜有客人光顾。但是，据他说有很多女性每天都会在这个时间段来店里买东西。

“或许是因为他自己也有精神方面的问题，所以才能发现她们的异常。半夜来买东西的女性很多，她们目无神，而且只买食物，一看就知道是过食呕吐症患者。”

没有影子的、半透明的生物一样的女人们，一个接一个地出现在深深的海底，飘摇在蓝白色的光亮之中，随后消失。一个自身也在受精神疾病折磨的男人目不转睛地观察着她们——这是一幅生动地刻画出现代都市人的孤独和无助的画面。

女医生理沙毕业于一流名校的医学院，在东京实力屈指可数的综合医院工作。她也是深夜去便利店购物的常客之一。

专家指出，患有拒食、过食呕吐症的女性，基本上有几个共通特点。其中之一，就是她们为人做事都非常认真，甚至可以说是太过较

真，任何事情不做到百分之百满意就决不罢休，具有强烈的完美主义倾向。这种倾向，精神科医生将其称为“强迫症性格”。这种特性如果过于强烈，就会对日常的工作和生活产生不良影响。

比如，很多单身独居的上班族经常出现这样的经历。早晨出门上班，但是上班途中突然开始担心家里的门是不是忘记上锁了，或是天然气的阀门是不是忘记关了。实在放不下心，半路返回家里一看，门窗和天然气都关得好好的，这才放心重新回去上班。然而，半路上又开始担心起同样的事情来，又回家查看门窗、阀门……

专家们不约而同地指出，最近具有强迫症倾向的人越来越多。而且，患者的年龄分布越发趋向低龄化。甚至有医生发现，小学四五年级的孩子也出现了强迫症的症状。

日本的上班族们必须在严密的管理体制中完美地完成所有工作，就连小学生也会不停地被家长老师叮嘱“快去学习！”“不许忘带东西！”。无论是在家里还是学校都必须做到完美，不允许有任何疏漏。专家们警告，这股风潮愈演愈烈，大有波及社会各个阶层之势。

完美主义的急先锋不仅在学校成绩名列前茅，他们心中的精英意识也十分强烈，时刻要求自己必须领先所有人，否则誓不罢休。同时，他们对自己的控制欲极强，一旦开始节食就彻底贯彻，很容易发展成拒食症。

“很多人甚至对一碗米饭、一勺白糖的卡路里数值都烂熟于心，吃东西的时候精打细算，绝不超过自己设定的卡路里摄入量。他们认为多吃东西就等同于输给了冲动，无法原谅这样的自己，没出息，丑陋，不断坠入自我厌恶的深渊，紧接着就会通过呕吐的方式缓解内心的罪恶感……”

D医生介绍说，此类拒食、过食呕吐患者中，很多都是职场女强人。理沙也是其中之一。结束一天的工作后回归独处的时间，脱下白大褂的她开始了超乎常人想象的“变身”。

## 被价值观禁锢的女性

“前段时间，电视上不是还有个挺有名的‘夜晚的豆皮寿司’的便利店

广告？其实，从女性患者们的生活状态来说，那个广告是非常具有现实意义的。晚上，有很多女顾客在强烈的食欲驱动下来店里买上一堆那种玻璃纸包装好的冷冻豆皮寿司。”

在东京一家综合医院内科上班的女医生理沙，也是D医生口中的女性患者之一。晚上下班回家顺路去一趟超市，会买上十盒豆皮寿司，五盒便当，五个炸鱿鱼圈，十个大福。她买回家的食物，两只手都抱不下。

理沙的丈夫在一家私立大学担任讲师。傍晚七点，两个人共进一顿再平常不过的晚餐。吃过晚餐，她会先将晚餐全部吐出来，然后稍事休息。一小时之后，她这才一个人专心开始真正的过食呕吐。

她的状态和本章开头所介绍的寿美代如出一辙。豆皮寿司、大福、比萨……顺序也是杂乱无章，伸手所及之处全都风卷残云地吃掉，饱腹感刚刚降临，就冲进厕所全部吐出来，然后继续吃、吐。这样重复三到四次。如果食物吃完后依旧无法压抑心中的冲动，还会再跑去超市继续采购……

她每天晚上都会花上三四个小时，专心致志地吃、吐，一眨眼时间就到了凌晨两点。

究竟，是什么让她做出如此怪异的举动呢？

据D医生诊断，元凶之一或许就是所谓的社会价值观。她会不会是在参照了社会价值观后，无法接受真正的自己呢？

“像她这样的女性，精英意识都极其强烈。虽然表面上看，她从一流大学以一流成绩毕业，又当上了医生，从事这种光鲜的职业，但实际上，这一切都是她不断勉强自己、通过挑战极限状态才得来的结果。而她对自己的要求又高得离谱，不愿接受未达标的自己。如果这时她能够承认自己的失败，退出这个死循环，就能获得解脱，但她又不甘心认输，才会把自己弄成一副皮包骨头的病态模样，让别人以为她是因为身患疾病才没有成就更高的发展。”

与此同时，禁锢她心灵的另一个因素和其他拒食症患者相同，都是“能够充分管住自己、保持苗条身材的女人”这一形象的社会性期待。据D医生介绍，特别是在理沙这样的高学历、精英阶层的进食异常患者

中，很多人都认为在当今社会，身材肥胖就会一事无成。

最后具体到理沙这个病例，除了上面两点以外，还有另一个内在因素在束缚着她。

“很多像她这样的患者都接受不了原原本本的自己，而是希望通过控制和加工自己获得社会认同。然而她们这样做并非仅仅想获得社会的好评，而是在苦苦寻求一个能够原原本本接受自己的存在。这样一个存在究竟是什么呢？归根结底，还是父母般温暖的拥抱。而她现在缺的已经不仅仅是拥抱，她和她母亲、丈夫的关系，都很复杂……”

D医生的讲述继续深入。

## 反映了现代“空虚”的人们

理沙白天在综合医院是个超能医生，比所有人都更卖力地工作。而一到晚上，却转身变成一个身陷饿鬼地狱的可怜人。

“一般人都会量体裁衣，而她却反过来削足适履，不断按照社会上的价值观来改造自己、强迫自己，自我肯定的意识非常淡薄。”为她诊治的D医生如此评价道。

她为什么接受不了原原本本的自己呢？我们不妨进入理沙的内心世界，一探究竟。

理沙的母亲是一家私立学校集团的第二代经营者。同时，父母双方都是在各自的领域中小有名气的学者。从她小时候起，母亲就一直肩负经营学校的重任，从早忙碌到晚，因此母女之间的接触很少，理沙始终对母爱抱有饥渴。

“她不是单纯的缺乏母爱。像很多其他病例一样，她们的心中非常清楚，自己的母亲在外面十分辛苦，还有的父母之间关系冰冷，或者母亲和祖父母关系难处等，这一切都会让她心中强烈地感觉到，她需要帮助、关爱自己辛苦又不幸的母亲，并付诸行动。所以，对于这样的患者来说，如果感受不到有人需要自己，就会陷入不安和恐惧。”

如果没有人需要自己，自己就会被抛弃——理沙从小就因为和母亲的心理关系而产生了这种不安和恐惧。在她步入社会、结婚成家之后，



更迎来了崩溃。

她的丈夫是她的母亲通过学会的人脉结识，并一眼相中的一位年轻学者。理沙向来对母亲百依百顺，说什么都言听计从。然而，对于这桩就像指腹为婚的婚事，理沙的心理感受还是很复杂。

原本理沙心中还偷偷幻想着有一天王子会骑着白马前来迎接自己。然而现实的婚后生活却彻底将她从幸福的美梦中打醒。她开始恐惧世界上不再有人需要自己。

“家里不缺钱，又住在高级公寓里，工作也光鲜体面，又是一家的女主人，从表面上看来已经十分完美了，但和丈夫的婚后生活缺乏温暖，在医院她也并非是不可或缺的角色。这样看来，她的心理的确会变得空虚无助……”

D医生说，在诊治了众多患上心理疾病的家庭主妇后，他深刻地感受到了现代社会的寂寥。学历、地位、财产——那些一切都以超一流为目标不断拼搏，又对社会顶层心存强烈执念的人们，双眼总被这一目标蒙蔽，到最后心中只剩下无限的空虚。

“我发现，只有她使劲地吞咽食物，又全部呕吐出来，再吃、再吐的时候，才是她人生中最辉煌、最五彩斑斓的一刻。剩下的，就只是空虚无尽的世界。”

---

① 一种用糯米做皮，包裹各种馅料的日式甜点。

② 英国戴安娜王妃曾在受采访时表示自己长期受过食症折磨，有时一天要吃四五餐，进食后还会发生呕吐症状。

# — 为妻为女 —

## 憧憬的背后

海水中泛着一抹春色。

从有轨电车站换乘巴士，大约二十分钟后，就能看到沿海而建的R小镇了。海岬像一双温柔的臂膀，从两侧环抱着这个小小的海湾。岸边绿、红、黄、白的房屋，就像鲜花一样点缀着海湾。

奈美子就定居于这样一个离日本山阴地方中型城市不远的小镇。

就在一个月前，她向东京的家庭法院提交了和丈夫淳一的离婚调解申请，现在刚刚搬到离故乡不远的这座城市开始独居生活。

他们的夫妻关系早已崩溃，但在一家大型证券公司工作的丈夫淳一因为在意面子，又害怕耽误升迁，始终拒绝奈美子的离婚要求。

“我就在巴士站旁等您。”

或许是因为先入为主的缘故，我感觉电话对面的声音听起来非常低沉失落。但实际见面后才发现，她远比我事先想象的要开朗得多。她剪了一头短发，身穿一件通常年轻人爱穿的明黄色短风衣，显得十分合身。我很难相信眼前是一个深受过食呕吐症折磨的人，不由得朝她多看了两眼。

她家窗外就能看到大海，家里光线充足、十分敞亮。但是，我又该如何表述眼前的光明和她所经历的至暗岁月之间的巨大反差呢？

她的讲述，从离婚开始。

“我们是在大一那年认识的。那时他大四，但应该已经拿到工作机会了。”

她上初中的时候，成绩一直在全年级名列前茅，后来顺利升入了全县最好的重点县立高中。高中时期，她也是老师眼里的尖子生，努力的

程度连男生都甘拜下风。

“高考的时候，我本来打算报考东京的国立大学，但是最后一败涂地。那段时间，正好赶上家里的事业不是很顺，没办法复读重考，只好不情不愿地上了保底填报的学校。所以刚上大学的时候，我心里特别别扭.....”

她和淳一的邂逅，是在大学西班牙语社团组织的校际交流培训会上。那次交流会，社团包下了神奈川县箱根一所大学的学生宿舍。淳一是她没考上的那所国立大学经济学院的学生。

“第一次见面的时候，他待人可好了。在我这个从乡下进城的土包子看来，他简直就像东京上流地区出身的大少爷一样。”

拿到大公司的工作机会之后，淳一就开始积极向她示好。在分公司工作一段时间之后，他被调到了母公司的国际金融部门，没过多久又被公司派遣到美国高等学府深造，顺利拿下了MBA（工商管理硕士）学位后回到日本。

“那时候，是我们脸上最有光的一段时间。他整个人看起来都高大了一圈。他本来就是一个喜欢走在人前、给人带头的人。回国之后，有一天他忽然向我求婚.....还说不久之后，可能会被公司派去国外工作，让我跟他一起出国，去国外的大学读研究生，所以要赶紧把英语学好.....那时候我也觉得可以跟他组建一个温暖的家庭，之后要是能跟他一起去美国留学就更好了。心中对未来充满了憧憬.....”

但是，在憧憬的背后，一抹阴沉的预感掠过了奈美子的心头——

## 背着丈夫吐出不安

两人在大学认识之后经过长达七年的交往，才终于告别了“漫长的春天”。然而，一切就发生在奈美子和淳一婚礼当晚。送走参加婚礼的来宾和亲友，两人这才来到营业到深夜的酒店餐厅，共享只属于两个人的晚餐。

“婚礼是个可喜可贺的日子，本来想跟他聊聊结婚的感想，或者聊些高兴的话题，但那时候他已经喝得跟一摊稀泥一样。我心里别提多委屈了。你看，一个本来应该一辈子都忘不了的晚上，就这样被他给毁

了。可他却一点都不理会我的心情。当时我心里生气，估计话里也带了很多责怪的语气，怪他怎么喝了这么多。结果，他忽然就生气了，一个人甩手就回了房间。”

服务员把他们刚点的两人份的料理端到了奈美子面前。奈美子一言不发地吃了起来。最后，她把桌上的料理全都塞进了肚子。等她回到房间，发现丈夫已经四仰八叉地躺在床上打起了呼噜。

“那天晚上我心里，该怎么说呢.....我心里非常动摇，还能不能跟他一起过下去.....为了打消我心里的不安，我开始没命地吃，结果最后冲进厕所，全部吐了出来。我的婚后生活，就这样拉开了序幕.....”

在东京住了一晚之后，两个人出发前往夏威夷，住在威基基海滩边的一个海景酒店。一天晚上，淳一手里拿着威士忌杯目不转睛地看着电视，奈美子又吃了一肚子的零食和水果，偷偷溜过丈夫身边一头扎进厕所，忍着不出声音，将刚刚吃下去的东西全都吐了出来。

“难得的新婚旅行，他就知道喝酒、看电视.....我在一边看着他，忽然心里又动摇起来，忽然像是被饿鬼附身了一样想吃东西.....”

奈美子说，她一辈子都忘不掉那个一边流泪一边呕吐的夜晚。在她心中的动摇背后，究竟隐藏着怎样的背景呢？

奈美子口中的“没有考上国立大学，只好不情不愿地上的保底学校”，其实是位于东京的一所一流名牌大学。但是对于她来说，这件事却是人生挫折的开始。对于从小不输男生、从没有将第一名拱手让人的她来说，高考失利在她的人生中投下了沉重的阴影。她从高中时就在心中描绘的先考上国立大学、将来要读研当一名学者的梦想出现了裂痕。

考上大学，然后呢？奈美子面对了所有应试教育流水线走出来的学生都有的空虚感。这时，出现在空虚的奈美子面前的，就是淳一。

“他和一般所谓的男朋友完全不同，是一个能给人安全感，会强拉着你不断进步的人。当时，我曾经梦想的学者之路也越来越不靠谱了，所以心想就当个能让他喜欢的贤妻良母，去营造一个温馨的家庭好了。然而我跟他订婚之后，出乎我意料的事情却一件接着一件.....”

每当淳一谈到国际经济或是自己在公司的丰功伟绩的时候，都会滔

滔不绝。然而当奈美子说起女人的生活方式、男人和女人的关系之类的话题的时候，他却毫不理睬。

“我忽然发现，我根本不了解他的人生背景，也根本不知道他真实的一面，而婚期已经近在眼前.....尽管心中还有动摇，但我还是鼓起勇气想要尝试着去营造一个温馨的家庭。”

## 假装平静

究竟是做一个有工作、能自立的女人活下去，还是做一个讨他喜欢、可爱的女人活下去——奈美子心中摇摆不定。这种动摇和不安，或许就来自于这两个相互矛盾的奈美子。我们将这样一个对于自己的将来摇摆不定的女人的心理概括为“不安”这个词语。

不仅如此，在奈美子的内心深处，一直掩藏着另一个无法对任何人倾诉的不安。我们姑且将她的这份不安概括为“闭塞的性之痛苦”吧。

我在采访身患拒食症女性时经常观察到，拒绝自己作为一名女性走向成熟的心理，往往会和拒食的心理纠缠在一起。很多这样的女性，哪怕是和异性牵手、被异性触摸头发都会感到抗拒，就更不用说发生性关系了。

“我倒是没有这种感觉，甚至完全相反.....我想做一个成熟的女性，甚至非常希望去享受和谐的性关系.....”

奈美子一边这样说着，一边像是在寻找合适的措辞一样陷入了沉思。那么又是什么因素在阻碍她走向成熟？

“毋庸置疑，女性也有性方面的需求，但是万一这一需求遭到丈夫拒绝，一方面会产生十分难为情的情绪——毕竟都是个有七情六欲的活人，这样也太不在理了；另一方面心中会拒绝一切对丈夫的依存，感到自己和丈夫的关系不能让自己成为一个成熟的女性。

“这种情况下，哪怕进行性行为，心中也会十分紧张，生怕自己无法获得快乐和满足。心中的紧张会加剧不安的情绪，只好想尽一切办法缓解不安。而我，则找到了吃和吐这两种行为.....”

渐渐地，奈美子断定自己的丈夫是不会关注自己内心世界的感情

的。为了填补感情上的空虚，她的过食呕吐症愈演愈烈。

但是，奈美子一方面不断对丈夫感到失望，另一方面却不停地尝试变成一个能讨丈夫喜爱的、可爱的妻子。

“好像是在结婚之前，有一次他指着前女友的照片对我说，他其实喜欢瘦一些的女孩子。这句话一直扎在我的心底，挥之不去，后来形成了习惯，哪怕是稍微多吃一点，都会吐出来。心里总会强迫自己，必须符合男性心目中的理想形象.....必须让自己的行为举止都可爱起来，成为一个男性心目中理想的可爱妻子.....必须再瘦些、再瘦些.....现在想想，我一直强迫自己扮演一个可爱的女人.....”

生活方式上的迷茫，性生活的闭塞感、紧张感，令奈美子需要通过过食呕吐的行为来缓解心中不断加剧的不安。但是，她究竟能不能通过这种方式摆脱不安呢？

“吐过之后，就觉得眼前的世界突然变宽敞了。心里的不安顿时烟消云散了。有过一次这样的经历之后，就会觉得只要能够重复这个过程，就能没有任何压力地过上一整天，也不会再双眼无神地盯着他的侧脸发呆，感觉自己这样就能跟他顺利地相处下去。”

## 虚伪的“娇妻”

在一家大型证券公司以储备干部身份被公派前往美国留学，并取得MBA学位的淳一，按照当初的计划，在婚后第三年前往纽约工作。

两人住在坐落在纽约市中心哈德逊河对岸的住宅区里的一栋高二十一层的公寓中。奈美子不会开车，所以淳一就找了这处徒步范围内有超市的地方。

两人住的公寓足有一百二十平方米，客厅宽敞明亮。从十八楼的窗户向外望去，住宅区和河对岸的树林、草地尽收眼底。淳一先出发去公司报到，同年冬天奈美子也去了纽约。

“好像在他们公司，带着洋气漂亮、英语熟练的妻子去国外工作简直是再平常不过的事情了。所以，他从来没考虑过我的感受，认为我理所应当就应该跟他一起过去。但是实际上那段时间我心里还很犹豫，究竟是不是该出国。虽然我也觉得国外的生活还是有魅力的吧.....”

第一次在国外工作的淳一比在日本国内工作时还要卖力。每天早早起床之后像在东京的时候一样，出门慢跑三十分钟，回家淋浴之后，早餐要吃米饭和日式酱汤，然后才出门上班。他固执地坚持着生活习惯，寸步不让。

而奈美子的心情和淳一完全相反，就和窗外纽约冬季的天空一样布满阴云。

在奈美子的心里始终有一抹不安挥之不去。她知道只要继续跟这个在强国代名词的知名大企业工作的丈夫扮演“和谐夫妻”，自己就能坐拥被富裕的生活、充裕的时间和他人羡慕的目光所环绕的“妻子”宝座。然而如果这样下去，自己会不会终有一天会被扮演“娇妻”的自己所麻痹，会不会也心甘情愿给一个不断丑陋地自我膨胀的上班族当老婆——这个声音无时无刻不在奈美子的心中回响。

“早上我送他出门后，就会被强烈的空虚感所包围。我刚去的时候，正好赶上下雪的季节。我从十八楼的窗户往下望去，外面是白茫茫的一片。我感觉全世界都抛弃了我，心里堵得难受，每天周围都只有一片白茫茫的世界。”

奈美子过食呕吐的症状在她上高二的时候就偶有发生。结婚之后频度有所提高，而在国外的生活则更进一步加重了她的病情。

在我采访的已婚的过食呕吐症患者中，很多人都表示曾想尽一切办法隐瞒丈夫，还有人说宁死也不愿意让丈夫发现自己的问题，因为感觉一旦被丈夫发现，呕吐的“魔力”就会立即消失。

“我的症状越来越严重，又不能让他知道，心里别提多难受了。所以那时候，我几乎每天晚上都含着眼泪央求他放我回日本。最后，他也没有办法，就让我先回国了。”

奈美子说，当她一个人静下心来以后，就连自己都不知道当时为什么心里就是想不开。

回到日本没多久，她就找了一个小班教授高端英语口语的语言学校。虽然表面上是为了准备回到纽约去找丈夫，但实际上她还是没有放弃自己的学者之梦，想要去美国继续读研。

“就是在语言学校，认识了我的情夫。”奈美子忽然话锋一转。

## 主动交代

“我读过精神医学专家写的书，里面说像我这样的女性过食呕吐症患者，很多人都会做出超越社会规范的事情，比如盗窃，或者出轨。而我正是后者。”

奈美子仿佛在说别人一样，半开玩笑般地说出了自己从未对别人吐露过的秘密。

她在外语学校选了一个小班教学、可以和外教一对一单独练习口语的课程。她的同班同学中，有一个在研究所上班的、十分斯文的男性。

“他的头上已经开始有一些白发，最开始感觉像是个中老年人，和我完全不在一个频道。但是有一天放学之后我们偶然同路，聊着聊着忽然发现他的研究领域，正好是我之前一直感兴趣想要挑战的领域，然后我们仿佛一下子就走近了不少。”

奈美子离开一心扑在工作上的丈夫独自回国，虽然心中仍对结婚生活抱着一丝希望，但“离婚”两个字已经开始不时地浮现在她的脑海之中。

“我的丈夫，如果按照社会上一般的‘丈夫’二字的标准来衡量，其实算不上不好。所以我觉得我也没什么资格对他不满。他自己其实也是这样认为的，他有时也会对我说，他就是不理解为什么我总是一脸不满意的样子，说跟他过不到一块去的女人，跟谁都过不到一块去，还说为什么不多给他一些温暖的拥抱，不多给他一些关爱。大概是因为这种欲求不满的心理，结婚之后没多久……”

淳一有时候会在外面喝醉，回家之后忽然大声喊道：“我喝醉了你就不管我了吗？”然后把奈美子推倒在地上，像是早就怀恨在心一样不停地用脚踢打她。

“虽然他嘴上说能自立的职业女性最合他的理想，但实际上，他的思想还是非常传统的那种，希望我能够当一个在婆婆面前好好表现、给他长脸的妻子。对于将来的生活方式，我也一直有不少犹豫不决的地方，所以也可能因为这个让他心情烦躁……”



至少要在经济上争取独立，就算继续这段婚姻，自己也没有信心和丈夫处好——然而，就在奈美子下决心重拾梦想、开始努力学习的时候，新的邂逅却出现了。

“因为他的研究领域也和我相同，所以经常来鼓励我。他的关心对我来说真是温暖极了。我最理想的，就是这种不是让我从属于他，不是让我像妈妈对孩子一样照顾他，而是这样在精神上支持我的人。我的这种情绪越发强烈……”

两个人发展成奈美子口中的“出轨关系”，是在三个月之后英语班即将结业的时候。

“我一想到今后不能每周都跟他见面，就抑制不住自己想要跟他表白的心情，最后只好主动跟他挑明。我说，我喜欢他。虽然我知道，我有丈夫，而他也有妻子。而他竟然说也喜欢我，一直压抑着自己的心情没有表露……”

## 爱情走向分裂

“他经常去国外出差，平时工作也很忙，所以我们在一起的时间其实没有多少。但每次我们见面，他都会给我学习上提出一些建议，还给我介绍了翻译的工作，甚至让我觉得以前从没有过这么充实的生活。”

据奈美子说，另一个使她起死回生的，是他们之间的关系。

自结婚以来，对身体在性方面的不安和担忧就在奈美子的身体里盘踞不去。心中的不安让她身心都陷入紧张，最终让她认为正是这种身心的不安在阻碍她变成一个成熟的女人。但是后来她发现，就连性方面的不安也在和他相处的过程中渐渐消失得无影无踪。

“虽然我也不太知道什么是性方面的满足，比如说，有时候我希望丈夫能在身边环住我的肩膀，但我要是将我的希望说出口，他就会嫌我烦。但是和这个人相处的时候，他就像一股清流，让我紧张的身体放松下来。其实，应该是他在精神上宽容地接受了我。大概是有了这些因素，随着我们交往逐渐加深，他就像一股暖流，流淌进我的身体。如果可以的话，我甚至不在乎是否有形式上的婚姻，只要我们能获得自由，能在一起，就什么都无所谓了。我认为，他也是这么想的。”

感到不安的时候，奈美子唯一能够缓解这一感觉的手段就是过食呕吐。久而久之，这已经成了她的习惯。但是，在和那位男性交往的过程中，这一习惯也渐渐消失得无影无踪。

“但是，无论怎样粉饰，出轨就是出轨……”

奈美子回忆起最后的破灭时如此说道。情夫妻子患病，小孩不去上学，再加上自己丈夫即将回国，一系列的变故将她逼得走投无路，先前充满光明的时光瞬间变成了泡影。

“我打算等丈夫回国之后，就跟他离婚。但是，他却劝我放弃这种冲动的想法，让我再好好考虑考虑，还反复跟我讲，他有病弱的妻子，他和妻子也共同生活了多年，那些东西不能说否定就否定……但是他也说，对于他来说，我同样也是不可或缺的人……”

丈夫回国的航班明天就要降落成田机场了。前一天晚上，奈美子将电话打到了情夫出差所住的宾馆房间。

“现在回想起来，当初我还是不想离开他。但事情也不能总这样下去。我心里慌得不行，想赶紧得出一个结果。我在电话里对他说，我不愿意继续这样了，问他究竟是怎么打算的。我当时的语气可能有些尖锐。我说完，他沉默了很久，然后告诉我他选择妻子……我听到他这么说，大概大叫了一声，然后瘫在电话旁边，全身发抖……”

自从那晚之后，她过食呕吐的症状愈演愈烈。以前只有心中感受到紧张和不安的时候才会发作，但那一夜之后，过食呕吐的冲动无时无刻不在折磨着她的内心。

不吃不吐，就坐立难安。食物吃完了，就冲出去买。买来之后再疯狂地吃，然后呕吐出来……

“丈夫完全没发现我的病症。回国之后，他拿到了一个很高的职位，大概也是没有心思管我了。”奈美子说。

## 寻找人生道路的流浪者

奈美子为了和丈夫离婚，选择了分居。她来到这个离故乡不远的海边小镇后，才终于获得了从修罗地狱中脱身、坦诚面对自己的机会。

在面对自己的过程中，她描绘出了怎样一幅自画像？让她每天烦恼、陷入过食呕吐症的真正原因又是什么呢？随着对这些问题本源的不断追踪，我们看到的不是她个人层面的爱恨情仇，而是一个病态的现代社会。

精神科的D医生诊治过很多受拒食和过食呕吐症状折磨的女性患者。他将她们比作“煤矿里的金丝雀”。

“以前煤矿工人们下井时，都会带上一只金丝雀。因为金丝雀对缺氧环境十分敏感，所以能够替工人们预测危险。现在这些患有进食异常症的女性就像金丝雀一样对时代和社会病态环境敏感地做出了反应，向所有生活在现代社会里的女人们发出了警告。”

D医生这样对我说。他的话里究竟蕴含着怎样的深意呢？

有一个精神分析理论的术语叫“自我理想”。说白一些，就是一个引导自己“想要成为怎样的人”的指南针。孩子十岁以后，特别是十二岁前后，会在脱离对父母的依存的不安和冲动中，拼命寻找自己的生存模式。

对于这个阶段的孩子来说，“将来想像某人一样”这样的理想就是他的“自我理想”。D医生认为，男孩的生存之道通常都比较简单明了，比如“当一个顶天立地的男子汉”，而对于女孩来说，通常并没有一个像男孩子一样明确的生活方式可供参考。

其中的一个原因，是母亲这一代通常并没有给自己的女儿们展示出一个积极肯定的女人的生活方式。

“战后的母亲一代，处于相对富裕的经济环境中，比起自己的老一辈，不仅学历更高，而且都在年轻时受过良好的教育，在鼓励上进的氛围中走向社会并获得成就，甚至试图努力工作并实现独立。然而另一方面，她们仍旧会被灌输传统的为人妻、为人母的意识。很多人并没有经历过过多的思考和纠结就轻易地结婚，成为主妇。”

轻易选择的结婚带来逐渐富裕的生活，然而等着她们的，却是一方面在经济上依赖丈夫，另一方面不得不将自己的全部精力都搭在丈夫和孩子身上的人生。总有一天，她们会对这样的生活感到疑问，会感到空虚和孤独，会找不到人生的价值，会在人到中年的寂寞中度过每一天。

“母亲这一代人肯定不会满足于自己选择的生活方式，很多人甚至质疑自己当初为什么嫁给了这样一个男人。虽然现在社会上提倡男女平等、鼓励女性走向社会的口号喊得很响，但是‘女性解放’的声浪越高，女人们对于自己所处的现状就越是不满。人的一生不是说改变就能改变的。所以，很多母亲嘴上通过‘你要努力，否则将来就要变成像妈妈这样’之类的话鼓励女儿努力走向自立，但她们的行为和生活方式却传递了一个截然相反的信号——那就是依赖丈夫才是获得幸福、走向富足的捷径，所以女人必须要可爱、有女人味.....这样在女儿的心中就会出现矛盾和纠结，一方面她们试图批判和否定母亲的生存方式，而另一方面自己却无法找到出路。”

自立和依存，很多女性无法掌握好二者的平衡，背负着被二者无情撕裂的生存宿命，踏上寻找“自我理想”的旅途。

对于生存方式的苦恼潜伏在现代女性内心深处。D医生说，这些受拒食或过食呕吐症折磨的女性，正是通过如此诚实而又有些过激的方式，在直面心中苦楚的旅途之中颠沛流离。

奈美子大概也是她们中的一员。

# — 两个自己 —

## 男性社会主导的“女人味”

根据临床医生们的介绍，受拒食、过食等进食异常症状折磨的女性中，有一个群体非常典型，就是那些从小学习成绩优秀、做任何事情都非常努力且身负母亲重托的女性。

她们一方面拥有不输给男生的上进心，同时却又是比任何人都更会体察父母的心意和期待的好孩子，具有软弱的一面。奈美子也是这样的女生。

“我小时候，总是留意观察父母的脸色，去扮演一个所谓‘听话的好孩子’。我的父亲是一个对我要求非常严格的人，如果我不听话，父母就会为此争吵。因为我不想看见他们那样，所以一直强迫自己按家人的意愿行事，从来不敢吐露真正的心声。”

像奈美子这样的女生，她们为了让父母满意而拼命努力学习。但是她们努力的动力并非出于自己的理想或爱好，而是为了让父母满意，所以这样的努力往往难以为继。哪怕是按照父母的意愿考上了理想的大学，最终也会迷失自我，无法找到自己前进的方向。

“一旦迷失方向，就会对把自己培养成书呆子的母亲心生怨恨，报复式地自暴自弃，彻底丢掉学习。接踵而至的就是自卑的情绪，试图将自己变成一个依附于男性的‘可爱的女人’。”

当她们否定书呆子设定、试图变成可爱的女人的时候，在她们心目中又会浮现出一个怎样的女性形象呢？当今社会，占据优势和主导地位的仍是男性。因此，她们心目中的目标，仍是一个男人心目中的“好女人”。

“现在无论是电视还是广告，通过各种媒体大量投射出来的，都是些身材消瘦苗条的女性形象。身材是在现代社会得到承认的必要条件，这已经是不争的事实。虽然女人们都认为自己想要瘦下来是出于自己的审美，但实际上，我认为这是她们已经彻底被男性占主导地位的社会价值观所吞噬、所洗脑的结果。”

D医生给我举了这样一个例子，恰好印证了这一点。英国模特崔姬于一九六六年在美国闪亮出道，轰动一时。她的成功，成了印证那个时代所追求的女性形象的标志性事件。当年之后，神经性厌食症在美国女孩中的发病率在短时间内大幅攀升。拒食症成了一个时代的标志。

D医生指出，进食异常症在女性中产生并不断蔓延的原因之一，就是类似潜在的、被社会强迫和控制的价值观。同时他也警告说，想要摆脱这一病症的先决条件，是女性必须要提早意识到这一点。

“首先，就是要怀疑、批判地思考社会所追求的所谓女人味。女性为什么必须保持美丽？保持美丽是为了谁？为什么女性要瘦得弱不禁风？为什么满街都是化妆品的广告？首先需要学会怀疑。其次必须要认识到，女性自己的心灵和肉体的主人只有女性自己。或许我们可以称之为女权主义，但现在很多女性对于这点还太过于无知。”

## 依赖共生关系的心理剧

“最近，‘依赖共生关系’这个词在美国也经常被人提及，是一个表达人际关系时常用的关键词。”

D医生如此向我说明。所谓依赖共生关系究竟是怎样一种人际关系呢？

比如说，有一个酒精成瘾的丈夫，和一个没日没夜地照顾他的妻子。妻子觉得她自己是全世界最不幸的女人，每天一边流着泪一边照顾丈夫。但是，让我们换个视角。虽然她嘴上说：“不许喝了！下次再喝就不管你了！”但实际上恰恰是她始终在照顾醉鬼丈夫的行为，才造就了一个离不开她的男人。也就是说，她通过这种方式，控制着自己的丈夫。

而另一方面，丈夫不停地让妻子为自己担心，让自己在妻子的心中只剩下酒鬼这个形象。自己喝酒妻子就会失望，而自己不喝酒妻子就会高兴——也是通过这种方式，控制着自己的妻子。

在这个例子中，妻子一方面试图将丈夫从酒精成瘾的泥潭中拯救出来，而另一方面又通过对丈夫的照顾去获取自己的生存价值。

“这种关系，就像养了一只酒精成瘾的宠物。只要不从根本上改变

他们的关系，仅靠治疗丈夫的酒精成瘾是不会有任何效果的。只有妻子对丈夫说，以后不管你了，我自己一个人过，丈夫才有治愈的希望。”

从这个例子我们可以看出，人类有控制他人的欲望。有人通过依赖去控制他人，也有人如果不被人依赖就会心神不宁、坐立难安。所谓依赖共生关系，就是指这两者之间所构成的依赖和被依赖的关系，或者说是统治与被统治的关系。

依赖共生关系最为明显的是男女之间的关系，但父母和孩子之间也不乏此类。处于依赖共生关系中的夫妻或母女之间经常出现贪得无厌地向对方索求、既憎恶又无法离开、既瞧不起又割舍不了的局面，上演着一出出爱恨交织的悲惨戏码。

D医生认为，在依赖共生的同时，为了填补无法完全控制对方时所产生的寂寞、愤怒、渴望等负面感情，就会产生对食物、酒精、药物的依赖，进而染指赌博、滥交、浪费等行为。

医生又说，分析身患拒食、过食呕吐症的女性的内心世界会发现，她们自己也可以构成依赖共生关系。

一个人的内心世界中有两个自己，其中一方不断试图完全控制另一方。

“她们对于自己内心里的‘别人’也十分冷酷，认为可以随心所欲地支配她，将她当作奴隶使唤。如果在现实世界中这样对待别人，一定会遭到厌恶。然而针对内心世界的‘别人’，却可以毫无顾忌地歧视、谩骂。‘看你这只蠢猪！丑八怪！死鬼！’就像这样。而后一个自己，也可以通过当奴隶、忍受谩骂的方式，来控制前一个自己……”

她们的内心世界中，无时无刻不在上演着这样一出依赖共生的复杂心理剧。只有当这出大戏落下帷幕，接受原原本本的、真实的自己，她们才会顺着爱的感觉，走向重生的方向……

## 高人一等

一个人的内心世界中有两个自己，其中一个自己无时无刻不在折磨着另一个，使其陷入不安——D医生为我们勾勒出身患拒食、过食呕吐症的女性内心之中潜藏的心理构造。那么，试图支配自己的另一个自己

的真实面目究竟是什么呢？

我还采访了一个名叫江津子的女性。

从东京市中心乘坐电车，大概一个半小时后，就到了一个由一家知名房地产公司开发的大规模住宅区。道路两侧一排排的洋房，虽然建筑外观样式各不相同，但看起来都透着某种一致的风貌，整齐划一地排在一起。

江津子和上班族的丈夫两人住在这样一个“人工”的小镇。虽然已经结婚三年，但大概是因为还没有小孩，这个年轻的主妇脸上还留着些许学生气。

“不是经常有那种学习成绩又好，又活泼，还当学生会干部的中学生吗？我原来就是这样的。能跟我比高下的只有男生。中考的时候，我想考东京学艺大学附属高中，理由非常简单，因为当时都说那个学校最难考。结果呢，那些跟我争的男生们，一个个要么考上了筑波大学附属高中，要么就是开成、武藏等名校，只有我没考上名校。虽然我考上的也算是全县最好的重点高中，但总感觉就我一个人成了垫底的。”

高一那年春天，以失落中开始的减肥为导火索，她开始了近十年在拒食和过食之间摇摆不定的挣扎。

“当时我的体重直线下降，根本没有心思学习，就感觉我活着的价值就只有减肥这一件事。”

上高二那年，她的体重骤降到了三十公斤。瘦到了这种地步，刚开始的时候还需要努力抗拒的食欲已经消失殆尽，摆在面前的食物看起来也像是一堆无机物一样让她毫无胃口。然而没过多久，她就像众多其他病例一样，突然由拒食转变成了过食。

“高二下半学期期末那段时间，每天早晨我都装作去上学，走到半路再返回来，去超市买上好多面包、零食之后回到家里。那时候我妈也在外面工作，所以白天家里没有人，我就躲在房间里，吃上整整一天……”

因为总在同一家药房买泻药会引人怀疑，所以她还到处找不同药房分批购买，一口气吃上三十多片，一边吃东西一边上厕所。



就算是遭受了升学考试挫败的打击，她的这种冲动未免也太过离奇。

“我初中和高中的时候，不知道为什么就特别想高人一等。我这种想法，既不是父母的要求，也不是我家庭不幸或是经济困难，就是心里有一种观念，必须要成为富有的、高人一等的人。虽然我并不会瞧不起那些没有走向成功的普通人，但是我自己绝对不要普通，所以我要给自己树立目标，努力学习。”

以考上国立大学医学系为目标努力学习的女尖子生，最终沉沦在了拒食和过食的深渊之中。但根植于她意识深处的“确立目标、努力追逐、不达目标誓不罢休”这一行为模式，却从未消失。

## 树立目标并活在计划之中

曾经为了成为有钱有势的社会赢家而努力的尖子生——江津子，现在已经和一个上班族结婚，成了一个普通的主妇。但是我仍在她身上看到“成功强迫症”的后遗现象。

“其实就连我自己都觉着奇怪。每天晚上睡觉之前，我都会在脑子里面预习一遍明天的计划，从早饭的菜单，到几点几分穿什么衣服……以前上班的时候，我甚至还会盘算着晚上回家之后要一边洗衣服、一边往澡盆里放水，还有晚饭要做什么菜，要先切好这个和那个……脑子里全都要过一遍，有时甚至还要记在本子上，哈哈。”

如果需要和谁见个面，她甚至还会去预想对方会问自己的问题。迟到和意料之外的失败实在太难为情，是绝对不能容忍的，所以她每件事都要计划得滴水不漏。

“虽然我也不知道是什么时候养成的习惯，反正我的内心里始终有一个念头，就是要树立目标，然后以最短的捷径，用最高的效率达到目标。所以，我这个人一旦没了目标就会陷入恐慌，如果不朝着某一个目标按照我的计划去往前走，也会害怕，而一旦计划被打乱，或者没得到计划中的结果，同样也会慌得不行……”

上高中后她患上过食症，就是因为心中的恐慌无法抑制所致。

直到现在，如果无法抑制恐慌的波涛，她就会在丈夫八点出门上班

之后，去超市采购今天的食物，上午九点就开始进食。

“我吃东西的时候几乎只嚼上两三口，完全是在狼吞虎咽，所以我吃不了大福那种糯糯的东西，尽吃些曲奇饼、花式面包、海苔卷之类的，不停地吃。吃到十一点左右，我就会觉得困，接着去睡觉。过了正午，睡醒之后还会接着吃，一直吃到傍晚六点左右才能罢休，然后我老公大概七点多回家……”

究竟是怎样的心理状态，能让她接连不停地吃上十个小时？

她和丈夫是大学时的同班同学，毕业之后就步入了婚姻殿堂，是一对类似朋友关系的夫妻。丈夫回家之后，她马上就会换上另一张面孔。

受过食呕吐症折磨的女性中，有很多人都会在激烈的进食之后对自己的母亲拳打脚踢。江津子表示她非常理解她们的这种行为。

“虽然我不会去打谁，但吃过度之后，我就会控制不住地想要哭出来。经常是又哭又嚎，还找碴跟老公吵架。我意识清醒的时候，其实一次都没有哭过，而且几乎从来不会做出冲动的东西，从来没被怒气冲昏过头脑。我又哭又嚎的行为只会发生在过食之后。”

“我恨死你了！我们分手吧！你要是不喜欢我这种女人就明说！你说啊，说我们分手啊！”

江津子在激烈的过食之后，总会这样哭着号叫着向自己的丈夫发泄。

“我老公很久之前就知道我过食的事情。我白天过食，没给他准备晚餐，他从来没埋怨过我。我胖也好，瘦也罢，他也什么都不说。我跟他哭，他也只是哄我。我也不知道，他内心到底是怎么想的，所以这让我更加不安……”

江津子像企业的管理系统一样，总是按照事先定好的计划去完成预定的任务，把自己绑得牢牢的。难道她只有沉浸在过食这一脱离日常的行为时，才能重新找回真实的自我吗？

还是说，她已经被现代社会的窒息感逼到了不通过这种脱离常轨的手段，就不能回归日常的地步了吗？

# 我究竟想干什么？

过食就像是一波波袭来的狂涛，刚刚经历过退潮的平稳，却又身不由己地被下一波冲动的狂潮裹挟着卷入黑暗的旋涡之中。最后，在向丈夫哭嚎着发泄之后陷入深沉的睡眠，又迎来第二天的清晨。

“我这种状况和喝醉酒还不太一样。酒喝多了会出现短暂失忆，但我在过食之后，头一天晚上的事情都记得一清二楚，但早晨起来之后感觉一切都像一场梦，跟没事儿人一样。”

然后，江津子又能回到日常，重新做回一个平凡的主妇。我听她讲述过她不为人知的另一面之后，就像同时面对着两个江津子一样。

其中一个，是树立明确的目标、朝着目标笔直前进、过着计划中的人生的江津子。而另一个江津子虽然对前一个自己冷眼相看，却不得不选择屈从，但她会不时通过上演过食的疯狂戏码来进行反抗。

“我觉得无论是谁，多少都有自己的人生目标和理想，但是绝大多数人都不可能一帆风顺地实现它，或多或少都会绕些弯路，或是做些和目的不完全相符的事情。虽然我心里知道人或多或少都会走弯路，感兴趣的事情也会发生变化，却始终不能原谅错失目标的自己。所以，如果不是始终有一个具体的目标，我就会不知所措……”

达成目标意味着什么呢？对于曾经的她来说，目标十分明确而且具体，那就是考上那所全国最难录取的大学的医学专业，战胜所有对手，在竞争中脱颖而出，成为医生，获得地位和金钱。对于她来说，这才是人生价值所在。

“现在回过头来，我上初中、高中的时候，一心只想着出人头地，根本就没有理解这个世界上有很多种人，每个人都有每个人的生存方式，这才是真正的世界。无论是在学校还是在家庭，我都没有学到这点……”

我们人类，每一个人都是一个无法替代的生命，都是一个不可以通过容貌、能力、地位来排序的、独一无二的宝贵存在。或许我们可以将其称为“人类观”，一种发自内心的尊崇个性、尊敬并爱护人类的价值观。江津子认为自己没有获得这种价值观。

如果没有一个能够尊崇每个人的生活方式，并宽容地接受它的价值观，人生中就会只剩下不断挑战新的更高的目标，在竞争中存活这一种方式。脱离了竞争轨道的江津子，是不是还没有找到一个能够取而代之的新目标呢？

“说白了，我也不知道我现在应该怎么做，不知道自己究竟想干什么，将来要怎么活下去才好，所以才会陷入不安。”

现代社会最具特征的景象，就是所有人都被计划所追赶，都在和时间赛跑，急匆匆地度过每一天。而江津子则正好相反，没有计划就会陷入深深的不安。

让我们想象一下，她在不安的驱使下，在午后空无一人的房间里默默地吞咽东西的样子。她的身影仿佛向我们讲述着被剥夺了在闲暇中享受时间之乐趣的时代悲哀。

## 不惜消灭肉体

“我要减肥，不是想要变漂亮、吸引男人们的目光，而是想消失，想让自己从这个世界消失……”

沙绘，今年二十三岁。从这样一个正值妙龄的女青年口中听到这样的发言，我不禁惊讶得合不拢嘴。

据她说，为了让自己从这个世界消失，她甚至曾用利器伤害过自己的身体。她卷起毛衫的袖口，说这就是当时伤害自己留下的伤痕……展现在我面前的，是左手手腕上多条利刃造成的细细的、微微有些隆起的伤痕。

“大概是从初中三年级开始，我觉得自己的长相非常丑陋，心中充满了自卑情绪，比如跳集体舞的时候男生不愿意跟我握手，哪怕是这些小事都挥之不去……”

去百货店买衣服的时候，她也不敢自己挑衣服或是在镜前试穿，只好让母亲替自己挑选衣服，自己却躲在一边偷偷观望。

“后来，我渐渐越来越无法忍受自己的肉体。我开始认为，肉体不过是灵魂的容器。我自己的肉体，我想怎样就怎样。这具肉体害我如此

痛苦，我就要淡化它的存在，要让它从这个世界消失。”

她开始拒食。曾经六十二公斤的体重骤降到了三十三公斤，随后又像诸多患者一样，转为严重的过食。

“这是我症状最严重的时候。”

她说，从包里拿出了一张插画风格的画像。画里的她身体赤裸，颧骨和骨盆异常隆起，就像一具骷髅一样可怕。

很多进食异常的女性患者精神状态都和沙绘类似，由于存在自虐心理，她们想让自己的肉体变成皮包骨头的状态，又都对肉体等具有感情象征的事物、温暖的事物、有人情味的事物表现出强烈的抗拒。

“要是能变成一具骨头就好了。能变成无机物飞扬在空气里的话，我就是全世界最幸福的人了。”

“要是我能沉到深海的海底的话，估计会特别舒服。”

“我想一个人漂浮在宇宙星际。”

这些告白如实地描绘出了她们的内心世界，折射出她们强烈想要将自己的存在变成一个抽象概念的愿望。

但是深入沙绘的内心世界后我发现，驱使她通过拒食实现上述心愿的各种动因其实极为错综复杂。

“我的父母都是中学老师。父亲是个非常严厉，甚至有些暴力倾向的人。我的脑海里总是浮现出这样的场景：一个冬天的晚上，吃饭的时候，父亲不知怎么突然发起怒来，把通着电的被炉整个掀翻了，放在桌子上的面条扣在了母亲的脸上，被炉下面的红外线加热器的光映红了她的脸——就是这样一幅画面。母亲经常被他打，我上小学的时候有一次因为不爱学习，惹父亲生气了，他就抄起菜刀砍在我的书桌上。我们全家都怕他……”

沙绘家里明明有四口人，但饭桌上却只有三个人的座位。

“父亲从来都只让母亲把吃的端到他的房间，自己在房间里吃饭。孩子们有时候也自己做饭自己吃。我们家从来没有四口人聚在一起吃过

东西。”

沙绘悲伤地回忆说，她的哥哥憎恨这样的父亲，曾经认真地对母亲说“我来帮你把爸爸杀掉吧”。但是在憎恶父亲的同时，她也对屈服于父亲的暴力而不敢反抗的母亲心怀恨意。

## 对男权社会的抗拒

沙绘的故乡在日本的北陆地区，是一个临近日本海的小镇。父亲是一个农民家的孩子，据说是通过相亲认识了在邻县一座中等城市里长大的母亲。

“母亲的年龄比父亲大，似乎有很多无法抗拒的理由，她才不情不愿地和父亲结了婚。不仅如此，听说他们刚刚结婚不久，她就被父亲要求在一起的时候不许靠近距他五米的范围之内。”

哪怕是旧习盛行的当地，她父亲男尊女卑观念的严重程度也让人感到有些不正常。在家不仅经常对家人大喊大叫，有时甚至会付诸暴力——沙绘回忆起小时候，记忆中就只有这样一个父亲的形象。

“只要家门外响起停车的声音，母亲和孩子们全都如临大敌一样紧张起来。所以我小时候根本就没有被父亲抱着放在膝盖上的记忆。”

母亲在结婚前，常常作了短诗往同好杂志投稿。她把自己写的短诗全都整理在笔记本上，珍藏了很多本作品。有一天，母亲的笔记本被父亲发现了，父亲勃然大怒，把它们全扔了。

据母亲说，父亲家本来就有这种暴力倾向的家风。祖父是一个农民家的长子，没有学历。祖母却是一个与他家门不当户不对的大户千金。面对当时来说已经是知识女性的祖母，祖父心中一直存在自卑情结，时常对祖母施加暴力。

“父亲完美地继承了他家阴暗、粗野的血统，我怀疑他心中也抱有和祖父相同的扭曲心理向母亲发泄。”

但是，沙绘对于母亲的感情也是复杂而矛盾的。父亲手里拿着菜刀在年幼的沙绘面前比画，把她吓得瑟瑟发抖，母亲却只是默默旁观。

“母亲身上好像有种莫名的绝望感，几乎没见过她情绪激动地反抗过。她肯定十分后悔跟父亲这样一个性格粗野、没有人性的人结婚。所以，她又怎样能够爱上这样一个男人的孩子呢.....我是这么觉得的。”

沙绘小的时候，经常大声斥责母亲，和母亲发生争吵。她说，她这样是为了知道母亲对自己的看法，是不是真心爱着自己。

“你为什么不看着我！为什么从不抱我！为什么从不爱我！”

沙绘的心中，曾经这样呐喊。

她回想起自己的过去，觉得自己患上拒食症、变成这样皮包骨头的样子，也是为了变瘦进而得到母亲的关注和关心，是一种检验母亲是不是爱自己的行为。

沙绘说，对她来说母亲就是自己的救命稻草。哪怕现在也会像幼儿追寻母亲一样，对母亲抱有异常的执着。与此同时，她的母亲也在通过照顾受拒食、过食折磨的女儿，来填补对于丈夫的爱空白，从而阻碍了女儿在心理上的独立。

“我会当街打我的母亲.....”

也许，这也是她甩开母亲自哀自怜的双手，挣扎着寻求自我独立的表现之一。

“我特别理解不了，母亲为什么不和父亲离婚。我觉得肯定是她只把这段婚姻作为生存手段而已吧。”

一段在女儿看来如此冷漠的婚姻关系中，母亲将数不尽的辛酸寂寞都藏在心里苦苦忍受。与此同时，她也一定对于自己身为女人这点充满了悔恨吧。

她的母亲难道不正是将自己的悔恨，通过父亲、男性、暴力的符号传递给自己的女儿，好让她察觉到潜藏在当今男权社会深处的暴力性和统治的压力吗？沙绘在这个社会面前止步不前，不知如何接受自己作为女性的身份，所以选择让自己消失.....

## 男人们的自闭化

身受拒食、过食呕吐症折磨的女人们通过自己的病状，向我们的社会发出了怎样的警告呢？在本章中，我们倾听了她们的心声，同时尝试着深度解读她们向我们释放出的暗号。但是，无论怎样追寻，却始终无法完全看清她们内心的全部真相。

虽然我们知道她们是病人，但当我在街上遇见她们、和她们交谈时，她们看起来就是一个个普通的女青年，根本无法从她们身上察觉出任何异常。

但是，当我第二天继续对她们采访的时候，却又会听她们说：“其实，昨天回家之后我又犯了一次。在车站前连着吃了五六家汉堡店，然后又去好几家咖啡厅吃了蛋糕.....”

从她们的脸上，我根本无法想象她们心中压着多么沉重的包袱。因此我推测，哪怕是那些我们身边看起来极其普通的女性，其中也可能存在着很多隐形患者。

这种病症为什么会在女性之中广泛发病呢？我再次找到了精神科的D医生。D医生认为，正是现在社会的种种弊病使特定的女性人群受到强烈影响，让她们感到无法正常地、有自尊地生存下去，这是造成她们发病的一个重要原因。

本章中曾经提到过，现代社会的女性正在受到多座大山的压迫。

“比如，您可以试着去分析一下化妆品的广告，看看里面都说的什么。那些广告的潜台词简直就是说，女人啊，你们原本既难闻又丑陋，简直不堪入目，头发都分叉了，还怎么好意思上街？在充斥着如此潜台词的现代社会中，社会评价人的标准越发严苛。一个人的眼神，体味.....如果全都一一在意，就会有无穷无尽的焦虑。这在以前叫作神经官能症。要是用这个标准衡量现在，恐怕可以说日本全国人都陷入集体神经官能症了。”

那么，同样的问题难道都和男性无缘吗？D医生表示，男性也有患上这类心理病症的风险。这一点早在第二次世界大战时明尼苏达大学受美军委托进行的人体饥饿实验中就已得到证实。

但我们又如何解释虽然男性也有患病风险，患者数却很少这一事实呢？



近年来，二十五岁或三十岁以上的青壮年男性中，很多人都不愿从学校毕业，或者是就算从学校毕业也拒绝走向社会，把自己关在家里，变成一个“宅男”。同时，对性漠不关心的男性也逐年增加。

D医生举例分析道：“他们并非没有性冲动，平时也会购买成人杂志或成人录像，但他们却不愿和女性发生性关系。这是因为他们畏惧真正的性关系。他们害怕将原原本本、毫无掩饰的自己暴露在外，害怕与他人的接触，害怕作为一个男性受到他人的评价。”

男性的自闭化，是否是一种和女人们的拒食、过食呕吐症相类似的现象呢？

“男性也有很多病症，比如说工作成瘾的工作狂，或是沉迷于提升业绩的业绩依赖症、晋升依赖症，沉迷于计算机的技术应激症等。虽然这些现象并未普遍被社会认为是问题，但其本质难道不也是一种人的异化吗？而且，或许将来男性身上还会发生更多我们从未见过的现象。我现在正在进行这方面的探索……”

在无色无味、没有实体的精神重压下，将时代的空白感摄入体内的男男女女，是否正在发生着连自己都无法察觉的变化呢？我们的采访仍旧看不到尽头……

---

<sup>(1)</sup> 日本地域行政划分上，“县”相当于中国的“省”级行政区。

# 后记

如今，“世纪末”这个词已然不再新鲜，不妨说早就“司空见惯”了。时间行进到了二十世纪九十年代，这个被大众媒体争先恐后使用的表达方式，转眼之间已平庸得堪称陈词滥调。

本书收录的“快节奏的城市”和“呕吐的女人”两章，原本是以“行走世纪末”为标题，合为一章撰写的。在本书执笔的一九八八年到一九八九年这段时间，我对“世纪末”这个词尚有新鲜感，一边追踪世纪末的症状一边行走在大街小巷，捕捉到十分契合纪实题材的时代氛围，还颇为沾沾自喜。但是，这段报道在报纸连载结束后，我并未立即将其整理成书。稿件在箱底沉睡经年，外面的世界已然天翻地覆。

在大众媒体上，“世纪末”忽然成了热词，而社会的状况更变本加厉地掏空了这个词的内涵。这个明明应该是飘散出腐臭、颓废等气息，使人感受到人情世故的末世悲凉的词，现在却变得既没有悲叹和忧愁，也没有兴奋和愤怒。不禁令人感叹，现在这个词的意义，就只剩下被人们忘却的无色无味、不痛不痒的每一天，像一座无人的工厂一样在那里毫无意义地空转而已。在这样的世纪末之后，我们会迎来一个怎样的世界呢？

前几天，我有幸和在日本津田塾大学任教的美国学者道格拉斯·拉米斯先生一起，就日本人为什么会努力工作直到过劳死这一主题进行了对谈（内容收于《为什么日本人宁死也要工作》一书，岩波书店出版）。在我们的讨论中，“垃圾”这个象征当今社会某些现象的关键词被频频提及。

“垃圾”这个概念包含两重含义。人类活在世上，无可避免地会通过牺牲人和自然的宝贵资源来大量生产、大量消费很多根本不是必需的东西——刚一生产出来旋即成为废弃物，这是“垃圾”的含义之一。另一个含义，则是被大量生产、大量消费的体制彻底禁锢、无法动弹的社会。从这两个角度来衡量，日本社会的现状无疑就是“垃圾”的代名词。

在和道格拉斯先生对谈中我也曾提到，日本人工作到死的过程，不仅是为了“垃圾”而工作的过程，同时也是通过大量生产、大量消费垃圾，来维持饱食繁荣的现状的过程。

如果说土地是抬高泡沫经济幻梦、令金钱如河水决堤般泛滥成灾、迷惑人们内心的元凶，那么和泡沫一起将人们逼上发疯的绝路上的，不正是“垃圾”吗？

此前我读过一本题为《大量浪费社会》（宫岛信夫著，技术与人类出版社出版）的书，获益良多。比如，日本每年能生产一千七百万辆汽车，两千万台彩电，如果将生产出来的汽车全部在国内消化的话，全国所有家庭都要每两年换一台汽车。换车，就意味着扔掉现在手中的汽车，将其报废。我们不断工作、不断销售、不断被广告洗脑、不断地购买，就是为了产生更多的垃圾。

为了提高产量激活生产、为了提高效益，就必须不断变着法子推陈出新。为了加快生产和消费的节奏，就必须让人们将手里的东西用过即丢。

罐装啤酒、罐装乌龙茶这种我们几乎每天都会喝到的商品，就是最具代表性的例子。明明用玻璃瓶装就可以将资源循环回收，厂商却偏要使用铝制的一次性容器，这样才能飞速拉动铝合金的产量，新建铝罐工厂。同时，通过将容器改成铝制，销售方式也从人卖给人变成了自动售货机贩卖。自动售货机的生产量飞速增长，以至于现在存量已超二百五十万台，可以说是遍布全国。平均每十五户家庭就有一台自动售货机在提供服务，这密度应该算得上世界第一了。将一百日元硬币塞进售货机，按下按钮，咕噜咕噜咚的一下，商品就会从机器里掉出来。然而整个过程都需要消耗电力，仅自动售货机每年消耗的电量，就是一个天文数字。

污染城市、污染山林的瓶瓶罐罐是破坏环境的一大根源。铝罐和木材、纸制品不同，从腐蚀降解到回归自然需要近五百年的时间。想象一下被垃圾填满的日本列岛，将会是一副多么可怕的情景！

然而，即便是这样，我们却还身陷“垃圾”的循环之中，为了维持生产和消费的节奏我们拼命地工作，同时大量进口制造垃圾的能源——石油。所以我们才不得不面对中东石油供给断绝的风险，不得不为伊拉克战争这一每天将五亿美元白白扔在沙漠里的战争埋单。在这层意义上，海湾战争给了我们一个重新审视当今的饱食繁荣的社会的机会。我们真的可以乘坐着这样一艘被充满欺瞒的“垃圾”和泡沫托着的破船，漫无目的地航行在茫茫大海上吗？正是这场战争，将这个关系到我们最根本的生存方式的问题摆在了我们眼前。

我们又如何能从这样一个充满欺瞒、势如累卵的饱食状况下脱身？脱身是否可能？抑或，归根结底，人们又是不是真的希望从其中脱身呢？这些都是我无法解答的问题。

近期，包括一些经济学家在内的很多人都站出来提出了一个十分现实的警告，那就是在不久的将来日本会面临崩溃。虽然不知道他们说的崩溃具体是怎样一种形式，我却从这些预言式的警告中感受到了某种共鸣。不仅仅是日本，如果我们人类每天都沉迷在不断增殖的“垃圾堆”中，每天被人从背后催促着疲于奔命的话，那么全人类的崩溃可能随时都会到来。

会这样想，可能是因为我也上了年纪，或许是自己也疲于奔命，无力纾解疲惫的心灵。我感觉，不能这样下去了。事已至此，不如让我们下定决心不再逃避，好好看看饱食社会化为泡影之后的、真正的世纪末是一副什么样子。

一九八二年以《妻子们的思秋期》为开篇连载的《日本的幸福》系列专栏及其续篇《行走世纪末》系列文章均已经出版成书。这个过程离不开众多朋友的帮助。对欣然接受我的采访的诸多受访者，以及毫无保留地为我提供专业知识和信息的各位朋友，不胜感激。

还需要感谢日本共同通讯社出版局的木村刚久先生。是他不断鼓励心存懈怠的我，将这些险些落后于时代的文章集结成册。还要感谢杉浦康平、铃木一志两位，是他们给予了这套以《妻子们的思秋期》为首的丛书精美的装帧设计。

在此，向所有帮助过我的人致以最诚挚的感谢。

斋藤茂男  
一九九一年六月

## — 寂寥的穷民们漂泊依旧 —

### 食况惨烈的人们

在记者生涯中，我常常听不同的朋友提到相同的问题。他们相互都不认识，又处于完全不同的社会领域中，却说出了惊人相似的话语。有时候，听着面前的人正在说的事情，却感觉好像以前在哪里听说过。在不断地搜索记忆后，所有的线索都会彼此贯穿，拼出一组社会现象——大概很多人都有过类似的经历。

我有一个记者老朋友，平时和日本中央政府官员接触较多。有一次，他跟我说起联合政府<sup>①</sup>成立后备受媒体关注的官员们的发家史，聊着聊着忽然十分感慨地对我说：“这些家伙真的很顽强，强到我都觉得他们是不是在还是精子和卵子的时候就已经带上这种天性了。”

那段时间，电视上刚好正在热播一部叫《甜蜜之家》的电视连续剧。这部电视剧讲述了一对父母为了让孩子能够考上名牌私立小学而东奔西走，使尽招数争红了眼的故事。野际阳子饰演的学龄前儿童补习学校的校长，布施博、山口智子饰演的井上夫妇的癫狂之相十分真实，极为准确地表现出了当下社会的一个现实截面。

聊完了时下流行的电视剧，朋友又将话题转回了官员身上。

“要说东京大学毕业、进入大藏省（财政部）工作的超精英阶层，他们很早就投身于曾经只有特定阶层才有特权参加的‘考学战争’，小学就上四谷、大冢之类的名校，然后一路过关斩将成为名副其实的考场精英……可能社会上的人都是这么认为的。虽然确实有人通过这种方式走上了成功之路。但之前不是有个刚刚上班没几个月就自杀了的人？这类新闻，媒体都是不报道的。虽然好些人看起来就像还要妈妈陪着来参加就职典礼的样子，但是也有另外一些在婴儿潮年代<sup>②</sup>出生，成为局长候补人选的中年人相当厉害。”

“相当厉害，怎么说？”

“他们体格魁梧，干起事情来雷厉风行。虽然前期也会让部下帮忙

收集资料和政策分析中能用得上的数据，但最终的报告书三天就能写出来。这些家伙的脑子确实非常厉害，而且从他们身上，你能感觉到一股近乎野兽的压迫感。像和政治家们拉关系，还有在机关里搞政治，他们在这些方面全都有可怕的猛劲。”

在朋友的讲述中，最具说服力并让我浮想联翩的，莫过于他们在完成了编制预算这种最需要人手的、长时间高强度的劳动作业结束后的样子。

“在完成了一场‘战役’之后的晚上，他们吃喝的样子简直可以用‘惨绝人寰’这几个字来形容，完全就是‘暴饮暴食’这个词的真实写照。一杯接一杯灌酒之后，还要一口气吃上三盘意大利面。”

“那他们那方面的生理需求呢？”

“公务员宿舍房间本来就小得很，好多家里孩子中考或者高考的人都放弃了夫妻生活。可能说出来很多人都不相信吧。但是另一方面，一些年纪比较轻的，也会选择出去找特殊服务。找特殊服务的时候，他们也只是在发泄而已。不这样的话人会疯掉的，因为他们所处的是一个压力巨大的世界。”

几天之后，我向精神科医生打探临床医疗现场所见到的众生百态时，也听到了同样的事情。

“在医生圈子里，比如外科医生之类的，好多人在做完一台手术之后，不使劲吃、使劲喝就完全无法舒缓心中的压力。手术的压力太大了，做完手术之后仅靠休息根本无法释放，他们的身体需要和压力同等程度的外界刺激。通过大量进食来缓解压力的方式是再平常不过的了。”

在思考依旧保留着大量动物本能的暴力性的男性世界时，我的思绪又辗转漂移到了一个离婚的案例。

## 壮汉的暴力

A先生今年四十八岁。他的妻子A子今年四十七岁。

虽然我在采访中不会刻意打探采访对象的过去，但在最近采访的几

对离婚案例中，有好几对夫妻双方都是婴儿潮时期出生的一代人，又都是年轻的时候参加学生运动认识并最终走向婚姻的。其中一个妻子向我讲述了自己的凄惨遭遇。在那个上下都在叫喊“大义”的时代，人人都在精神的共振带中异常敏感，在类似催眠状态的陶醉中相互吸引，而现在却像从美梦中醒来一样。或许这一代人，已经全面进入了清算时期。

A先生两口子虽然都是婴儿潮时代出生的人，但是却和上面说的学生运动毫无关联。

A先生年轻时曾参加学校的划艇运动社团，是一个身高一米八的壮汉。之所以想起了这对夫妇的案例，是因为听说他和官员还有外科大夫们一样，都有着暴饮暴食的习惯。

他从一所国立大学的工科研究生院毕业，拿到了硕士学位后进入了一家钢铁厂。在他走入社会的那个年代，人们心中“钢铁立国”的思想还根深蒂固。

一个曾在钢铁厂工作的朋友告诉我：“比如，像日本钢管集团福山炼钢厂这种技术先进的工厂像雨后春笋一样在全国出现的时候，人们都急红了眼想要让厂房早日完工。哪怕能早完工一天，施工费要多少给多少，因为早一天投产能带来的利益远比施工费要高得多。在那个所有人都相信经济能够永远增长下去的年代，很多由大学工科教授推荐的优秀人才都进入了钢铁行业。”但是，无须赘言，各位读者当然也都知道钢铁行业后来所遭遇的变故。A子说，A先生也正是受此牵连被分配到了和钢铁厂总公司没有直接关系的部门，但是无论从前还是现在，他始终都是一个工作狂。

据说，结婚没几年A先生就开始对她施加暴力。也就是说，他们的婚姻一半以上的时间都是和暴力同在的。

A先生每次进行家庭暴力，都是由于一些日常生活中的小事。比如他加班到半夜回家之后，会因为发现没有准备吃的、西裤没有熨平、屋子没有收拾整齐等每个家庭都存在的鸡毛蒜皮之事而大发雷霆。他会一把抓住妻子的头发把她拉倒在地，拳打脚踢。每次丈夫发疯，她都只能咬着牙，忍受到狂风暴雨过去为止，这时她的身体会像被鬼压身了一样动弹不得，根本没办法起来去准备吃的。每当这种时候，她只能一口气喝干一瓶提神用的能量饮料，才能勉强站立起来。

负责调解家庭矛盾的律师们表示，在很多家暴案件中，尽管丈夫实施家暴，有时甚至会让对方受到需要去医院处理的外伤，可很多妻子依然不愿分手。A子也是一样。她曾三次在受到家暴后冲出家门，甚至曾经一度按照律师的建议向家庭法院提交离婚调解申请，但最终却自己提出撤诉。

“A子虽然深受家暴之害，甚至身受重伤，但是她不照顾丈夫，心中的欲望就得不到满足。她会认为没有了她，他什么吃的都不会做，上班穿的白衬衫都找不着，要是没有自己在身边照顾他会活不下去……所以她宁愿忍气吞声奉献一切，就是通过这种方式来满足自己对人生价值的追求……”

他们之间最本质的关系到底是什么？为A子提供心理咨询的咨询师告诉我，解读这个问题的关键在于“成瘾”。

## 成瘾

成瘾（addiction）这个关键词，在《日本世相》系列第一卷《妻子们的思秋期》的“追踪采访”篇章中也提到过。对于成瘾一词，专业书籍的解释是：“原本属于合理范畴内的行为在丧失自我调节功能后，即使在已知这些行为可能造成不良后果的情形下，仍然被持续重复。”

还有一种解释是：“成瘾行为通常以日常生活中能为个体带来益处的习惯开始。作为习惯被逐步强化的结果，可能会转变成对个体造成不良后果的无益习惯。在少数极端情况下，维持该习惯存在本身会成为该行为的目的。”

酒精成瘾、赌博成瘾、购物成瘾、药物成瘾、拒食过食呕吐、工作成瘾、性成瘾，甚至还有偷窃成瘾、从贷款公司借贷和刷信用卡成瘾，人类的成瘾行为多种多样。

比如，吸烟这种行为如果具备了无法抗拒的强迫性，就可以说是吸烟成瘾。有专家指出，上完厕所后洗手要洗上两个小时，或是每隔二十分钟不洗手就坐立不安的洁癖也是成瘾的一种。

其中有一种成瘾行为叫人际关系成瘾，其基本类型，就是被称作依赖共生关系的成瘾模式。



所谓依赖共生关系，是指一个通过让对方依赖自己而控制对方的人，和一个通过依赖对方来控制对方的人之间所形成的依赖与被依赖的人际关系成瘾。形成这种关系的两个人会无止境地向对方索取，通常会形成互相憎恶却无法分开、互相蔑视却不能缺少对方的局面，重复着爱恨纠缠的悲剧。

生时无相知  
亦非陌生人  
为君所倾  
尽我全力  
手中针线身上衣  
伴君一生思我情

这是一首我经常引用的，赞美性别分工的固化形象的演歌。可以说，无论是写出这类流行歌曲的演艺圈风向，还是面对沉迷赌博或反复出轨的丈夫却无法拒绝的女人生涯，都是日本这一成瘾社会的典型图景。

A子的丈夫一方面是典型的工作成瘾，另一方面还有购物成瘾，常常突然没来由地买来很多贵而无用的东西。家里堆满了一次都没穿过的名牌衣服，他却从来不以为意。然而A子却对丈夫百依百顺。在接受采访的时候，她表现出的顺从甚至让人感到气愤。

“那些曾在《妻子们的思秋期》里登场的酒精成瘾的妻子们，在工作狂丈夫的婚姻中，既感受不到身为妻子的人生价值，也感受不到作为一个自立的女人的价值，她们在寻求身份认同的道路中失去方向，只能通过酒精来逃避这一危机。这也证明那些遭受家暴的妻子们所处的基本环境完全没有任何改变。A子正是因为没有找到能产生认同的自我身份，才单纯通过照顾丈夫来获取自己的人生价值。在重复这一行为的过程中，形成了依赖共生关系这一成瘾症状，最终人生陷入了泥潭。”

临近年末的一个寒夜，A子冲进律师事务所。她又因为一些小事遭到了丈夫的殴打。每次家暴之后，丈夫都会像野兽一样疯狂进食。这一次，她看到饿鬼一样的丈夫，才拖着遍体鳞伤的身躯下定决心要爬出这个无底的沼泽。

# 从小学生到中老年

在追踪A子案例的过程中我发现，具有暴力倾向的工作狂丈夫和为丈夫奉献一切、形成依赖共生关系的贤妻良母，构成了一幅从根基上支撑日本企业社会的世相。原来从“成瘾”这个关键词出发解读现代社会，就能看到如此丰富多彩的众生相——怀着这样的想法，我又去造访了久违的斋藤学医生的研究室。他既是精神科医生，同时也是《成瘾社会》（安·威尔森·雪夫原著）日语版译者。该书中有以下这样的文字。

成瘾本身是适应行为的一种，表现为个体过度适应环境，并逐渐发展为自我破坏的现象。我们所生存的环境（体系），时刻通过某种方式逼迫我们产生成瘾现象（亦即趋向自我破坏）。……现代市民受到暴力压迫的情况少了很多，然而，严格的评价制度取代了暴力对人进行管理，并依据人的“质量”进行阶层划分。社会的评价制度在内化后形成了人们的自我评价，使人们自觉主动地将自己客体化，并努力成为对他者（社会）来说的“优质产品”。进食异常的女孩们心中的自我苛责和对自己身体的客体化是最显而易见的例子。患有拒食症状的女孩们在体重骤减后才被诊断为病态，但事实上她们的病状早在这之前就已经存在。当她们的自我目的变成家长眼里的乖宝宝、老师眼里的尖子生的那一刻起，她们就已经开始体会“生存之艰”。对于她们来说，脱离规范本身就是开辟回归之路的手段。

孩子们从小就在家庭这一“舒适的牢笼”中，看着将业绩视为唯一人生价值的工作狂的父亲，和为丈夫奉献全部并以此对其反向控制的母亲长大，成为一个仅能通过他人的评价来判断自我价值的人。而学校制度的主要功能就是培养这种空虚的人格，能够与其规范同步的学生，才被认定为能担负起下一时代重任的合格“机器人”。

拒食、过食呕吐的症状正像野火一样蔓延，年年加重——这已经是医疗一线人员公认的事实。现在，距离记者报道本书“呕吐的女人”一章已经过去了五六年。在这几年的时间里，进食异常患者在全国各地不断增加，有些地方甚至出现了女性患者们的自救团体。斋藤医生的话，就是从女性自救团体开始讲起的。

“我现在经常收到这些自救团体的求助。她们病友之间打招呼的方式是拥抱，就连初次见我的时候也向我寻求拥抱。在外人看来，应该是挺让人惊讶的……”

斋藤医生表示，现在的患者已经和以前不同，拒食和过食的混合型患者增加了很多，有患病经历的人也越来越多。

“现在，完全没听说过这一社会问题的人，可以说是非常迟钝了。现代人或多或少都有些这方面的问题，哪怕没有异常进食症状，也多少会有一些其他症状。这类患者的数量已经逐渐超出了精神病院或者精神科门诊的可容纳范畴，就连医生都开始推荐、介绍患者去参加自救组织了。她们的年龄分布极广，从小学高年级到已经绝经的中老年女性患者都有。那些自救组织里甚至有很多都是家长带孩子一起来参加的……”

## “机器人”家庭的压迫

进食异常患者为什么增长如此迅猛？我在“呕吐的女人”一章中也曾提到，此类患者增加的社会背景之一，是以瘦为美这一媒体日夜宣扬的价值观，驱使女性不断投身于瘦身减肥大潮。然而，我认为其根本原因还是人们对于生存的不安。

对于这一问题，斋藤医生是这样说明的。

“就像人的肺是对应于空气中的氧气成分而生成相应机能一样，对于即将来到这个世界上的孩子们来说，有一个安全舒适的家，身边有亲友的期待和祝福本应是一个不可或缺的前提条件。然而，现实中却并非总是这样。等待他们的并不总是期待和欢迎。孩子们几乎每一天的表现都要被打分、评价。比如今天表现得好，今天表现得可爱，然而明天如何却没人知道……我们的现代社会，就是这样。所有人都在希求一个没有评价和监视、情绪和身体能不受到伤害的安全地带。然而，学校不是这样的地方，家庭也不是，那人们的安全地带究竟在哪里呢？只要人们不安的根源不消除，这种病症就不会根除，只会继续增加。”

她们所希求的是温暖、拥抱和安心感，为了寻找到对真实自我的认可而不断漂泊。

“对于男性来说，公司是一个像母体一样的地方。公司就像是他们的母亲。工作的时候，他们在这样一个虚拟家庭中扮演婴儿的角色，而每天五点下班后，进了经常光顾的酒吧也有老板娘哄着。晚上回家之后，还有扮演母亲角色的妻子相迎。看看他们，几乎整整一天都有‘妈妈’陪着。像他们这样的人，可以一直当自己是‘企业巨婴’，一直到六十

岁退休回家，比女性要轻松多了。再反观女性，不光无时无刻都活在来自男性的评价之中，就连与生俱来无法改变的长相都要被人残酷地挑剔。所以，就算她们想通过拒食和过食寻求短暂的退化，也是完全可以理解的。”

可以说，这些身患进食异常症状的女性，正是通过疾病这一脱离社会常轨的行为，揭示出了现代社会的症结所在，并对其进行批判。

她们的父亲过度适应公司的工作，沉湎于提高效率、增加利润的行为，除了工作以外对其他事物全无任何兴趣，可以说是脑子里被灌输了工作程序的“机器人”职员。她们的母亲为这样的丈夫奉献一切，只能在对孩子的过度关怀中寻求自己的价值，也是脑子里被灌输了如此价值观的贤妻良母“机器人”。这些女性都是在这样一对对依赖共生关系下的“机器人”家庭里长大，按照事先安排好的剧本走进良好的学校，成为贤妻良母，被驱赶着走上设计好的、没有坎坷的人生，然而她们一定看破了其中虚伪的本质。在识破谎言的一瞬间，她们会在坐立难安的焦躁感的驱动下，冲破家庭这一压迫人的装置的限制，去寻找真正的自己。虽然在常识看来，她们是脱离了正轨，但在医生看来，“正是现代社会中所谓的‘健全’家庭，孕育出这样的不健全因素”。

然而现在，就算是冲破常轨的行为也往往会被社会体系吞噬。我们是否可以认为，社会正变得不再惧怕脱轨的行为呢？

“拒绝上学有什么不好？过食呕吐？也没关系嘛.....现在的社会连人们的愤怒都能吸收，让其烟消云散。人们迷失了自己真正的需要。现在对日本职业足球联赛的狂热给人一种很是虚伪的感觉，就像是人为炒起来的一样。我们就是这样被看不见的暴力驯服成一群忘记愤怒、没有力气的优良市民。”

“就像是温柔版的法西斯主义？”

“对对，就是这种。也就是说社会整体都变得像‘机器人’一样。”

## 就连爱都成了目标？

从《妻子们的思秋期》到《饱食穷民》，十余年来，临床心理学专业出身的心理咨询师B医生一直陪伴着我走在探寻日本内心世界的旅途

中。

“现状还是老样子，患者一直在增加。其中拒食、过食混合型的患者和过食呕吐症患者最多。以前拒食的女性，说不吃就是不吃，她们一旦决定不吃，估计就是用钳子也撬不开她们的嘴。但是，最近人们的忍耐力越来越低，拒食的状态撑不了多久，就会转变成过食呕吐。”

不出所料，医疗第一线也观察到这种趋势。

“最近最让人忧心的，是无法接受自己的人越来越多。她们不单单是对于学习之类的事情缺乏自信，而且严重缺乏让别人接受、认同自己的存在的体验。由于缺乏和他人建立亲密关系的经验，她们对现状严重不安。所以，哪怕是一点点挫折都会让她们坠入孤独的深渊，产生被人抛弃的感受。”

B医生说，她们只有在进食的时候才能忘记孤独、感到放心。

爱情和亲密关系，本不应该是必须达成目标后才能获得的东西，不能像解决其他问题一样，先设定一个目标，然后思考方法、制订计划后才能获得爱。然而让我们看看现在的亲子关系，家长的爱不再是无私的、无条件的给予和接受，而是必须达成某些目标之后，才能得到，才有资格成为所谓的“乖孩子”。B医生认为，就连如何接受别人的爱也成了问题，这也是人们陷入不安的原因之一。

“爱情、亲密关系都属于十分情绪性的东西，需要有自然的、发自内心的感情的波澜才能够产生。比如夫妻之间本应该可以推心置腹地进行交流，但现实中真正能做到的夫妻却并不多。虽然表面上看上去十分和睦，但内心却并不能充分交流。这种关系被称作伪交互性，在这种关系下，夫妻双方都认为一旦发生矛盾就会分手，所以会想办法相互迁就。这种状态让人不禁觉得，他们之间的关系是缺乏感情的波澜和迸发，是稀薄且充满虚伪的，就像在表演自己的角色一样.....就连关爱、照顾他人都被当作任务来完成，可以说是一种虚伪的关系。之前不是在埼玉县的浦和市发生了一起杀人案吗？在高中当老师、人望颇高的两口子，亲手杀死了自己的孩子。原因是孩子非但没有走上他们规划好的精英之路，反而还对家长施以暴力。我觉得被家长杀害的孩子，一定是发现了刚才我说的那种虚伪的关系.....”

家长的人生，还有控制着家长人生的妖怪般巨大的管理体系，当孩

子面对这些看不见的压力的时候，却惨遭家长的杀害.....经手过众多家庭纠葛案例的医生，以这桩揭露出现代家庭的恐怖底色的案件为线索，指出人类变身“机器人”的预兆，并描绘出身患过食呕吐的女人们所处的舞台布景。

## 塞入内心的口袋

“现在医院的计算机化、网络化也越来越发达，感觉医生不是在给病人看病，而是在和计算机打交道，就连脑子都被计算机的系统禁锢住了。但对于患者来说，这样究竟是不是有益呢？虽然现在可以一瞬间就了解患者相关的一切信息，也少了很多麻烦的过程.....”

专业治疗身心疾病的C医生说着，停下从早晨到现在不停替患者诊治的双手，歇了一口气，坐在转椅上向我转了过来。

我最迫切想了解的是，C医生通过诊治拒食症和过食呕吐症等各种身心疾病，究竟都看到了些什么。这间小小的诊室里所折射出的世间百态的缩影，又是何种模样？医生十分认真地倾听了我的话，并在后续的多采访问中向我讲述了从临床诊断现场角度出发为这个社会开出的诊断书。我将部分采访笔记整理、总结在此。

“比如，来我这里看病的孩子们，我觉得他们每个人都是那么压抑。如果是在人际关系中能将自己的心里话原原本本、和盘托出的孩子，就不会得病了。但这样的孩子实在太少了。现在的孩子们从小就在自己的心里放了一个小口袋，将本真的自己收进这个口袋里。我看着这些来看病的孩子们，这种感觉就特别明显。对于他们来说最为有效的治疗莫过于帮助他们打开心中的口袋、解放出他们真正的自我。每当我小心翼翼地帮助他们打开内心的口袋时，他们就会像久旱逢甘霖一样向我求助。我现在特别有体会，千万不能跳过这个步骤，怪孩子不配合什么的。不过，我干了这么多年，发现孩子们的心扉一年比一年沉重，心里的口袋越来越难打开。再也不像早些年那样，只要我一伸手，就能轻易敲开孩子们内心的大门了.....”

将本真的自己放在内心的口袋里，会变成什么样子呢？

“其实压抑还只算是早期的心理控制，随着时间的积累会逐渐被合理化、自我说服.....”

自我说服？

“没错。自我说服的后果，就是心理的口袋变得又干又硬。其实我们成人在某种程度上也是通过这种方式给自己一个交代。然而对于孩子来说，比如通过过食症这一导火索爆发出的，就是在本应该了结的地方又重复揭开旧伤，吃了吐，吐了又吃，痛苦不堪。我们必须帮助这样的孩子。好多孩子说不想活了、不想活了，多次割腕自杀，对于这样的孩子，我们要想尽一切办法挽救他们的生命。像我这样如履薄冰地和孩子们、家长们打交道的人来说，只能想尽办法将他们本应了结却未果的问题重新找出来……只能让家长们不要逃避、直面自身的问题……”

在不断的自我说服中，心中的口袋会越发坚硬，系紧口袋的绳子会越来越难以解开啊。

“没错。正因为家长已经告别过去，才有了现在，要想化开他们心中的坚冰并非易事。强行撬开他们内心的大门，会产生严重后果。他们表面上已经接受了过去，其实并非这样。过去的负债会压在孩子们心中，给他们带来痛苦。直面这个事实，是非常痛苦的事情，会让人陷入混乱和不安……”

要是没有一个这样的机会，人们就会将过去的记忆密封起来，假装没有任何痛感和伤痕地活着。我们就生活在这样一个没办法直视自己的社会中。这是彻头彻尾的虚伪。

## 不允许绕弯和失败的社会

“孩子们本应是在不断地走弯路、有时会受伤的过程中成长发育的。你想想，孩子们走在路上，是不是特别喜欢溜边走，或者贴着水边走？因为孩子们都是在绕弯和跌倒中长大的，这是他们与生俱来的天性。我觉得，越是能够容许孩子们绕弯、跌倒的社会，就越能保留孩子们的天性，这个社会、集团中个体的生存能力就越顽强。然而现在的社会能够容忍孩子绕弯的幅度越来越小，认为这个容忍幅度一旦超出某个程度，就再也回不到正轨。社会越来越倾向于塑造只沿正轨前行的人，而将孩子们成长所必要的弯路视作危险地带，彻底封锁、彻底阻挡他们的各种体验。假设这里是一个悬崖，你让孩子们在离悬崖很远的地方玩，那他一点兴趣都没有。所以，我会对那些拒食、过食、不上学的孩子们说，堂堂正正地痛苦好了，因为痛苦一点都不丢人。然而这个社会

根本不允许他们这样。会有人催他们快治病、快上学，对吧？我不会这样。我会告诉他们，你现在的经历比起上学重要得多，所以你可以继续好好地病下去！”

那大人们呢？

“大人们虽然也想走弯路，但他们心中的理智却在压抑着他们，警告他们不可以这样。走弯路，就意味着要脱离现有范畴，或是跑到道路的两边，这与他们对残疾和疾病的看法有很深的关系。其实走弯路对人类来说是一件非常有价值的事情。

“刚想起来，昨天有一个有些发育不良的女孩子来看病。她患有儿童抽动症，总是喊‘屁股！大便！屁股！大便！’，而且喊个不停。她的家长不停地制止她，不让她说。然而家长越是制止她，她就越控制不住，声音越喊越大。因为她的声音实在太太，周围的人都吓了一跳并朝她看过去。也就是说，她认为她做得对极了，她喊的是能够吸引周围目光的词语，是一种表达方式。

“她的母亲说，哪怕走在大街上都是这样，实在是特别难为情。然而我却建议她，要让女儿想喊就喊出来，声音越大越好。听说立春撒豆节那天，她就一边大声喊着‘屁股！大便！’一边撒黄豆驱鬼，把邻居都吓到了。我说来诊疗室可以随便喊，她可高兴了，笑个不停。

“虽然对于家长来说，她这样确实令他们挺难过的。但是她这样做可以获得别人的瞩目，可以防止她的内心出现更加严重的问题，比如说抑郁等。所以，如果压抑她现在的状态，很可能会出现其他的病症。”

话说回来，为什么她会通过这种方式来吸引大人的目光呢？是不是她心中存在对关爱的饥渴，或者空虚感之类的问题呢？

“没错。正因为如此，我们接受她的这种行为，是可以帮助她填补心中对爱的渴望和空虚的。她的这种病症，属于儿童抽动症中的‘抽动秽语综合征’，越是不可以说的话就越要说，越是在不可以说的地方发病就越严重。”

这个病症，就像是对不允许出格的社会反照、讽刺和抗争一样。

## 病态反而是“健康”



“来到诊疗室的病人，全都在拼命地想要表达些什么。那个喊着‘大便’的孩子还不算最严重的，最近一心寻死的孩子是越来越多了。每天夜里都会有两三个电话打过来，说不想活了，现在就想去死，可不可以去死。有几个孩子，我告诉他们可以给我打电话来，所以每天晚上电话就会像设了闹钟一样打过来。我除了倾听他们的心声，没有别的办法。

“其实，无论是拒食的孩子还是过食的孩子，好多人都对我说不想把病治好，想就这样保持病态。他们周围的人，要么在催促他们治疗，要么鼓励他们不能因此丧失自信，只要努力就会有希望等。对于病人来说，这是最不愿意听到的话语。他们根本不想治疗，也不想抱希望，因为对于他们来说，明天、未来不知道会比现在更加悲惨多少。对他们来说，处于病态反而意味着他们的生命是有所保障的。”

但是作为负责治疗的医生来说是件麻烦事吧，您会怎么处理呢？

“我对一个病人说过，如果你真的不想把病治好，那么保持病态活下去也是人生的选择之一，你想面对黑暗的一面也没问题，要一直绝望也没什么不可以。不过，既然他们会选择来找我倾诉，就说明他们其实还是朝着治疗的方向努力的……”

这个社会上，其实很多人都或多或少地想要保持病态的吧？

“只有病态的自己才是真正的自己，希望周围也允许自己保持真正的自己，想要什么都可以说出来，不被人怪罪。”

也就是说，我们现在的社会是不允许人们做真实的自己的。不光如此，社会上还到处宣扬减肥、健身的论调，仿佛不出去跑步，就要被时代抛弃了一样。

“现在不是都说，随着社会财富的增加，人们就不必再关注精神世界，健康才是人类唯一的价值基准。也就是说，这种言论认为精神的价值在逐渐下降。然而，那些患有拒食、过食症的孩子们，以及有其他心理病状的孩子们已经脱离了所谓的社会主流价值观，将价值取向放在了精神层面上，甚至到了精神过敏的地步。他们通过拒绝治疗的方式，对这个只重视身体健康的社会进行着反抗。他们想在这个过程中，寻找到真实的自我。然而他们的存在方式，完全不被这个社会所接纳。”

## 哪边更痛苦？

“其实，类似‘他们是因为缺少父母的关爱才变成这样的’是一种非常容易遭人误解的说法。很多家长都认为，自己已经倾注了一切去养育孩子。为了不让孩子成为没有教养的野孩子，他们精心设计了养育孩子的模子，拼命让孩子按照自己设计的模子成长。对于他们来说，你说责任在家长，他们是不会接受的。因为在现代社会，不这样做的话家庭就无法适应社会，所以家长们才会不惜一切去执行。然而，他们越是想去适应社会，孩子们受到的压迫就越是厉害。他们越是想让孩子独立，孩子就越容易依赖他们。所谓依赖，就是拒绝进行选择 and 决定，拒绝自己寻找答案，无法独自找到真实的自己，心灵被牢牢地套上枷锁。比如，我想喝这杯咖啡，但是，需要先获得别人的许可之后才能喝。就像说，我是既想喝咖啡，又不想征求别人的同意，但是不问别人就不能喝的话，心中被压抑的欲望就会越发膨胀。”

无法表露真实的自己，被迫戴上面具伪装出另一个样子生活下去，由此造成的痛苦才是万病之源。

“孩子只有沿着家长给他规划好的路线、言听计从才能成为优等生。但是，当他们上了初中、高中之后，这样的孩子凡事都循规蹈矩不懂变通，会被周围的人嫌弃，看作是无趣的人。虽然他们可能会被人推举当个班长、学生会主席之类的，但作为一个人来说可能会被孤立。而对于孩子自身来说，到了一定年龄后，当在外部的体验中碰壁，就会将目光转向自己。这样一来，他们势必会思考自己为什么会变成现在的样子，并将目光转向自己所处的亲子关系。他们本来就具有依赖性，心中充满了无法自己决定自己命运的痛苦和压抑的欲望，一旦看向亲子关系的目光和心中的积怨碰撞在一起，问题就开始浮出水面了。”

是说“你们为什么让我变成这样！”这样的不满情绪会爆发吗？

“比如说，让我们用拒食举个例子。孩子因为朋友无心的一句话而想要减肥，而家长却想让孩子吃饭，曾经十分听话的孩子这会儿却坚决反对，不听家长的话。如果在这样的家庭关系中，孩子在其他方面也开始反抗家长的话，心中积累已久的情绪就会像决堤的洪水一样倾泻而出，所以才会出现‘你们为什么让我变成这样！’的控诉。如果家庭里还存在父母不和或是离婚等其他问题，这些问题也是可能成为导火索的。”

无论通过何种途径，孩子都会通过重回真实的自我、保持真实的自我这种反抗的方式，来动摇家庭。

“在孩子的动摇中，如果全家人能够一起挺过这一阶段，他们也会迎来一次‘蜕变’。这个过程被称为家庭的重组，家长和孩子的价值观都会产生变化。只要家庭成员能够达成共识，认为别人的眼光其实无所谓，社会上的价值观也不那么重要，就能迎来希望的曙光。但实际上要实现这一目标简直是难上加难。可以说是太过于理想化了。因为在这之前，所有家庭成员都要做好被社会抛弃的心理准备。”

也就是说，所有家庭成员都被套上了价值观的枷锁，戴着虚伪的面具过着不属于自己的人生。是不是因此，“蜕变”正一年比一年变得更加困难了呢？

“是啊。昨天还有一家大公司的总经理来找我。他女儿今年二十三岁，患有过食症，正在我这里接受治疗。他家在本地是延续好多代的名门望族，在所有人眼中都是体面又幸福的一家人。然而，他心里却深怪自己的女儿为什么如此给自家丢人、抹黑，让我赶紧治好她，越快越好。但是，他越是催我治，我就越告诉他没有办法。因为现在出问题的不光是他女儿，他的其他子女也出现了问题。所以我毫不客气地对他说，您越是催我赶紧治，就越早看见地狱。我话音刚落，这位位高权重的父亲就哭了起来。他一边流泪一边告诉我，说他无论如何都舍弃不掉自己的执念，没有勇气摆脱社会上的价值观.....每个人心中都有每个人的痛苦，就像被无数的枷锁五花大绑一样，动弹不得。”

被无数的枷锁五花大绑起来，这才是“地狱”。

“和妻子之间的男女关系、日本传统家族制度的残渣、学历社会的负担.....压迫在他肩上的大山太多了。他原本希望女儿按照他规划好的路线长大，大学毕业，找个名门子弟结婚.....现在就一味责怪女儿为什么要脱离社会的轨道，毁掉他辛辛苦苦攒起来的名望。”

## 我们失去了动物性的传承吗？

刚刚您讲的孩子们的心理状态，还有家长和孩子之间的关系，为什么近些年这些关系全都出现了恶化趋势，而且又呈现出相同的特征呢？我听说过这样一种假说，说是由于婴幼儿时期的母子关系存在问题而造

成的。医生您怎么看？

“我们经常见到这样一幅场景，母亲目不转睛地看着怀里抱着的婴儿。确实，母亲注视孩子的时间是非常长的。一般来说，一个成人很难在这个距离下长时间地盯着同一个地方，他们很快就会把视线移走。但是，母亲和孩子之间却不受这一规律的束缚。母子之间正是通过这种注视，获得对人际距离的免疫。婴儿通过接受母亲目光的注视，体验人与人之间亲密接触的感觉，体验与人的肌肤接触。据说，对于成年人来说，关系亲密的人之间的距离保持二十五厘米最为合适。现在，我和您之间的距离有这么远，就说明.....”

我们的关系是疏远的.....

“没错。但是，婴儿和母亲之间的关系要亲密得多。我们在儿时经历了这样的过程，长大之后遇到所爱的人，才能突破人际距离走到一起，实现生殖功能。也就是说，母亲通过突破和孩子的人际距离，已经为孙子的诞生铺平了道路。孩子在母亲的怀抱中，享受着母亲的注视，在肌肤接触中体验到的感觉将会在他长大成人、生儿育女的准备中起到重要作用。但是，我认为现在人们在人际距离的免疫上的不足已经开始在各个方面产生了影响。当然，一个人的一生并非只由婴幼儿时期的经历决定，但我在治疗拒食症和过食症的过程中经常感到，很多病人在人生之初理应感受动物性的亲密抚触的时期，并没有充分地体验过类似接触。无论孩子还是大人，都在心中压抑着孤独，所以他们必须想办法将其克服，这本身就是一个痛苦的过程。”

患有心理疾病的孩子和家长，都在向我们倾诉着什么？

“原本孩子自出生起就会出于生理上的反射去依靠父母，婴儿身体的构造也十分适合哺乳。他们与生俱来就具备寻找母亲的乳房和喝奶这一原始反射。无论是肌肤的温度，还是皮肤的感触，还有柔软度、声音等一切身体的信号，都是发生在母亲和孩子之间的相互应答。孩子越是喝母乳，母乳的分泌也就越是旺盛，同时母亲的内分泌也会更加良好，从身心各个方面都会形成良性循环。在这个良性循环中，孩子体验了从内心产生期待，到期待得到满足的过程，会在心中构建出一个关爱自己的母亲形象。有一种学说认为，这是人际关系中最基础的信任关系的原型。然而在最近的临床诊断观察中，经常会见到无法建立这一动物性的身体、心理的良性循环，或是这一循环没有正常发挥作用的案例，甚至让人怀疑几代人之后我们人类是不是会发生本质的改变。有很多母亲不

会拥抱孩子，不会缩短和孩子的距离，甚至觉得为孩子哺乳是很脏的事情。”

这样的例子很多吗？不抱孩子，那怎么办？

“虽然不拥抱孩子，但她们会去干涉孩子。她们心中确实是有孩子的，但没办法建立肌肤上的接触关系，于是会通过过度的干涉行为去弥补这一过程。”

这样会导致她们深陷泥沼不能自拔。

“孩子们本来需要无穷无尽的、无条件的爱，如果对爱的需求无法获得满足，产生了依赖性的性格，就会寻找其他事物去代替其所需的爱，并以此填补心中对爱的需求。如果发展到这一步，家长就会无穷无尽地给孩子提供他们所能提供的一切物质。有的家长跟我说，给孩子买了电子音乐合成器，还有给孩子买了三台电视机还配上了录像机，又买了三套高级音响什么的，前前后后花了三千多万日元，还说家里已经有两间屋子堆满了这些东西，完全进不去人了。他家女儿虽然已经到了该上大学的年龄，但她从初中起就患上拒食症，之后一直没有上学。他的女儿心中的空洞，已经到了再也无法填补的地步。最近，这种亲子关系的案例越来越多，让人非常不安。但是，对我们来说真正的问题还在后面。几乎所有病例，当我们顺藤摸瓜去剖析父母的心理状态的时候，都会发现其实病人的父母也是在寂寞中成长的。当父母们讲述自己经历的时候，几乎都会失声痛哭，说为什么没能更多地关爱孩子……”

他们需要直面的是，将寂寞的感情封存在内心的口袋里度过的虚假人生这一事实。然而他们只能从此出发……

“是的。只有让大人回到真实的自己，重新走上真实的人生才行。但是最重要的，是他们是否有能力做到这一点。”

上文中提到的《成瘾社会》中还有这样一节。

成瘾系统，是一种以成瘾者特有的行为模式为前提的系统。成瘾者试图控制他人，用以自我为中心的价值观去控制世界。通过力量控制自己，同时迫使他人屈服，进而控制整个大自然。然而今天，现代社会（西欧社会）的自我理想终于开始变得破绽百出。对于自身力量的信仰将胜者变为“努力成功”的俘虏，将败者变为寂寞和渴望的奴隶。在寂寞

和渴望中产生了对酒精、药物、食物、性、赌博、购物的依赖症状。在此我们必须认识到，对于成功的执着同样是依赖症状的一种。

我们究竟想要做什么？想要度过怎样的人生？在我们尚未思考出结论时，我们自身中机械性的部分就已经擅自启动，和全家人一起按照“幸福家庭”的剧本表演着过家家一样的生活——这是一群追求和他人一致外表、和他人同等稳定的“趋同成瘾机器人”。隐藏在饱食泡沫时代背后的，就是这样一群时代囚徒颠沛流离的景象。

---

<sup>①</sup> 1983年12月18日进行的日本第37届众议院总选举中，自民党遭遇惨败，被迫和新自由俱乐部党组成联合政府，由中曾根康弘出任首相。

<sup>②</sup> 此处指日本第一次婴儿潮，既1943年至1949年的婴儿潮。

## 译后记

斋藤茂男是日本著名新闻记者，同时也是一名广为人知的纪实文学作家。熟悉日本电影的读者，可能还对日本著名导演木下惠介执导的《父亲啊，母亲啊！》记忆犹新。这部以青少年犯罪为题材的电影，就是改编自斋藤茂男的同名纪实文学作品。

斋藤茂男于一九二八年出生于日本首都东京，一九五二年毕业于庆应义塾大学，同年进入日本两大通信社之一的共同通讯社。在共同社工作期间，他成功发现刑事案件“菅生事件”的嫌疑人并抢先其他媒体进行了独家报道，轰动日本全国，并因此获得一九五八年首届日本记者会议奖。一九八三年，他多年来从事新闻报道工作的成就受到行业肯定，获得日本记者俱乐部奖。

记者的使命，是客观、真实、准确地报道，传达新闻事件的真相。然而在漫长的记者生涯中，他的目光却从未停留在新闻事件本身，而是着眼于新闻事件背后的当事人，从他们的感情、思想、内心世界剖析出深藏在日本社会背后的结构性问题。

然而想要做到如此深入的分析并非易事。在积累素材的过程中，不仅要查阅大量资料，还需要让采访对象彻底放下戒备、敞开心扉，甚至让他们将自己的私生活和盘托出。在这点上，他无疑获得了十二分的成功。无论是面对自动化浪潮洗礼下的劳动工人，还是少年暴走族，抑或是因丈夫忙于工作无心顾家而独守空闺的妻子，他都能作为一名成功的提问者和倾听者，引导出对方的心声。有读者评价他的著作说，阅读他的纪实文学，就像在观看一部用了偷拍手法拍摄的纪录片，仿佛可以窥视到受访者的私生活一般。

在以超人般的精力从事记者工作的同时，从一九七五年出版首部纪实文学作品《超大型企业和劳动者》，直到一九九九年因癌症去世，他共出版纪实文学、采访笔记等各种著作近三十部。其中，一九九三年至一九九四年间由岩波书店出版的十二本纪实文学作品集《日本世相》系列，不仅是他从二十世纪七十年代到九十年代记者生涯的集大成之作，同时也是一幅刻画了日本社会从经济高速增长时期直到泡沫经济破灭的真实写照。

这本《饱食穷民》即是纪实文学《日本世相》系列的作品之一。

虽然本书在国内出版距原作在日本上市有近二十五年的时间差，书中所述的不少事情也已经过去了三十多年甚至更久，但读过本书的读者一定会发现，如今发生在我们身边的一些社会现象和书中所述存在惊人的相似之处。

比如，日本当年盘踞在车站前的小微贷，如今早已将阵地转移到了手机和互联网上。日本当年红极一时的自我启发活动，如今也包装成精美的个人提升、企业培训课程粉墨登场，令许多企业管理层与普通白领趋之若鹜，不惜花高价去学习。从近来引发社会广泛关注的“996工作制”中，译者也仿佛看到了很多日本上班族日夜拼命工作的身影。

在著名搜索引擎搜索“进食障碍”等关键字，会得到多达数百万条结果。除了患者间进行交流的网络社区、讨论组，还有很多患者亲述经历的文章。译者在搜集相关资料、学习关于这一疾病的知识的过程中了解到，国内这一疾病的患者也以女性居多。

日本社会曾经历过的事情，如今有一些或原原本本，或改头换面，或多或少发生在我们自己的身上。

日语中有句谚语，叫“人の振り見て我が振り直せ”，意为要多看别人的行为举止，学习他人的优点，多多自省，提高修养。而中国的《旧唐书·魏征传》中的名句：“夫以铜为镜，可以正衣冠；以史为镜，可以知兴替；以人为镜，可以明得失。”在翻译处理中，这句日语谚语通常参照《旧唐书》的名句译作“以人为镜”。

对于我们来说，这本写于三十多年前的纪实文学不应是“隔岸观火”“事不关己”，而应是一面照出我们自己得与失的“明镜”，值得我们更好借鉴。

作者在本书的“追踪采访”章节的末尾处向每个读者抛出了一个值得深思的问题。

“我们究竟想要做什么？想要度过怎样的人生？”

书中的一个个事例看似纷杂，但其实都贯穿着同样的设问。



被眼前的欲望迷住双眼而深陷连环债务不能自拔的“佐地健一”们，在IT革命的洗礼中被机器同化的“村林恭平”们，在食欲和失衡的内心世界间痛苦挣扎的“寿美代”们.....他们每个人都在饱食时代的驱赶下随波逐流。

在作者偷拍般的笔触下目睹一个个采访对象的人生跌宕后，译者不禁思考，人是否难逃终将被社会改变、迷失自己的命运呢？

宫崎骏导演的电影《千与千寻》中的无面男，在充满欲望的环境中失去了自我、任凭外力摆布，最后没有得到充实，仅留下了无尽的空虚。而只有拥有并坚持住自己信念的千寻和白龙，才在纷繁复杂的环境中成功找回了自己。

在这样一个汹涌前行的饱食时代，我们是否也需要偶尔停下匆忙的脚步，去思考自己的信念呢？

王晓夏  
二〇一九年六月

# Table of Contents

[饱食穷民](#)

[关于《日本世相》](#)

[前言](#)

[序章 走向世纪末](#)

[——不会珍爱自己的人们——](#)

[向往强大](#)

[我是谁？](#)

[讲师引导](#)

[连性也要谈](#)

[——人吃人的画卷——](#)

[成为富豪帝国](#)

[女性员工也加班](#)

[24小时的不夜城](#)

[无孔不入](#)

[报复人类](#)

[心灵失去健康的人们](#)

[一个工作狂人的死](#)

[I 饱食穷民](#)

[——无处可逃的男人——](#)

[“未来不是梦”](#)

[业绩猛于虎](#)

[公司销售皆兄弟](#)

[一条船上的男人们](#)

[弱肉强食的漩涡之中](#)

[地狱二重奏](#)

[逃避的欲望](#)

[走向衰弱的人](#)

[——梦想之城——](#)

[自由的憧憬](#)

[从山沟沟到东京闹市](#)

[不眠不休](#)

[穷人和穷人的缘分](#)

[自掏腰包的赔本买卖](#)

在夹缝中生存  
打高尔夫球也是自掏腰包  
刀刃架在脖子上  
背负贫困家庭的期待  
保险帝国的顶梁柱  
女销售员的世界同样残酷  
跟踪、埋伏妻子  
机器“人”的悲哀

— 我要买！买！买！ —

梦想中的新房  
七十六万日元的戒指  
成排的新衣服  
无法抑制的冲动  
用物质填补心中的空虚  
销售竞争的背后  
消失的房子

— 美满生活 —

银行女职员优雅婚姻  
七十万日元随你花  
虚幻的中产之梦  
貂皮大衣迷人眼  
幸福的舞台成泡影

— 和X先生的对话 —

最为缺失的东西  
重新审视“生活”的价值

II 快节奏的城市

— 魔性附身 —

战士们贫穷的早晨  
矗立在田野中的不夜城  
工程师都是漫画迷  
外星来客  
厌恶人情味  
计算机才是情人  
梦里也要被追赶  
被时代抛弃的不安  
喜怒哀乐波澜不惊

— 人心的变化 —

女工程师的告白  
先杀了你再自杀  
人心会变形吗？  
幸福妻子的隐情  
把压力发泄到妻子身上  
内心的呐喊  
短短三秒都等不及

— 自闭化的社会 —

技术应激的真面目  
妻子的怒火  
心理崩溃的不安  
商业领域悉数陷落  
决定是否走向毁灭的因素  
孱弱的心灵  
恍然回过神来  
畏惧踏入人心  
人沦为机器的危险

III 呕吐的女人

— 狂乱的独角戏 —

每天晚上的秘密仪式  
“逃离现实”  
在饿鬼道痛苦挣扎  
女人们可悲的癖好  
伴随繁荣的脚步  
心灵的空虚是元凶  
寻求母爱  
对爱的执着和反抗  
缺乏父爱的后果  
扮演“模拟夫妇”的母女  
爱恨交织  
她们一直在等待  
女强人们的夜晚  
被价值观禁锢的女性  
反映了现代“空虚”的人们

— 为妻为女 —

憧憬的背后  
背着丈夫吐出不安

假装平静  
虚伪的“娇妻”  
主动交代  
爱情走向分裂  
寻找人生道路的流浪者

— 两个自己 —

男性社会主导的“女人味”  
依赖共生关系的心理剧  
高人一等  
树立目标并活在计划之中  
我究竟想干什么？  
不惜消灭肉体  
对男权社会的抗拒  
男人们的自闭化

后记

追踪采访

— 寂寥的穷民们漂泊依旧

食况惨烈的人们  
壮汉的暴力  
成瘾  
从小学生到中老年  
“机器人”家庭的压迫  
就连爱都成了目标？  
塞入内心的口袋  
不允许绕弯和失败的社会  
病态反而是“健康”  
哪边更痛苦？  
我们失去了动物性的传承吗？

译后记