

长寿的 日本

三个小时
解读日本



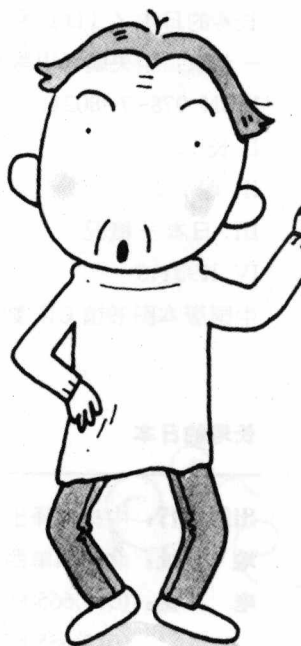
[日] 堀之内 秀久 著
[日] 林光惠 图



中央编译出版社
Central Compilation & Translation Press



长寿的日本



〔日〕堀之内 秀久 著

〔旦〕林光惠 图



中央编译出版社
Central Compilation & Translation Press

图书在版编目 (CIP) 数据

长寿的日本 / (日) 堀之内 秀久著 .

— 北京: 中央编译出版社, 2007.7

ISBN 978-7-80211-457-9

I. 长 ...

II. 堀 ...

III. 日本 — 概况

IV. K931.3

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2007) 第 086949

长寿的日本

出版发行: 中央编译出版社

地 址: 北京西单西斜街 36 号 (100032)

电 话: (010)66509360 66509366 (编辑部)

(010)66509364 (发行部) (010) 66509618 (读者服务部)

网 址: <http://www.cctpbook.com>

经 销: 全国新华书店

印 刷: 北京印刷一厂

开 本: 850×1168 毫米 1/32

字 数: 42 千字

印 张: 3.375

版 次: 2007 年 7 月第 1 版第 1 次印刷

定 价: 18.00 元

本社常年法律顾问: 北京建元律师事务所首席顾问律师 鲁哈达



作者简介

堀之内 秀久 简历

- 1957年 出生
- 1980年 东京大学法学部毕业，进入外务省。
- 1981-83年 南京大学留学
- 1983-84年 哈佛大学研究院留学
- 1984-92年 在外务省本部工作
- 1992年 日本国驻华大使馆一秘
- 1996年 日本国驻美大使馆参赞
- 1999年 外务省条约局国际协定课课长
- 2000年 外务省条约局法规课课长
- 2002年 外务省亚洲大洋洲局中国课课长
- 2004年- 日本国驻华大使馆公使



一位长驻中国的日本外交官，用娴熟的中文，用中国古代的“阴阳五行说”——金、木、水、火、土，对日本进行了快餐式解读，相信会使您读后耳目一新。

责任编辑 / 邢艳琦

封面设计 / 奇文云海 
www.qwyh.com

序

百
余
岁
者
甚
众

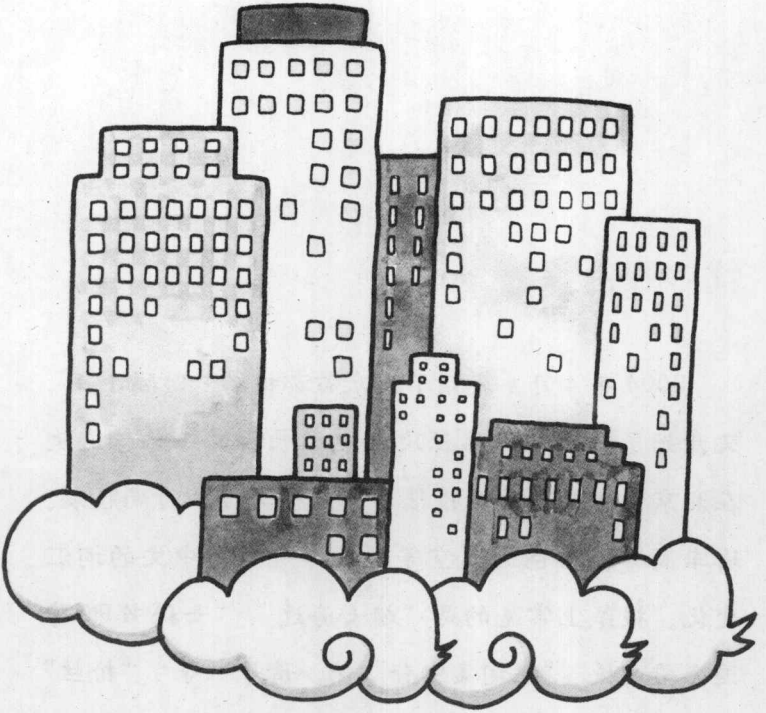






优の良品

2004年4月，我到了北京首都机场，时隔十年，又开始了对我来说第三次在中国长驻的工作。这次在北京觉得惊异的事情很多：高楼大厦、时尚服装、堵车高峰、白色的天空等。另外一个的是中文的词汇变化。报纸上常见的是“超女海选”、“女秘书PK跨国公司老板”、“酷词集中营”等。请等一等，“粉丝”不是食品吗？我是上世纪70年代开始学中文的，已经有四分之一世纪多的经验。这几年本人倒觉得白学了很多词汇。从来没有见到过一位赤脚医生，也



好几年没有叫过“同志”了。好，语言也与时俱进。改革开放28年，现在是“汇聚财智、光大未来”、“绿色减肥、靓丽京城”的时代了。

在这种中文的迅猛发展和变化当中，我发现了这些新的中文引进了不少日语词汇。十年前已经有“卡拉OK”，现在在网络上能看到“写真集”。国务院新闻办公厅的一位领导也给我介绍过商店门口“营业中”的牌子。他的说法是，以前大家都挂“正在营业”的牌子，但不知什么时候开始，省了一个汉字，“营业中”的牌子多起来了。

想着这种中文和日语的交错，在某个超市买东西时，我又碰到了使人十分深思的词。那就是“优の良品”。那个超市还有“鲜の毎日C”、“真の甘梅”等。这个“の”不是中文而是日文。但是日语当中的“の”像中文之“的”一样，一般是名词后面附加的助词。所以“优の良品”，“鲜の毎日C”等，严格地从日语语法说，不太准确。那么，这些产品的厂家怎么起了这样既不是中文也不是日文的名字呢？因为这

些名字都大大地写在商品包装上，“の”不会有着坏的意思。与此相反，这些小商品都是人吃的东西，自然的推理是，这个“の”代表一种高质量、高级、新鲜的感觉。

如果日语的“の”在中国代表一种高质量的口气，那种高质量的生活方式在日本带来了什么样的结果呢？那就是这本书的主题——“长寿の日本”。

世界最长寿的国家

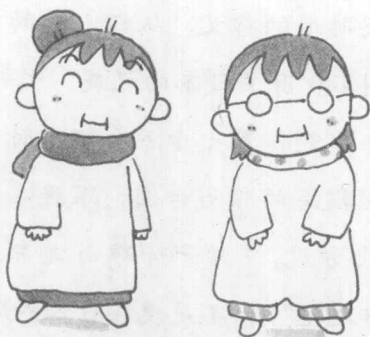
人类的历史长久，达 400 万年。地球的历史更为悠久，达 46 亿年。这么悠久的历史可以分成两个部分，极为长久的史前时代与较短的有史时代。有史意味着文字成立而能够通过文献资料研究的时代。那么，日本的有史时代是从什么时候开始的呢？

历史书上最早出现的有关日本的记载源于《汉书》。其卷二十八下地理志第八下有一文“乐浪海中有倭人，分为百余国，以岁时来献见云”。这一句对

日本有着开天辟地的意义。从那以后的中国正史里我们能够看到不少有关日本的记载。比如《后汉书》卷一百十五东夷列传第七十五介绍当时日本的更详细情况。那里描写的邪马台国，跟现在的日本当然很不一样，比方说，“男子皆黥面文身，以其文左右大小别尊卑之差”，不是现在日本的风俗。但是，令人关注的是“多寿考，至百余岁者甚众”。的记载。近两千年前，《后汉书》作者已经注意到长寿的日本。那么现在的情况怎么样呢？

日本厚生劳动省每年都会在敬老节（9月15日）前夕发表“长寿者排行榜”。2005年9月发表的该排行榜显示，现在日本国内有25554名百岁以上的人口，其中男性3779名，女性21775名。

世界卫生组织每年发布参加该组织的192国家的平均寿命（预期寿命）。2006年的世界卫生报告宣布，日本、摩纳哥公国及圣马力诺共和国的预期寿命为82岁，获得了预期寿命世界最长的第一名（男性平均寿命79岁，女性86岁）。因为摩纳哥公国和



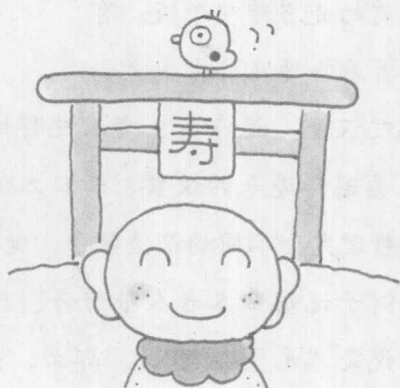
圣马力诺共和国的人口较少，均不到北京市朝阳区总人口的 $1/30$ ，其国民保持健康长寿也较容易。但是拥有一亿两千万人口的日本达到这么高水平的健康，获得世界最长寿国家的名誉决非易事。

老龄化社会与元气の老人

日本媒体很喜欢谈日本的危机。上世纪 70 年代以来，已有两次石油危机、物价暴涨、环境、生态系统遭到破坏、日美贸易摩擦、日元汇率偏高、股票行市与房地产过热、泡沫经济崩溃、通货紧缩、

亚洲经济危机等。不论经济的好坏，日本国民总是面临着战后最大的某种危机似的。而现在，日本面临的可说是人口减少和老龄化危机。一个国家保持高水平的健康，国民享受长寿肯定是个好事情。然而过度关注社会保障和医疗费用给社会与个人带来的负担，就更能博得日本媒体的好评。

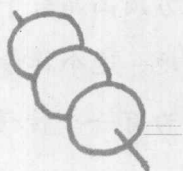
不管媒体的担心多么严重，日本的老人一般过着很快活的生活。在东京丰岛区有一所禅宗的寺院——万顶山高岩寺，在1596年建在他地，1891年迁到此地。这个禅寺的主佛是延命地藏尊（地藏菩萨）。因为有一个传说，如果你有什么病痛，用白布洗一洗



那尊观音菩萨的同一个地方，就立刻灵验，这个禅寺的庙会（每月4日、14日、24日）真称得上是人山人海。从轻轨车站可步行到禅寺的一条商店街，被称作“老太太们的原宿”。（原宿是在东京年轻人集聚很热闹的街道。所以这个名称可以翻成“老太太们的西单”。）每月三次，精神矍铄的老年人高高兴兴地阔步前进，在商店抢购新商品。

谈起本人，我夫人是荷兰人，结婚已有20多年。她刚来日本时，我们住在东京的郊区，神奈川县相模原市。周末我们有时在轻轨车站前的麦当劳吃午饭。有一次她盯着看当地几位老太太一同在那儿吃汉堡，说在荷兰老人吃得比较保守，一般不吃从美国新进来的快餐，而日本的老年人竟爱吃跟传统料理完全不同的汉堡薯条，觉得很奇怪。

这些例子说明日本老人很好奇、生气勃勃的样子，可以说是“元气の老人”。那么，在日本老人怎



么会这么长寿、朝气蓬勃呢？在本书里我想围绕“长寿の日本”来向大家作一介绍。

〔提示 1〕在正文也说明过，日文的“の”一般不能放在形容词的后面，所以“鲜の毎日C”，“优の良品”，看起来很好玩，但是不太准确。同样，“长寿の日本”、“元气の老人”，都是我自己编的新词。如果你是个学习日语的学生，应该记“长寿の国——日本”与“元气な老人”。

〔提示 2〕堀之内 (Kuzhinei) 是我的姓，秀久是名字。因为“堀”是古汉字，很多人错读为 Juezhinei。如果你看这本书觉得有意思，请千万别读错我的姓名。

〔提示 3〕作者对本书承担个人责任，其内容不代表作者所属单位或日本国政府的意见。

目 录



结 以和为贵	五 土の国	四 金の国	三 火の国	二 木の国	一 水の国	序 百岁者甚众
069	055	043	029	017	001	i