



中年危机

男人卷

张凯 傅麟 纪元/著

中国第一部全面阐述中年危机的力作

中国第一次真实展示中年人内心世界的尝试

ZHONGNIAN
WEIJI
NANRENJUAN

中国青年出版社



B825

41

11



中国第一部全面阐述中年危机的力作
中国第一次真实展示中年人内心世界的尝试

中年危机

男人卷

张凯 傅麟 纪元/著

中国青年出版社

FP32/34-05

(京)新登字 083 号

图书在版编目 (CIP) 数据

中年危机·男人卷/张凯, 傅麟, 纪元著. —北京:

中国青年出版社, 2000.3

ISBN 7-5006-3806-X

I. 中… II. ①张… ②傅… ③纪… III. 中年-
男性-修养-通俗读物 IV. B825

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2000) 第 03927 号

中年危机·男人卷

策 划: 冈宁 李晓丽

责任编辑: 李晓丽

出 版: 中国青年出版社

发 行: 中国青年出版社

经 销: 全国新华书店

社 地 址: 北京东四 12 条 21 号

邮 编: 100708

印 刷: 北京市梨园彩印厂

开 本: 850×1168 32 开
12.5 印张 270 千字

版 次: 2000 年 3 月北京第 1 版
2000 年 3 月北京第 1 次

印 数: 1-8000 册

书 号: ISBN 7-5006-3806-X/C·238

定 价: 19.90 元

前 言

生物学家告诉人们：十月怀胎，母体中的胎儿浓缩了人类全部进化演变的历史。

人们常说：婴幼儿时期是小苗的嫩芽吐绿期；青少年时期是鲜花初开的时期；老年期是自然生命的衰退与精神生命的成熟时期。那么中年时期呢？

人的中年时期是个很难界定的时期。它不像少年时期，少年必须学会在未来社会中生存发展的本领，因此它是个学习期；它不像青年时期，青年必须以少年时期所学，自觉或不自觉地建立自己社会生活的基本框架，因此它是个建立时期；它也不像老年时期，老年人随着其自然生命的衰退，其社会生活内容也在缩减，尽管许多老年人拥有着深厚的生活底蕴，以智者的形象给社会注入精神生命的深刻反省和文化精神内涵，但仍无法抗拒自然规律的严酷现实，因为它是个走向自然生命的终结时期。人到中年，它无需建立保护自然生命的社会框架，因为此时的中年人已基本完成了青年时期的任务；它无需杞人忧天地计算自己生活终了的日期，因为他离墓地还有很长的一段路要走。人们常说，人的中年期是收获的时期。但人的中年时期又充满了各种各样的不满、不足、焦虑、忧患与冲动，仿佛在他面前摆着一大堆必须解出

的难题。

但中年人的生活难题与青年人与老年人面临的问题不同，青年人面临的是如何努力拓展自己的自然生命的问题，老年人面临的是如何适应业已改变的生活模式，而中年人似乎面对的是一个虚无——不确切地说，中年时期仿佛成了自然生活与精神生命的一个空白时期，如何将两者联结起来，这是每一个中年人都必须回答的问题。一切自然生命的秩序已经形成，而精神生命仿佛才刚刚开始，于是乎中年人的生活进入了一个相对混乱的时期，因此出现了各式各样的危机，从工作到生活，从婚姻到家庭，……一切的一切都是对于以往所形成的秩序的怀疑与否定，一切的一切都是对以往价值观的重新审视，其目的仿佛是要重构一个新的生活模式。

某一天，我头脑中突然蹦出了一个词——文化创造。我姑且把中年人的生活概括为文化创造。但在这一过程中，中年人又无法完全摒弃过去的生活，昨天与今天、今天与明天的激烈冲撞，就是一切危机的根源。

做了这样一个假设之后，我开始注意观察、思索、研究我身边的中年人。但我仍觉得有许多的未知未解。灵机一动，想起了我的老友张凯。我们俩曾合作探讨关于“老三届”的话题，并出版了《又说“老三届”》一书。张凯的丰富人生阅历使我受益匪浅，他的独到的思考给我许多启迪，他的机智幽默也正是我所欲求的豁达文风。一拍即合之后，就又开始了我们之间的第二次对话。

就《中年危机》这个选题，也有一段很有意思的经历：那是在《又说“老三届”》一书完稿以后，我同我的好友、《又说“老三届”》一书的编辑冈宁先生和他的同事李晓丽女

士闲谈，不经意间说起了一些中年危机现象。冈宁先生坦言，这是一个他几年前就十分看好的选题，但由于没有比较满意的作者，因此只得搁置起来。当这一选题确定之后，我与张凯曾诚邀冈宁与李晓丽共同撰写此书，但他们则希望自己能够站在一个更加客观的角度来审视这个课题。其实，本书的许多精彩观点，也源于我们与他们二位的不断交流与对话。

在张凯与我的对话过程中，一开始就觉得仿佛走到了山穷水尽的地步，也许是因为前面的对话已经十分充分了，两人都不再愿意提到哪怕是过去只间接涉及到的话题。同样是一个非常偶然的的机会，在我与傅麟女士聊天时，曾谈起了此书。傅麟的许多精彩言辞使我豁然开朗，一个新的视角形成了——快乐哲学，因此我们又邀请傅麟女士加入此书的创作。但她仿佛只对此话题有兴趣，而对是否成书并不在意。在我们的再三诚邀下，傅麟女士终于加入了本书的创作。她的加盟，为本书注入了一股新鲜空气，我们的对话也仿佛进入了另外一个更有趣的精神情景之中。

关于本书的形式，我们曾设想采用三人对话的方式，但考虑到读者阅读的习惯，最后还是设定了两个虚拟的角色。最后一章，我们还是采取了三人对话的形式，因为这章的理论观点较多，思辨色彩较浓厚，并且在许多看法上，我们三人的观点也是不统一的。就像张凯所说的：“中年人不需要导师。”我们只是把自己的观点摆出来，并不希求能达到真理性的认识，同时也希望以此形式，能给读者一个较大的选择空间。

经过这两次对话，我的最深的体会是：人生是一部博大而深邃的书，人的精神与心理是一个充满诱惑力的无边领域，

研究人的过程，就是发现与反省自己的过程，其中伴随着诸多的痛苦与快乐。本书的完成并不只是我们三人的努力结果，其中也包含了许多关心这一问题的人们的心血。

我要特别感谢我的父亲，他给了我观察世界与人生的视角；感谢我的母亲，她给了我人类的丰富情感；感谢我的朋友们，他们给了我五味俱全的人生体验。我不知道什么时候能再回来研究人生的有趣问题，但我们的生命过程是永远也离不开这些真实的内容的。

纪元

1999年初于海淀花园村

目 录

前言/1

中年危机的文化特征（引子）/1

人到中年——人生的又一个剧变时期/1

- 人的中年时期收获的是什么？/
- 中年人的社会角色是一个沉重的负担/
- 青年人指向未来，老年人指向过去，中年人指向现实/
- 难以承受的心理负荷/

中年人界定的文化探讨/4

- 人性的抽象与“抽象人性论”/
- 人与动物的本质区别——人性一般模式/
- 人性模式所表示的人类的双重命运/
- 人性模式在人的中年期的表现——重新自我定位的文化意义/
- 中年人的界定/

中年亲情危机/14

只能教育孩子，不能教育老人的中年人/14

- “养儿方知父母恩”/
- 多一份的惦念与牵挂/
- 卸去责任的老人们/
- “口是心非”与“心是口非”/
- 对老人的教育方式，说也不是，不说也不是/

婆媳之间的男人/25

- 新来的陌生人/
- 不同角色的不同心态/
- 男人的夹板气/
- 家庭秩序权威的主妇心态/
- 未来的婆媳关系/
- 亲属家族纽带亲和力的弱化原因——高成本/
- 未来社会，追求情感的纯粹化/

代沟如鸿沟/34

- “可怜天下子女心”/
- “你的爱让我喘不过气来”/
- 孩子从来不觉得自己小/
- 中年期与青年期的不谋而合/
- 外在化的青年人与内在化的中年人/
- 教育制度改革即文化变革/

远离的亲人/44

- 兄弟姐妹情的转折/

- “远亲不如近邻” /
- 亲情危机与文化冲突 /

中年友情危机/48

友情的迷惑/48

- 现在的朋友不如过去“铁”了 /
- 友情的涵义 /
- “君子之交” /
- “亲兄弟明算账”是友情的敌人吗？ /
- 1000元的故事——对真正友情的置疑 /
- 也谈“义利之辩” /

现实态度下的现实朋友/61

- 鲁迅先生的“成熟”与“世故”观 /
- “借1000我没有，送你200也算够朋友” /
- 友情成本 /
- 当现实利益进入友情之后…… /

为友情定位/65

- 中年友情危机的原因 /
- 友情之功能 /
- 朋友是个很好的旁听者 /
- 友情价值观的沉落 /
- 中年人什么都可以没有，但不能没有朋友 /
- “友情咖啡屋” /

议论纷纷的异性朋友/71

- 理论上存在异性朋友/
- 缺乏稳定性的异性友情/
- 缺乏自控力的中年人/
- 支持友情的苛刻条件/
- “我们既不是动物，也不是圣人，我们是凡人！”/

中年爱情危机/80

爱情年轮/80

- 说不清的爱情/
- 中年人说不清自己是否拥有过爱情/
- 为什么理想的爱情结局都是悲剧？/
- 爱情是超越生命的高峰体验/
- 爱情与家庭是两个不同的概念/
- 感情——家庭的支柱/
- 同床异梦之家/
- “加勒比海滩”的男人/

“心灵港湾”与“矛盾产地”/92

- 爱唠叨的女人/
- “爱情坟墓”前的徘徊/
- 对付老婆的办法——“沉默是金”/
- 用政治方法处理家庭问题/
- “家庭生活无大事”与“家庭生活无小事”/
- 逃避家庭/

婚外诸现象/98

- 渴望遭遇激情/
- 传媒在做什么? /
- 白领、蓝领、黄领——概莫能免/
- 克林顿效应/
- “初恋情人，见面不如不见面”/
- “存在的就是合理的”/
- 距离产生美/
- 三种类型的人/
- “自由相对论”/
- 塑造新型文化和社会机制/

中年工作环境危机/124

不是我不明白，这世界变化太快/124

- 累——世界变化太快，无法适应/
- 中国特色——窥探隐私/
- “老黄牛”下岗/
- “早知尿炕，不如睡筛子”/

细点“网”结/129

- 竞争不是工作环境危机的根源/
- 德、能、勤、绩——评判工作的标准问题/
- 中年人的时间紧迫感与实用性倾向/
- 游不出的大网/
- 两种累法——面对工作问题与面对工作关系/
- 基层民主选举——一场静悄悄的革命/

- 一个局级干部所面临的选择/
- 时间和生命的代价——营造负担/
- “严防死守”——多数中年人惟一的选择/
- “绝活儿”不绝了/

树木与树人/143

- 使用不同“语言”的人们/
- 中年人最固执/
- 青年人眼中的中年领导/
- “鸭子论”——当还没有达到目的的时候/
- 教育改革——社会能为中年人做些什么/
- 只值10块钱的素质教育/
- 泰勒式管理与人性化管理/
- “劳模式干部”的困境/

中年家庭环境危机/156

可怜的男人们/156

- 金婚、银婚与“准恋爱”式的纸婚/
- “避风港”里的风比海面上还大/
- 失去耐心的女人们/
- 步步紧逼的老婆/
- “不是什么话都可以对老婆说的”/
- “中年男人万岁”/

失败的“经营者”/165

- 男人们的“小金库”/

- “要能挣 100 万——拜拜了!” /
- “光明使者”不光明 /
- 关于“道德败坏者”的论辩 /
- 自己不做强者，却想塑造强者的女人们 /
- “家庭公司论”——别把家庭当公司来经营 /
- “女人——董事长；男人——总经理”——一个糟糕的家庭模式 /
- 如何认识家庭 /
- 拿原则做交易最痛苦 /
- “坟上没有当皇上的蒿子”——男人们的反击 /

女人如水 / 171

- 由女孩儿到女人——沧海桑田 /
- 何谓好妻子? /
- 打开自己的生活圈子 /
- “女人永远有理，男人永远理亏” /
- 如何对付老婆的唠叨 /
- 男人排除“毒素”的方法 /
- 中年妇女——“经济人”；中年男人——“文化人” /
- “陪老婆逛商场——比密探还累!” /
- 设立“丈夫寄存处” /
- 女人出门——“永远缺少临出门时要穿的那件衣服” /

“其实你不懂我的心” / 182

- 其实妻子们并不了解她们的丈夫 /
- “男人都不是好东西!”——那么女人们呢? /

- 睁眼看看活生生的人/
- 谁伤害谁? /
- 换个角度看“第三者” /
- 女人不是“弱者” /
- 婚姻不是“保险柜” /
- 男人需要夸奖/
- “老头子永远是对的”——一则耐人寻味的童话/
- 真正的超越/
- 在有丰富的物质生活之前，你也能快乐起来/

可怜天下父母心/194

- 尽不完义务的家长们/
- “家长会”的提纲——“抓紧” /
- 孩子讨厌刨根问底儿的家长/
- “家长对我们缺乏最起码的信任”——孩子们的话/
- 家长对孩子的失控感/
- “私拆信件”与“偷听电话”——家长的素描/

搬开障碍物/200

- 游艇上的丹麦女孩儿/
- 理解障碍——孩子拒绝与家长沟通/
- 做孩子的朋友/
- 男人需要有“外交”才能/
- 面对尴尬的问题，只有自欺欺人/
- “爱叫的狗不咬人” /
- 使用孩子听得懂的语言/

走出阴影/209

- 要求家长 ABC/
- 最差劲的家长/
- 孩子们眼中的中年人/
- 家长们也需要学习/
- 天下父母同此心/
- 中国家长的典型模式——怪圈/
- 拒绝攀比! /
- 莫把孩子“经营破产” /

中年身体健康危机/222

中年形体操/222

- 大病小病找上门/
- 玩儿命干——健康透支/
- “年富”但“力不强” /
- “五十肩”——中年人的切身感受/
- 中年老人形象/

不和谐的动作/227

- 从“打鸡血”到吃“卵磷脂” /
- 黑心肝的“保健品”市场/
- 别再昧着良心坑害中年人了! /
- 注重健康，但舍不得钱——中年人的典型心态/
- “挣不了别人的钱，只好挣自己的钱”——从牙缝儿里抠钱的中年人/

- “非议”蒋筑英——转变传媒导向/

掌握人生即掌握健康/236

- 生命意味着什么？/
- 成就与地位就是生命的价值吗？/
- 不要让自己完全淹没在社会标准之中/
- 如果我说“这就是你”/
- 人生的两大内容/

中年心理健康危机/243

被忽视的中年心理问题/243

- 对老之将至的恐惧/
- 带有传染性的集体美容/
- 外界评价与自我认识的矛盾冲突/
- 身心互动/
- 追求成功者的紧张与焦虑/
- 追悼会上的感慨/

中年心理问题透视/254

- 命运之神何在？/
- 无奈地目送时代离我远去/
- 可怜的“黄世仁”——信念大错位/
- 怀恋“四合院”——一种典型的中年心态/
- 社会行为还是经济行为？——失去心态平衡重心/

缓解、宣泄、排遣/266

- 众说纷纭的“隐私潮”效应/