

AFFLUENZA

The All-Consuming Epidemic 2nd Edition

流行性物欲症

约翰·格拉夫 (John de Graaf)

[美] 大卫·瓦恩 (David Wann) 著

托马斯·内勒 (Thomas H. Naylor)

阎佳 译

车奴、房奴、卡奴……
今天你又花钱了吗？



中国人民大学出版社
China Renmin University Press

AFFLUENZA

The All-Consuming Epidemic 2nd Edition

流行性物欲症

约翰·格拉夫 (John de Graaf)

[美]

大卫·瓦恩 (David Wann)

著

托马斯·内勒 (Thomas H. Naylor)

阎佳 译



中国人民大学出版社
China Renmin University Press

图书在版编目 (CIP) 数据

流行性性欲症/ (美) 格拉夫等著; 闫佳译.

北京: 中国人民大学出版社, 2006

ISBN 7-300-07601-7

I. 物…

II. ①格…②闫…

III. 消费-社会问题-研究

IV. C913.3

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2006) 第 107191 号

流行性性欲症

[美] 约翰·格拉夫等 著

闫佳 译

出版发行 中国人民大学出版社

社 址 北京中关村大街 31 号

电 话 010-62511242 (总编室)

010-82501766 (邮购部)

010-62515195 (发行公司)

网 址 <http://www.crup.com.cn>

<http://www.ttrnet.com> (人大教研网)

经 销 新华书店

印 刷 河北三河市新世纪印务有限公司

规 格 160mm × 230mm 16 开本

印 张 16.5 插页 2

字 数 193 000

邮政编码 100080

010-62511398 (质管部)

010-62514148 (门市部)

010-62515275 (盗版举报)

版 次 2006 年 9 月第 1 版

印 次 2006 年 9 月第 1 次印刷

定 价 39.80 元

版权所有 侵权必究

印装差错 负责调换

前言

Q I A N Y A N

在诊疗室里，医生正为一位打扮高雅入时的迷人女士诊断病情。“从身体状况上来看，您没有任何问题。”医生说。病人迷惑不解地问：“那我为什么老是觉得恶心、胃胀气、反应迟钝呢？我已经买了一幢新的大房子、一辆崭新的车、一个全新的衣柜，而且我刚刚升了职。医生，为什么我还是感觉糟糕透顶呢？你能给我开些药吗？”医生摇摇头，“我想不行，”他答道，“现在还没有什么药物能治好您得的这种病。”“那到底是什么病呢？”病人惊恐而焦急地问。“物欲症，”医生表情严肃地说，“一种全新的流行病，传染性极强。虽然并不是什么无药可救的绝症，但治疗起来很困难。”

这是一种在整个社会蔓延的恶性病毒，它威胁着我们的钱包、友谊、家人、社区和环境。我们称之为“物欲症”。在全世界每一块大陆上都不难找到这种病毒的身影。

物欲症会造成极强的影响和后果，但它们往往是隐蔽的。倘若得不到及时的治疗，这种病毒会引发人们无止境的贪欲。如果你查查《牛津英文字典》(Oxford English Dictionary)，你可能会看到如下解释：

物欲症 (affluenza)：名词。一种传染性极强的社会病，由于人们不断渴望占有更多物质，从而导致心理负担过大、个人债务沉重，并引发强烈的焦虑感。它还会对社会资源造成极大浪费。

濒临失衡的地球

这种病毒就像一种看不见的噬脑魔，正无声无息地蚕食着我们的

环境。1992 年美国前副总统阿尔·戈尔（Al Gore）在他还是参议员的时候，写过一本名为《濒临失衡的地球》（*Earth in the Balance*）的畅销书。当时的戈尔指出，

美国每年消耗越来越多的煤炭、石油、空气、水、树木、耕地以及上千种矿物质，不仅把它们变成人类必需的食物和住处，还将之生产成许多我们并不需要的东西。有形物质的积累达到了一个前所未有的高度，与此同时，越来越多的人却感到生命空虚难耐。

戈尔暗示美国人沉溺于物质。他写道，我们的文明以为“消费大量闪闪发光的新东西”就能实现快乐，“可这种想法却总是落空”。一年以后，戈尔就任美国副总统。在就职典礼上，女高音唱起了古老动听的摇摆曲：“简单是福”（Simple Gifts），歌词唱道：“简单是一种幸福，自由是一种幸福……”戈尔随着歌声，赞同地点着头。可接下来的几年里，奇怪的事情发生了。噬脑魔悄悄到来，把他吞噬了。

1996 年的副总统辩论会上，戈尔的对手杰克·肯普（Jack Kemp）许愿，要让“美国的经济规模在未来 15 年里翻两番”。戈尔丝毫没有提出质疑：对于美国人来说，消费翻两番是不是真的是件好事？到了 2000 年的选举，阿尔·戈尔干脆彻头彻尾地变成了物欲症的代言人。在一次总统辩论会上，他鼓吹要在 10 年里让美国经济规模扩大 30%。而在我们每个人身上，似乎也都发生了类似戈尔的变化。

“有谁想要成为百万富翁呢？”ABC 电视台的节目里这样问道。显然，几乎每个人都想。

当然，这种狂热情绪也渐渐走到了尽头，而且，大多数人都都意识到了这一点。早在 1995 年，民意调查专家理查德·哈伍德（Rich-

ard Harwood) 为梅里克家庭基金会 (Merck Family Fund) 调查美国人民的消费态度时, 就发现了这个问题。

“人们说, 我们花了很多钱, 买了很多自己根本不需要的东西。我们的孩子变得越来越物质主义。我们这样挥霍无度, 会损害下一代和自己的未来。不分宗教信仰、年龄、种族、收入和教育水平的差别, 人们不约而同地得出了这个结论。在美国, 人们普遍认为: 我们现在正变得越来越物质主义, 越来越贪婪, 越来越热衷于自己的想法, 越来越自私。我们应当重新恢复一直指导这个国家前进的不朽价值观: 有关信仰、家人、责任感、慷慨和友谊的价值观。”

多几个地球才行

在我们看来, 物欲症这种传染病, 深深地根植于对经济扩张的狂热追求。它深深地根植于单以国内生产总值衡量国家发展水平高低的做法。它还深深地根植于这样一种想法: 每一代人都应当过得比上一代更富裕, 而且, 每个人都有一心一意追求金钱的权利, 这么做并不会损害我们所珍视的其他东西。

但事实上, 这根本行不通。本书的观点是, 如果我们再不抛弃“买! 买! 买!”的作风, 很快就将付出难以想像的代价。最糟糕的后果是, 物欲症会把整个地球都拖垮。“我们人类生产和消费的速度, 远远超过地球分解污染和再生资源的速度。”企业批评家杰里米·里夫金 (Jeremy Rifkin) 说。科学家认为, 如果全世界每个人都突然采用了美国的生活标准, 那我们还得再多几个地球才经得起折腾。

相互关联

油价飙升、天气恶劣；经济持续增长、贫困人口增加；消费者信心强劲、债务盘旋上升。这一切之间存在什么联系吗？

在过去 8 年多的时间里，宣布个人破产的美国人比同一时期的大学毕业生还多。如果把我们每年制造的固体垃圾全都装进垃圾车，那么这条车龙的长度足足相当于地球到月球距离的一半。美国所拥有的购物中心数量是全美高中数量的两倍。虽然美国的人口只占全球人口的 4.7%，但却制造了全球 25% 的温室效应废气，直接导致地球气候变暖。95% 的美国人希望能有更多时间陪伴家人。全美 40% 的湖泊河流污染太过严重，不适于游泳与钓鱼。美国 CEO 的平均工资是员工的 475 倍，这个数字自 1980 年以来翻了 10 倍。从 1950 年开始，美国人所耗用的资源比有史以来的任何人都多。

不管这些事实看起来有多么不相关，它们却都是物欲症的各种症状，它们之间都存在着联系。由于美国人是世界上最挥霍无度的消费者，本书的大部分内容都围绕着美国展开。但随着美国生活方式成为全世界其他国家所效仿的榜样，美国所遇到的各种问题也开始在全球各地蔓延。但其他国家或许能有更多的选择。在物欲症尚未疯狂扩散的国家，当地人民可以防止病情继续传染，保持一种更和谐的生活方式。我们相信，不管是贫穷还是富裕，每一个国家、每一个人，都可以从美国的错误里汲取更多教训。经济的全球化意味着我们所有人都站在同一条船上，我们必须理解并控制这种疾病。

症状

本书分成三个部分。第一个部分揭示了物欲症的诸多症状，并将每种症状和真实的流感症状做比较——虽然这么做不乏开玩笑的意思。

我们将每种症状单列成章，从个别的症状入手，接着转到社会条件下，最后再扩展到物欲症对整个环境的影响。

你可能会惊讶地从一些章节中发现自己的身影——“这不就是我嘛！”你还可能发现，有一些章节所讨论的情况跟你的朋友们一模一样。某些症状可能会让你加倍心烦，因为你担心自己的孩子甚过担心“地球母亲”。你可能过着相当优越的生活，可老是感到压力重重，要不就是觉得人生缺乏目标和意义。又或者，你可能很穷，你买不起电视广告里说“必须”买给孩子们玩具，这让你感到分外恼怒。因为堵车，素不相识的司机对着你破口大骂，这或许让你感到备受侮辱。推土机推平了社区周围最后一块开阔地——很快就会修起一幢又一幢一模一样、车库能放3辆车的房子，你觉得心里窝火。如果你上了年纪，你也许发现你的孩子根本做不到收支平衡，你也许还开始操心自己的孙子孙女。如果你年纪轻轻，你或许为自己的未来忧心忡忡。

我们深信，不管你来自何方，你肯定已经清楚地意识到，自己确实感染了物欲症的一些症状。

疾病的起源

在本书的第二部分，我们将深入症状，寻找病因。难道物欲症是

人类的本能吗？这种恶性病毒源自何处？在历史上，这种病毒发生过什么样的变异？它是从什么时候起变成了一种时代流行病的？作为社会的一员，我们做了哪些不恰当的选择（比如说，在自由时间和“东西”之间，我们选择哪样？），使得病毒得以扩散蔓延？我们在历史长河和多种文化中仔细寻觅，找出了物欲症的预兆，以及为了控制和隔离这种疾病，人们所做的早期尝试。

接下来，我们还发现，病毒的扩散不仅仅是因为整个社会的默许，还因为技术至上的文化创造出了各种强有力的电子带菌者，它们起到了推波助澜的作用。我们认为，物欲症试图以各种效率低下、破坏性强的方式满足我们的需要。依靠物欲症蔓延大发一笔的人，向社会上充斥的江湖医生疯狂行贿，两者串通起来蒙蔽大众，听凭病毒肆意扩散。

治疗法

但我们绝对不是说，你只能永远地陷入沮丧。物欲症是可以治愈的。

2004 年进行的一次民意调查发现，48% 的美国人声称自己已经减少了个人支出；85% 的美国人认为，美国是一个紊乱失调的社会；93% 的受访者觉得美国太关心工作和挣钱；91% 的受访者相信，我们购买和消费的东西远远超过自己的实际需要；81% 的受访者认为，为了保护生态环境，我们有必要在生活方式上做出重大改变；超过 50% 的人说自己负债过多；87% 的人觉得在当前的消费文化熏陶下，很难向孩子们灌输积极的价值观。本次调查由全美民意调查公司怀德梅耶通信（Widmeyer Communications）进行，抽查了 1 300 名美国成

年人，误差幅度为3%。

日益混乱的生活方式不断迫使人们逃离现状。他们的队伍逐渐扩大，使企业厂商流失了上百万潜在的新客户。于是，精明的商人们转而怂恿我们通过购买各种新产品、订阅新的出版物来“简化”生活。举个例子，时代华纳主办的《真简单》(*Real Simple*)杂志，第一期还没出版就吸引了40万名订阅者。尤为讽刺的是，这份杂志上充斥着各种奢侈品的广告。

这个现象说明，很多人都在寻找物欲症的解决办法。本书的第三部分即试图和读者分享一些我们所找到的答案。

针对症状，我们首先为个人提供治疗方法，而后再上升到社会和政治层面上。就像你得了流感，躺在床上休息，吃了感冒药，喝上一碗热腾腾的鸡汤——各类“新节俭运动”和“自发简单运动”为治疗个人物欲症提供了常规处方。

我们还鼓励大家多参与野外运动，重新投入大自然的怀抱，这种做法对物欲症具有神奇的治疗效果。我们同意未来学家杰拉尔德·塞伦特(Gerald Celente)的看法，他是《21世纪的生活大趋势》(*Trends, 2000*)一书的作者。他说，“你看看这段广告，一个中年人走在树林里，舞动双臂砍着木头。突然之间，广告转到下一个镜头，他回到家里，木头堆在他身后，而他居然正在跑步机上锻炼身体！跑步机肯定要花钱买，对吧？这可真滑稽。在树林中漫步比它好得多，而且一分钱也不用花。”

我们提议重建家庭和社区，尊重地球及其生物准则，恢复它原有的面貌。我们还提供了“政治方针”，我们希望设立一些深思熟虑的法律——就像“夺回自己的时间”运动(www.timeday.org)所建议的那样，在挣更多的钱和拥有更多私人时间中自由选择——这有助于

创造一个不那么适于物欲症蔓延的社会环境，人们也更容易恢复健康。

我们还为读者提供了一些预防性措施，其中包括能强化个人和社会免疫系统的疫苗和维生素。我们建议每年进行一次身体检查。这种体检可分为3个阶段：

1. 你可以亲自动手，检测自己的个人健康状况。
2. 你可以使用几个美国城市发展设计的维持度指标，帮助检查社区的健康状况。

3. 最后，你可以找出一种真实有效的方法，替代现在用来检测国家健康状况的过时指标：国内生产总值（GDP）。

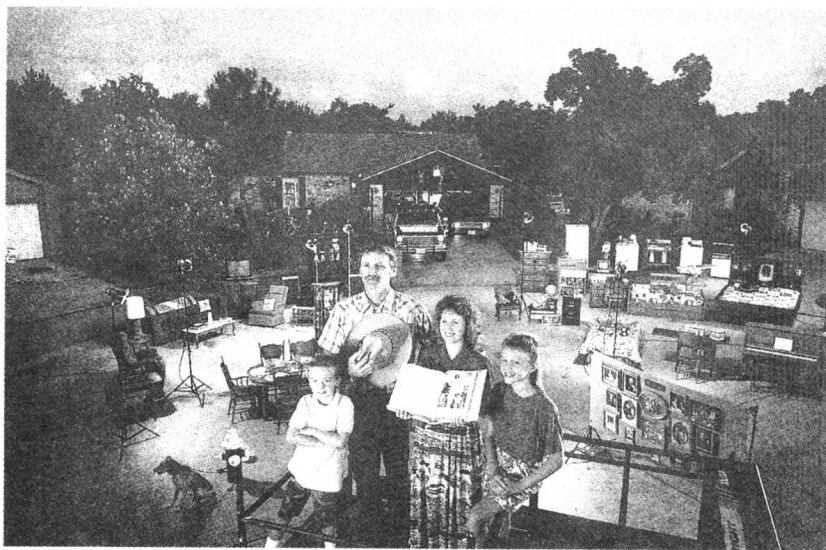
我们推荐使用一种叫做“真实进步指标”（genuine progress indicator, GPI）的指数，它是加利福尼亚州奥克兰市的智囊团“重新定义发展”组织所设计的。GPI 为我们描绘出一幅有关成功社会的完全不同的景象。然而，随着 GDP 历史地位的稳步提高，1973 年以后 GPI 指数走向了衰落。

此外，我们在本书新版中增加了一种新的方法——一支温度计，专门用于测量这种集体病是在走向好转还是逐渐恶化。

本书中很少有什么真正的新信息，连我们所谈的问题本身，在这个“信息化时代”也毫不新鲜。它只是想帮助读者搞明白我们现在已知的事实。我们提供了一条理解的途径，把表面上没什么关系的个人、社会和环境问题串了起来——把它们看做是一种威胁你我未来和下一代的时代病的各种症状。我们并不奢望你会同意本书中提及的每一件事，也不奢望立刻就能说服你，让你相信物欲症真的是一种疾病。不管你对消费做出了什么样的选择，你至少会更清楚它们可能造成的后果。



本书所要传达的信息并不是要读者再也不买东西，而是希望你更仔细、更有意识地去购物，注意到自己所买物品的真正用处和它的实际代价。要记住，生活里最美好的东西，从来不是有形的“东西”。



德克萨斯州佩尔兰德市，斯基恩一家及全家财产



印度阿拉劳拉邦，耶地沃一家及全家财产

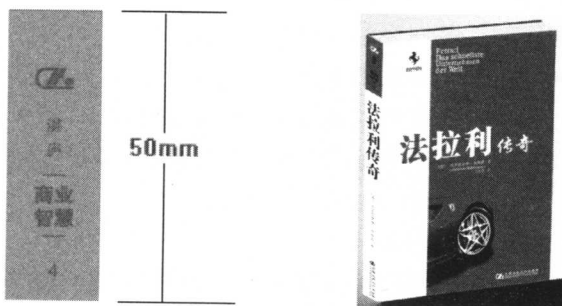
一切为了您的阅读体验

- 当您长时间阅读的时候，是不是会感到眼睛发酸？
- 您在阅读的时候，是不是经常觉得书很重？拿书时间长了，手会很酸？
- 您在阅读的时候，手会不会被油墨弄脏，被锋利的纸边划伤？
- 您是不是在书店的书架上很难发现想要找的书？
- 您是不是经常对书的封面、装帧设计有想法？
- 您是不是想知道编辑在制作一本书的时候是怎么考虑的？

我们的编辑善意地提醒您，获得知识不能够以损害健康为代价。

找“小红帽”

为了便于读者辨认，我们在每本图书的书脊上部 5cm 处，全部用红色标记，称之为——“小红帽”，读者可以在浩如烟海的书堆中清楚地发现。



用轻型纸

您现在正在阅读的这本书所使用的是轻型纸，价格比一般的纸更贵。我们之所以采用这种纸，主要是为了让您享受更好的阅读体验：

a) 轻型纸的白度大约在 80°左右（国际上提倡纸张的使用白度不高于 84°，色泽为原色调），这样可以使读者在阅读时有舒适感、不刺眼、不疲劳，长时间阅读不易对读者的视力造成损伤。

b) 轻型纸的质感和松厚度好，耐折，不透明度高。油墨吸收性好，不易脱落，不会被油墨弄脏手。

c) 轻型纸和胶版纸相比，其印制的图书比用普通纸印制的图书重量减轻约 1/3，这样无论是携带还是阅读，都更为方便。

d) 轻型纸的韧度好，与质地较脆的胶版纸比较，翻阅的时候声音小，也不容易破损；纸张不易返黄，所印书籍可长期保存。

e) 轻型纸成书后，切口有毛边，正是这些不太美观的小毛边，保证不会像小刀片一样，划伤手；

f) 轻型纸是纯木浆纸，在生产过程中不含荧光增白剂，造纸时不会对纸浆进行漂白、蒸煮处理，只需打浆处理，不会有废气废液排出。从环保的角度考虑，我们更愿意采用更为环保的轻型纸。

关注阅读体验

我们的调查显示，读者在 500~600 字的长时间阅读后会感到逐渐疲劳。我们目前所使用的字体、字号和行距，是在经过大量调查研究的基础上确定的，符合读者阅读感受。每页设计的字数可以在阅读疲劳周期的低谷到来之前，使读者稍作停顿，减轻读者的阅读疲劳，舒适的阅读感觉油然而生。

装帧设计

我们身边到处充斥着条形码，它似乎等同于物质也等同于我们的生活，一条条黑色的线条割裂了我们与自然的真实接触，也拉长了人们购物的时间，它似乎就是“物欲症”病毒的基因组合，让这个流行病在我们的社会中以不同的形式迅速传播。

白色、黑色、红色强烈的对比，给人印象深刻，发人深省。

CONTENTS

目 录



前言.....	003
第一部分 症状	001
第1章 购物高烧	002
第2章 浮肿前兆	011
第3章 慢性堵塞	021
第4章 压力过度	031
第5章 家庭痉挛	043
第6章 膨胀的儿童	050
第7章 社会伤寒	063
第8章 意义之痛	074
第9章 社会创伤	085
第10章 资源枯竭	093
第11章 工业化痼疾	104
第12章 上瘾病毒	117
第13章 注定不满	124
 第二部分 病因	 139
第14章 原罪	140
第15章 微不足道的预防工作	148
第16章 未曾选择的道路	153
第17章 物欲症的时代	162

第 18 章 屋子里有真正的医生吗	170
第三部分 治疗	185
第 19 章 康复之路	186
第 20 章 卧床休养	191
第 21 章 阿司匹林和鸡汤	199
第 22 章 新鲜空气	206
第 23 章 回去工作	217
第 24 章 疫苗和维生素	222
第 25 章 年度体检	228
第 26 章 重返健康	238
致谢	243